

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Образовательная программа «**Ритмика и танец**» имеет **художественную направленность** и предназначена для осуществления хореографического образования младших школьников во внеурочное время, более широкое приобщение учащихся к искусству.

**Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность, практическая значимость образовательной программы**

**Новизна** данной программы заключается в организации учебного процесса – в программу входит изучение различных хореографических дисциплин, таких как ритмика, гимнастика, классический танец, народно-сценический танец, современный танец (джаз-модерн). Каждое занятие охватывает темы разных разделов, не нарушая систему знаний.

**Актуальность** создания данной образовательной программы заключается в значительной популярности хореографии как искусства среди различных возрастных групп, а особенно среди детей младшего школьного возраста, большинство из которых приходят в хореографические коллективы несознательно, по воле родителей. Родители стремятся привлечь ребенка к занятиям хореографией с самого раннего возраста, они в свою очередь правы: ребенок, который умеет танцевать, развивается быстрее и гармоничнее своих сверстников. Однако только от педагога, от методов его преподавания зависит то, с каким интересом будет подходить ребенок к занятиям и каких результатов он достигнет. Данная программа предоставляет широкие возможности обучения основам хореографического искусства.

**Педагогическая целесообразность** программы определена тем, что данная комплексная программа реализует **основные идеи и цели системы дополнительного образования детей**:

– развитие мотивации детей к познанию и творчеству;

– содействие личностному и профессиональному самоопределению обучающихся, их адаптации в современном динамическом обществе;

– приобщение подрастающего поколения к ценностям мировой культуры и искусству;

– сохранение и охрана здоровья детей.

**Отличительной особенностью** образовательной программы от уже существующих является включение в содержание раздела «Актерское мастерство». Целью раздела является эмоциональное раскрепощение обучающихся, так как движение без эмоций не может передать всю свою суть.

**Ведущие теоретические идеи образовательной программы –** комплексное обучение хореографии. В результате изучения разных танцевальных направлений, учащиеся осваивают основы танцевального искусства.

Программа состоит из отдельных тематических блоков, но в связи со спецификой обучения в хореографическом коллективе, границы их сглаживаются. На одном и том же занятии происходит изучение элементов классического, народного или современного танцев (одновременно выполняются задачи физического и музыкального развития) и изучаются движения танца. В программу каждого учебного года вводится теоретический материал, соответствующий содержанию основных разделов.

Увеличение нагрузки на 3 году обучения соответствует принципам регулярности и систематичности; при этом более равномерно распределяется сама нагрузка. Кроме того, при занятиях три раза в неделю появляется возможность несколько снизить плотность тренировочного процесса и больше времени уделить объяснению наиболее сложных моментов и индивидуальной работе с воспитанниками, что способствует лучшему усвоению изучаемого материала.

В образовательной программе используются следующие термины и понятия:

**Общие термины:**

**Дополнительная общеобразовательная программа –** документ, определяющий содержание дополнительного образования. К дополнительным образовательным программам относятся: дополнительные общеразвивающие программы, дополнительные предпрофессиональные программы (Ст.12 п.4 ФЗ-273 «Об образовании в РФ»).

**Учебный план** – документ, который определяет перечень, последовательность и распределение по периодам обучения учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практики, иных видов учебной деятельности и, если иное не установлено настоящим Федеральным законом, формы промежуточной аттестации обучающихся.

**Рабочая программа –** часть образовательной программы, определяющий объем, содержание и порядок реализации дополнительных общеобразовательных программ.

**Учащиеся** – лица, осваивающие образовательные программы начального общего, основного общего или среднего общего образования, дополнительные общеобразовательные программы;

**Средства обучения и воспитания** – приборы, оборудование, включая спортивное оборудование и инвентарь, инструменты (в том числе музыкальные), учебно-наглядные пособия, компьютеры, информационно-телекоммуникационные сети, аппаратно-программные и аудиовизуальные средства, печатные и электронные образовательные и информационные ресурсы и иные материальные объекты, необходимые для организации образовательной деятельности.

**Специальные термины:**

**Музыкально-ритмическое развитие –** развитие у детей способности воспринимать музыкальные образы и умения отразить их в движении

**Ритмика** – это первая ступень хореографии, где дети знакомятся с основными позициями и танцевальными движениями. Занятия направлены на развитие музыкально слуха, чувства ритма, эмоциональной отзывчивости на музыку, растяжку, укрепление спины, координацию движений.

**Гимнастика и стретчинг –** комплекс упражнений, направленный на растягивание мышц.

**Классический танец –** определенный вид хореографической пластики,основное выразительное средство балета; четко выработанная система движений

**Народно-сценический танец –** исторически выработанная, устойчивая система выразительных средств хореографического искусства в сценической трактовке многообразия танцев, сложившихся на протяжении нескольких веков у многих народов.

**Современный танец (Contemporary Dance)** — направление искусства танца, включающее танцевальные техники и стили XX — начала XXI вв., сформировавшиеся на основе американского и европейского танца Модерн и танца Постмодерн. В данном направлении танец рассматривается как инструмент для развития тела танцовщика и формирования его индивидуальной хореографической лексики. Средствами этого выступает синтез, актуализация и развитие различных техник и танцевальных стилей. Для современного танца характерна исследовательская направленность, обусловленная взаимодействием танца с постоянно развивающейся философией движения и комплексом знаний о возможностях человеческого тела. Ведущими представителями являются Мерс Каннингхэм, Алвин Эйли, Талли Битти, Дональд Мак-Кейл, Алвин Николаи, Пол Тэйлор, Триша Браун.

