

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Средняя школа №9 им. А.С.Пушкина» города Волжска Республики Марий Эл

Утверждено  
Директор  
МОУ СОШ №9  
«18» 08 2020г.



Рассмотрено  
на педсовете  
Протокол № 8  
от «18» 08 2020г.

Дополнительная  
образовательная программа

## *От фантазии к танцу»*

художественно-эстетической направленности,  
модифицированная.

Автор: Пекешина Светлана Анатольевна,  
педагог дополнительного образования  
МОУ СОШ №9 им.А.С.Пушкина

Возраст детей: от 6 лет  
Срок реализации – 5 год.

Волжск 2020г.

## Пояснительная записка

- **Танец в образной форме передаёт мысли и чувства.**

Главное в танце – содержание, с которым форма должна быть в органическом единстве. Содержание и форма танцев должны быть доступны учащимся и находиться на высоком идейно-художественном уровне. Используя специфические средства искусства танца, заинтересованность детей, преподаватели хореографии имеют возможность проводить большую воспитательную работу.

Программа позволяет последовательно решить задачи по музыкальному, физическому и эстетическому воспитанию детей, формирует представление о культуре движения (танца), влияет на улучшение состояния здоровья.

- **Модифицированная программа «От фантазии к танцу» создана на основе типовой с добавлением воспитательного элемента и изменений, внесённых мною исходя из собственного практического опыта.**

Программа рассчитана на 5 лет обучения. Группы формируются согласно возрасту. Занятия проводятся в большом освещённом актовом зале, который позволяет вместить более 30 детей. Пол застелен леолиумом, что позволяет заниматься современной хореографией. Занятия проходят под музыкальное сопровождение. Для этого используется музыкальный центр. Имеется отдельное помещение для переодеваний.

- **Актуальность исследования.**

В основе педагогических требований к определению содержания, методики и организационных форм занятий с детьми по хореографии лежит принцип воспитывающего обучения. Воспитание и обучение представляют неразрывное единство. Педагогический процесс строится таким образом, чтобы дети, приобретая знания, овладевая навыками и умениями, одновременно формировали бы свое мировоззрение, приобретали лучшие взгляды и черты характера. Занятия по танцу содействуют эстетическому воспитанию детей, оказывают положительное воздействие на их физическое развитие, способствуют росту их общей культуры, поэтому можно утверждать, что хореографическое искусство имеет богатую возможность широкого осуществления воспитательных задач. Именно поэтому очевидна актуальность и востребованность выбора данной темы.

### Основные формы и методы работы

*Основные методы*, направленные на достижение цели и выполнение задач:

- **метод сенсорного восприятия**- просмотры видеофильмов о балетных школах, прослушивание аудиозаписей.
- **словесный метод** - рассказ нового материала; беседа о коллективе, выпускниках и. т. д.; дискуссия о прошедшем выступлении на концерте.
- **наглядный метод**- личный пример педагога, так как невозможно объяснить словами движение, не показав его правильного исполнения, а так же видеопросмотр выступлений профессиональных коллективов.
- **практический метод** - самый важный, это работа у станка, тренировка упражнений на середине зала, репетиции.
- **метод стимулирования деятельности и поведения** - соревнование, поощрение, создание ситуации успеха.

Основная форма занятия – групповая. Чаще всего это комплексное занятие, включающее в себя изучение нового материала, повторение пройденного, а так же творческие задания по актёрскому мастерству и импровизации.

Процесс обучения строится на 3-х основных этапах усвоения учебного материала:

- Ознакомление. Объяснение правил изучаемого упражнения, либо рассказ о сюжете нового танца; затем демонстрация упражнения, либо движения в правильном исполнении.
- Тренировка. Процесс самостоятельного осмысления движения или упражнения ребёнком, затем работа над техникой исполнения и работа над синхронностью исполнения движений всеми участниками группы.
- Применение. Использование полученных знаний, умений и навыков, участие в конкурсах и фестивалях, выступление на концертах.

**ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ:** развитие личности ребёнка средствами хореографического искусства.

