

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Центр детского творчества»

Рассмотрена методическим советом
МАУ ДО «ЦДТ»
Протокол №3
от «18» июня 2021 года

Утверждена педагогическим советом
МАУ ДО «ЦДТ»

Протокол №7 от «22» июня 2021 г.

Директор МАУ ДО «ЦДТ»

 О.Е. Жданова

приказ №28/1 от «26» июня 2021г



Общеобразовательная общеразвивающая
программа дополнительного образования
«ЭСТРАНДНЫЙ ТАНЕЦ»
(Хореографический коллектив «ПРОДВИЖЕНИЕ»)

Возраст детей: 7 – 9 лет

Срок реализации: 2 года

Составитель:

педагог дополнительного
образования:

Осинова Виктория Рамильевна

1. Пояснительная записка

Хореографическое искусство - одно из универсальных средств всестороннего развития личности. Его специфика определяется многогранным воздействием на человека, так как хореография является синтетическим искусством и объединяет музыку, движение и театр. Совершенствуя тело человека, влияя на становление эмоциональной сферы, воспитывая через музыку духовно, хореография способствует раскрытию творческого и познавательного потенциала, дает импульс к самосовершенствованию, постоянному личностному росту. Именно поэтому на различных этапах своего развития человечество постоянно обращалось к танцу как к универсальному средству воспитания тела, духа и души человека.

Эстрадный танец - одно из новых направлений хореографии, продолжающее переживать в наше время свой период становления и развития. Это танцевальное направление, которое объединило в себе элементы самых различных стилей. Здесь присутствуют элементы классического танца, джаз-танца, модерна, хип-хопа, фанка, а также акробатические элементы. Эстрадный танец способствует гармоничному развитию детей, учит их красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивает физическую силу, выносливость, ловкость и смелость, развивает координацию и моторную память.

«Эстрадный танец» направлен на воспитание у детей интереса и любви к танцу и искусству в целом, на овладение основами хореографии, на эффективное индивидуально-личностное развитие ребенка и раскрытие его творческих способностей. А также на укрепление здоровья учащихся, на формирование у них чувства прекрасного и других эстетических категорий, на развитие эмоциональной восприимчивости и выразительности.

Программа «Эстрадный танец» ориентирована на развитие физических данных учащихся, на приобретение начальных базовых знаний, умений и технических навыков в области эстрадной хореографии. Освоение содержания программы «Эстрадный танец» способствует формированию художественно-эстетической культуры учащихся, обеспечивает развитие мотивации познавательной и творческой деятельности.

Программа «Эстрадный танец» разработана с учетом физических, психологических и возрастных особенностей детей и построена по принципу «от простого к сложному». Физическая нагрузка увеличивается постепенно, усложняются творческие задания, уровень сложности движений нарастает поэтапно и последовательно и так же целенаправленно возрастает уровень ответственности детей.

Учебно-воспитательный процесс ориентирован на личность ребенка, его индивидуальные склонности, способности и особенности, что позволяет выстроить в коллективе особую атмосферу сотрудничества, взаимодействия и заинтересованности в творческой активности каждого учащегося.

Программа по **направленности** соответствует художественному профилю программ дополнительного образования детей. Программа разработана на основе образовательных программ дополнительного образования «Хореография» Заболотской М.А., «Основы обучения современным направлениям танца в системе дополнительного образования» Никитина В.Ю., «Эстрадно-современный танец» для хореографических отделений ДШИ, составитель-профессор А. А. Борзов.

Содержание программы дополнено в соответствии с требованиями программ нового поколения, что делает возможным выстроить индивидуальный маршрут развития каждого обучающегося, который будет пронизывать самые разнообразные образовательные области.

Актуальность программы заключается в том, что на современном этапе развития общества она отвечает на запросы обучающихся и их родителей: формирует социально значимые знания, умения и навыки, оказывает комплексное обучающее, развивающее, воспитательное и здоровьесберегающее воздействие, способствует формированию эстетических и нравственных качеств личности, приобщает обучающихся к творчеству. В процессе творческой деятельности у ребенка усиливается ощущение собственной личностной ценности, активно строятся индивидуальные социальные контакты, возникает чувство внутреннего контроля и порядка. Творчество помогает справиться с внутренними трудностями, негативными переживаниями, которые кажутся непреодолимыми для ребенка. Свои чувства и эмоции, а также знание и отношение ребенку легче выразить с помощью зрительных образов. Ребенок, участвуя в творческой деятельности, может пройти путь от

интереса, через приобретение конкретных навыков, к профессиональному самоопределению, что так же важно для успешной социализации. Творческая деятельность, оказывает большое значение в жизни человека, тем более она оказывает большое значение в жизни детей.

Музыкальное и хореографическое искусство являются незаменимыми средствами эстетического воспитания, художественного развития, способного глубоко воздействовать на духовный мир. Использование познавательных и воспитательных возможностей предметов художественно-эстетической направленности формирует у обучающихся творческие способности, чувство прекрасного, эстетический вкус, нравственность. Одна из основных целей хореографии – развитие хореографических способностей детей в процессе освоения различных танцевальных направлений. Проблема формирования у учащихся эстетического отношения к искусству является одной из приоритетных проблем современной теории и практики эстетического воспитания.

Учитывая требования дополнительного образования, была составлена образовательная программа «Эстрадный танец» детского творческого объединения. Данная комплексная программа реализует основные идеи и цели системы дополнительного образования детей. Эстрадный танец представляет собой синтез различных направлений хореографии с использованием акробатических элементов, позволяющих осуществить комплексную хореографическую подготовку обучающихся на протяжении всего курса обучения.

Хореография помимо основных своих задач как физическое и художественно-эстетическое развитие, воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Новизна программы состоит в том, что её содержание интегрирует в единое целое хореографическое искусство, музыку и актёрское мастерство. В ней учтены и адаптированы к возможностям детей разных возрастов основные направления танца и пластики. Программа «Эстрадный танец» позволяет ознакомить обучающихся со многими танцевальными стилями и направлениями. Такой подход направлен на раскрытие творческого потенциала и темперамента детей, а также на развитие их сценической культуры.

Основными отличительными особенностями данной дополнительной образовательной программы от уже существующих образовательных программ являются:

- дифференцированный подход к учащимся, исходя из их подготовленности и природных данных;
- комплексный подход при реализации учебно-воспитательных задач, подразумевающих работу в нескольких направлениях: ритмика, партерная гимнастика, логоритмика, элементы классического, эстрадного танцев, а также элементы акробатики.

Логоритмика – одна из технологий детской развивающей программы, которая благодаря определенным приемам соединяет движения, слова и музыку.

Задачи логоритмики:

- правильная осанка, координация движений при беге, ходьбе, гармоничные движения рук и ног;
- устранение скованности, напряжения;
- воспитание свободы в действиях;
- имитационные движения;
- развитие внимания – слухового и речевого;
- развитие моторики, силы голоса, выразительности речи, артикуляции, правильного дыхания, точности движений;
- правильная мимика.

Цель образовательной программы:

Развитие творческих способностей детей, формирование эстетических, культурных и нравственных ценностей, посредством поэтапного обучения эстрадного танца.

Задачи:

Обучающие:

- развить интерес к эстраднему танцу;
- сформировать основные умения, навыки в области хореографического искусства;

- научить выстраивать связь между исполнением танцевальных движений и внутренним состоянием;
- обучить профессиональной терминологии в хореографии.

Воспитательные:

- способствовать формированию личностных качеств (трудолюбие, ответственность, чувство коллективизма, стремления к преодолению препятствий);
- воспитать эстетический вкус, интерес к творческой деятельности;
- воспитать активную жизненную позицию, лидерские качества;
- сформировать готовность к социальному и профессиональному самоопределению.

Развивающие:

- развить мотивацию к познанию мира танца;
- развить художественно-эстетический вкус;
- развить музыкально-ритмические способности детей, творческое воображение, фантазию, внимание, память, пространственное мышление;
- развить потребность к саморазвитию.

Адресат программы

Программа рассчитана на детей и подростков 7 - 9 лет и разработана для детей различных социальных слоев населения. Обучаться по данной программе могут и девочки и мальчики.

Данная программа не предусматривает специального отбора детей, и в соответствии с нормами СанПиНа запись проводится при разрешении и допуску врача-педиатра к занятиям хореографией.

Возрастные особенности детей.

1. Младший школьный возраст (7-9лет).

Все еще слабо развита детская моторика, высокая утомляемость, эмоциональная возбудимость, развитие образной памяти (через красочный рассказ, яркие сравнения) – таковы особенности психического развития детей 7-10 лет. Необходимо больше использовать игровых приемов; учитывать, что результат работы на первых занятиях влияет на дальнейший эмоциональный настрой и интерес к занятиям. Более продуктивна работа в парах; желательно главную роль поручать менее уверенным в себе и не склонным к лидерству детям, т. к. им необходимо повышать самооценку.

Длительное сохранение статического положения для детей данного возраста утомительно, поэтому целесообразна вариативность в выполнении движений. Запас двигательных навыков детей еще не велик. Движения детей еще плохо организованы и координированы для сложных упражнений. Относительная слабость мускулатуры и гибкость костей могут привести к плохой осанке и искривлению позвоночника. Двигательный аппарат ребенка недостаточно окреп, что вызывает необходимость внимания к дозировке упражнений. Внимание детей еще не устойчиво. Они легко отвлекаются, легче воспринимают конкретный материал, живой образ для них ближе, нежели отвлеченные понятия. Поэтому игра в процессе занятия представляется естественной. Именно с этого возраста нужно обращать внимание на осанку у детей, с помощью обыкновенного марша, с шага на носочках и выработать привычку прямо, стройно держаться.

В содержание 2го года занятий входят те же разделы: разминка, станок, диагональ, середина, постановка-репетиция. Изменяется степень сложности учебного материала, дозировка физических нагрузок.

Срок реализации программы

Программа рассчитана на 2 года обучения с постепенным формированием устойчивого интереса к познанию искусства хореографии, его законов, углублением знаний и осмыслением своего существования в мире творчества. Долгосрочность освоения программы определяется:

- постепенным характером формирования физического аппарата ребенка для освоения и в связи с этим постепенное усложнение образовательной программы;
- возрастными особенностями развития ребенка;
- большим объемом материала, многопредметностью;
- групповым характером освоения образовательной программы и предъявления образовательного результата.

Педагогические условия для развития творческих способностей.

Одним из условий на занятиях является внимательное, доброжелательное отношение к начинающему танцору, умение внушить ему веру в его возможности, создание ситуации успеха. Таким образом, у детей возрастает уверенность в себе, повышается самооценка, на полную мощь начинает работать абстрактное мышление и образное восприятие мира.