**Джаз-модерн –** одно из направлений современной зарубежной [хореографии](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A5%D0%BE%D1%80%D0%B5%D0%BE%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%84%D0%B8%D1%8F), зародившееся в кон. [XIX](https://ru.wikipedia.org/wiki/XIX_%D0%B2%D0%B5%D0%BA) — начало. [XX](https://ru.wikipedia.org/wiki/XX_%D0%B2%D0%B5%D0%BA) вв. в США и Германии. Термин «Танец модерн» появился в США для обозначения сценической хореографии, отвергающей традиционные балетные формы.

**Хореографическая терминология** - система специальных наименований, предназначенных для обозначения упражнений или понятий, которые кратко объяснить или описать сложно.

**Хореографический станок** – это разновидность спортивного инвентаря, представляющая собой длинные горизонтально расположенные брусья. Применяется как опора для ног и рук при отработке различных танцевальных упражнений.

**Экзерсис** – это комплекс тренировочных упражнений в балете, способствующих развитию мышц, связок, воспитанию координации движений у танцовщика. Экзерсис выполняется у «станка» (прикрепленной кронштейнами к стене) и на середине учебного зала ежедневно. Экзерсис стоит из одних и тех же элементов.

**Партерный экзерсис –** комплекс упражнений на полу.

**Учебный этюд –** маленькое законченное произведение, в которое включены движения, манера, характер той или иной народности.

**Танцевальный этюд -** маленькое танцевальное произведение, в которое включена лексика и композиционный рисунок, имеет законченную форму.

**Хореографическое произведение** - строится на основе музыкального произведения, с которым теснейшим образом связан хореографический текст и рисунок танца Балетмейстер может развивать ритмическую сторону музыкального произведения в сочиненном им хореографическом тексте, но характер этого развития должен соответствовать характеру музыкального произведения.

**Рисунок танца** - это перемещение исполнителей по сценической площадке. Хореографический текст - это танцевальные движения, жесты, позы, мимика. Рисунок танца и танцевальный текст составляют композицию танца.

**Выворотность –**  это способность развернуть ноги (бедра, голени и стопы) в положение en dehors (наружу), когда при правильно поставленном корпусе бедра, голени и стопы повернуты своей внутренней стороной наружу.

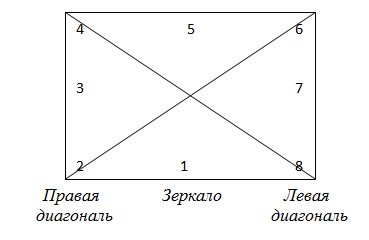
**Тренаж** – система тренировочных упражнений с целью приобретения каких-либо автоматических профессиональных навыков.

**Изоляция –** изолированная работа какой-то одной частью тела, каждая часть тела образует свое собственное изолированное поле напряжения и центр движения.

**Кросс –** передвижение в пространстве.

**Репертуар –** совокупность хореографических произведений, исполняемых танцевальным коллективом.

**Нумерация точек зала и диагонали**

****

**Цель программы** - активизация музыкального восприятия через движение. Двигаться, как подсказывает музыка, идти от музыки к движению, творчески отображая музыкальные впечатления.

В процессе обучения педагогом определены и решаются следующие **задачи**:

1. Сформировать хореографические умения и навыки на основе программного материала;
2. Развивать и совершенствовать физические способности, творческую активность и индивидуальность детей, укрепляя их здоровье;
3. Воспитывать культуру поведения в коллективе, умение преодолевать трудности, упорство, дисциплину, аккуратность.

**Принципы отбора содержания образовательной программы**

Программа носит практико-ориентированный характер.

На первом году обучения осуществляется музыкально-ритмическое развитие учащихся, а также проводятся занятия по гимнастике и стретчингу и современному танцу. Подача танцевального материала сформирована по принципу «от простого к сложному». На втором и третьем годах обучения предполагается знакомство с основами классического и народно-сценического танца. Учащиеся продолжают заниматься гимнастикой и стретчингом, изучать современный танец (джаз-модерн), получают навыки актерского мастерства.

Для учащихся, проявляющих стойкий интерес к занятиям и показывающих высокие результаты, возможно формирование индивидуального образовательного маршрута, включающего самоподготовку, индивидуальные консультации, подготовку к участию в фестивалях и конкурсах в сольных номинациях.

Желающим продолжить обучение в области хореографии могут продолжить обучение по другим образовательным программам, реализующимся в МБУ ДО ДЮЦ г. Гурьевска (например, «Мир танца»).

Сложность программы соответствует возрастным особенностям учащихся.

**Формы организации учебного процесса**

Основной **формой обучения** является практическое занятие группой от 12 человек (мальчики и девочки).

Используются также различные **методы обучения**:

* словесный (рассказ, беседа, лекция);
* наглядный (показ, демонстрация, экскурсия);
* практический (выполнение физических упражнений, разучивание танцевальных движений);
* объяснительно-иллюстративный метод;
* метод проблемного изложения материала;
* игровой.