### **ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ:**

1. Воспитание интереса любви к искусству;
2. Осуществление эстетически-нравственного и трудового воспитания учащихся;
3. Развитие танцевальных способностей, художественного воображения, эстетического чувства и понимания прекрасного;
4. Обучение учащихся знаниям элементарных основ музыкального и хореографического искусства;
5. Формирование у детей двигательных навыков, при повторе за руководителем, по памяти.

## **АСПЕКТЫ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

- Тип программы - модифицированная
- По целевому обеспечению – образовательная  
общеразвивающая
- Форма занятий – групповая.
- Срок реализации – 5 лет.
- Возраст детей – от 7 до 16 лет.
- Количество обучающихся:
  - 1 год обучения – 25 человек в группе.
  - 2 год обучения – 28 человек в группе.
  - 3 год обучения – 28 человек в группе.
  - 4 год обучения – 28 человек в группе.
  - 5 год обучения – 27 человек в группе.

### Количество занятий

Год обучения	Продолжительность одного занятия	Периодичность в неделю	Количество академических часов в неделю	Количество академических часов в год
1 год	1 час	2 раза	2 часа	72 часа
2 год	1,5 часа	2 раза	3 часа	108 часов
3 год	1,5 часа	2 раза	3 часа	108 часов
4 год	2 часа	3 раза	6 часов	216 часов
5 год	2 часа	3 раза	6 часов	216 часов

### Учебный план.

№ п/п	Разделы	Количество часов				
		1 год	2 год	3 год	4 год	5 год
1	Вводные занятия. Правила техники безопасности.	1	1	1	1	1
2	Ритмика или элементы музыкальной грамоты	5	10	5	-	-
3	Игровые технологии	20	25	7	-	-
4	Народно-сценический танец	5	8	10	20	20
5	Эстрадный танец	20	25	20	30	20
6	Партерная гимнастика	11	16	10	10	10
7	Джазовый танец (модерн, джаз, афро)	-	-	10	35	40
8	Современный танец (контемпорари ,хип-хоп)	-	-	10	35	40
9	Репитиционно-постановочная работа.	6	15	20	60	65
10	Индивидуальные занятия.	-	-	5	15	10
11	Итоговые занятия.	4	8	10	10	10
	Всего:	72	108	108	216	216

## *1 год обучения*

### **Учебно-тематический план.**

Тема	Общее кол-во часов	Теоретические (час)	Практические (час)
1. Вводные занятия. Правила техники безопасности.	1	1	-
2. Ритмика.	5	1	4
3.Игровые технологии	20	5	15
4.Народно-сценический танец.			
4.1 Русский танец	5	1	4
5. Эстрадный танец	20	2	18
6. Партерная гимнастика	11	-	11
7. Репитиционно - постановочная работа.	6	-	6
8. Итоговые занятия	4	-	4
Итого.	72	9	63

### **Содержание программы.**

#### ***1.Вводные занятия.***

Вводные занятия. Правила техники безопасности. Задачи 1-го года обучения. Правила поведения в коллективе. Права и обязанности воспитанников. Техника безопасности. Беседа с детьми о целях и задачах первого года обучения, о форме одежды для занятий.

#### ***2.Ритмика или элементы музыкальной грамоты***

характер музыки, темп, строение музыкального произведения (вступление, части).  
Практические занятия: ритмические упражнения с музыкальным заданием. Начало и окончание движения вместе с музыкой, различение музыкальных частей. Движение в различных темпах. Определение характера музыки словами и передача изменения характера в движении.  
Построения и перестроения. Построение в колонну по одному и по два, перестроения из колонны по одному в пары и обратно, на месте и на шагах. Построение в шеренгу, в круг, сужение и расширение круга, свободное размещение в зале, построение «цепочкой», построения «воротца».

### **3. Игровые технологии**

Сюжетно - ролевые игры, подвижные игры, общеразвивающие игры, игры для создания доверительных отношений в группе, игры направленные на развитие внимания ребёнка к самому себе, своим чувствам, игры на развитие слуха, чувства ритма: «Звук настанет», «удары ладош». «Пропоем, прохлопаем, любимую мелодию». «Я в музыке услышу кто ты, что ты». «Музыкальный теремок». «Игры на развитие актёрского мастерства»

### **4. Народно-сценический танец.**

#### **4.1. Русский народный танец.**

Русский народный танец – часть национальной культуры русского народа.