Индивидуальный подход в работе с детьми и создание ситуации успеха на занятии обеспечивает психологический комфорт, творческую удовлетворенность детей, атмосферу доброжелательности.

При разработке программы учитываются психофизиологические, индивидуальные особенности детей.

Таким образом, дети формируются в группы с учетом возраста.

Для отдельных учащихся недостаточно хорошо освоивших программу, или проявивших танцевальные способности, по итогам контрольных уроков, зачетов, программа может быть скорректирована. Таким образом, ребенок имеет возможность освоить программу по индивидуальному маршруту.

По итогам первичной диагностики, в зависимости от музыкальных данных и специальной подготовки, дети, поступающие в объединение, могут быть приняты в группы второго и третьего годов обучения. А также возможен досрочный перевод учащихся на следующий год обучения по результатам диагностики и аттестации. Таким образом, педагог оставляет за собой право перегруппировки и коррекции учебно-тематического плана в зависимости от степени подготовленности обучающихся и обстоятельств, связанных с планами работы учреждения.

Формы и режим занятий

Основная форма обучения – групповая (обучающие занятия). Занятия предполагают использования групповых, подгрупповых и индивидуальных форм обучения. Количество обучающихся в группе составляет 8-15 человек.

1. Урок-тренировка - продолжительность - 40 мин., главным содержанием которого является детальный разбор темы

При этом рекомендуется при составлении расписания занятий объединять несколько таких уроков с общей продолжительностью до 2 часов.

2. Мастер-класс, главным, в содержании которого является разбор новых элементов техники исполнения тех или иных фигур. Подобные уроки рекомендуется проводить с просмотром видеоматериалов.

3. Постановочная работа. Создание хореографического номера. Разучивание комбинаций. Отработка техники и синхронности исполнения.

4. Выступления и участия в конкурсах, смотрах и тому подобных мероприятиях с целью совершенствования танцевальных умений.

5. Кейс-уроки — подготовленные заранее разного рода задания (обучающее видео, тесты, задачи и т.д.). Данный вид урока целесообразно организовывать на период самоизоляции, дистанционно. Преимущество таких уроков в том, что ученики могут выполнять их в любое удобное время. Для подтверждения выполнения заданий воспитанники могут присылать видео, фото. Осуществить данный урок помогают современные информационные технологии и двусторонняя видео связь, которые в наши дни практически доступны практически каждому: Zoom, Skype, WhatsApp.

6. Открытый урок.

Показ техник, комбинаций, а также хореографических постановок. Закрепление материала и выявление уровня усвоения.

Количество учебных часов.

Общее количество часов на первом году обучения – 144ч.

Продолжительность занятий учащихся первого года обучения– 2 часа (по 40 минут).

Количество занятий в неделю – 2.

Общее количество часов второго года - 216.

Продолжительность занятий – 2 часа (по 40 минут).

Количество занятий в неделю – 3.

Во время занятий предусмотрены 10 минутные перерывы для снятия напряжения и отдыха.

Схема построения занятия.

1. Подготовительная часть (разминка).

2. Основная часть.

3. Заключительная часть.

В подготовительной части решаются следующие задачи:

- организация обучающихся;
- ознакомление с задачами и содержанием занятия;
- подготовка организма к основной части занятия (разогревание двигательного аппарата). Основные средства: музыкально-ритмические упражнения, элементы хореографии. Подбор упражнений предусматривает последовательное воздействие на голеностопные, коленные, тазобедренные суставы.

Основная часть направлена на совершенствование ранее разученных комбинаций, а также освоение новых, поэтому может носить комплексный характер.

Заключительная часть позволяет снизить нагрузку, снять утомление, повысить эмоциональный тонус или снять чрезмерное возбуждение, подвести итоги занятия и определить задачи следующего занятия. При этом педагог стремится к тому, чтобы итоговое суждение было сформулировано самими детьми, побуждает их к эмоциональной оценке занятия. В заключение дается оценка деятельности группы в целом и отдельных детей.

Результатом деятельности хореографического коллектива по программе "Эстрадный танец" могут служить концертные выступления с показом отдельных номеров и активное участие в различных исполнительских конкурсах.

2. Содержание программы

Учебно-тематический план 1-го года обучения (144 часа)

№/п	Название раздела, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	<p style="text-align: center;">Организационное занятие:</p> <ul style="list-style-type: none"> • цели и задачи курса обучения, «культура поведения» и техника безопасности; • первичная диагностика. 	4	2	2
2.	<p style="text-align: center;">Введение в мир искусства</p> <ul style="list-style-type: none"> • зарождение хореографического искусства; • жанры хореографии. 	2	2	-
3.	<p style="text-align: center;">Логоритмика:</p> <ul style="list-style-type: none"> • речевые игры на внимание и переключаемость; • упражнения на развитие дыхания; • общие развивающие упражнения из положения стоя 	8	-	8
4.	<p style="text-align: center;">Ритмика:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ритмический рисунок; • понятие мелодия и зависимость танцевального движения от характера мелодии; • музыкальное вступление; • сильная и слабая доли в музыке 	16	2	14
5.	<p style="text-align: center;">Азбука музыкального движения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • музыкально-пространственные упражнения; • понятие «поза», «движение», «комбинация», «танец», «рисунок танца»; • танцевальные шаги (с носка на пятку) с фигурной маршировкой ; • виды рисунка 	16	2	14
6.	<p style="text-align: center;">Партерная гимнастика</p> <ul style="list-style-type: none"> • упражнения на гибкость; • упражнения на выворотность ног; • упражнение на укрепление мышц плечевого пояса, мышц спины и брюшного пресса; • упражнения на растяжку суставов; • упражнения на развитие балетного шага • упражнения для тренировки равновесия 	16	2	14
7.	<p style="text-align: center;">Элементы классического танца:</p> <ul style="list-style-type: none"> • роль классического танца; • основные позиции рук и ног; • понятие «вытянутая стопа» и понятие «сокращенная стопа». 	16	-	16
8.	<p style="text-align: center;">Танцевально-образная импровизация:</p> <ul style="list-style-type: none"> • создание музыкально-двигательных образов (изображение повадки животных и птиц) • подбор пластики к сюжетной линии; 	8	-	8

	• работа в парах и в подгруппах.			
9.	Ориентационно-пространственные упражнения: • ориентация в рабочем кабинете; • рисунок танца	8	-	8
10.	Репетиционно-постановочная деятельность.	46	-	46
11.	Открытые уроки	4	-	4
Итого:		144	12	132

Раздел 1. Организационное занятие.

1.1. Цели и задачи курса обучения.

Теория: Знакомство детей с целями и задачами программы первого года обучения, расписанием занятий.

Беседа «Культура поведения» и техника безопасности. Закрепление правил техники безопасности на занятиях, рассказ о костюме (форме) для занятий и личной гигиене.

1.2. Первичная диагностика.

Практика: Обучающиеся отвечают на вопросы, выполняют задания.

Раздел 2. Введение в мир искусства.

2.1. Зарождение и становление хореографического искусства.

Теория: Беседа о зарождении и становлении хореографического искусства; беседа «Музыка и танец». Знакомство с композиторами классической музыки

2.2. Жанры хореографического искусства.

Теория: знакомство с жанрами танцевального искусства (классический танец, народный танец, бальный танец, современная хореография, эстрадный танец).

Раздел 3. Логоритмика.

3.1. Речевые игры на внимание и переключаемость

Практика: музыкально-ритмические игры ("у жирафа", "звероробика", "часики", "дождик кап", "на море", "помогатор", "банан", "шаг вперед", "у оленя", "колесики", "буги-буги" "танцующий зоопарк", "паровозик").

3.2. Упражнения на развитие дыхания.

Практика: выполнение упражнения «Задуй свечку».

Встать прямо, ноги на ширине плеч. Сделать свободный вдох и слегка задержать дыхание.

Сложить губы трубочкой. Выполнить три коротких редких выдоха, словно задувая горящую свечу: «Фу! Фу! Фу!». Во время упражнения туловище держать прямо.

3.3. Общие развивающие упражнения из положения стоя.

Практика: выполнение упражнений.

1. Упражнения, развивающие гибкость шеи: наклоны, повороты, круговые движения головой.

2. Упражнения, развивающие эластичность плеча и предплечья, подвижность локтевого сустава: опускание и поднятие, круговые движения вовнутрь и наружу, отведение вперед и назад плеч и предплечий.

3. Упражнения, развивающие подвижность лучезапястных суставов, эластичность мышц кисти: одновременное и последовательное сжимание и разжимание пальцев рук; сгибательные, разгибательные, вращательные движения кистями рук в локтевых суставах.

4. Упражнения, развивающие подвижность позвоночника:

сгибания и разгибания, наклоны, повороты вправо и влево,

круговые движения, скручивания корпуса.

5. Упражнения, развивающие подвижность коленных суставов:

приседания, выпады, горизонтальные круговые движения коленями.

6. Упражнения, развивающие подвижность суставов, эластичность мышц стопы:

- прыжки на полупальцах, не касаясь пола пятками; подъем стоп, не отрывая пяток от пола; шаг на месте с вытягиванием подъема стопы;
- приседания, не отрывая пяток от пола; тренировка мышц свода стопы, поднимаясь на полупальцы обеих ног по VI, невыворотной I, позициям ног;
- приседания и подъем на высокие полупальцы;
- стретчинговые упражнения (активные).

Раздел 4. Ритмика.

4.1. Ритмический рисунок.

Теория: Понятие ритм и ритмический рисунок. Музыкальные размеры: 2/4, 3/4, 4/4.

Практика: Маршировка в ритме музыки. Отбивание простых ритмических рисунков с помощью хлопков, притопов.

4.2. Понятие мелодия и зависимость танцевального движения от характера мелодии.

Теория: темп (быстро, медленно, умеренно); контрастная музыка (быстрая – медленная, веселая – грустная); такт и затакт.

Практика: выполнение упражнений на определение характера музыки и темпа.

4.3 Музыкальное вступление.

Теория: понятие "вступление"

Практика: упражнения на вступление.

4.4. Сильная и слабая доли в музыке.

Теория: понятия "сильная и слабая" доли в музыке.

Практика: тактирование музыки, выделение сильной доли.

Раздел 5. Азбука музыкального движения.

5.1. Музыкально-пространственные упражнения.

Теория. Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворота вправо и влево.

Практика. Музыкальная структура движения: маршировка в темпе и ритме музыки; шаг на месте, вокруг себя, вправо, влево. Пространственные упражнения: повороты на месте (строевые), продвижение на углах, с прыжком (вправо, влево). Фигурная маршировка с перестроениями: из колонны в шеренгу и обратно; из одного круга в два и обратно; продвижения по кругу (внешнему и внутреннему), звездочка, конверт (по 5-6 человек на углах и в центре круга в шеренгу).