**Возраст детей**

Образовательная программа разработана для детей в возрасте **7-12 лет** с учетом их возрастных возможностей и способностей.

**Условия набора**

Набор учащихся осуществляется на бесконкурсной основе, в объединение принимаются все желающие, прошедшие медицинский осмотр и допущенные к занятиям хореографией. Главная задача – помочь детям проникнуть в мир музыки и танца, а не подготовить их к профессиональной сцене.

**Прогнозируемые результаты**

За период обучения учащиеся приобретают определенные знания, умения и навыки по этапам:

**1 год обучения**

– навыки музыкально-ритмической деятельности;

– навыки правильного и выразительного движения (привычка стоять прямо и стройно держаться, свободно двигаться в танцах);

– усвоение подготовительных танцевальных движений и рисунков;

– знакомство с ритмическим строением музыки, её размером, частями и фразами;

– навыки организованности и дисциплинированности.

**2 год обучения**

– развитие музыкальности и пластичности;

– усвоение приемов классической, народной и современной хореографии;

– выработка сильных натянутых ног, большого танцевального шага, высокого прыжка;

– развитие координации движения.

**3 год обучения**

– выработка правильности и чистоты исполнения позиций и поз, движений;

– развитие силы, выворотности и устойчивости ног.

**Механизм оценивания образовательных результатов**

Контроль уровня освоения материала учащимися осуществляется по результатам выполнения практических заданий на каждом занятии, по результатам тестирования, завершающим теоретические разделы программы.

Критерии оценки результативности определяются на основании содержания образовательной программы и в соответствии с ее прогнозируемыми результатами. Оценивание результатов тестирования условно производится по пятибалльной системе:

Отличное освоение – 5: успешное освоение воспитанником более 70 процентов содержания образовательной программы;

Хорошее – 4: успешное освоение воспитанником от 60 до 70% содержания образовательной программы

Удовлетворительное – 3: успешное освоение воспитанником от 50 до 60% содержания образовательной программы

Слабое – 2: освоение воспитанником менее 50 % содержания образовательной программы.

Полное отсутствие – 1

Критерии оценки качества выполнения практических заданий:

* Выполнение физических упражнений, исполнение танцевальных движений и комбинаций осуществляется без ошибок в полном соответствии с требованиями преподавателя - хорошее освоение материала;
* Выполнение физических упражнений, исполнение танцевальных движений, комбинаций и этюдов осуществляется без ошибок в полном соответствии с требованиями преподавателя, участие в концертных номерах, предполагающее использование учащимися актерского мастерства – отличное освоение.

Важным элементом механизма оценивания образовательных результатов является рейтинг творческой активности учащихся в конкурсах, фестивалях и иных мероприятиях различных уровней.

**Формы подведения итогов**

* по результатам промежуточных зачетов по разделам, собеседований, наблюдений;
* по результатам показов на открытых уроках, выступлений на концертах в учреждении и вне учреждения;
* по результатам выступлений на муниципальных, областных, всероссийских, международных фестивалях/конкурсах.

**Организационно-педагогические условия реализации программы**

Образовательный процесс осуществляется на основе учебного плана, рабочей программы и регламентируется расписанием занятий.

В качестве нормативно-правовых оснований проектирования данной программы выступает Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказ Министерства образования Российской Федерации от 29.08.2013 г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Устав учреждения, правила внутреннего распорядка обучающихся, локальные акты учреждения.

К занятиям хореографией допускаются обучающиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности.

Занятия необходимо проводить в специально оборудованном зеркалами и хореографическими станками классе с деревянным покрытием пола, с хорошим освещением, при температуре воздуха 17-20 градусов. Работа на середине класса проводится на расстоянии 2,5 метра от стены с зеркалами. Проветривание кабинета и влажная уборка производится 2 раза в день. Занятия проводятся под фонограммы.

Также необходимы: помещение для переодевания учащихся, учебная форма учащихся; компьютер, видео и аудиоаппаратура, гимнастические коврики; создание психологических условий - обстановки доверия (ребенок – педагог – родитель) с учетом возрастных и индивидуальных особенностей.

Образовательная программа обеспечена необходимыми методическими разработками.

**Режим занятий**

Занятия по образовательной программе проводятся в течение всего календарного года, без каникулярного времени. Календарный год делится на два периода – учебный год, летнее время.

*Начало учебного года:* 1 сентября ежегодно;

*Окончание учебного года* – 31 мая ежегодно;

*Продолжительность учебного года* (аудиторные занятия) – 36 недель;

Начало летнего периода – 1 июня ежегодно;

Окончание летнего периода – 31 августа ежегодно;

*Продолжительность летнего периода* (*внеаудиторные занятия, самоподготовка) –* 16 недель;

Образовательная программа рассчитана на три года обучения, базовый уровень. Программа первого года обучения рассчитана на 72 часа в год (36 аудиторных занятий в год), второго и третьего года обучения – 144 часа (72 аудиторных занятия в год).

