



КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ  
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДСКОГО ОКРУГА «ГОРОД КАЛИНИНГРАД»

муниципальное автономное учреждение  
дополнительного образования города Калининграда  
Детско-юношеский центр «На Молодежной»

**УТВЕРЖДАЮ:**

Директор МАУДО

ДЮЦ «На Молодежной»

Е.Л. Новожилова

«02» июня 2020 г.

(Приказ от 02.06.2020 г. № 59-о)



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа художественной направленности  
«Загадочный мир танцевального искусства»**

Возраст обучающихся: 7-12 лет  
срок реализации: 2 года

**Автор-составитель:**

Чернобылец О.А.

педагог дополнительного образования

Согласовано на заседании  
педагогического совета  
«02» июня 2020 г.

Протокол № 2

г. Калининград  
2020

## **1. Пояснительная записка.**

Образовательная программа дополнительного образования детей «Загадочный мир танцевального искусства» разработана в соответствии с: Федеральным Законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. N 1008 г. «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Приказом Министерства культуры Российской Федерации от 14.08.2013 г. № 1145 «Об утверждении порядка приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области искусства»;

- Письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 11.12.2006 года «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;

- СанПиН 2.4.43172-14 «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;

- Уставом МАУДО ДЮЦ «На Молодёжной» г. Калининграда.

### **1.1. Направленность программы: художественная.**

В эстетическом воспитании подрастающего поколения важная роль отводится искусству, в частности хореографическому. Танцевальное искусство в нашей стране с каждым годом приобретает все большую популярность, становится одним из самых действенных факторов формирования гармонически развитой, духовно богатой личности.

Танцевальное искусство - массовое искусство, оно доступно всем. Десятки тысяч детей и подростков принимают активное участие в работе хореографических студий и ансамблей. Благодаря систематическому хореографическому образованию и воспитанию учащиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию профессионального хореографического искусства.

Танцевальные занятия вырабатывают свободную и красивую осанку, плавность движений, развивают грацию и изящество, а также прививают культурные навыки внешнего поведения. Занятия танцами воспитывают внимание, ловкость и умение ориентироваться в пространстве, а музыка танца, отражающая мелодическое и ритмическое богатство творчества, - музыкальность, чувство ритма и слух.

**1.2. Новизна данной программы** заключается в том, что в ней объединены несколько направлений танцевального искусства: ритмическая, танцевальная и партерная гимнастики, классический и современный танцы, а

также постановка танцевальных номеров и хореографическое оформление вокальных партий. Такой подход позволяет каждому учащемуся попробовать свои силы в различных видах танцевального искусства; удовлетворить потребности детей в приобретении новых знаний, умений, навыков, приобщиться к творчеству хореографа, так как процесс усвоения программного материала проходит не только по принципу «от простого к сложному», но и путем смены занятий и их разнообразия.

**Актуальность программы** «Загадочный мир танцевального искусства» определяется тем, что обозначенные в ней знания и умения по развитию творческих способностей, активности, фантазии и ассоциативного мышления учитывают современные требования, а также социальный заказ (детей и родителей). Именно поэтому, наряду с изучением традиционных танцевальных движений, в программу включен образовательный блок по обучению современным и популярным танцам.

#### **Педагогическая целесообразность:**

- целостность программы, систематичность и последовательность обучения;
- научность (связь теории с практикой) и актуальность учебного материала;
- единство воспитания, обучения и развития;
- преемственность в обучении и воспитании;
- принцип сотрудничества;
- принцип индивидуального подхода к учащемуся;
- принцип воспитания в коллективе и через коллектив;
- принцип опоры на положительное в личности ребенка.

**Практическая значимость** заключается в том, что танец играет немаловажную роль в воспитании детей. Это связано с многогранностью танца, который сочетает в себе средства музыкального, пластического, спортивно-физического, этического и художественно-эстетического развития и образования. Конечно, в процессе обучения все эти средства взаимосвязаны и взаимообусловлены.

#### **1.3. Отличительные особенности данной программы:**

Образовательная программа «Загадочный мир танцевального искусства» носит адаптированный характер с элементами авторских разработок. Программа разработана на основе различных видов танцевального искусства: ритмической, партерной и танцевальной гимнастики, основ классического и современного танцев. Каждый вид танца дополняет друг друга, и в результате получают оригинальные танцевальные постановки.

#### **1.4. Ведущая идея программы:**

- создание культурной среды для развития и воспитания целостного эмоционального восприятия окружающего мира ребенка средствами хореографического искусства, творческой самореализации личности ребенка, а также для социального и профессионального самоопределения.

### **1.5. Ключевые понятия.**

1. Хореография, хореографическое искусство — искусство сочинения и сценической постановки танца, первоначальное значение — искусство записи танца балетмейстером. Танцевальное искусство существует с древнейших времен. Танец представляет собой ритмичные, выразительные телодвижения, обычно выстраиваемые в определенную композицию и исполняемые с музыкальным сопровождением.

2. Ритмическая гимнастика – это комплекс общеразвивающих упражнений (ОРУ), различных по своему характеру, без предмета и с предметом, которые в обязательном порядке выполняются под ритмическую музыку в различном темпе с многократным повторением движений без длительных пауз, поточным способом с танцевальными переходами от одних упражнений к другим.

3. Партерная гимнастика – это система специально подобранных физических упражнений, основной отличительной чертой является то, что они проводятся «на полу», то есть различные упражнения в положении сидя, лежа, на боку, из различных упоров.

4. Танцевальная гимнастика – это, прежде всего игра, направленная на развитие основных физических навыков – ходьбы, бега, прыжков, координации, согласованности движений, а также включающая упражнения на растяжку определенных мышц, увеличения подвижности суставов и эластичности связок и сухожилий.