5.2. Теория: понятие «поза», «движение», «комбинация», «танец», «рисунок танца».

5.3. Танцевальные шаги.

Практика: танцевальные шаги (с носка на пятку) с фигурной маршировкой; танцевальные шаги в образах (пингвина, мышки, журавля, лисы, кошки, медведя, птички и др).

Музыкально-пространственные упражнения, хлопки, топотушки, хлопушки на сильную долю. Названия простых танцевальных шагов (прыжок, подскок, галоп, шаг).

Игровые танцы: «Веселая зарядка», «Я - чайник», «Пингвин», «Лошадки», «Цыплята», «Смени пару».

5.4. Виды рисунков.

Практика: построение рисунков (круг, змейка, цепочка, квадрат, колонна, шеренга, диагональ, зигзаг).

Раздел 6. Партерная гимнастика

6.1. Упражнения для эластичности мышц стопы, растяжения ахилловых сухожилий, подколенных мышц и связок.

Практика: выполнение упражнений.

В положении лежа на спине и сидя:

- вытягивание и сокращение подъема стопы по VI позиции ног;
- развороты стоп с вытянутым и сокращенным подъемом в I позиции ног;
- вращательные движения стопами внутрь и наружу;
- приподнимание в воздух вытянутых ног попеременно на 25°, 45°, 60°;
- упражнение «складка» — наклон ровного корпуса на вытянутые ноги с захватом руками стоп ног.

6.2. Упражнения для развития выворотности ног, подвижности и гибкости коленного сустава.

Практика: выполнение упражнений.

В положении лежа на спине:

- напряжение и расслабление ягодичных мышц;
- поворот бедер, голени и стоп внутренней стороной наружу;
- круговые движения голенью ног вправо, влево.

В положении сидя:

- упражнение «велосипед» — поочередное сгибание и вытягивание ног над полом.

В положении сидя по-турецки:

- подъем корпуса в вертикальное положение без участия рук;
- выпрямление колен до соприкосновения их внутренней части с полом по VI позиции ног.

6.3. Упражнения для развития подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра.

Практика: выполнение упражнений.

В положении лежа на спине:

- поочередное выпрямление согнутых ног с помощью рук;
- легкое раскрывание ног в стороны, расслабляя колени, и закрывание через сопротивление в стопе и голени.

В положении сидя:

- наклоны вперед, с касанием вытянутых и разведенных в стороны ног, касаясь локтями пола;
- поочередное касание пола коленом вовнутрь согнутых и поставленных врозь ног;
- упражнение «лягушка» — касание пола согнутыми в коленях и разведенными врозь ногами;
- упражнение «лягушка» с наклоном корпуса вперед;
- подъем на колени с вытянутыми руками вперед из положения, сидя на пятках, с руками на поясе (при седлообразной спине);
- отведение прямой ноги назад на носок, с подачей корпуса вперед, с руками на поясе, стоя на колене другой ноги (при седлообразной спине).

6.4. Упражнение для развития танцевального шага.

Практика: выполнение упражнений.

В положении лежа на животе:

- упражнение «лягушка» с поднятым и прогнутым назад корпусом, прижатыми пятками и животом к полу.

В положении лежа на спине:

- подъем согнутой в коленном суставе ноги с отводом в сторону вверх с помощью руки;

- подъем ноги на 90° с выворотной и сокращенной стопой, с нагрузкой на поднятую ногу (с посторонней помощью);
- растяжка поднятой вперед вверх ноги на 180° (с посторонней помощью).

В положении сидя:

- выпрямление согнутых в коленях ног с разворотом стоп в I позиции ног с одновременным медленным наклоном корпуса к ногам;
 - наклоны корпуса вперед с касанием пола к раскрытым до предела в стороны ногам;
 - виды «шпагатов» — продольный, поперечный.
- Тема 6.5. Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса.

Практика: выполнение упражнений.

В положении лежа на спине:

- поочередный и одновременный подъем выворотных ног с сокращением и вытягиванием стоп в воздухе;
- подъем корпуса в положение сидя с вытянутыми вперед руками, с закрепленными на полу ногами (при седлообразной спине);
- одновременный подъем корпуса и вытянутых ног до образования угла согнутых в коленях ног и корпуса с разворотом их в разные стороны;
- забрасывание прямых ног за голову и возвращение в исходное положение;
- приподнимание головы с целью увидеть свои стопы (при сутулой спине).

В положении сидя:

- упражнение «ножницы» — поочередное выбрасывание прямых ног вверх с большой и малой амплитудой, раскрытие и перекрещивание ног над полом;
- отведение одной руки назад с взглядом на кисть в упоре на коленях (при седлообразной спине).

6.6. Упражнения на развитие гибкости позвоночника.

Практика: выполнение упражнений.

В положении лежа на спине:

- приподнимание верхней части позвоночника с удерживанием тела на крестцовой части позвоночника и затылочной части головы «маленький мост» (при сутулой спине);
- прогиб корпуса с опорой на локти, без отрыва головы и таза от пола;
- наклон туловища вправо, влево без отрыва спины от пола;
- касание пола справа и слева коленями согнутых ног с одновременным поворотом головы в противоположную сторону;
- упражнение «березка» — выход в стойку с вытянутым вверх позвоночником опорой на плечи, локти и кисти рук, шея, свободна спина, таз, ноги вытянуты в одной плоскости вертикально вверх.

В положении сидя:

- выпрямление согнутых в коленях ног без отрыва туловища от ног с захватом пяток руками;
- наклоны корпуса вправо, влево с одновременным касанием пола локтем руки за коленом отведенных в сторону ног.

В положении лежа на животе:

- сдвиг подбородком предмета (книги) при вытянутом положении тела рук и ног (при сутулой спине);
- упражнение «лодочка» — одновременное вытягивание и приподнимание рук вперед, ног назад, с последующим раскачиванием;
- упражнение «качели» — захват руками щиколоток согнутых в коленях ног, их вытягивание вверх с одновременным раскачиванием;

- упражнение «кольцо» — прогиб корпуса назад с касанием головой стоп согнутых в коленях ног;
- упражнение «мостик» — стойка на руках и ногах с одновременным прогибом спины и головы назад.

В положении упора на коленях:

- поочередное поднимание прямых противоположных руки и ноги.

6.7. Упражнения для укрепления мышц плеча и предплечья.

Практика: выполнение упражнений.

В положении лежа на животе:

- подъем плеч вверх и назад, ладони рук в захвате локтей за головой без отрыва грудной клетки от пола.

В положении сидя:

- подъем таза вперед вверх с опорой на руки сзади корпуса и на ноги.

В положении упора на коленях:

- касание подбородком пола с одновременным сгибанием рук в локтях (при сутулой спине);
- наклон корпуса вперед с последующим касанием плеч пола;
- с вытянутой одной рукой вперед (вторая рука под подбородком) отклонение таза вправо, влево;
- прогиб спины назад с касанием вытянутыми руками стоп.

Раздел 7. Элементы классического танца

7.1. Беседа о роли классического танца в хореографии.

Теория: понятие - классический танец; специфика танцевального шага и бега; понятие выворотность, осанка, равновесие (апломб), координация, анфас, профиль; понятие – опорная и работающая нога; схема-рисунок зала;

7.2. Постановка корпуса и основные позиции ног и рук.

Теория: хореографические понятия и термины – название и произношение упражнений классического тренажа.

Практика: постановка корпуса; позиции ног и рук; постановка корпуса лицом к станку; выполнение упражнений у станка: релеве, деми и гранд плие, батман тандю в сторону (музыкальный размер 4/4). Прыжки по VI и I позициям.

7.3. Понятие «вытянутая стопа» и понятие «сокращенная стопа».

Практика: выполнение упражнения «карандаш тупой и острый»

Раздел 8. Музыкально-образная импровизация.

Цель данного раздела программы - развитие мизансценического мышления и пластического воображения детей.

8.1. Создание музыкально-двигательных образов

Практика: Сочинение этюдов (на прослушанную музыку придумать сюжет и подобрать соответствующую танцевальную лексику).

8.2. Подбор пластики к сюжетной линии.

Практика: на заданный педагогом сюжет придумать пластические движения. Темы: художник, перелет птиц, шторм на море, лиса и зайцы, дождь в лесу, прогулка в парке.

8.3 Работа в парах и в подгруппах (разучивание этюдов)

Раздел 9. Ориентационно-пространственные упражнения.

9.1. Ориентация в рабочем кабинете

Теория. Пространство. Изучение 8 точек класса.

Практика: выполнение практического задания.

9.2 Рисунок танца.

Практика: этюды с освоением пространства, расположение в зале и на сценической площадке. Перестроения из круга в колонну или диагональ. Знакомство с перестроением в «шахматном порядке». Перемещение в линию, диагональ, круг внешний и внутренний

Раздел 10.Репетиционно-постановочная работа

10.1 Постановка детского эстрадного номера

Теория: Прослушивание музыкального произведения. Разбор музыки по характеру, темпу, ритму. Обсуждение характера персонажей героев сценического номера. Небольшая творческая работа по сочинению танцевальной картинке с подбором танцевальной лексики, характерной для персонажей.

Практика: Поэтапное разучивание движений, шагов и комбинаций в методической раскладке по элементам. Последующее соединение выученных комбинаций в небольшие этюды. Поэтапная разводка рисунка танца. Учим по частям. Когда танец выучен, начинаем работу над костюмами.

10.2.Репетиционная деятельность

Практика: Репетиция и отработка сценического номера на сцене. Знакомство детей со сценической площадкой и зрительным залом. Репетиция в сценических костюмах.

Раздел 11 Открытое занятие

Как подведение итога работы первого полугодия в декабре месяце и второго полугодия. Проводится открытое занятие для родителей и педагогов.