Для детей, проявляющих стойкий интерес к занятиям, на 3 году обучения предлагается углубленный уровень освоения программы. Содержание углубленного варианта программы расширено за счет включения дополнительных часов на освоение разделов программы, изучение более сложного танцевального материала, подготовку учащихся к участию в соревнованиях, фестивалях, конкурсах.

Общее количество часов, включая летний каникулярный период, составляет 104 часа на первом году обучения, 208 часов на втором году обучения,208 часов (базовый уровень) или 312 часов (углубленный уровень) на третьем году обучения.

***Режим занятий, базовый уровень***

*1 год обучения*

2 занятия в неделю продолжительностью один академический час или 1 занятия в неделю продолжительностью два академических часа с 10-тиминутным перерывом. Продолжительность академического часа – 45 минут.

*2-3 год обучения*

2 занятия в неделю. Продолжительность занятия – два академических часа с 10-минутным перерывом. Продолжительность академического часа – 45 минут.

Максимальная учебная нагрузка на базовом уровне составляет 4 часа в неделю.

***Режим занятий, углубленный уровень***

*1 год обучения*

2 занятия в неделю продолжительностью один академический час или 1 занятия в неделю продолжительностью два академических часа с 10-тиминутным перерывом. Продолжительность академического часа – 45 минут.

*2 год обучения*

2 занятия в неделю. Продолжительность занятия – два академических часа с 10-минутным перерывом. Продолжительность академического часа – 45 минут.

*3 год обучения*

3 занятия в неделю. Продолжительность занятия – два академических часа с 10-минутным перерывом. Продолжительность академического часа – 45 минут.

Максимальная учебная нагрузка на углубленном уровне составляет 6 часов в неделю.

Схема построения занятия на всех этапах и уровнях обучения одинакова:

1. Подготовительная часть - постановка целей, разминка;

2. Основная часть - разучивание движений, постановка танца;

3. Заключительная часть - рефлексия.

*Формы работы в летний период:*

В летний период занятия детей в объединении проводятся в разных формах и видах: экскурсии, поездки, соревнования, конкурсы, творческие встречи, мастер-классы, участие в работе летнего оздоровительного лагеря, самоподготовка.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

**Базовый уровень**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | | **Раздел программы/ Предмет, дисциплина, модуль** | **Общее**  **количество**  **часов** | **В том числе** | |
| **Теоретические** | **Практические** |
| **1 ГОД ОБУЧЕНИЯ** | | | | | |
| 1. | | Введение | 2 | 1 | 1 |
| 2. | | Музыкально-ритмическое развитие | 16 | 2 | 14 |
| 3. | | Гимнастика и стретчинг | 18 | 3 | 15 |
| 4. | | Современный танец | 34 | 7 | 27 |
| 5. | | Аттестация | 2 | 1 | 1 |
| **Всего: аудиторные занятия** | | | **72** | **14** | **58** |
| **Всего: внеаудиторные занятия** | | | **20** | **-** | **20** |
| **Самоподготовка:** | | | **12** | **2** | **10** |
| **2 ГОД ОБУЧЕНИЯ** | | | | | |
| 1. | Введение | | 2 | 1 | 1 |
| 2. | Гимнастика и стретчинг | | 20 | 4 | 16 |
| 3. | Азбука классического танца | | 34 | 5 | 29 |
| 4. | Основы народного танца | | 34 | 6 | 28 |
| 5. | Современный танец | | 34 | 6 | 28 |
| 6. | Творческая деятельность | | 18 | - | 18 |
| 7. | Аттестация | | 2 | 1 | 1 |
| **Всего: аудиторные занятия** | | | **144** | **23** | **121** |
| **Всего: внеаудиторные занятия** | | | **40** | **-** | **40** |
| **Самоподготовка:** | | | **24** | **4** | **20** |
| **3 ГОД ОБУЧЕНИЯ** | | | | | |
| 1. | Введение | | 2 | 1 | 1 |
| 2. | Гимнастика и стретчинг | | 20 | 6 | 14 |
| 3. | Азбука классического танца | | 34 | 4 | 30 |
| 4. | Основы народного танца | | 34 | 6 | 28 |
| 5. | Современный танец | | 34 | 9 | 25 |
| 6. | Творческая деятельность | | 18 | - | 18 |
| 7. | Аттестация | | 2 | 1 | 1 |
| **Всего: аудиторные занятия** | | | **144** | **27** | **117** |
| **Всего: внеаудиторные занятия** | | | **40** | **-** | **40** |
| **Самоподготовка:** | | | **24** | **4** | **20** |

**Углубленный уровень**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Раздел программы/ Предмет, дисциплина, модуль** | **Общее**  **количество**  **часов** | **В том числе** | |
| **Теоретические** | **Практические** |
| **3 ГОД ОБУЧЕНИЯ** | | | | |
| 1. | Введение | 2 | 1 | 1 |
| 2. | Гимнастика и стретчинг | 34 | 6 | 28 |
| 3. | Азбука классического танца | 34 | 4 | 30 |
| 4. | Основы народного танца | 34 | 6 | 28 |
| 5. | Современный танец | 68 | 11 | 57 |
| 6. | Актерское мастерство | 8 | 1 | 7 |
| 7. | Творческая деятельность | 34 | - | 34 |
| 8. | Аттестация | 2 | 1 | 1 |
| **Всего: аудиторные занятия** | | **216** | **30** | **186** |
| **Всего: внеаудиторные занятия** | | **60** | **-** | **60** |
| **Самоподготовка** | | **36** | **6** | **30** |