5. Классический танец — основное выразительное средство балета; система, основанная на тщательной разработке различных групп движений, появившаяся в конце XVI века в Италии и получившая своё дальнейшее развитие во Франции благодаря придворному балету.

Благодаря соблюдению определённых позиций ног, рук, корпуса, головы, и точному следованию принципам выворотности ног, вертикальности тела и изоляции различных его частей, движения классического танца стремятся к геометрической ясности.

6. Современный танец – это передача понимания окружающего мира через призму современности – поп-музыку, стиль одежды, раскованность.

7. Экзерсис (фр. *exercice* — «упражнение», от лат. *exercitium*) — комплекс всевозможных тренировочных упражнений, составляющих основу урока классического танца, способствующий развитию силы мышц, эластичности связок...

**1.6. Цель программы:** развитие танцевальных способностей учащихся на основе их индивидуальных возможностей, воспитание и привитие эстетического и художественного вкуса, развитие образного

мышления, физического и духовного совершенства, познание загадочного мира танцевального искусства.

### **Задачи программы:**

#### **Обучающие:**

1. Определение оптимальной программы обучения классическому и современному танцам.
2. Приобщение детей к истории и традициям танцевального искусства.
3. Формирование художественного вкуса и интереса к танцевальному искусству.
4. Раскрытие потенциала личности и творческих возможностей учащихся средствами танцевальной деятельности.
5. Приобщение учащихся к «языку» танца (взгляду, жесту, движениям головы, корпуса, рук и ног).

#### **Развивающие:**

1. Развитие музыкальных и танцевальных способностей учащихся.
2. Развитие спортивно-физических способностей учащихся.
3. Выработка правильной и красивой осанки у учащихся.
4. Развитие художественно-эстетического вкуса у учащихся.
5. Развитие воображения и образного мышления у учащихся.

#### **Воспитательные:**

1. Формирование положительных черт характера: терпения, трудолюбия.
2. Формирование внутренней культуры ребёнка.
3. Воспитание и привитие эстетического и художественного вкуса у детей.
4. Формирование у учащихся соответствующей социальной позиции через участие в совместных мероприятиях (открытых занятиях, концертах, конкурсах, фестивалях и праздниках).
5. Реализация духовных, эстетических и творческих способностей детей, развитие фантазии, воображения и самостоятельного мышления.

### **1.7. Принципы отбора содержания:**

- содержание программы соответствует современным образовательным технологиям, отраженным в принципах обучения (индивидуальности, доступности, преемственности, результативности);
- содержание дополнительной образовательной программы «Азбука танца» соответствует художественной направленности: достижениям мировой культуры и российским традициям.

### **1.8. Основные формы и методы**

#### **1. Формы учебной деятельности:**

- практическое занятие;
- теоретическое занятие;

- открытый урок;
- контрольный урок;
- класс-концерт;
- самостоятельная работа;
- мониторинг.

## 2. Методы учебной деятельности:

- игра;
- показ;
- упражнение;
- творческое задание;
- соревнования;
- рассказ-беседа-обсуждение;
- викторина;
- сообщения учащихся;
- тестирование и анкетирование;
- коллективное творчество.

## 1. Формы воспитательной деятельности:

- концерты;
- конкурсы и фестивали;
- экскурсии;
- летний лагерь;
- совместное проведение отдыха (праздники, дни рождения, тематические вечера);
- беседа.

## 2. Методы воспитательной деятельности:

- поощрение;
- общественное мнение;
- воспитывающая ситуация;
- педагогическое требование.

### **1.9. Возраст детей и их психологические особенности**

#### Младший школьный возраст (7-10 лет).

Дети младшего школьного возраста охотно включаются в занятия по танцу. Учащиеся отличаются большей активностью и восприимчивостью. Внимание детей этого возраста достаточно устойчиво, восприимчивость более организована, они способны к более настойчивой работе над каждым заданием. Дети этого возраста отличаются впечатлительностью и наблюдательностью, они с большей активностью относятся к созданию танцевального образа, в своей работе обнаруживают большую творческую изобретательность, фантазию, юмор.

#### Средний школьный возраст (10-12 лет)

Обычно группы детей этого возраста представляют собой дружный, сплоченный коллектив, обладающий известной танцевальной подготовкой. Мальчики и девочки в этом возрасте развиваются неравномерно. В этом периоде дети отличаются особой чувствительностью и повышенной возбудимостью, что должно учитываться педагогом. Дети начинают проявлять подчеркнутую самостоятельность, их активность приобретает определенную целенаправленность. Однако активность эта имеет ещё детские черты: поставив себе какую-либо задачу, подросток иногда быстро изменяет ей, увлекшись каким-нибудь другим делом. Педагогу приходится проявлять много такта и большое терпение. Отличаясь повышенной чувствительностью, дети болезненно воспринимают критику, и педагогу следует осторожно и очень корректно указывать на недостатки (несовершенство движений, неправильное понимание характера танца и т.д.)

#### **1.10. Особенности набора детей (свободный, по конкурсу и др.)**

Набор детей в ансамбль современного танца «Супер-дэнс» осуществляется на конкурсной основе с 7 лет. При наборе групп дети принимаются как с хорошими природными данными, так и со средними способностями. На просмотре оцениваются физические данные: природный шаг, подъем, выворотность, гибкость, рост, прыжок; учитываются внешние данные ребенка: строение ног, телосложение, полнота тела; сенсорные данные: чувство ритма, музыкальная выразительность, эмоциональность, артистизм, природная координация; социально – психологические данные: возраст, коммуникативность, темперамент, внимательность. Для последних появляется возможность достичь более высоких результатов, чем, если бы они занимались в обычном танцевальном объединении, так как содержание программы, методика преподавания нацелены на достижение высокого хореографического мастерства и культуры исполнения. При зачислении в ансамбль необходимым требованием является отсутствие медицинских противопоказаний к занятиям хореографией и наличие медицинской справки.