2-ой год обучения (216 часов)

№/п	Название раздела, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Организационное занятие: <ul style="list-style-type: none">• цели и задачи курса обучения;• беседа по технике безопасности, о культуре поведения;• первичная диагностика	4	-	4
2.	Введение в мир искусства Классический танец - история балетного искусства, танец - как вид искусства. Современные танцы XX века - модерн, контемп, джаз-модерн, уличные танцы.	2	2	-
3.	Партерная гимнастика <ul style="list-style-type: none">• упражнения на гибкость;• упражнения на выворотность ног;• упражнение на укрепление мышц плечевого пояса, мышц спины и брюшного пресса;• упражнения на растяжку суставов;• упражнения на развитие балетного шага• упражнения для тренировки равновесия	36	-	36
4.	Ритмика: <ul style="list-style-type: none">• характер музыки;• темп;• музыкальный размер и ритмический рисунок;• понятие о вступлении, куплете и припеве	16	2	14
5.	Азбука музыкального движения: <ul style="list-style-type: none">• музыкально-пространственные упражнения(построение и перестроение);• танцевальные элементы: шаги, галоп, подскоки с продвижением и на месте, прыжки	14	-	14
6.	Элементы классического танца: <ul style="list-style-type: none">• терминология;• основные позиции;• упражнения классического экзерсиса у	18	2	16

	станка и на середине.			
7.	<p>Элементы эстрадного танца:</p> <ul style="list-style-type: none"> • историческая справка; • основные элементы разминки; • знакомство со стилями и основными движениями (хип-хоп, топ-рок) 	38	2	36
8.	<p>Элементы акробатики:</p> <ul style="list-style-type: none"> • офп (упражнения для развития силы, быстроты и ловкости); • спф (мосты, шпагаты, равновесие, упор, стойки, прыжки, колеса) 	28	2	26
9.	<p>Музыкально-образная импровизация:</p> <ul style="list-style-type: none"> • изображение явлений природы; • сюжетно-игровые этюды с предметами • этюды с использованием детских музыкальных инструментов . 	8	-	8
10.	Репетиционно-постановочная деятельность	48	-	48
11.	Открытый урок	4	-	4
Итого:		216	10	206

Раздел 1. Организационное занятие.

1.1. Теория: Знакомство детей с целями и задачами программы второго года обучения, расписанием занятий, закрепление правил техники безопасности на занятиях, рассказ о костюме (форме) для занятий и личной гигиене. Занятия и инструктаж проводятся в форме беседы.

1.2 Первичная диагностика

Теория: Беседа о желании детей заниматься изучением хореографического искусства.

Практика: Обучающиеся отвечают на вопросы, выполняют задания

Раздел 2. Введение в мир искусства

2.1 Беседа. Классический танец - история балетного искусства, танец - как вид искусства (теория)

2.2. Беседа. Современные танцы XX века - модерн, контемп, джаз-модерн, уличные танцы(теория)

Раздел 3. Партерная гимнастика

3.1. Упражнения для эластичности мышц стопы, растяжения ахилловых сухожилий, подколенных мышц и связок.

Практика: выполнение упражнений.

В положении лежа на спине и сидя:

- вытягивание и сокращение подъема стопы по VI позиции ног;
- развороты стоп с вытянутым и сокращенным подъемом в I позиции ног;
- вращательные движения стопами внутрь и наружу;
- приподнимание в воздух вытянутых ног попеременно на 25°, 45°, 60°;

- упражнение «складка» — наклон ровного корпуса на вытянутые ноги с захватом руками стоп ног.

3.2. Упражнения для развития выворотности ног, подвижности и гибкости коленного сустава.

Практика: выполнение упражнений.

В положении лежа на спине:

- напряжение и расслабление ягодичных мышц;
- поворот бедер, голени и стоп внутренней стороной наружу;
- круговые движения голенью ног вправо, влево в положении сидя;
- упражнение «велосипед» — поочередное сгибание и вытягивание ног над полом.

В положении сидя по-турецки:

- подъем корпуса в вертикальное положение без участия рук;
- выпрямление колен до соприкосновения их внутренней части с полом по VI позиции ног.

3.3. Упражнения для развития подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра.

Практика: выполнение упражнений. В положении лежа на спине:

- поочередное выпрямление согнутых ног с помощью рук;
- легкое раскрывание ног в стороны, расслабляя колени, и закрывание через сопротивление в стопе и голени в положении сидя;
- наклоны вперед, с касанием вытянутых и разведенных в стороны ног, касаясь локтями пола;
- поочередное касание пола коленом вовнутрь согнутых и поставленных врозь ног;
- упражнение «лягушка» — касание пола согнутыми в коленях и разведенными врозь ногами;
- упражнение «лягушка» с наклоном корпуса вперед;
- подъем на колени с вытянутыми руками вперед из положения, сидя на пятках, с руками на поясе (при седлообразной спине);
- отведение прямой ноги назад на носок, с подачей корпуса вперед, с руками на поясе, стоя на колене другой ноги (при седлообразной спине).

3.4. Упражнение для развития танцевального шага.

Практика: выполнение упражнений.

В положении лежа на животе:

- упражнение «лягушка» с поднятым и прогнутым назад корпусом, прижатыми пятками и животом к полу.

В положении лежа на спине:

- подъем согнутой в коленном суставе ноги с отводом в сторону вверх с помощью руки;
- подъем ноги на 90° с выворотной и сокращенной стопой, с нагрузкой на поднятую ногу (с посторонней помощью);
- растяжка поднятой вперед вверх ноги на 180° (с посторонней помощью).

В положении сидя:

- выпрямление согнутых в коленях ног с разворотом стоп в I позиции ног с одновременным медленным наклоном корпуса к ногам;
- наклоны корпуса вперед с касанием пола к раскрытым до предела в стороны ногам;
- виды «шпагатов» — продольный, поперечный.

Тема 3.5. Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса.

Практика: выполнение упражнений.

В положении лежа на спине:

- поочередный и одновременный подъем выворотных ног с сокращением и вытягиванием стоп в воздухе;
- подъем корпуса в положение сидя с вытянутыми вперед руками, с закрепленными на полу ногами (при седлообразной спине);
- одновременный подъем корпуса и вытянутых ног до образования угла согнутых в коленях ног и корпуса с разворотом их в разные стороны;
- забрасывание прямых ног за голову и возвращение в исходное положение;
- приподнимание головы с целью увидеть свои стопы (при сутулой спине).

В положении сидя:

- упражнение «ножницы» — поочередное выбрасывание прямых ног вверх с большой и малой амплитудой, раскрытие и перекрещивание ног над полом;
- отведение одной руки назад с взглядом на кисть в упоре на коленях (при седлообразной спине).

3.6. Упражнения на развитие гибкости позвоночника.

Практика: выполнение упражнений.

В положении лежа на спине:

- приподнимание верхней части позвоночника с удерживанием тела на крестцовой части позвоночника и затылочной части головы «маленький мост» (при сутулой спине);
- прогиб корпуса с опорой на локти, без отрыва головы и таза от пола;
- наклон туловища вправо, влево без отрыва спины от пола;
- касание пола справа и слева коленями согнутых ног с одновременным поворотом головы в противоположную сторону;
- упражнение «березка» — выход в стойку с вытянутым вверх позвоночником опорой на плечи, локти и кисти рук, шея, свободна спина, таз, ноги вытянуты в одной плоскости вертикально вверх.

В положении сидя:

- выпрямление согнутых в коленях ног без отрыва туловища от ног с захватом пяток руками;
- наклоны корпуса вправо, влево с одновременным касанием пола локтем руки за коленом отведенных в сторону ног.

В положении лежа на животе:

- сдвиг подбородком предмета (книги) при вытянутом положении тела рук и ног (при сутулой спине);
- упражнение «лодочка» — одновременное вытягивание и приподнимание рук вперед, ног назад, с последующим раскачиванием;
- упражнение «качели» — захват руками щиколоток согнутых в коленях ног, их вытягивание вверх с одновременным раскачиванием;
- упражнение «кольцо» — прогиб корпуса назад с касанием головой стоп согнутых в коленях ног;
- упражнение «мостик» — стойка на руках и ногах с одновременным прогибом спины и головы назад.

В положении упора на коленях:

- поочередное поднимание прямых противоположных руки и ноги.

3.7. Упражнения для укрепления мышц плеча и предплечья.

Практика: выполнение упражнений.

В положении лежа на животе:

- подъем плеч вверх и назад, ладони рук в захвате локтей за головой без отрыва грудной клетки от пола.

В положении сидя:

- подъем таза вперед вверх с опорой на руки сзади корпуса и на ноги.

В положении упора на коленях:

- касание подбородком пола с одновременным сгибанием рук в локтях (при сутулой спине);
- наклон корпуса вперед с последующим касанием плеч пола;
- с вытянутой одной рукой вперед (вторая рука под подбородком) отклонение таза вправо, влево;
- прогиб спины назад с касанием вытянутыми руками стоп.

Раздел 4.Ритмика.

4.1. Характер музыки.

Практика: определение музыкальных фрагментов по характеру (весёлая – грустная).

4.2. Темп музыки.

Теория: понятие темп (быстро, медленно, умеренно); такт и затакт.

Практика: выполнение упражнений на определение характера музыки и темпа.

4.3. Музыкальный размер.

Теория: Понятие ритм и ритмический рисунок. Музыкальные размеры: 2/4, 3/4, 4/4.

Практика: Маршировка в ритме музыки. Отбивание простых ритмических рисунков с помощью хлопков, притопов.

4.4. Понятие о вступлении, куплете и припеве

Практика: прослушивание музыкальных фрагментов и определение вступления, выделение припева и куплета.

Раздел 5. Азбука музыкального движения

5.1 Музыкально-пространственные упражнения (построение и перестроение)

- круг;
- змейка;
- цепочка;
- квадрат,
- колонна;
- шеренга;
- диагональ;
- зигзаг.

5.2. Танцевальные элементы

Практика: выполнение движений на месте и с продвижением.

- шаги (с носочка , с пятки, приставной с правой и левой ноги, приставные шаги в стороны вперед и назад);
- галоп (с правой ноги, с левой ноги, с чередованием);
- выпады (вправо, влево, вперед, назад);
- бег (на носочках, с захлестом , с подниманием калена, с вытянутыми пред собой ногами);
- повороты вокруг себя (в правую сторону в левую сторону);
- повороты с продвижением в правую и левую сторону;

- подскоки с продвижением и на месте;
- прыжки (на одной ноге, на двух ногах, на крест, с продвижением).

Раздел 6. Элементы классического танца

6.1. Классический танец. Терминология.

Теория: Понятие - классический танец. Специфика танцевального шага и бега. Понятие выворотность, осанка, равновесие (апломб), координация, анфас, профиль. Понятие – опорная и работающая нога. Схема-рисунок зала. Хореографические понятия и термины – название и произношение упражнений классического тренажа.

6.2. Основные позиции.

Практика: постановка корпуса; повторение позиций ног и рук; постановка корпуса лицом к станку; выполнение упражнений у станка: релеве, деми и гранд плие, батман тандю в сторону (музыкальный размер 4/4). Прыжки по VI и I позициям.

6.3. Упражнения классического экзерсиса у станка и на середине.