**СОДЕРЖАНИЕ КУРСА**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Раздел**  **программы** | **Основное**  **содержание** | **Основные формы**  **работы** | **Средства обучения и воспитания** | **Форма**  **подведения итогов** |
| 1. 1. | Музыкально-ритмическое развитие | Развитие ритми-ческого восприятия и музыкальности. Виды шага, бега, прыжков. Общеразвивающие упражнения. | Практическая работа, беседа | Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи | Результаты практикума |
| 1. 2. | Гимнастика и стретчинг | Упражнения на осанку, выворот-ность, гибкость, растяжку, развитие шага; для стоп, для мышц живота и спины; прыжки | Практическая работа, беседа | Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи, гимнастические коврики | Результаты практикума |
| 1. 3. | Азбука классического танца | Разминка, экзерсис у станка, экзерсис на середине зала, партерный экзерсис | Практическая работа, беседа, показ видеоматериала | Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи, мультимедийный проектор | Результаты практикума |
| 1. 4. | Основы народного танца | Упражнения у станка. Танцевальные движения и комбинации на середине зала. Этюды. | Практическая работа, беседа, показ видеоматериала | Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи, мультимедийный проектор | Результаты практикума |
| 1. 5. | Современный танец | Комплекс движений в партере, у станка, на середине зала, изоляция, упражнения для позвоночника, кросс и вращения | Практическая работа, беседа, показ видеоматериала | Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи, мультимедийный проектор, гимнастические коврики | Результаты практикума |
| 1. 6. | Актерское мастерство | Приемы и упражнения, позволяющие развить актерские способности | Практическая работа, беседа, игра | Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи, прочий реквизит | Результаты практикума |
| 1. 7. | Творческая деятельность | Постановочная и репетиционная работа в соответствии с репертуарным планом | Практическая работа | Компьютер, аудиоколонки, аудиозаписи, сценические костюмы, реквизит | Занятость в концертных номерах |

**КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Год реализации программы** | **Учебный период** | | | | | | | | | | | | | **Летний период** | | | | **Продолжит.**  **календ. года** |
| сентябрь | | октябрь | ноябрь | декабрь | январь | | февраль | март | апрель | май | | | июнь | июль | | август |
| **1год обучения** | 1,5 нед. | 2,5 нед | 4  нед. | 4  нед. | 5  нед. | 1,5  нед. | 3 нед. | 4  нед. | 5  нед. | 4  нед. | 4,5  недели | | Промеж. атт. | 4  нед. | 3  нед. | 2  нед. | 4  нед. | 52  нед. |
| **2год обучения** | 4  нед. | | 4  нед. | 4  нед. | 5  нед. | 1,5  нед. | 3 нед. | 4  нед. | 5  нед. | 4  нед. | 3  нед. | Промеж. атт. | 1,5  нед. | 4  нед. | 3  нед. | 2  нед. | 4  нед. | 52  нед. |
| **3 год обучения** | 4  нед. | | 4  нед. | 4  нед. | 5  нед. | 1,5  нед. | 3 нед. | 4  нед. | 5  нед. | 4  нед. | 3  нед. | Итог. атт. | 1,5  нед. | 4  нед. | 3  нед. | 2  нед. | 4  нед. | 52  нед. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Аудиторные занятия по расписанию - 36 недель |  | Cамоподготовка – 6 недель |
|  | Внеаудиторный период - 10 недель |  | Промежуточная и итоговая аттестации |

**ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

Успешная реализация данной программы предусматривается при наличии материально – технической базы. Поэтому занятия должны проводится в просторном, светлом, проветренном чистом кабинете, оснащенном станками и зеркалами. Обувь детей должна быть легкой, удобной для изучения упражнений у станка и специальной сценической (т.е. туфли, как для девочек, так и для мальчиков) при разучивании движений танца. Форма для занятий должна быть не стесняющей движений и не скрывающей от педагога работу мышц воспитанника, определяется педагогом, исходя из специфики занятий. Музыка в области любого танцевального стиля занимает одно из центральных мест. В качестве музыкального сопровождения используются аудиозаписи.

|  |  |
| --- | --- |
| **Материально – техническое обеспечение** | **Методическое обеспечение** |
| 1. Хореографический зал с деревянным настилом пола, зеркалами и станком; 2. Гимнастические коврики, маты (для выполнения заданий разного уровня сложности); 3. Музыкальное сопровождение занятий; 4. Аудио-, видеоаппаратура; 5. Flash-накопители, CD и DVD диски; 6. Специальная тренировочная одежда и обувь для учащихся (спортивные купальники, трико, балетные тапочки, танцевальная обувь); 7. Сценические костюмы. | 1. Информационно – методические материалы:  − новые педагогические технологии в образовательном процессе и т.д.  − пакет диагностических методик;  − игры, развивающие двигательную активность;  − специальные танцевальные упражнения;  2. Дидактическое обеспечение:  − наглядные пособия (в соответствии с разделами программы, образцы готовых изделий, анкеты);  3. Вспомогательные материалы:  − журналы, литературные источники, развивающие кругозор и культуру восприятия танца, видеоматериалы. |

**ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ**

**Входные тесты для определения специальных**

**хореографических данных**

1. Определение выворотности ног.