#### **1.11. Прогнозируемые результаты.**

Прогнозируемыми результатами освоения учащимися данной образовательной программы должны стать сформированные психикой образы, понятия, умственные и физические действия, направленные на процесс художественно-эстетической деятельности, в зависимости от поставленных целей и задач.

**У учащихся 1-го года обучения должны сформироваться такие качества, как:**

- способность к танцевальному творчеству, самостоятельной деятельности;
- умение чувствовать и понимать себя;

- формирование положительных черт характера: терпения, трудолюбия;
- стремление к успеху;
- развитие навыков общения в коллективе;
- развитие мышления и воображения;
- развитие зрительной памяти, произвольного внимания;
- воспитание интереса к окружающему миру и людям.

Программа разработана с учетом возрастных особенностей учащихся. Учитываются усложнения видов деятельности «от простых к более сложным».

**К концу 1-го года обучения учащиеся должны знать:**

- основные правила поведения на занятиях по хореографии;
- инструктаж по технике безопасности с электроприборами;
- основные правила поведения во время пожара и экстремальных ситуациях;
- основные музыкальные термины и понятия;
- основные понятия упражнений ритмической гимнастики;
- основные термины тренировочных упражнений партерной гимнастики;
- музыкально-ритмические упражнения;
- основные элементы классического танца.

**К концу 1-го года обучения учащиеся должны уметь:**

- выполнять основные танцевальные элементы ритмической гимнастики (шаги, бег, подскоки, галоп, прыжки) под музыку;
- выполнять разные перестроения (перестраиваться из колонны по 1 человеку в колонны по 2 и 4 человека);
- выполнять музыкально - ритмические упражнения (с хлопками) под счет и под музыку;
- выполнять основные элементы танцевальной гимнастики (для рук, ног и корпуса в партере) вместе с педагогом и самостоятельно;
- выполнять основные упражнения партерной гимнастики («книжка», «носочки», «уголочек», «бабочка», «велосипед», «ёжики», «берёзка», «лодочка», «корзиночка», «столик», «мостик», «ласточка», «лягушечка»);
- выполнять основные элементы классического танца.

**Во 2-й год обучения** учащиеся знакомятся с экзерсисом классического танца (у станка), с основными элементами современного танца и продолжают знакомиться с историей танцевального искусства. А также отрабатывают ранее полученные знания и практические навыки в ритмической, танцевальной и партерной гимнастике, но в более сложных танцевальных вариациях.

**К концу 2-го года обучения учащиеся должны знать:**

- историю танцевального искусства;
- основные танцевальные термины, применяемые в классическом танце;



- основные музыкальные термины, применяемые для постановки танцевальных вариаций;
- основные танцевальные термины, применяемые в современном танце;
- основные требования по постановке танцевальных вариаций и этюдов;
- основные правила поведения и выступления на концертах и конкурсах.

**К концу 2-го года обучения учащиеся должны уметь выполнять:**

- различные перестроения (в колонну - по 2 и 4 человека, по линиям - друг за другом и в шахматном порядке, по кругу и диагонали);
- музыкально-ритмические упражнения;
- начинать и заканчивать движение с началом и окончанием музыки;
- эмоционально передавать характер и настроение заданных образов;
- основные движения, применяемые в партерной гимнастике;
- экзерсис классического танца (лицом к станку и с одной руки);
- выполнять основные элементы современного танца (в партере).

**Ожидаемый результат личности выпускника:**

- умение работать в коллективе;
- быть самостоятельным в суждениях;
- уметь использовать полученные знания в практической жизни;
- творческий подход к работе;
- бережное отношение к культурным и духовным ценностям нашей страны;
- уверенность в своих силах и способностях;
- умение управлять своими эмоциями и волей.

**1.12. Механизм оценивания образовательных результатов.**

Особое место в программе уделено мониторингу образовательного процесса, он необходим для формирования целостного представления о состоянии реализации программы. Система тестов, опросов, анкетирования, диагностика уровня хореографического развития, помогает оценить, проанализировать и прогнозировать процесс обучения.

**Цель:** Определение уровня усвоения общеразвивающей дополнительной программы учащимися, его соответствия прогнозируемым результатам.

**Задачи:**

- 1) определение уровня теоретической подготовки;
- 2) выявление степени сформированности практических умений и навыков;
- 3) анализ полноты реализации общеразвивающей дополнительной программы;
- 4) сопоставление прогнозируемых результатов, содержащихся в программе, с реальными результатами;
- 5) выявление причин, мешающих или способствующих выполнению программы;

б) внесение необходимых корректировок в содержание программы и методику образовательной деятельности детского объединения.

#### **Виды аттестации:**

- входной контроль;
- промежуточный мониторинг;
- итоговая аттестация.

При работе по данной программе **входной контроль** проводится на первых занятиях 1 года обучения с целью выявления физического и творческого уровня детей, их способностей. Он может быть в форме собеседования, наблюдения, выполнения упражнений.

**Промежуточный мониторинг** проводится для определения уровня усвоения содержания программы. Формы контроля могут быть различные: контрольные занятия (динамика развития физических качеств), тестирование, концертные выступления, открытые занятия, листки самоконтроля, индивидуальные опросники. При такой форме контроля можно проследить степень интереса ребенка к деятельности и степень усвоения программы. Промежуточную аттестацию рекомендуется проводить в конце декабря (по итогам 1-го полугодия) и в мае (по итогам 1-го года обучения).