Практика: Разучивание упражнений (лицом к станку): тан лие, батман жете, положение ноги на кудеье (обхватное, условное), деми ронд де жам партер, гранд батман, прогибы назад. Разучивание прыжка эшаппе. Музыкальный размер на втором году обучения ускоряем (2/4). Перегибы корпуса: назад, стоя лицом к станку, в 1-ой позиции. Размер 3/4, характер медленный, спокойный. По два такта на движение.

7. Эстрадный танец

7.1 . Историческая справка.

Теория : определение эстрадного танца. драматургическое построение (экспози-ция, завязка, кульминация и финал) сюжет.

7.2. Основные элементы разминки.

Практика: выполнение упражнений.

1. Упражнения, развивающие гибкость шеи: наклоны, повороты, круговые движения головой.
2. Упражнения, развивающие эластичность плеча и предплечья, подвижность локтевого сустава: опускание и поднимание, круговые движения вовнутрь и наружу, отведение вперед и назад плеч и предплечий.
3. Упражнения, развивающие подвижность лучезапястных суставов, эластичность мышц кисти: одновременное и последовательное сжимание и разжимание пальцев рук; сгибательные, разгибательные, вращательные движения кистями рук в локтевых суставах.
4. Упражнения, развивающие подвижность позвоночника:
сгибания и разгибания, наклоны, повороты вправо и влево,
круговые движения, скручивания корпуса.
5. Упражнения, развивающие подвижность коленных суставов:
приседания, выпады, горизонтальные круговые движения коленями.
6. Упражнения, развивающие подвижность суставов, эластичность мышц стопы:
 - прыжки на полупальцах, не касаясь пола пятками; подъем стоп, не отрывая пяток от пола; шаг на месте с вытягиванием подъема стопы;
 - приседания, не отрывая пяток от пола; тренировка мышц свода стопы, поднимаясь на полупальцы обеих ног по VI, невыворотной I, позициям ног;
 - приседания и подъем на высокие полупальцы;
 - стретчинговые упражнения (активные).

7.3. Основные элементы эстрадного танца

Практика: изучение стилей и освоение техники. (топ-рок; хип-хоп). Приложение №2 (конспект 4)

Раздел 8. Элементы акробатики.

8.1 Общая физическая подготовка.

ОФП- комплексный процесс всестороннего физического воспитания, направленный на укрепление здоровья, опорно-двигательного аппарата и развитие общей выносливости. С помощью ОФП учащиеся овладевают двигательными навыками, умениями, приобретают физическую форму и развивают волевые качества.

Практика: упражнения для развития силы, быстроты и ловкости.

1. Упражнения строевые (колонна, дистанция. переход на ходьбу, бег).
2. Упражнения для рук и плечевого пояса(вращения, сгибания, махи)
- 3.Упражнения для ног (присядания, прыжки, выпады, подъемы).
4. Упражнения для развития силы (отжимание, присядания).
- 5.Упражнения для развития быстроты (бег)
- 6.Упражнения для развития гибкости (наклоны, отведение ног и рук мост, шпагат).
7. Упражнения на развитие ловкости (кувырки назад и вперед, стойка на лопатках)

8.2. Специальная физическая подготовка.

СФП- процесс, включающий в себя систему методов и приемов, направленных на развитие конкретных двигательных качеств, обеспечивающих правильное надежное выполнение акробатических элементов.

Практика: выполнение статических упражнений (мосты, шпагаты, равновесие, упор, стойки,);выполнение динамических упражнений (прыжки, колеса, кувырки, перевороты).

Раздел 9. Музыкально-образная импровизация.

9.1. Изображение явлений природы

Практика: этюды (снегопад, шторм, времена года)

9.2 Сюжетно-игровые этюды с предметами

Практика: этюды с предметами (мяч, скакалка, обруч, шарф, лента и т. д.)

9.3. Этюды с использованием детских музыкальных инструментов.

Практика: этюды с использованием бубнов, колокольчиков, маракас, ложек, барабана и т. д.

Раздел 10.Репетиционно-постановочная работа.

10.1 Постановка детского эстрадного номера.

Теория: Прослушивание музыкального произведения. Разбор музыки по характеру, темпу, ритму. Обсуждение характера персонажей героев сценического номера. Небольшая творческая работа по сочинению танцевальной картинке с подбором танцевальной лексики, характерной для персонажей.

Практика: поэтапное разучивание движений, шагов и комбинаций в методической раскладке по элементам. Последующее соединение выученных комбинаций в небольшие этюды. Поэтапная разводка рисунка танца.

10.2.Репетиционная деятельность

Практика: Репетиция и отработка сценического номера на сцене. Знакомство детей со сценической площадкой и зрительным залом. Репетиция в сценических костюмах.

Раздел 11 Открытое занятие

Как подведение итога работы первого полугодия в декабре месяце. Проводится открытое занятие для родителей и педагогов. В конце года показ концертных номеров.

3. Планируемые результаты

1. Метапредметные:

- формирование навыков сотрудничества (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении различных творческих задач;
- развитие стартовых способностей каждого воспитанника: чувство ритма, слух, темп, музыкальная и двигательная память;
- развитие культуры движения, выразительности движений и поз, умение ориентироваться в пространстве сцены;

2. Личностные:

- развитие художественно-эстетического вкуса, интереса к искусству через приобщение подрастающего поколения к ценностям мировой культуры и искусства;
- развитие индивидуальных творческих способностей;
- развитие памяти, произвольного внимания, творческого мышления,

воображения;

- формирование уважительного отношения к историко-культурным традициям других народов;
- наличие навыков культуры общения у обучающихся, потребности ведения здорового образа жизни;
- развитие у детей ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности

3. Предметные:

- наличие представлений о хореографии как виде искусства, его особенностях, разновидностях;
- знания основных средств выразительности хореографического и музыкального искусства;
- наличие навыков выразительного исполнения танцевальных движений, умения владеть корпусом;
- наличие навыков концентрации внимания, слуха, координации движений;
- наличие музыкально-ритмических навыков, навыков сценической практики;
- умение исполнять танцевальные номера;
- знания об основных особенностях национального и народного танца;
- развитие навыков танцевального сольного исполнения, исполнения в коллектив

В соответствии с каждым этапом программы учащийся должен освоить:

- терминологию, используемую на уроке;
- структуру и основные части урока;
- последовательность изучаемых элементов урока;
- методику изучения танцевальных движений и упражнений;
- способы соотношения данных элементов с музыкальным сопровождением;
- движения в технике танцевального направления;
- принципы составления учебных комбинаций;
- организацию труда, рабочего места на уроке и сцене.

В области ритмики по окончании первого этапа освоения программы ребенок должен знать основы музыкально-ритмической деятельности:

- термины "громко-тихо", "высоко-низко" и соотносить их с музыкой и движением: характер музыки (бодрый, веселый, грустный);
- темп музыки и движения (быстро, медленно, уверенно);
- названия простых танцевальных шагов (прыжок, подскок, галоп, шаг);
- повторять за учителем простейшие ритмические рисунки ;
- выполнять простейшие подражательные движения.

В области партерной гимнастики по окончании первого этапа освоения программы ребенок должен уметь:

- выполнять игровой стрейчинг;
- выполнять элементы партерной гимнастики.

4. Условия реализации программы

Педагогический контроль

- первичная диагностика;
- промежуточная аттестация;
- итоговая диагностика;
- наблюдение за воспитанниками, их поведением, умением общаться со сверстниками;
- анкетирование (проводится в начале и в конце учебного года для выявления мотивации деятельности обучающихся).

Формы аттестации

Диагностика результатов ведётся с помощью таблицы «Диагностика субъективного опыта ребёнка» (приложение 1)..

Методы обучения

Наиболее значимыми, отражающими цель, задачи и содержание данной программы являются следующие методы преподавания:

- наглядный (использование наглядного материала – видеозаписи, фотографии и т.д. в процессе обучения);
- словесный (использование слов в качестве объяснения);
- репродуктивный (повторение воспитанниками показанных движений «Делай, как я!»).

Для решения поставленных задач используются и специальные принципы обучения хореографии:

- принцип постепенности изучаемого материала (от простого к сложному);
- принцип разучивания по частям (сложная или длинная комбинация сначала разучивается по частям, потом объединяется в одно целое);
- принцип разучивания «целиком» в замедленном темпе;
- принцип разучивания под счет педагога, затем – под музыкальное сопровождение.

Перечень учебно-методического обеспечения

1. Хореографический класс, оборудованный зеркалами и станками.
2. Коврики для партерной гимнастики.
3. Научно-методическая литература; учебники, методические пособия по всем разделам хореографической деятельности.
4. Видеотека.
5. Фотоаппарат, видеокамера.
6. Альбомы с фотографиями творческой и репетиционной деятельности.
7. Аудиокассеты и DVD диски для озвучивания танцевальных постановок.
8. Музыкальный центр.
9. Видеоплейер.
10. Сценические костюмы для концертной деятельности.
11. Сценическая обувь для мальчиков и девочек.