* определение выворотности ног в коленных и голеностопных суставах (Demi-plie)
* определение выворотности ног в тазобедренном суставе
* «лягушка» - определение выворотности ног в тазобедренном суставе.

2. Определение свода и подъема стопы.

3. Определение высоты прыжка.

4. Гибкость тела (при хорошей гибкости корпус свободно наклоняется назад и вперед).

5. Определение высоты шага. Его высота определяется при выворотном положении в трех направлениях: в сторону, вперед и назад. Необходимо обращать внимание на то, насколько легко поднимается нога.

Хорошо при отборе детей обратить внимание на темперамент ребенка. Принято выделять три основных свойства нервной системы – силу, уравновешенность и подвижность процессов возбуждения и торможения нервной системы. Отсюда – четыре основных их сочетания или четыре типа нервной деятельности:

1. Сангвиник – сильный уравновешенный, подвижный;
2. Холерик – сильный, неуравновешенный, подвижный;
3. Флегматик – сильный, уравновешенный, инертный;
4. Меланхолик – слабый тип.

Наиболее подходящими для обучения танцу принято считать сангвиников и холериков. С флегматиком будут необходимы индивидуальные занятия. Что касается меланхоликов, то они меньше всего подходят для обучения танцу.

**Практический тест**

**«Руки, ноги, позы в классическом танце»**

Показать:

1. Пять позиций рук;
2. Пять позиций ног;
3. Позы:
   1. Croisee (круазе) – поза, при которой ноги скрещены, одна нога закрывает другую.
   2. Ecartee (экарте) – поза классического танца, развернутая по диагонале вперед или назад, корпус отклонен от ноги.
   3. Effacee (эфасе) – развернутое положение ног и корпуса.
   4. En face (ан фас) – прямо, прямое положение корпуса, головы и ног.
   5. Epaulment (эпольман) – положение исполнителя, повернутого во 2 или 8 точку; различается epaulement croise (закрытый) и epaulement efface (открытый).

**Тестовые задания для проверки знаний**

**терминов классического танца**

**I. Основные понятия:**

**1. Adagio (адажио):**

а) медленно, медленная часть танца;

б) быстро, прыжки.

**2. Allegro (аллегро)**:

а) медленно, медленная часть танца;

б) быстро, прыжки.

**3. Aplomb (апломб):**

а) устойчивость;

б) поза, название которой происходит от стиля арабских фресок.

**4. Preparation (препарасьон):**

а) поза, положение тела; поднятая вверх нога полусогнута;

б) приготовление, подготовка.

**5. En face (ан фас):**

а) прямо; прямое положение корпуса, головы и ног;

б) поза, при которой ноги скрещены, одна нога закрывает другую.

**6. Croisee (круазе):**

а) развернутое положение корпуса и ног;

б) поза, при которой ноги скрещены, одна нога закрывает другую.

**7. Efface (эфасэ):**

а) развернутое положение корпуса и ног;

б) поза, при которой ноги скрещены, одна нога закрывает другую.

**8. Ecartee (экартэ):**

а) отводить, раздвигать; поза, при которой вся фигура повернута по диагонали;

б) прямо; прямое положение корпуса, головы и ног.

**9. En dedans (ан дедан):**

а) внутрь, в круг;

б) наружу, из круга.

**10. En dehors (ан деор)**:

а) внутрь, в круг;

б) наружу, из круга.

**11. Demi (деми):**

а) маленький;

б) средний, небольшой.

**12. Grand (гранд)**:

а) большой;

б) средний, небольшой.

**13. Plie (плие)**:

а) положение одной ноги на щиколотке другой, опорной;

б) приседание.

**14. Releve (релеве):**

а) от гл. «приподнимать, возвышать»; подъем на пальцы или полупальцы;

б) медленный подъем ноги на 90\*.

**15. Arabesque (арабеск):**

а) устойчивость;

б) поза, название которой происходит от стиля арабских фресок.

**16. Pas de deux (па де де)**:

а) танец двух исполнителей, обычно танцовщика и танцовщицы;

б) танец трех исполнителей, чаще двух танцовщиц и одного танцовщика.

**17. Pas de trois (па де труа):**

а) танец двух исполнителей, обычно танцовщика и танцовщицы;

б) танец трех исполнителей, чаще двух танцовщиц и одного танцовщика.

**II. Battements – биение, удары.**

**1. Battement (батман):**

а) размах, биение;

б) бросок ноги на месте или в прыжке.

**2. Battement tendu (батман тандю):**

а) отведение и приведение вытянутой ноги, не отрывая носка от пола;

б) движение с ударом, или ударное движение.

**3. Jete (жете)**:

а) бросок ноги на месте или в прыжке;

б) движение с ударом, или ударное движение.

**4. Grand battement (гранд батман)**:

а) большой бросок ноги на месте или в прыжке;

б) маленький бросок ноги или брыжок.

**5. Battement frappe (батман фраппэ)**:

а) бросок ноги на месте или в прыжке;

б) движение с ударом, или ударное движение.

**6. Petit (пти):**

а) маленький;

б) средний, небольшой.