**Итоговая аттестация** является обязательной и проводится в конце учебного года. Оптимальным вариантом итоговой аттестации в объединении является проведение контрольных занятий по основным дисциплинам и отчетного концерта учащихся всего объединения, а также анализ концертного выступления в форме просмотра и беседы.

#### **1.13. Формы подведения итогов реализации дополнительной общеобразовательной программы:**

- открытые занятия;
- конкурсы;
- фестивали;
- отчетный концерт.

#### **1.14. Организационно-педагогические условия реализации программы.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа реализуется в течение всего календарного года, включая каникулярное время, и делится на учебный год с 1 сентября по 31 мая (аудиторные занятия) и летний период с 1 июня по 31 августа (внеаудиторные занятия и аудиторные занятия).

Начало учебного года - 1 сентября

Окончание учебного года - 31 мая

Продолжительность учебного года - 36 недель (1-й год обучения -144 часа; 2-й год обучения - 216 часов).

Регламент образовательного процесса:

Продолжительность учебной недели - 6 дней, с 8.00 до 20.00 час.

Занятия проводятся - по группам, всем составом объединения.

Занятия проводятся в соответствии с расписанием, утвержденным директором МАУДО ДЮЦ «На Молодежной».

Родительские собрания проводятся в творческом объединении по усмотрению педагога дополнительного образования не реже двух раз в год.

### **1.15. Режим занятий.**

Занятия проводятся в группах по 15-25 человек следующим образом:  
-группа 1-го года обучения (15-25 человек) занимается 2 раза в неделю по 2 часа (экзерсис);

-группа 2-го года обучения (15-25 человек) занимается 2 раза в неделю по 3 часа (экзерсис и постановка танцевальных номеров).

### **1.16. Количество часов по годам обучения**

1-й год обучения – программа рассчитана на 144 часа/год;

2-й год обучения - программа рассчитана на 216 часов/год.

**1.17. Общее количество часов**, отведенное на реализацию программы «Загадочный мир танцевального искусства» составляет 360 часов.

## **2. Учебные планы.**

### **2.1. Учебный план первого года обучения.**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/
		Всего	Теория	Практика	
I.	Вводное занятие. «Давайте познакомимся». Проведение инструктажа по ТБ. Правила поведения на занятиях по хореографии. Правила поведения во время пожара и экстремальных ситуациях.	2	2		
II.	Ритмическая гимнастика.	36	4	32	Контроль занятия
III.	Партерная гимнастика.	36	4	32	Контроль занятия
IV.	Музыкальная азбука. 1. Значение музыки в танце. 2. Музыкально-ритмические упражнения.	8	2	6	

V.	История танцевального искусства. 1. Происхождение танца. 2. Танец эпохи первобытного строя.	8	8		
VI.	Танцевальная гимнастика. 1. Позиции рук и ног. 2. Упражнения для рук, ноги корпуса.	36	4	32	Контроль. занятие
VII.	Сюжетно-ролевые и музыкально-танцевальные игры.	4		4	
VIII.	Проектная деятельность.	8	4	4	Защита проекта
IX.	Постановочная работа.	4		4	
X.	Итоговые занятия.	2		2	Отчетный концерт
	Итого:	144	28	116	

## 2.2. Учебный план второго года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
I.	Организационное занятие. Проведение инструктажа по ТБ. Правила поведения на занятиях по хореографии. Правила поведения в экстремальных ситуациях.	2	2		
II.	История хореографии. 1. Танцы эпохи Средневековья. 2. Эпоха Возрождения. 3. Русский балетный театр и его народные истоки.	12	12		
III.	Музыка как вид искусства. Музыкально-ритмические упражнения.	8	4	4	
IV.	Партерная гимнастика.	36	4	32	Контроль. Занятие
V.	Танцевальная гимнастика. Упражнения для головы, корпуса, рук и ног.	36	4	32	Контроль. Занятие
VI.	Классический танец. 1. Экзерсис у хореографического станка. 2. Упражнения на середине зала.	36	4	32	Контроль. Занятие
VII.	Сюжетно-ролевые и музыкально-танцевальные игры.	8		8	
VIII.	Дыхательная гимнастика.	18	2	16	

IX.	Проектная деятельность.	24	4	20	Защита проекта
X.	Постановка танцевальных номеров.	18		18	
XI.	Концертная деятельность.	18		18	
	Итого:	216	36	180	

### **3.Содержание программы.**

#### **3.1. Содержание 1-го года обучения.**

##### **I. Вводное занятие.**

Знакомство с воспитанниками. Введение в образовательную программу «Загадочный мир танцевального искусства». Проведение инструктажа по технике безопасности и поведения во время занятий в МАУДО ДЮЦ «На Молодёжной». Ознакомление с правилами поведения в экстремальных ситуациях.

##### **II. Ритмическая гимнастика.**

Основы учебных упражнений, используемых при обучении классическому танцу. Упражнения, направленные на развитие ритма и музыкального слуха у детей. Основные упражнения, выполняемые в партере и являющиеся подготовительными для классического танца.

##### **III. Партерная гимнастика.**

Особенности и отличия партерной гимнастики от других видов. Ее роль в развитии суставно-двигательного аппарата, коррекции физических недостатков. Комплекс упражнений для коррекции осанки, нарушений свода стопы («косоплатие», «плоскостопие»). Упражнения на напряжение и расслабление мышц; на выработку выворотности ног; на развитие гибкости: «бабочка», «велосипед», «берёзка», «лягушка», «носочки», «уголочек», «лодочка», «корзиночка», «книжка» и другие.