5. Литература

1. Азбука танцев. - М.: Изд-во АСТ, Сталкер, 2004.
2. Азы актерского мастерства / авт.-сост. Е. Ганелин. - СПб. : Изд-во : Речь, 2002. - 240 с.
3. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат». -М.: ТЦ Сфера, 2009.
4. Барышникова, Т.К. Азбука хореографии / Т.К. Барышникова. - М.: Айрис-Пресс: Рольф, 2005.
5. Березина, В. А. Дополнительное образование детей России / В. А. Березин; Министерство образования и науки Российской Федерации. - Москва: Диалог культур, 2007.
6. Волкова, Г. А. Логопедическая ритмика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений/ Г.А. Волкова. – М. : ВЛАДОС. – 2002. – 172 с.
7. Ваганова А. Я. Основы классического танца. Издание 6. Серия “Учебники для вузов. Специальная литература” — СПб.: Издательство “Лань”, 2000. — 192с.
8. Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья. - М.: ВАКО, 2007.
9. Душутина Е.А. Методика преподавания детского эстрадного танца в ДШИ. - Саратов, 2016.
10. Евладова, Е. Б. Дополнительное образование детей: Учеб. пособие для студентов учреждений проф. образования, обучающихся по специальности 0317 «Педагогика доп. образования»/ Е. Б. Евладова, Л. Г. Логинова, Н. Н. Михайлова. - М.: Владос, 2002.
11. Ерохина, О. В. Школа танцев для детей: [Фольклор, классика, модерн] / Ерохина О.В. - Ростов н/Д.: Феникс, 2003.
12. Затымина Т.А., Стрепетова Л.В. Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие - М.: Издательство «Глобус», 2009.
13. Звездочкин В. С. Классический танец. - Ростов н/д: Феникс, 2003.
14. Игровые и рифмованные формы физических упражнений. Автор-составитель С.А. Авилова, Т.В. Калинина. - Волгоград: Учитель, 2008.
15. Кристи. Г. В. Основы актерского мастерства / Г. В. Кристи. – М. : Сов. Россия, 1970.
16. Королева М. «Слушай музыку, делай кач, будь собой! Как танцевать хип-хоп». Студия «Диваданс», С.-Петербург 2005г.
17. Македонская И.В., Петрова Е.В. Учебно-методическое пособие по актерскому мастерству, Москва, 1998 - 126 с.
18. Немов .Р.С .Книга 1. Общие основы психологии. - М.: центр« Владос», 2003, 4-е изд., - 688с.
19. Никитин, В.Ю. Модерн-джаз танец: Методика преподавания / В.Ю. Никитин. - М.: Всерос. Центр худож. творчества учащихся и работников нач. проф. образования, 2002.
20. От внешкольной работы - к дополнительному образованию детей : Сб. нормат. и метод. материалов для доп. образования детей / [Ред.-сост. И.В. Калиш]; Науч. ред. А.К. Бруднов. - М.: ВЛАДОС, 2000.
21. Пуртурова Т.В. Учите детей танцевать: Учебное пособие для студентов учреждений среднего профессионального образования. - М.: «Владос», 2003.
22. Письменная А. « Хип-хоп и R’n’B — танец». Студия «Диваданс» . С,-Петербург 2005г.
23. Пустовойтова М.Б. «Ритмика для детей: учебно-методическое пособие». -М.: ВЛАДОС, 2008.
24. Ротерс Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика. - М., 2001 г.
25. Руднева С.Д. и Фиш Э.М., «Ритмика и музыкальное движение». М. 1972г переиздание 2012г
26. Севрюкова А С Развитие творческих и пластических способностей обучающихся средствами современной хореографии / А С Севрюкова// [электронный ресурс]. -Статья.- Режим доступа : <https://mcoip.ru>
27. Семенюк Л.М. Хрестоматия по возрастной психологии: учебное пособие для студентов/Под ред. Д.И. Фельдштейна: издание 2-е, дополненное. -- Москва: Институт практической психологии, 1996. - 304 с.
28. Социальное воспитание в учреждениях дополнительного образования детей: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 050711 (031300) - Социал. педагогика / [Б.В. Куприянов и др.]; Под ред. А. В. Мудрика. - М.: Academia, 2004.
29. Никитин В.Ю. Современный танец в России. //Вестник.- 2013.-№ 2.- 235-238с

30. Указ президента РФ от 01.06.2012 г. № 761 «О национальной стратегии действий в интересах детей на 2012 – 2017гг.».
31. Федеральный государственный образовательный стандарт (раздел дополнительное образование).
32. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

Педагогический мониторинг

«Диагностика субъективного опыта ребёнка»

С целью определения уровня усвоения образовательной программы, а также для повышения эффективности и улучшения качества учебно-воспитательного процесса проводится педагогический мониторинг в течение всего периода обучения. Программа мониторинга включает три этапа: первичная диагностика, промежуточная и итоговая аттестации. Результаты педагогического мониторинга оцениваются по 10-ти бальной системе и фиксируются в сводных таблицах.

1-ый год обучения

Первичная диагностика

Цель: определение общего уровня развития ребенка и его склонности к занятиям современными танцами.

Задачи:

- определение общего уровня развития ребенка;
- выявление природных способностей к обучению хореографией;
- выявление уровня информированности в области современных танцев;
- определение мотивации к занятиям.

Срок проведения: при поступлении в творческое объединение.

Форма проведения: собеседование, выполнение практического задания.

Содержание.

1. Теоретическая часть (ребенку предлагают ответить на вопросы):

- Нравится ли тебе танцевать?
- Кто посоветовал заниматься танцами?
- Имеется ли начальная хореографическая подготовка?

2. Практическая часть (ребенку предлагают выполнить задания):

- упражнения на гибкость (наклон вперед и прогиб назад);
- упражнения на выворотность ног;
- упражнения на растяжку;
- прыжки на месте.

Критерии оценки:

Минимальный уровень (1 — 4 балла) — у ребенка не развит музыкальный и ритмический слух, минимальный уровень гибкости, рассеянное внимание, не дисциплинирован, нет пластичности и достаточной растяжки, движения угловатые.

Средний уровень (5 — 8 баллов) — у ребенка развит музыкальный и ритмический слух, умеет выполнять упражнение «лягушка» и наклон туловища до колен (в положении сидя), а так же почти садится на один из видов шпагата и легко прыгает.

Максимальный уровень (9 — 10 баллов) — ребенок показывает высокий уровень способностей: развит музыкальный и ритмический слух, садится на продольный и поперечный шпагаты, легко выполняет упражнение «лягушка», высоко и легко прыгает, а так же проявляет настойчивый интерес к обучению танца.

Промежуточная аттестация

Цель: выявление соответствия уровня теоретической и практической подготовки детей программным требованиям.

Задачи:

- определение уровня усвоения детьми теоретических знаний в соответствии с данным периодом обучения;
- определение уровня сформированности практических умений в соответствии с данным этапом обучения.

Срок проведения: декабрь.

Форма проведения: контрольный урок.

Содержание

1. Теоретическая часть:

- знание основных упражнений партерной гимнастики;
- знание основных позиций рук, ног, головы;
- знание правил поведения в танцевальном коллективе.

2. Практическая часть:

- упражнения на гибкость (наклон вперед и прогиб назад);
- упражнения на выворотность ног;
- упражнения на растяжку;
- прыжки на месте;
- исполнение комплекса упражнений для постановки корпуса, рук, ног и головы;
- исполнение упражнений на умение держать осанку.

Критерии оценки

Минимальный уровень (1 – 4 балла) — ребенок не владеет теоретическими знаниями, не умеет правильно выполнять основные упражнения партерной гимнастики; не знает основные позиции рук, ног, головы.

Средний уровень (5 – 8 баллов) — ребенок отвечает на теоретические вопросы с небольшой помощью педагога, согласовывает движения с музыкой, но допускает не точности в исполнении упражнений партерной гимнастики.

Максимальный уровень (9 – 10 баллов) — ребенок показывает высокий уровень знаний теоретического материала, сочетает музыку с движениями, выполняет упражнения партерной гимнастики без ошибок, знает терминологию, ориентируется в пространстве.

Итоговая аттестация

Цель: выявление уровня усвоения детьми программного материала, соответствие прогнозируемым результатам образовательной программы.

Задачи:

- определение степени усвоения практических умений и навыков в соответствии с прогнозируемыми результатами первого года обучения;
- выявление уровня усвоения теоретических знаний;
- определение уровня развития индивидуальных творческих способностей;
- анализ полноты реализации программы первого года обучения.

Срок проведения: середина - конец мая.

Форма проведения: контрольный урок.

Содержание

1. Теоретическая часть:

- знание терминологии всех разминочных упражнений и движений на середине зала;
- знание различных типов шагов и видов бега (шаги с носочка, на пятках, знание упражнений на координацию).

2. Практическая часть:

- исполнение развивающих игр на внимание, на выражение образов, игр на ориентирование в пространстве;
- четкое исполнение упражнений партерной гимнастики, а так же позиций рук и ног;
- бег на полупальцах и другие, подскоки, галоп, прыжки на месте;
- умение правильно держать осанку
- исполнение танца.

Критерии оценки

Минимальный уровень (1 - 4 балла) — обучающийся овладел менее $\frac{1}{2}$ объема теоретических знаний и практических умений, навыков предусмотренных программой.

Средний уровень (5 - 8 баллов) — обучающийся овладел не менее $\frac{1}{2}$ объема теоретических знаний и практических умений, навыков предусмотренных программой.

Максимальный уровень (9 - 10 баллов) — обучающийся показывает высокий уровень знаний теоретического материала, овладел всеми умениями и навыками, предусмотренными программой.

2-ой год обучения

Первичная диагностика

Цель: определение физического и эмоционального состояния ребенка после летних каникул, уровня его готовности к выполнению образовательной программы 2-го года обучения.

Задачи:

- определить уровень знаний теоретического материала;
- определить уровень практических умений, навыков предусмотренных программой 1-го года обучения.

Срок проведения: сентябрь.

Форма проведения: собеседование, выполнение практического задания.

Содержание.

1. Теоретическая часть:

- элементы ритмики;
- различные типы шагов и бега.

2. Практическая часть:

- исполнение упражнений на ритмичность, координацию, ориентировку в пространстве;
- исполнение танцевальных комбинации эстрадного танца.

Критерии оценки

Минимальный уровень (1 — 4 балла) — у ребенка не развит музыкальный и ритмический слух, рассеянное внимание, не дисциплинирован, нет пластичности, движения угловатые.

Средний уровень (5 — 8 баллов) — у ребенка развит музыкальный и ритмический слух, умеет концентрировать внимание, согласовывает движения с музыкой, но допускает не точности в исполнении движений.

Максимальный уровень (9 — 10 баллов) — ребенок показывает высокий уровень знаний теоретического материала, сочетает музыку с движениями, выполняет движения без ошибок, знает терминологию, ориентируется в пространстве.

Промежуточная аттестация

Цель: выявление соответствия уровня теоретической и практической подготовки детей программным требованиям.

Задачи:

- определение уровня усвоения детьми теоретических знаний в соответствии с данным периодом обучения;
- определение уровня формирования практических умений в соответствии с данным этапом обучения.

Срок проведения: декабрь.

Форма проведения: контрольный урок.

Содержание.

1. Теоретическая часть:

- история эстрадного танца;
- простая терминология;
- знание простых элементов партерной гимнастики.

2. Практическая часть:

- исполнение комплекса упражнений на координацию движений;
- исполнение простых элементов партерной гимнастики;
- исполнение основных танцевальных движений эстрадного танца.

Критерии оценки

Минимальный уровень (1 — 4 балла) — ребенок не владеет теоретическими знаниями, не выполняет комплекс упражнений на координацию движений, не выполняет простые элементы партерной гимнастики.

Средний уровень (5 — 8 баллов) — ребенок отвечает на теоретические вопросы с небольшой помощью педагога, умеет выполнять комплекс упражнений на координацию движений и простые элементы партерной гимнастики, но допускает не точности.

Максимальный уровень (9 — 10 баллов) — ребенок показывает высокий уровень знаний теоретического материала и практических навыков, умений данного этапа обучения.

Итоговая аттестация

Цель: выявление уровня усвоения детьми программного материала, соответствие прогнозируемым результатам образовательной программы.

Задачи:

- определение степени усвоения практических умений и навыков в соответствии с прогнозируемыми результатами второго года обучения;
- выявление уровня усвоения теоретических знаний;
- определение уровня развития индивидуальных творческих способностей;
- анализ полноты реализации программы второго года обучения.