В этот раздел входит знакомство с основными позициями и положениями рук и ног в русском танце, развитие координации движений, во время исполнения простейших элементов и движений на середине зала.

Лекция связи русского народного танца с песней, обычаями, обрядами, бытом, разнообразии народных игр, хороводов, плясок. Русские праздничные костюмы, их связь с бытом, танцами и природой. Традиции сложившиеся в исполнении русского народного танца.

Изучение разминки в характере русского танца;

Разучивание характерных движений: гармошка, бег молоточками, переменный ход, шаги с носка, с каблочки, моталочки, верёвочки, припадание. Поворот на месте «точка», бег в повороте, двигаясь по диагонали зала.

Сценические танцы: «По ягоды», «Матрёшки», «Барыня» разучиваем любой на выбор педагога, в зависимости от возможностей обучающихся.

### **5. Эстрадный танец**

Основные требования, предъявляемые к исполнению танцев: музыкальность, грамотность, красота и выразительность. Понятие о движении по линии танца и обратно. Понятие о ведущей роли мальчика в парном танце. Понятие об ансамбле.

### **6. Партерная гимнастика.**

Основные элементы гимнастики. Вытягивание носочков ( на выработку подъёма); наклон корпуса на правую, левую и обе собранные ноги ( на гибкость). «Бабочка», «гусеничка» (на выворотность); в положении «разножка» наклон корпуса на правую, левую ногу, вперёд (на растяжку). «Лягушка», «колокольчик», «змейка», «ласточка»- на гибкость спины.

### **7. Репетиционно - постановочная работа.**

Разучивание движений к танцу, постановка танцевального номеров: «Зимняя сказка», «Про зверят», «Цыплята» или других в зависимости от фантазии педагога и возможностей ребят. Отработка готовых номеров в танцевальном зале и на сцене, подготовка к концертным выступлениям.

## 8. Итоговые занятия

Неотъемлемая часть учебного процесса в подготовке юного артиста, развивающая его смелость, выразительность и артистичность.

Первые выступления для родителей.

По окончании 1-го года обучения воспитанники должны:

- знать основы музыкальной грамоты;
- уметь ориентироваться в пространстве;
- знать основные движения русского танца;
- уметь держать правильную осанку;
- уметь работать в группе.

*2 год обучения.*

### Учебно-тематический план.

Тема	Общее кол-во часов	Теоретические (час)	Практические (час)
1. Вводные занятия. Правила техники безопасности.	1	1	-
2. Ритмика.	10	1	9
3.Игровые технологии	25	5	15
4.Народно-сценический танец.			
4.1 Русский танец	5	0,5	3,5
4.2 Белорусский танец	3	0,5	2,5
5. Эстрадный танец	25	2	23
6. Партерная гимнастика	16	2	14
7. Репитиционно - постановочная работа.	15	-	15
8. Итоговые занятия	8	-	8
Итого.	108	12	96

## **Содержание программы.**

### ***1. Вводные занятия.***

Задачи 2-го года обучения. Правила поведения в коллективе. Права и обязанности воспитанников. Техника безопасности.

### ***2. Ритмика или элементы музыкальной грамоты***

Определение и передача в движении: характера музыки, темпа, метроритма, размеров 2/4; 3/4.

Упражнения на развитие мышечного чувства и отдельных групп мышц: разведение рук в стороны с напряжением; напряжение и расслабление мышц шеи; напряжение и расслабление мышц плечевого пояса, корпуса.

Построения и перестроения. Перестроение из колонны по одному в колонну по три (тройки), по четыре (четвёрки) на месте и в движении. Перестроение из троек и четвёрок в кружочки и звёздочки. Перестроения в парах: обход одним партнёром другого, до-за-до и др.

### **3. Игровые технологии**

Сюжетно - ролевые игры, подвижные игры, общеразвивающие игры, игры для создания доверительных отношений в группе, игры направленные на развитие внимания ребёнка к самому себе, своим чувствам, игры на развитие слуха, чувства ритма: «Ласточка. Аист» (на координацию движений), «Портрет. Музыкальный теремок», «На лесной полянке», «Пропоем, прохлопаем любимую мелодию» (развитие слуха).