##### **IV. Музыкальная азбука.**

1. Значение музыки в танце. Музыка эмоциональная, программная, ритмическая основа танца. Музыкальные размеры: 2/4, 3/4, 4/4. Прослушивание музыкальных произведений, определение характера этой музыки (быстрая, медленная, веселая, грустная). Жанровая принадлежность.

2. Музыкально-ритмические упражнения. Освоение упражнений, состоящих из хлопков в ладоши и шагов, (прохлопывания в различной интерпретации того или иного счета). Фигурная маршировка по танцевальному залу: движения ритмичные, в соответствии с характером музыки, ее ритмом (шаги с носка, движения по кругу). Изучение движений, сочетающих хлопки, прыжки, притопы в разном ритмическом рисунке и комбинациях.

##### **V. История танцевального искусства.**

1. Происхождение танца. Танец как вид искусства, в котором средством создания художественного образа являются движения, жесты и положения человеческого тела. Возникновение танца из разнообразных движений и

жестов, связанных с трудовыми процессами, эмоциональным воздействием природы, окружающего мира. Искусство танца, как проявление народного творчества с древнейших времен, формирующегося путем отбора движений, их эволюции, художественного обобщения, стилизации.

2. Танец эпохи первобытного строя. Его главное место среди других видов искусств. Вера первобытных людей в сверхъестественную возможность воздействия танца на последующие события. Основная группа танцев: охотничьи (показ животного мира, предвосхищение предстоящей охоты). Флора и фауна. Импровизации на тему «Танцы первобытных людей».

#### **VI. Танцевальная гимнастика.**

1. Роль данных упражнений в 1-ый год обучения танцевальному искусству. Положения рук: на пояс, за спиной, за юбку (у девочек). Основные позиции рук и ног.

2. Основы учебно-тренировочного комплекса упражнений, используемого при обучении классическому танцу. Упражнения для головы (наклоны - из стороны в сторону), корпуса (перегибы - из стороны в сторону). Упражнения на плечевой сустав (поочередное, круговое вперед, круговое вращение назад со сведением лопаток) и для ног (отведение и приведение ноги вперед, в сторону, назад, на носок). Отличительная особенность тренажа тренировочных упражнений. Разучивание и исполнение всех упражнений на середине зала без опоры.

#### **VII. Сюжетно-ролевые и музыкально-танцевальные игры.**

Игры, снимающие эмоциональное и психофизическое напряжение («Тишина», «Эмоциональная атмосфера», «Куда уходит злость?»). Игры активизации резервов подсознания («Твой любимый цвет», «Перегруженный телефон», «Психологический портрет», «Переводчик»). Игры, развивающие устойчивость и концентрацию внимания, воображение, творческие способности, фантазию, артистичность и ритмический слух («Цапля», «Как в зеркале», «Найди свое место», «Горошинки цветные», «Ритмы»).

#### **VIII. Проектная деятельность.**

Работа над созданием творческого проекта на экологическую тему- «Берегите водный мир».

Проведение конкурса рисунков персонажей спектакля «Берегите водный мир» («Буратино», «Черепаша Тортилла», «Золотая рыбка», «Старик», «сестрица Аленушка и братец Иванушка», «Чертенок»).

#### **IX. Постановка танцевальных номеров.**

Образное восприятие танцевальных сюжетов. Работа над танцевальным репертуаром. Постановка танцев: «Серебристые снежинки», «Лягушачья ламбада», «Золотая рыбка», «Буратино», «Чертенок», «Мама», «Море». Постановка вокально-хореографических номеров: «Романс Черепашки Тортиллы», «Принцесса на горошине», «Тик-так», «Медвежий сон», «Великаны», «Нарисуй», «Какого цвета лето». Репетиции танцевальных номеров.

#### **X. Итоговые занятия.**

Открытые занятия для родителей, как промежуточный итог. Участие в отчетном концерте ансамбля, вместе с основным составом учащихся. Положительная оценка всех участников коллектива за учебный год занятий. Пожелания на лето каждому учащемуся индивидуально.

### **3.1. Содержание 2-го года обучения.**

#### **I. Организационное занятие.**

Проведение инструктажа по технике безопасности. Правила поведения на занятиях по хореографии. Правила поведения во время пожара и в экстремальных ситуациях.

#### **II. История хореографии.**

##### **1. Танцы эпохи Средневековья:**

- национальный фольклор;
- церемониальные танцы;
- светские интермедии;
- гистрионы, шпильманы, кукеры, скоморохи (XI век);
- комики-буффоны, сопровождающие своё искусство танцами;
- трубадуры, сопровождающие своё искусство танцами.

2. Эпоха Возрождения. Становление балетного театра в XVI веке. Его источники: процессии, рыцарские турниры, карнавалы и маскарады.

Открытие «Академии танца» в Париже (1661 год) по указу Людовика XIV. Начало хореографического образования.

3. Русский балетный театр и его народные истоки. В Россию классический танец пришёл в 1-й половине XVIII века. Благодаря деятельности Жана-Батиста Ланде в Петербурге в 1738 году была открыта первая танцевальная школа в России (впоследствии ставшая Академией русского балета им. А. Я. Вагановой). Русский классический танец синтезировал в себе как французскую, так и итальянскую школы исполнительства. Составная часть игрища - хоровод. Составная часть хоровода - пляска. Балетный театр начинает развиваться на 100 лет позже, чем в Западной Европе. Первые сведения относятся к концу XVII века.

1673 год - первый балет «Орфей и Эвридика».