Срок проведения: конец апреля – начало мая.

Форма проведения: контрольный урок.

Содержание

1. Теоретическая часть:

- терминология основных движений классического танца;
- основные элементы партерной гимнастики;
- история эстрадного танца;
- музыкально-ритмическая координация движений в танцевальных элементах.

2. Практическая часть:

- исполнение элементов партерной гимнастики;
- исполнение элементов акробатики;
- исполнение сложного комплекса упражнений на координацию движений;
- исполнение эстрадного танца.

Критерии оценки

Минимальный уровень (1 — 4 балла) — обучающейся овладел менее $\frac{1}{2}$ объема теоретических знаний и практических умений, навыков предусмотренных программой.

Средний уровень (5 — 8 баллов) — обучающейся овладел не менее $\frac{1}{2}$ объема теоретических знаний и практических умений, навыков предусмотренных программой.

Максимальный уровень (9 — 10 баллов) — обучающейся показывает высокий уровень знаний теоретического материала, овладел всеми умениями и навыками, предусмотренными программой.

Конспекты по хореографии (примеры)

Конспект №1.

Раздел: «Партерная гимнастика» (1 год обучения).

Тема урока: Партерная гимнастика для развития гибкости.

Цель урока: Дать знания об элементах партерной гимнастики.

Задачи урока.

Образовательные:

- формировать осанку (постановка корпуса, ног, рук, головы в партерной гимнастике);
- выработать выворотность ног в упражнениях на ковриках;
- развивать гибкость, шаг;
- выработать навыки правильности и чёткости исполнения.

Воспитательные:

- развивать танцевально-ритмическую координацию движений и выразительность;
- формировать общую культуру, художественно-эстетический вкус;
- обучать навыкам музыкально-пластического интонирования;
- формировать навыки коллективного общения;

Развивающие:

- раскрывать творческий потенциал ребенка;
- развивать интерес к хореографии;
- развивать эстетический вкус;
- раскрывать индивидуальность учащихся..

Методы обучения:

- наглядный (практический показ);
- словесный (объяснение, беседа).

Педагогические технологии:

- здоровьесберегающая технология;
- игровая технология.

Тип занятия:

повторение и закрепление изученного материала.

Планируемый результат.

Личностные:

- воспитывать чувство коллективизма;
- эстетический вкус (умения видеть красоту движения),

воспитывать доверие к себе и веру в себя.

Предметные:

- умение повторить разученные связки, повторить и закрепить пройденный материал (элементы движений, упражнений);
- сформировать движенческие навыки;
- закрепить знания о динамических оттенках музыки (темп, ритм, динамику).

Метапредметные:

- развивать творческое воображение у учащихся;
- укреплять психическое и физическое здоровье средствами ритмики.

Содержание занятия.

I. Организационная часть.

Вход в зал под музыку.

Построение

Приветствие - поклон.

Педагог: Здравствуйте, дорогие ребята.

Тема урока «Партерная гимнастика». Что такое партерный экзерсис? Ответ детей. Да, это различные упражнения, которые можно делать на полу сидя, лежа, на ковриках. Все упражнения будут направлены на развитие гибкости. Закрепим пройденный материал. Соблюдаем технику безопасности и правила поведения на уроке. Соблюдаем дистанцию и следим за осанкой. Урок мы начинаем с разминки, вы готовы ребята?

Итак, руки на пояс, ноги вместе. Локти проверили, спину выпрямили, улыбнулись и начинаем урок.

1.Разминка по кругу. (обучающиеся работают под музыку)

- ходьба (с носка, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен); легкий бег на полупальцах;
- бег с поднятием ног вперед, согнутых в коленях («лошадки»);
- бег с отбрасыванием ног назад, согнутых в коленях;
- шаги в приседании («уточки»);
- прыжки на двух ногах («зайцы»).

Перестроение в четыре колонны.

Ритмическая разминка (под музыку)

- 1) упражнения для головы;
- 2) упражнения для мышц рук и плечевого пояса;
- 3) упражнения для мышц корпуса;
- 4) упражнения для мышц задней поверхности бедра и голени;
- 5) упражнения для мышц ног (приводящая и нежная мышца);
- 6) прыжки, шаги.

Упражнение на дыхание «Кипящий чайник».

Разогрелись, как положено? Молодцы ребята, работаем дальше. Танцевально- ритмические упражнения (упражнения с хлопками).

II. Основная часть.

Партерная гимнастика для развития гибкости.

Упражнения направлены на развития гибкости снимает напряжение, предупреждает возникновение травм и улучшает общее состояние организма. 1.Упражнение «Складочка» это упражнение довольно сложное, но делая это упр. вы укрепляете спину и растягиваете мышцы ягодиц. И.п.. Сед, ноги прямые вперед, руки в упоре сзади. Выполняем наклон вперед, руками достаем до носков, удерживаем это положение и возвращаемся и.п..

2. Упражнение «Чебурашка» работают у нас боковые мышцы, мускулатура живота. И.п.. Сед, ноги врозь, руки за голову. Локти смотрят в стороны, спина прямая, наклон корпуса в правую и в левую сторону.

3. Упражнение «Бабочка». Оно способствует улучшению растяжки ног и бедер, нормализует кровообращение в области малого таза, а также благотворно влияет на осанку. И.п.. Сед, соедините стопы, работают колени, словно крылья бабочек порхают.

4. Упражнение «Кошечка» для мышц спины и пресса. И.п.. Стоя на коленях, ладони смотрят вперед. Округляем спину, голова вниз. Прогибаемся, голову поднимаем вверх.

5. Упражнение «Лодочка». Здесь у нас работают мышцы спины, ягодичные мышцы и мышцы живота. И.п.. Лежим на животе, прямые руки вперед, прямые ноги назад. По команде, поднимаем руки и ноги, прогибаемся, возвращаемся в и.п..

6. Упражнение «Дракончик». Упражнение способствует повышению гибкости и подвижности поясничного отдела позвоночника и оказывает влияние на укрепление мышц рук, спины, груди и плечевого пояса. И.п. Лежим на животе, руки согнуты в локтях. По команде, выпрямляем руки, голова уходит назад, возвращаемся в и.п..

7. Упражнение «Колечко». И.п.. Лежим на животе, руки согнуты в локтях, прямые ноги назад. По команде, руки выпрямляем, голова тянется к ноге, ноги сгибаются в коленях и нога тянется вверх.

8. Упражнение «Корзинка». Лёжа на животе, руки вытянуты вдоль тела, согните ноги в коленях к спине и голове, возьмите руками ступни за внешнюю сторону и тяните к голове.

Хорошо поработали, теперь можно и поиграть. Что развивает музыкальные игры? Музыкальный слух, внимание, память, мышление. Музыкальная игра: «на море чайки».

III. Заключительная часть.

Педагог: "Вы у меня сегодня все молодцы, все постарались. Я надеюсь, что наш организм стал более гибким, и если даже что то у нас не получилось, не переживайте, мы будем над этим работать. И все у нас получится!"

Вы наверно устали ?Давайте поиграем!"

1.Логоритмические упражнения «В гости к кошке»
Позвала нас в гости кошка (руками изображаем кошачьи лапки),

И пошли мы по дорожке (стучим носочками по полу).

Топ – топ, прыг – прыг, (работа стопами: сократить-вытянуть)

Чики – бирики, (2 хлопка над головой)

Чики – брик (достать руками до носочков).

Видим дерево высокое, (ручки тянем в потолок, изображаем дерево, спинка выпрямляется)

Видим озеро глубокое (ноги складываем в «бабочку»).

Птицы песенки поют (ладони перекрестно – «птица», ноги разводим в стороны),

Зернышки везде клюют:

Тут клюют и там клюют, (наклоны вперед)

Никому их не дают (садимся на колени).

Это дом, (встаем на колени, делаем ручками «крышу»)

А в нем окошко (садимся на пятки, руками изображаем «окно» – правая рука наверху, согнутая в локте, левая рука внизу, согнутая в локте – «выглядываем в окошко»)

Нас встречают кот (изображаем кота – на коленях, руки впереди на полу, одна нога вверх как хвостик)

И кошка (другая нога вверх)

Мы немножко погостим (принимаем исходное положение)

И обратно побежим (стучим носочками по полу).

Повторяем несколько раз, убыстряя темп.

2.Поклон.

3.Организованный выход.

Раздел : Танцевально - образная импровизация (1 год обучения)

Тема урока: «Создание музыкально-двигательных образов».

Цель урока: Научить детей младшего школьного возраста воплощать музыкальные образы в движениях.

Задачи занятия:

обучающие - научить детей выразительно и непринуждённо двигаться в соответствии с музыкальными образами, разнообразным характером музыки. Сформировать навыки самостоятельного выражения движений под музыку у детей 7-8 лет.

развивающие - развить чувство ритма и понимание музыки; развить навыки активности, воображения, выразительности, грациозности в создаваемых детьми образах; создать условия для творческого развития личности ребенка и ситуацию выступления перед аудиторией.

воспитательные - воспитывать осознанное отношение к восприятию музыки, чтобы открыть для него богатый мир добра, света, красоты и научить творческой деятельности; трудолюбие путем творческих заданий на создание образа.

Средство обучения: зеркала, музыкальный центр, mp3 флэшка

1.Вводная часть урока.

• Вход учащихся в танцевальный зал. Учащиеся входят в зал по кругу и выходят на середину зала в колонну по одному, совершают перестроения в две колонны, далее через одного, пары расходятся в разные стороны и соединяются в шеренгу по 4 человека. Учащиеся выстраиваются в 4 линии по 4 человека в шахматном порядке. Музыкальное сопровождение марш.

- Поклон педагогу
- Обозначение темы и цели урока.

2. Основная часть урока

Разминка по кругу: ходьба (танцевальный шаг с носочка, руки на поясе), ходьба на полупальцах, руки на поясе, постепенно переходят на пяточки, девочки держатся руками за юбочки, у мальчиков руки на поясе.

Разминка перед зеркалом:

- 1) упражнения для головы;
- 2) упражнения для мышц рук и плечевого пояса;
- 3) упражнения для мышц корпуса;
- 4) упражнения для мышц задней поверхности бедра и голени;
- 5) упражнения для мышц ног (приводящая и нежная мышца);
- 6) прыжки, шаги.

Упражнения на создание образа:

«Мишка косолапый»

«Птицы перелетные»

«Цапля»

«Лошадки».

«Самолётики»

« Времена года»

«Дерево»

«Волшебный платок»

«Змея»

«Кошечка добрая, кошечка злая...»

Музыкальная игра «Море волнуется раз...»