Разучивание игры «Стартин», развивающей умение импровизировать и работать в группе дружно и сплочённо.

### **4. Народно-сценический танец.**

#### ***4.1 Русский танец.***

Продолжение разучивания элементов и движений русского танца. Особое внимание уделяется движениям рук. На основе изученных элементов вводятся небольшие танцевальные комбинации, что способствует развитию координации движений.

Основные движения русского танца: простой шаг назад, переменный тройной шаг, переменный шаг с каблука, медленный русский ход, шаркающий шаг, припадание по 3-й позиции, тройные переступания,

мужской шаг с каблука, присядка вперёд по 6-й позиции с выносом ноги на каблук, «мячик» - с одинарным хлопком впереди, быстрый бег в ритмическом разнообразии.

Танцевальный этюд из выученных движений.

Разучивание танцев «Ах, Кострома» или «За околицей» на выбор педагога, в зависимости от возможностей обучающихся.

#### ***4.2. Белорусский танец.***

Белорусский народный танец очень удобен для обучения детей по своему лексическому материалу.

Беседа «Характерные особенности белорусского танца».



Разучивание основных положений рук, элементов и движений белорусских танца «Лявониха» : притопы одинарные и тройные с наклоном, подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции, тройные подскоки, подскоки с продвижением вперёд и назад, выбрасывание ног на каблук, присядка на двух ногах по 1-й прямой позиции с продвижением в стороны и выносом ноги на каблук вперёд.

Разучивание танцевального этюда либо танца «Лявониха».

## **5. Эстрадный танец**

- Танцы с добавлением актерского мастерства
- Танцы разного характера: от спокойных до темпераментных
- Танцы, где ведущая роль принадлежит рукам и корпусу
- Танцы, где техника ног доводится до виртуозности
- Танцы, способствующие развитию танцевальности, музыкальности, чувствам позы
- Танцы, знакомящие учащихся с разными музыкальными стилями

## **6. Партерная гимнастика.**

Повторение пройденного. Усложненные движения 1 года обучения. «Мостик», шпагат в 2-х направлениях. Кувырок вперёд, колесо.

## **7. Репитиционно - постановочная работа.**

Пополнение репертуара новыми постановками: «Снежинки», «Весёлые человечки - жевуны», «Жители Изумрудного Города» - на выбор педагога, из перечисленных либо другими в зависимости от фантазии педагога и возможностей детей.

## **8. Итоговые занятия.**

Выступления на различных сценических площадках города, применение умений и навыков, полученных в коллективе, на практике.

По окончании 2-го года дети должны:

- уметь передавать в движении характер и темп музыки;
- уметь перестраиваться в простые рисунки танца (круг, линии, колонны);
- знать основные движения белорусского танца;
- иметь правильную осанку;
- уметь правильно выполнять основные упражнения эстрадного танца .

3 год обучения.

**Учебно-тематический план.**

Тема	Общее кол-во часов	Теоретические (час)	Практические (час)
1. Вводные занятия. Правила техники безопасности.	1	1	-
2. Ритмика.	5	1	4
3.Игровые технологии	7	1	6
4.Народно-сценический танец.			
4.1 Русский танец	4	-	4
4.2 Греческий танец	3	-	3
4.3 Итальянский танец	3	-	3
5. Эстрадный танец	20	-	20
6. Партерная гимнастика	10	2	8
7. Джазовый танец	10	1	9
8. Современный танец	10	1	9
9. Репитиционно - постановочная работа.	20	-	15
10. Индивидуальная работа	5	-	5
11. Итоговые занятия	10	-	10
Итого.	108	7	101

## **Содержание программы.**

### ***1. Вводные занятия.***

Задачи 3-го года обучения. Права и обязанности воспитанников. Правила поведения в коллективе. Техника безопасности.

### ***2. Ритмика или элементы музыкальной грамоты***

Определение и передача в движении: структуры музыкального произведения (период, предложение, фраза), размера 4/4.