**7. Battement fondu (батман фондю):**

а) мягкое, плавное, «тающее» движение;

б) движение с двойным ударом.

**8. Battement soutenu (батман сотеню)**:

а) раскачивать, раскрывать, вынимать ногу на 90\* в нужное направление;

б) выдерживать, поддерживать; движение с подтягиванием ног в пятой позиции, непрерывное движение.

**9. Relevelent (релевелян):**

а) от гл. «приподнимать, возвышать»; подъем на пальцы или полупальцы;

б) медленный подъем ноги на 90\*.

**III. Rond de jambe – круг.**

**1. Rond de jambe par terre (ронд де жамб пар тер)**:

а) круговое движение ноги по полу, круг носком по полу;

б) круг ногой в воздухе.

**2. Rond de jambe en l`air (ронд де жамб ан лер)**:

а) круговое движение ноги по полу, круг носком по полу;

б) круг ногой в воздухе.

1. **Port de bras – перегибы корпуса, рук, головы.**

**1. Port de bras (пор де бра)**:

а) чеканный танцевальный шаг, переступание с небольшим продвижением;

б) упражнение для рук, корпуса, головы; наклоны корпуса, головы.

**V. Связующие и вспомогательные движения, прыжки и вращения.**

**1. Pas (па)**:

а) шаг; движение или комбинация движений; употребляется как равнозначное понятию «танец»;

б) упражнение для рук, корпуса, головы; наклоны корпуса, головы.

**2. Passe (пассе):**

а)  поворот корпуса во время движения.

б) от гл. «проводить, проходить»; связующее движение, проведение или переведение ноги.

**3. Pas de bourree (па де буре)**:

а) чеканный танцевальный шаг, переступание с небольшим продвижением;

б) наклоны корпуса, головы.

**4. Sur le cou-de-pied (сюр ле ку де пье):**

а)  положение одной ноги на щиколотке другой, опорной;

б) связующее движение, проведение или переведение ноги.

**5. Sauté (соте)**:

а) простой прыжок с двух ног на одну;

б) прыжок на месте по позициям.

**6. Changement de pieds (шажман де пье)**:

а) чеканный танцевальный шаг, переступание с небольшим продвижением;

б) прыжок с переменой ног в воздухе (в V позиции).

7**. Echappe (эшаппэ):**

а) прыжок с раскрыванием ног во вторую позицию и собиранием из второй в пятую;

б) прыжок с переменой ног в воздухе (в V позиции).

**8. Tour chaine (тур шене)**:

а) «сцепленный, связанный»; быстрые повороты, следующие один за другим;

б) тур в воздухе.

**Тестовые задания для проверки знаний**

**терминов современного танца**

1. **Arch – (арч):**
   1. арка, прогиб торса назад;
   2. изгиб верхней части позвоночника( до солнечного сплетения ) вперед или в сторону.
2. **Body roll (боди ролл):**
   1. наклон торса вперед, в сторону (на 90\*), назад с прямой спиной, без изгиба торса;
   2. группа наклонов корпуса, волна.
3. **Bounce (баунс):**
   1. мазок стопой по полу к опорной ноге.
   2. трамплинное покачивание торса, вверх-вниз.
4. **Contraction – (контракшн):**
   1. сжатие, уменьшение обьема корпуса и округление позвоночника, начинается в центре таза, постепенно захватывая весь позвоночник, исполняется на выдохе.
   2. позиция сидя, при которой согнутые в коленях ноги касаются друг друга стопами, колени должны быть максимально раскрыты в стороны.
5. **Corkscrew turn (корскру повороты):**
   1. повороты, при которых повышается или понижается уровень вращения.
   2. это движение имеет мимолетный характер и часто служит для подготовки к следующему прыжку, одна нога как бы подсекает другую.
6. **Curve – (керф):**
   1. изгиб верхней части позвоночника( до солнечного сплетения ) вперед или в сторону.
   2. сокращенная стопа, кисть или колени.
7. **Flat back (флет бек):**
   1. наклон торса вперед, в сторону (на 90\*), назад с прямой спиной, без изгиба торса.
   2. шаг, при котором вся стопа одновременно ставится на пол.
8. **Flat step (флет степ):**
   1. наклон торса вперед, в сторону (на 90\*), назад с прямой спиной, без изгиба торса.
   2. шаг, при котором вся стопа одновременно ставится на пол.
9. **Flex (флекс):**
   1. сокращенная стопа, кисть или колени.
   2. падение расслабленного торса вперед или в сторону.
10. **Flik (флик):**
    1. группа наклонов корпуса, волна.
    2. мазок стопой по полу к опорной ноге.
11. **Frog – position (фрог позишн):**
    1. позиция сидя, при которой согнутые в коленях ноги касаются друг друга стопами, колени должны быть максимально раскрыты в стороны;
    2. это движение имеет мимолетный характер и часто служит для подготовки к следующему прыжку, одна нога как бы подсекает другую.
12. **Deep body bend (диип боди бенд):**
    1. наклон торсом вперед ниже 90\*, сохраняя прямую линию торса и рук.
    2. сильное сжатие в центре тела, в котором участвуют все части тела, руки, ноги и головы.
13. **Deep contraction (диип контракш):**
    1. сильное сжатие в центре тела, в котором участвуют все части тела, руки, ноги и головы.
    2. наклон торса вперед, в сторону (на 90\*), назад с прямой спиной, без изгиба торса.
14. **Drop (дроп):**
    1. падение расслабленного торса вперед или в сторону.
    2. шаг, при котором вся стопа одновременно ставится на пол.
15. **Pas faille (па файи):**
    1. сильное сжатие в центре тела, в котором участвуют все части тела, руки, ноги и головы.
    2. это движение имеет мимолетный характер и часто служит для подготовки к следующему прыжку, одна нога как бы подсекает другую.
16. **Pas (па):**
    1. шаг, движение, комбинация.
    2. пуант, носок, пальцы.
17. **Pointe (поинт):**
    1. сокращенная стопа, кисть или колени.
    2. пуант, носок, пальцы.
18. **Preparation (препарасион):**
    1. это движение имеет мимолетный характер и часто служит для подготовки к следующему прыжку, одна нога как бы подсекает другую.
    2. подготовка к движению.
19. **V- position (в позиция):** 
    1. позиция сидя, при которой согнутые в коленях ноги касаются друг друга стопами, колени должны быть максимально раскрыты в стороны;
    2. положение рук (заниженная 2 и 3 поз.)