1718 год - ассамблеи – 1-я школа танца в России.

1738 год - создание хореографического училища Ланде в Петербурге.

Новый этап – Шарль Дидло. Создание самобытного балетного театра.

#### **III. Музыка, как вид искусства.**

Музыка - вид искусства, отражающий действительность в звуковых и художественных образах. Ее активное воздействие на психику человека. Музыка - передача эмоционального состояния (радость, грусть, любовь, тревога). Музыкальный размер (2/4, 3/4, 4/4). Прослушивание музыкальных произведений и определение характера музыки.

Упражнения, состоящие из хлопков в ладоши и шагов. Хлопки на каждую четверть. Хлопки на каждую восьмую долю такта. Синкопированные хлопки. Фигурная маршировка: движения ритмичные, в соответствии с характером музыки, ее ритмом. Изучение движений, сочетающих хлопки, прыжки, притопы в разном ритмическом рисунке и комбинациях. Движения на координацию: «зеркало», «нос-ухо».

#### **IV. Партерная гимнастика.**

Выполнение движений в положении лежа на полу («книжка», «березка», «кошечка», «пружинка»). Движения на закрепление мышц спины, выворотности, на развитие гибкости («уши зайчика», «лодочка», «бабочка», «лягушка», «мостик»). Упражнения на развитие шага, различного вида шпагаты. Упражнения, корректирующие физические недостатки.

#### **V. Танцевальная гимнастика.**

Основы учебно-тренировочного комплекса упражнений, используемого при обучении классическому танцу:

1. Упражнения для головы (наклоны - из стороны в сторону);
2. Упражнения для корпуса (перегибы - из стороны в сторону);
3. Упражнения на плечевой сустав (поочередное, круговое вперед, круговое вращение назад со сведением лопаток);
4. Упражнения для ног (отведение и приведение ноги вперед, в сторону, назад, на носок).

Отличительная особенность тренажа тренировочных упражнений. Разучивание и исполнение всех упражнений на середине зала без опоры.

#### **VI. Основы классического танца.**

Понятие «классический танец». Система движений, призванная сделать тело дисциплинированным, подвижным и прекрасным. Терминология классического танца. Постановка корпуса (понятие «осанка»). Позиции рук: подготовительная, I, III, II, («I пор де бра»). Позиции ног: I, II, III, IV, V, VI.

Обучение классическому танцу начинается с экзерсиса, который на первом этапе предполагает работу у станка.

Экзерсис классического танца у станка:

- «releve» (по I, II и VI позициям);
- «demi-plie» (по I, II и VI позициям);
- «battment tendu» (по I позиции, лицом к станку);
- «battment tendu jete» (по I позиции, лицом к станку);
- «растяжка по станку» (лицом к станку).

Искусство танцевального поклона: поклон как приветствие («здравствуйте», «до свидания»).

#### **VII. Дыхательная гимнастика.**

Методика ее освоения: выработка ритма дыхательных движений и способности пользоваться дыхательным аппаратом в соответствии с потребностью организма в кислороде. Типы дыхания: грудное, диафрагмальное, смешанное. Обучение правильному дыханию во время выполнения упражнений и сочетанию дыхания с движением. Зависимость дыхания от специфики нагрузки. Типы регуляции дыхания: центральная,



химическая, условно-рефлекторная, произвольная. Обучение контролю за совершенствованием дыхательных функций организма.

Физические упражнения с разнообразными движениями позвоночника. Упражнения, укрепляющие мышцы спины. Упражнения на растяжение различных групп мышц. Растяжка мышц ног на «поперечный шпагат».

### **VIII. Сюжетно-ролевые и музыкально-танцевальные игры.**

Игры, снимающие эмоциональное и психофизическое напряжение («Тишина», «Эмоциональная атмосфера», «Куда уходит злость?»). Игры активизации резервов подсознания («Твой любимый цвет», «перегруженный телефон», «Психологический портрет», «Переводчик»). Игры, развивающие устойчивость и концентрацию внимания, воображение, творческие способности, фантазию, артистичность и ритмический слух («Цапля», «Как в зеркале», «Найди свое место», «Горошинки цветные», «Ритмы»).

### **IX. Проектная деятельность.**

1. Работа над созданием творческого проекта на экологическую тему «Осторожнее будь с огнем».

2. Проведение познавательных бесед на тему: «Правила поведения в случае возникновения пожара».

3. Экскурсия в пожарную часть № 1.

4. Проведение конкурса детских рисунков «Не шути, дружок, с огнем, чтобы не жалеть потом».

5. Постановка музыкального спектакля «Пожар в лесу».

### **X. Постановка танцевальных номеров.**

Образное восприятие танцевальных сюжетов. Работа над танцевальным репертуаром. Постановка танцев: «Африка», «Тусовка зайцев», «Огонь», «Серебристые снежинки», «Тяф - тяф, буги», «Цветочная поляна», «Лягушата-пожарные», «Рыбки», «Буратино», «Мама», «Море», «Недетское время», а также танцевального флэш-моба «Россия Чемпионка». Постановка вокально-хореографических номеров: «Принцесса на горошине», «Тик-так», «Медвежий сон», «Великаны», «Нарисуй», «Какого цвета лето», «Наша школа», Берегите лес». Репетиции танцевальных номеров.

### **XI. Итоговые занятия и выступления.**

Открытые занятия для родителей и педагогов. Выступления перед родителями, учащимися и педагогами с концертными программами. Положительная оценка каждого учащегося, его работы за учебный год.

## **4. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ.**

### **4.1. Методические приемы.**

1. Игровой метод. Основным методом обучения хореографии детей младшего школьного возраста является *игра*, так как игра – это основная деятельность, естественное состояние детей.

Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха на занятии, а о том, чтобы пронизывать занятие игровым началом, сделать игру его органическим компонентом. Каждая ритмическая игра имеет в своей

основе определенную цель, какое-либо задание. В процессе игры дети знакомятся с окружающей жизнью, уточняют и осмысливают свои представления о мире.

2. Наглядный метод – выразительный показ под счет, с музыкой.

3. Метод аналогий. В программе обучения широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где педагог-режиссер, используя игровую атрибутику, образ, активизирует работу правого полушария головного мозга ребенка, его пространственно-образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания.

4. Словесный метод. Это беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, беседа в виде вопросов и ответов, объяснение методики исполнения движений, оценка.

5. Практический метод заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения. Прослушивание музыки и самостоятельный разбор ее, наблюдение учащихся за объяснением и показом педагога, разучивание и повторение движений, танцев.

Процесс обучения детей в ансамбле основывается на следующих принципах: активности, единства теории и практики, наглядности, доступности, систематичности занятий, прочности усвоения знаний и индивидуального подхода. В обучении танцевальному искусству определяющими являются общепедагогические принципы и методы преподавания.

Наибольшую сложность для педагога представляет работа с начинающими. Они быстро устают, допускают много ошибок при исполнении, быстро забывают пройденное. Чтобы добиться хороших результатов в обучении и воспитании используются такие приемы, которые делают занятие интересным, концентрируют внимание учащихся. Однако занимательное надо умело сочетать с малоинтересным, но необходимым, находить правильное соотношение между занимательным и серьезным в обучении.

Разучивание танцев проводится в следующей последовательности:

1) Вводное слово педагога. Перед разучиванием нового танца педагог сообщает о нем некоторые сведения. Затем педагог дает общую характеристику танцу - говорит об истории его возникновения, отмечает характерные особенности музыки и хореографии.

2) Слушание музыки и ее анализ. Предлагается прослушать музыку к танцу, определить ее характер, темп, музыкальный размер, ритмический рисунок, определить строение (части музыкального строения, фразы).

3) Разучивание элементов танца, танцевальных движений, поз, переходов и рисунка танца.

Приступая к разучиванию движений, поз, переходов, рисунка педагог объясняет и показывает их сам, затем то же самое учащиеся выполняют самостоятельно. Этот метод является традиционным и широко используется при обучении.

При разучивании движений с начинающими хорошие результаты даёт метод, при котором учащиеся повторяют движение вместе с объяснением и показом педагога и лишь затем исполняют движение самостоятельно. Это позволяет руководителю ансамбля, фиксируя внимание на тех частях движения, где чаще всего допускаются ошибки, своевременно поправлять их. А учащиеся имеют возможность лучше разобраться в структуре движения, мышечно почувствовать его, быстрее запомнить.

#### **4.2. Материальное обеспечение.**

1. Ноутбук. 1 шт.
2. Музыкальный центр. 1 шт.
3. Зеркала. 4 шт.
4. Маты. 8 шт.

#### **5. Оценочные материалы.**

В целях улучшения образовательного процесса в ансамбле современного танца «Супер - дэнс» проводится промежуточная и итоговая аттестации.

**Цель аттестации** – определение уровня усвоения программы учащимися, ее дальнейшая корректировка и определение путей достижения каждым ребёнком максимального творческого и личностного развития.

##### **Задачи аттестации:**

- определение уровня усвоения теоретических знаний;
- выявление степени сформированности практических умений и навыков учащихся;
- анализ полноты реализации образовательной программы;
- соотнесение прогнозируемых результатов, содержащихся в программе, с реальными результатами обучения в объединении;
- выявление причин, мешающих или способствующих выполнению программы;
- корректировка содержания программы, форм и методов обучения и воспитания.

##### **Формы аттестации:**

- контрольные занятия на повторение и обобщение основных разделов программы;
- систематическое наблюдение за учащимися в течение учебного года;
- собеседование (индивидуальное и групповое);
- открытые занятия и отчетные концерты учащихся ансамбля.

##### **Виды аттестации:**

**1. Промежуточная аттестация** проводится 2 раза в год (по мере освоения основных учебных тем и разделов) и является переводной на следующий учебный год.

**2. Итоговая аттестация** является обязательной и проводится в конце учебного года всего курса обучения.

**Ожидаемый результат** (по программе):

**К концу 1-го года обучения учащиеся должны знать:**

- основные правила поведения на занятиях по хореографии;
- инструктаж по технике безопасности;
- основные правила поведения во время чрезвычайных ситуаций;
- основные музыкальные термины и понятия;
- основные термины упражнений партерной гимнастики;
- музыкально-ритмические упражнения;
- основные элементы классического танца;
- основные упражнения танцевальной гимнастики.

**К концу 1-го года обучения учащиеся должны уметь:**

- выполнять основные элементы ритмической гимнастики под музыку;
- выполнять различные перестроения;
- выполнять музыкально - ритмические упражнения;
- основные упражнения партерной гимнастики;
- выполнять основные упражнения танцевальной гимнастики вместе с педагогом и самостоятельно.

**Формы проведения промежуточной аттестации** (1-й год обучения, 1-е полугодие) - контрольное занятие по предметам:

- «Ритмическая гимнастика» (танцевальные шаги, бег);
- «Партерная гимнастика» (упражнения: «книжка», «бабочка», «уголочек», «велосипед», «ёжики», «берёзка», «лодочка»).