Упражнения на развитие ориентации в пространстве. Перестроение группы из круга в квадрат, из круга в рассыпную и снова в круг. Построение двух концентрических кругов: «воротца», «звёздочка», «карусель», «змейка». Упражнения на развитие мышечного чувства и отдельных групп мышц, в сочетании с танцевально-тренировочными.

### **3. Игровые технологии**

Упражнения на развитие художественно-творческих способностей: «ветерок и ветер», «клоуны», «жонглёры», «кузнецы».

Танцевальные импровизации на музыку выбранную педагогом.

Сочинение этюдов под музыку на темы: «под дождём», «трусливый заяц», «на речке» и. т. д.

### **4. Народно-сценический танец.**

#### ***4.1 Русский танец.***

Повторение выученного за 1-2-й годы обучения. Различия между понятиями: народный танец, народно-сценический танец и стилизация.

Разучивание стилизованных движений и комбинаций.

Разучивание танцевального этюда на основе выученных движений, либо танцевального номера («Зиму гнали - весну звали», «Шёл медведь на ярмарку», «Весна пришла»).

#### ***4.2 Греческий танец.***

Особенности греческого народного танца. Просмотр видеозаписи выступления ансамбля Игоря Моисеева. Разучивание движений и комбинаций греческого танца. Разучивание танца «Под звуки Эллады».

#### ***4.3 Итальянский танец.***

Изучение итальянского сценического танца строится на движениях «Тарантеллы», которая обрела определённую форму, и в то же время довольно близка к народной. Исполнение этого танца требует высокой техники, яркой выразительности корпуса, чёткой координации движений.

Элементы и движения танца «Тарантелла»: положения рук и ног, движения с тамбурином; шаг

с ударом носка по полу, с одновременным подскоком на опорной ноге на месте и с продвижением назад, бег на месте с продвижением вперёд, перескоки с ноги на ногу, шаг с подскоком и одновременным броском и сгибанием ноги в колене, подскоки в полуприседании на полупальцах по 3-й позиции на месте и в повороте, соскок двумя ногами во вторую позицию с подниманием ноги перед собой накрест другой, маленькие броски с поочерёдными ударами носком и каблуком по полу.

Разучив движения, комбинируем их и составляем этюд или танцевальный номер.

## **5. Эстрадный танец**

- Танцы с добавлением актерского мастерства
- Танцы разного характера: от спокойных до темпераментных
- Танцы, где ведущая роль принадлежит рукам и корпусу
- Танцы, где техника ног доводится до виртуозности
- Танцы, способствующие развитию танцевальности, музыкальности, чувствам позы
- Танцы, знакомящие учащихся с разными музыкальными стилями

## **6. Партерная гимнастика.**

Повторение пройденного. Данный год увеличивает нагрузку, усложняет движения, требует большей отдачи от детей. Используются маты, брусья, шведская стенка. Гимнастика: требуется хорошая растяжка во всех направлениях, хорошая гибкость. Самостоятельное вставание на мостик. Акробатика: стойка на руках, с опорой на стену; стойка с «оттяжкой»; стойка и шпагат в воздухе. Колесо с двух рук.

## **7. Джазовый танец.**

*Основы джаз-танца.*

Владение техникой джазового танца позволяет глубже выражать эмоциональные и социальные переживания, использовать в танце естественные движения человека.

Партер-джаз. Проработка на полу всех основных положений ног и корпуса.

Закрепление мышечных ощущений, не свойственных при исполнении классического и народного танцев. Положение контракции и релаксации в положении лёжа и сидя, маленькие мостики и разножки. Сокращения и круговая работа стоп по 6-й и 5-й позициям. Растяжки лёжа и сидя. Проработка выхода на большой «мостик» из положения стоя.

Упражнения на середине: проучивание основных позиций ног в джаз-танце: «вторая параллель», «четвёртая параллель», «перпендикуляр». Работа корпуса, плеч, рук, ног и головы в положении стоя. Тяговые пор де бра, проработка торсовых смещений, работы боков.

## **8. Современный танец**

*Хип-хоп стиль.*

Разновидность современного танца. Разучиваем основные движения и комбинируем их. Сочиняем танцевальный номер «Проделки лиходеев или Бяки-Буки по-нашему».