**ЛИТЕРАТУРА**

**Нормативные акты**

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказ Министерства образования Российской Федерации от 29.08.2013 г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
3. Конвенция о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20 ноября 1989 г.). Ратифицирована Постановлением ВС СССР 13 июня 1990 г. № 1559-1 // СПС Консультант Плюс.
4. Концепция развития дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020 года.
5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей"».

**Литература для педагога**

1. Александрова Н.А., Макарова Н.В. Джаз-танец. Пособие для начинающих: Учебное пособие. – СПб.: «Издательство ПЛАНЕТА МУЗЫКИ»; Издательство «Лань», 2012.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. М., «Рольф», 2001.
3. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. – СПб.: «Издательство ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2010.
4. Ваганова А.Я. Основы классического танца. – СПб.: Издательство «Лань», 2007.
5. Гусев Г.П. Народный танец: методика преподавания: учеб.пособие для студентов вузов культуры и искусств. – М.: Гуманитарный изд. центр ВЛАДОС, 2012.
6. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Упражнения у станка: учеб. Пособие для вузов культуры и искусств. – М.: Гуманитарный изд. центр ВЛАДОС, 2005.
7. Журнал «Дополнительное образование» 2003: №11
8. Дополнительное образование детей: Учебное пособие для студентов ВУЗа / Под ред. О.Е. Лебедева. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000.
9. Зарипов Р.С., Валяева Е.Р. Драматургия и композиция танца: Учебно-справочное пособие. – СПб.: «Издательство ПЛАНЕТА МУЗЫКИ»; Издательство «Лань», 2015.
10. Латиноамериканские танцы. – Бертельсманн Медиа Москау АО, 2001.
11. Летягова Т.В., Романова Н.Н., Филлипов А.В., Шетэля В.М., Краткий словарь танцев. Под ред. Филлипова А.В. - М., Филинта: Наука, 2006.
12. ЛэрдУолтер Техника латиноамериканских танцев. Артис, 2008.
13. Никитин В.Ю. Мастерство хореографа в современном танце: Учебное пособие. – 2-е изд., испр. и доп. – Спб.: Издательство «Лань»; Издательсвто «ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2016. – 520 с.
14. Никитин В.Ю. Композиция урока и методика преподавания модерн-джаз танца. – М.: Один из лучших, 2006.
15. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец: История. Методика. Практика. - М.: Изд-во "ГИТИС", 2000
16. РубштейнН. Что нужно знать, чтобы стать первым. Тренер. - М. 2007.
17. Тарасов Н.И. «Методика классического тренажа». СПб: «Лань», 2009.
18. Челышева Т.В., Ламыкина Л.В. Профильное обучение в школе. Художественно-эстетический профиль: Учебно-методическое пособие. – М.: АПКиПРО, 2004.

**Литература для детей и родителей**

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии», «Айрис - пресс» Москва, 2001 г.
2. Джозеф С. Хавилер Тело танцора. Медицинский взгляд на танцы и тренировки. – М.: Новое слово, 2004.
3. Немова Г.В., Малышева А.Н. «Праздники, игры и танцы» Ярославль, академия развития, 2007 г.
4. Образцова Т.Н. «Музыкальные игры для детей» М; Этрол Лада 2005 г.
5. Прокопов К., Прокопова В. «Клубные танцы» М; АСТ Астрель хранитель, 2006 г.
6. Рубштейн Н. Что нужно знать, чтобы стать первым. Танцор. Пара. - М., 2007.
7. Фомиченко И., Михайлова М. «Танцуем, играем, всех приглашаем», Ярославль, Академия развития 2007 г.

**Интернет-ресурсы**

1. Всё для хореографов: horeograf.com
2. Хореографу в помощь: dancehelp.ru
3. Форум для хореографов: perluna-detyam.com
4. Секреты Терпсихоры. Хореографу в помощь: secret-terpsihor.com
5. Всероссийский интернет-педсовет: pedsovet.org