Цель: формировать навыки двигательной активности детей, коммуникативной деятельностью; выполнять имитационные движения, демонстрируя красоту, выразительность, грациозность, пластичность движений.

Участники располагаются по всему залу в хаотичном порядке и исполняют танцевальную ходьбу на месте, бегают или прыгают, в зависимости какая музыка звучит. По сигналу

ведущего (хлопок в ладоши или свисток) останавливаются и замирают в разных позах, представляя собой скульптуру, животного, игрушку, птицу и т.д. Ведущий делает комментарий, к выбранным им фигурам, после повторного сигнала все продолжают двигаться (повторяется 2-3 раза).

3.Заключительная часть урока

Основное построение для поклона.

Степень реализации цели, достигнутой в начале урока.

Поклон педагогу .Аплодисменты друг другу.

Конспект №3.

Занятие по хореографии 1 год обучения

Раздел: «элементы классического танца».

Тема: «Основные позиции рук и ног».

Цель учебного занятия: познакомить детей с позициями ног, постановкой корпуса, положением рук и головы на уроке хореографии.

Задачи: формирование навыков самостоятельного выражения движения под музыку, изучить позиции ног, постановку корпуса, развить координацию движений, музыкальный слух, физические данные ребенка (память, внимание)

Форма организации работы: групповая.

Образовательные технологии: здорово-сберегающие, игровые (практически обучающая игра), психолого - педагогические.

Материально-техническое оснащение занятия музыкальный центр, рояль, мультимедийная система.

План занятия.

1. Вводная часть
 - вход в зал и построение на круг
 - игра «давайте познакомимся»
 - изучение позиций ног
 - постановка корпуса. Игра «Чиполлино»
 - разогрев по кругу.
2. Основная часть – середина
 - ритмические движение и упражнения на середине
 - работа в пространстве (новый материал)
 - игровая часть
3. Заключительная часть
 - беседа
 - подведение итогов урока
 - поклон.

Ход занятия.

1.Вводная часть

Дети входят в танцевальный зал и останавливаются по кругу. В игровой форме выравниваем круг (взявшись за руки, «надуваем большой воздушный шар»).

Педагог:

- Здравствуйте, ребята. Мы собрались в этом зале, чтобы совершить увлекательное путешествие в волшебный мир танца. Все любят танцевать? А хотите научиться делать это правильно и красиво? Тогда слушайте меня внимательно. По кругу называем свое имя. При этом, мальчик топает ножкой, а девочка хлопает в ладоши. Чтобы научиться танцевать нужно познакомиться не только друг с другом, но и с азбукой танца.

Игра «Азбука танца», изучение 6 (ножки «подружились») и 1 (носочки «поссорились») позиции ног.

Педагог: - Для настоящего танцора очень важна осанка.

Игра «Чиполлино» (представьте, что вы – луковички, и у вас есть зеленый хвостик, за который вас тянут вверх. При этом, плечи опущены вниз и раскрыты). Вот такие подтянутые и красивые, поворачиваемся в затылок друг за другом и отправляемся путешествовать дальше.

Игра «Волшебный платок» (танцевальный шаг с носка «котятка», полупальцы «мышата», шаг на пятках «медвежата», полупальцы «цыплята», прыжки по 6 позиции «кингурята»).

Остановка в круг (перестроение в пары).

Парами перестраиваемся колоннами по 4 человека.

Педагог:

- Какие вы умницы! Какая ровная и красивая у вас получилась колонна! Настоящие танцоры всегда приветствуют зрителей и партнеров поклоном.

Поклон. Мальчики – 6 позиция ног, кивок головой. Девочки – деми плие по 1 позиции.

2. Основная часть.

Музыкально-ритмическая игра «Считаем нотки».

Ручки сложили на парты, приготовили правый пальчик. 4 нотки считаем пальчиком, 4 – хлопками, 4 – хлопками по коленям, 4 – прыжками. Музыкальный размер – 2 четверти. Повторяем упражнение по 2 и по 3 нотки.

Упражнение для головы и рук. Музыкальный размер – 2 четверти.

Марш-пассе (2 четверти).

Изучение нового материала. Деми плие. Легкое приседание по 1 и 6 позиции ног, музыкальный размер 2 четверти.

Танцевальный этюд «куклы».

Прыжки. Подготовительная форма соте. Упражнение «Мячики».

Игра-импровизация «Звероробика»

«Звероробика» - движения имитирующие повадки зверей, птиц в соответствии с четверостишьями.

Кошка села на окошко,

Стала кошка лапки мыть,

Понаблюдав за ней немножко,

Мы все движенья можем повторить.

Раз, два, три – ну-ка повтори (руки перед собой согнуты в локтях, изображаем кошку, которая моет лапки).

Три, четыре, пять – повтори опять (руками прикасаемся к ушам)

Ну, просто – молодцы! (руки разводим в стороны через I позицию).

Змея ползет тропой лесной,

Как лента по земле скользит,

А мы движение такое,

Рукою сможем все изобразить.

Раз, два, три – ну-ка повтори (правой рукой перед собой изображаем змею, которая ползет вперед).

Три, четыре, пять – повтори опять (левой рукой перед собой изображаем змею, которая ползет вперед)

Ну, просто – молодцы! (руки разводим в стороны через I позицию).

Стоит цапля на болоте,

Ловит клювом лягушат,

И так стоять совсем не трудно

Для нас, для тренированных ребят.

Раз, два, три – ну-ка повтори (правую ногу поднять до колена, руки вверх прямые, голову повернуть на правое плечо).

Три, четыре, пять – повтори опять (левую ногу поднять до колена, руки прямые вверх через стороны, голову повернуть на левое плечо)

Ну, просто молодцы! (руки разводим в стороны через I позицию).

Мартышка к нам спустилась с ветки,

Мартышку надо уважать

Ведь обезьяны наши предки,
А предкам детки, надо подражать.
Раз, два, три – ну-ка повтори.
Три, четыре, пять – повтори опять (повторяем все движения вместе).
Ну, просто – молодцы! (руки разводим в стороны через I позицию).

Этюд, имитирующий действия человека.

Жила была бабка (руками изображаем как «бабка» надевает платок) у самой речки (правая рука перед собой делает волнистые движения). Захотелось бабке («бабка» надевает косынку) искупаться в речке (руки выводим вперед, затем в стороны, изображая плавание). Она купила себе мочало (на высоких полупальцах на месте разворачиваем пятки то вправо, то влево, при этом кулачками трем животик круговыми движениями). Наша песня хороша (разводим руки в стороны через I позицию) начинай сначала! (топнуть правой ногой и руки закрыть на пояс).

3. Заключительная часть

Педагог:

- Настало время возвращаться из сказки. Вам понравилось наше путешествие? Какие новые танцевальные движения вы изучили? Как они называются?

Молодцы! Жду вас на следующем уроке.

Прощание поклоном. Выход из зала.

Конспект №4.

Раздел: «элементы эстрадного танца» (2й год обучения).

Тема: «Знакомство со стилем хип-хоп и топ-рок»

Форма организации работы: групповая.

Материально-техническое обеспечение: зал, музыкальный центр, музыкальная подборка, гимнастические коврики.

Цель: изучение базовых движений стиля хип-хоп и топ-рок.

Основные задачи.

1. Обучающие:

- разучить основные движения хип-хоп;
- обучить основной технике работы мышц в данном направлении.

2. Развивающие:

- способствовать развитию пластичности, координации, выносливости, мышечного тонуса, чувства ритма;
- способствовать развитию творческих способностей.
- развивать эмоциональную отзывчивость при исполнении танца.

3. Воспитывающие:

- способствовать формированию хорошего настроения, положительных эмоций в ходе занятия.

Ход занятия

1. Организационный момент

Входит в зал педагог, приглашает детей в зал. Учащиеся строятся полукругом.

Педагог: Здравствуйте, я рада видеть вас, давайте поприветствуем друг друга поклоном. Поклон Сегодня у нас будет необычное занятие, мы с вами познакомимся с элементами уличной хореографии.

Танец — это вид искусства, который рождает в душе человека много эмоций, различные чувства.

Прежде чем приступить к нашему творчеству, давайте сделаем разминку.

Разминка

Раскачивание корпусом в темп музыки, ноги вместе («кач» вперед и назад) – «Кач» из стороны в сторону, ноги вместе;

- «Кач» по сторонам в широкой постановке ног;
- Шаги в такт музыки с высоко поднятыми коленями вправо, влево;
- Работа поочередно правой и левой рукой в стороны в такт музыки.

2. Основная часть

Педагог: Займите свои места. Прошу приступить к выполнению задания!

Разучивание элементов танца Хип-хоп

Базовый элемент «Step» – пружинистые выпады вперед из стойки ноги вместе; – пружинистые выпады вправо из стойки ноги вместе;

- пружинистые выпады влево;
- мах (выкидывание) руками вперед и в стороны;
- выполнение хип-хоп шага из стороны в сторону с движениями рук;
- выполнение хип-хоп шага вперед с движениями рук;
- выполнение хип-хоп шага вперед, соблюдая четкие правила;
- контрольное выполнение хип-хоп шага.

Базовый элемент Toprock

– на 1 шаг правой ноги в право, на 2 левая нога крест накрест с правой ногой становится на пятку;

- на 3 правая нога шагает в лево, на 4 левая нога крест накрест с правой становится на пятку;
- руки на 1 делают крест перед корпусом, на 2 резко раздвигаются в стороны;
- корпус на 1 наклоняется назад (продолжение ноги), на 2 становится ровно по центру.

Педагог: А сейчас мы с вами изучим элементы Хип-хопа: «Крокодилчик» и «Подсечка».

Трюки выполняются на гимнастических коврах

Элемент «Крокодилчик»:

- правая рука упирается в пресс локтям, а ладонью в пол, переносим вес тела на правую руку;
- левая рука сгибается в локте и отводится в лево, ладонь упирается в пол;
- плечо правое упирается в пол, правую ногу отрываем от пола, ровно поднимая вверх, левую ногу кладем на левый локоть. Дети выполняют элемент.

Элемент «Подсечка»:

- весь вес на правой ноге, присаживаемся на нее, левую ногу отводим ровно в бок;
- руки по центру на полу;
- левая нога постепенно подсекает руки и опорную ногу и делает круг. Дети выполняют элемент.

А сейчас каждый самостоятельно попробует еще раз все ранее изученные элементы Хип-хопа.

3. Заключительная часть

Подведение итогов

Педагог: Скажите, какие движения мы сегодня изучили? Что показалось сегодня вам наиболее сложным?

Молодцы!

Основное построение для поклона.

Поклон педагогу .Аплодисменты друг другу