### **9. Индивидуальные занятия.**

Индивидуально занимаются солисты танцевальной группы. На занятиях разучиваем сольные партии концертных номеров, отрабатываем их.

### **10. Репетиционно - постановочная работа.**

Пополнение репертуара новыми постановками: «Армия Урфина Джюса», «На снежных облаках», «Я рисую», «Море волнуется» - на выбор педагога, из перечисленных либо другими в зависимости от фантазии педагога и возможностей детей.

Работа над техникой исполнения номеров в танц-зале и на сценической площадке.

### **11. Итоговые занятия.**

Применение полученных знаний умений и навыков на практике.

Привитие сценической культуры (внешний вид, поведение на сцене и за кулисами). Развитие «сценической» смелости.

По окончании 3-го года дети должны:

- уметь определять структуру музыкального произведения;
- уметь ориентироваться в пространстве и перестраиваться в любые рисунки;
- знать и уметь исполнять движения итальянского и греческого танца, имея представление о характере и манере исполнения данных танцев;
- знать основы овладения техникой джаз-танца;
- владеть культурой движения рук;
- иметь представление о выразительных средствах хореографии;
- знать
- происхождение изучаемых танцев.

## **4 год обучения.**

### **Учебно-тематический план.**

Тема	Общее кол-во часов	Теоретические (час)	Практические (час)
1. Вводные занятия. Правила техники безопасности.	1	1	-
2. Народно-сценический танец.			
2.1 Русский танец	10		10
2.2 Испанский танец	5	1	4
2.3 Украинский танец	5	1	4
3. Эстрадный танец	30	-	30
4. Партерная гимнастика	10	2	8
5. Джазовый танец	35	5	30
6. Современный танец	35	5	30
7. Репитиционно - постановочная работа.	60	-	60
8. Индивидуальная работа	15	-	15
9. Итоговые занятия	10	-	10
Итого.	216	15	201

### **Содержание программы.**

#### **1. Вводные занятия.**

Задачи 4-го года обучения. Права и обязанности воспитанников. Правила поведения в коллективе. Техника безопасности.

#### **2. Народно-сценический танец.**

##### **2.1 Русский танец.**

Повторение выученного за годы обучения.  
Разучивание стилизованных движений и комбинаций.

Разучивание танцевального номера «Пелагеюшка»

## **2.2 Испанский танец.**

Танцевальное искусство Испании многообразно и неповторимо. Характер испанского танца страстный, огненный. Существует несколько групп танцев различного характера: трагико-драматического – «хондо», шуточного, с танцами под общим названием «чуфлас» и. т. д.

Испанские танцы интересны своей ритмичностью, координацией танцевальных движений, темпераментом.

Элементы испанского сценического танца: положения рук и ног, «ключ» - удар каблуками , прыжки, повороты, работа с веером.

Разучиваем этюд или танцевальный номер в характере испанского танца.

## **2.3 Украинский танец.**

Много на Украине танцев и игр, связанных с различными временами года.

К их числу относятся весенние – «Веснянки», летние – «Зелёный шум», зимние – «Метелица» и.т.д., все эти танцы близки к хороводному типу, но по характеру исполнения они различны. Тема труда получила в украинском танце яркое и убедительное выражение. Исполнение женских и мужских танцев резко отличается друг от друга. Женские – лиричные, мужские – отличаются динамикой исполнения, широтой движений, большими прыжками и вращениями.

Элементы украинского танца: позиции и положения ног и рук, положения рук в парном массовом танце, подготовка к началу движения, простые поклоны на месте без рук и с руками, притоп, «верёвочка», «дорожка проста» (припадания), «дорожка плетена» (припадание в перемещённом положении), «выхилияник» (ковырялочка), «бегунец», «голубец» на месте и с продвижением.

Разучив основные движения, комбинируем их и составляем танцевальный этюд, либо готовый сценический номер «Казачок».