**Формы проведения промежуточной аттестации** (1-й год обучения, 2-е полугодие) - контрольные занятия по предметам:

- «Ритмическая гимнастика» (танцевальные шаги, бег, подскоки, галоп, прыжки);
- «Партерная гимнастика» (упражнения: «книжка», «бабочка», «уголочек», «велосипед», «ёжики», «берёзка», «лодочка», «прогибка», «корзиночка», «столик», «мостик»);
- «Танцевальная гимнастика» (упражнения для рук, ног и корпуса).

**К концу 2-го года обучения учащиеся должны знать:**

- историю танцевального искусства;
- основные танцевальные термины, применяемые в классическом танце;
- основные музыкальные термины, применяемые для постановки танцевальных вариаций;
- основные танцевальные термины, применяемые в современном танце;
- основные требования по постановке танцевальных вариаций и этюдов;

- основные правила поведения и выступления на концертах и конкурсах.

**К концу 2-го года обучения учащиеся должны уметь выполнять:**

- перестроения в колонну (по 2 и 4 человека), по линиям (друг за другом и в шахматном порядке), по кругу и диагонали;
- музыкально-ритмические упражнения;
- основные движения, применяемые в партерной гимнастике;
- экзерсис классического танца (лицом к станку и с одной руки);
- выполнять основные элементы современного танца (в партере).

**Формы проведения промежуточной аттестации** (2-й год обучения, 1-е полугодие) - контрольные занятия по предметам:

- «Ритмическая гимнастика» (танцевальные шаги, бег, подскоки, галоп, прыжки, шаг польки);
- «Партерная гимнастика» (упражнения: «книжка», «бабочка», «уголочек», «велосипед», «ёжики», «берёзка», «лодочка», «прогибка», «корзиночка», «столик», «мостик»);
- «Основы классического танца» (основные позиции рук и ног).

**Формы проведения итоговой аттестации** (2-й год обучения, 2-е полугодие) - контрольные занятия по предметам:

- «Партерная гимнастика» (упражнения: «книжка», «бабочка», «уголочек», «велосипед», «ёжики», «мячики», «колобок», «берёзка», «лодочка», «прогибка», «корзиночка», «столик», «тараканчик», «кузнечик», «мостик»);
- «Танцевальная гимнастика» (упражнения: для головы, для корпуса и на плечевой сустав);
- «Основы классического танца» (экзерсис у станка: «releve»; «demi-plie»; «battment tendu»; «battment tendu jete»; «растяжка по станку»).

## **6. Список литературы.**

<b>№ п/п</b>	<b>Автор(ы)</b>	<b>Название</b>	<b>Город, издательство, год</b>
1.	Ахмадулина Б. А.	Чудо танца.	Москва, Просвещение, 1997.
2.	Базарова Н. П. Мей Б. П.	Азбука классического танца.	Л.: Искусство, 1983.
3.	Бибарцева Т. С.	Методика стимулирования творческих способностей игровыми средствами.	Санкт-Петербург, Диамант,
4.	Боттомер Пол.	Учимся танцевать.	М.: Искусство; 2002.
5.	Блок Л.Д.	Классический танец: история и современность.	Л.: Искусство, 1983.
6.	Буйлова Л. Н. Кочнева С. В.	Организация методической службы учреждений дополнительного	М.: Просвещение, 2001.

		образования.	
7.	Ваганова А. Я.	Основы классического танца.	Л.: Искусство, 1985.
8.	Васильева Т.К.	Секрет танца.	Санкт-Петербург, Диамант,
9.	Власенко Г. Я	Сочинение танцевальных комбинаций.	М.:Просвещение, 1988.
10.	Захаров Р. В.	Сочинение танца. Страницы педагогического опыта.	М.:Просвещение, 1989.
11.	Зуев Е. И.	Волшебная сила растяжки.	М.: Советский спорт, 1990.
12.	Костровицкая В.С.	100 уроков классического танца.	Л.: Искусство, 1981.
13.	Кох И.Э.	Основы сценического движения.	Л.: Искусство, 1982.
14.	Кульневич С.В.	Педагогика личности.	М.: Просвещение, 1988.
15.	Курпан Ю.И.	Оставайся изящной.	М.: Советский спорт, 1991.
16.	Лисицкая Т.М.	Гимнастика и танец.	М.:Советский спорт, 1988.
17.	Лисицкая Т.М	Ритм. Пластика.	М.: Советский спорт, 1988.
18.	Лукьянова Е.А.	Дыхание в хореографии.	Москва ,1979.
19.	Махмутов М. И.	Современный урок.	М.: Просвещение, 1985.
20.	Мессерер А. М.	Танец. Мысль. Время.	М.: Искусство, 1990.
21.	Никитин В. Н.	Энциклопедия тела: психология, педагогика, театр, танец, спорт.	М.: Искусство, 2000.
22.	Пасютинская В. М.	Волшебный мир танца.	М.: Просвещение, 1985.
23.	Перейра Х.	Давай дружить.	Минск, 2010.
24.	Полятков С. С.	Основы современного танца.	Ростов на Дону, 2005.
25.	Регацони Г.	Латиноамериканские танцы.	М., 2001.
26.	Руденко А. В.	Игры и сказки, которые лечат.	Харьков, 2012.
27.	Селевко Г. К.	Современные образовательные технологии.	М.:Просвещение, 1998.
28.		Современные танцы.	М.: Просвещение, 1984.
29.	Стриганов В.Н., Уральская В.И.	Современный бальный танец	М.: Просвещение, 1988.
30.	Тобиас М. Стюард М.	Растягивайся и расслабляйся.	М.: Советский спорт, 1994.
31.	Шереметьевская Н.	Танец на эстраде.	М.: Искусство, 1989.
32.		Энциклопедия «Балет».	М.: Искусство,1981.