## **3. Эстрадный танец**

- Танцы с добавлением актерского мастерства
- Танцы разного характера: от спокойных до темпераментных
- Танцы, где ведущая роль принадлежит рукам и корпусу
- Танцы, где техника ног доводится до виртуозности
- Танцы, способствующие развитию танцевальности, музыкальности, чувствам позы

- Танцы, знакомящие учащихся с разными музыкальными стилями

#### **4. Партерная гимнастика.**

Повторение и закрепление выученных упражнений за 1-3-й годы обучения. Разучивание новых более сложных упражнений

#### **5. Джазовый танец.**

##### Модерн-танец.

На уроках танца модерн дети обучаясь основным движениям, учатся взаимодействовать с окружающим их пространством, учатся использовать в танце силу земного притяжения. Работа с пространством даёт неограниченные возможности в сочетании с высоким техническим уровнем подготовки.

Основные понятия: контракция, кёф, арка. Учимся правильно дышать. Падения и быстрый подъём.

Разучивание тренажа на полу: плие, батман тандю, жете, ронд, фондю, гранд батман жете и адажио в стиле модерн.

Разучивание танцевальных комбинаций на середине зала и в продвижении.  
(«Танец Тибетских Дам», «Лабирит»)

##### Джаз танец.

Повторение и закрепление выученного за 3-й год обучения.

Развёрнутая разминка у палки на материале современного джаза,

Характерно использование чередования темпоритмов, синкоп, смещённого ритма, свойственных джазовому танцу. Фиксация всех основных положений и позиций проученного материала в эстетических позициях и использование простейших танцевальных комбинаций.  
(«42 улица», «Хризантемы»)

#### **6. Современный танец**

##### Контактная импровизация.

Используя основы техники release, учимся: совмещать в единое целое танцевальную пластику и окружающее пространство, чувствовать партнёра, коллектив, себя в коллективе как одно целое.

#### **7. Индивидуальные занятия.**

Занятия с солистами группы, на которых разучиваются сольные номера или сольные партии к массовым номерам. Работа над техникой исполнения сольного номера и артистичностью солиста.

#### **8. Репитиционно - постановочная работа.**



Пополнение репертуара новыми постановками: «Розовый Вальс», «Коридор снов», «Бал Ледяных Фигур», «Снегопад» - на выбор педагога, из перечисленных либо другими в зависимости от фантазии педагога и возможностей детей.

Работа над техникой исполнения номеров в танц-зале и на сценической площадке.

## 9. Итоговые занятия.

Применение на практике полученных знаний, умений и навыков, их закрепление.

По окончании 4-го года обучения дети должны:

- владеть соответствующей координацией и силовой нагрузкой в исполнении танцевального номера;
- чувствовать национальный характер и ритм;
- иметь понятие о балетном спектакле;
- знать законы общей координации тела, рук, ног, головы, законы равновесия;
- знать основы овладения техниками джаз и модерн танца.

## 5 год обучения.

### Учебно-тематический план.

Тема	Общее кол-во часов	Теоретические (час)	Практические (час)
1. Вводные занятия. Правила техники безопасности.	1	1	-
2. Народно-сценический танец.			
2.1 Испанский танец	10		10
2.2 Испанский танец Арагонская Хота	10	2	8
3. Эстрадный танец	20	-	20
4. Партерная гимнастика	10	2	8
5. Джазовый танец	40	5	35
6. Современный танец	40	5	35
7. Репитиционно - постановочная работа.	65	-	65

8. Индивидуальная работа	10	-	10
9. Итоговые занятия	10	-	10
Итого.	216	15	201

## Содержание программы.

### **1. Водные занятия.**

Задачи 5-го года обучения. Права и обязанности воспитанников. Правила поведения в коллективе. Техника безопасности.

### **2. Народно-сценический танец.**

#### **2.1 Испанский танец.**

Повторение материала 4-го года обучения.

Основные движения испанского танца: позиции рук и ног, движения рук, ход - удлиненные шаги на полуприседании, ход – удлиненный шаг на всю стопу в полуприседании с двумя последующими переступаниями, «сапатеадо» - выстукивания по 6-й позиции, па балансе, па глиссад, круговое перегибание корпуса, соскоки.

Разучивание танцевального этюда или сценического номера.

#### **2.2 Испанский танец Арагонская хота.**

Особенности Арагонской хоты. Основные движения танца: положения рук и ног, основной ход (разновидность па де баска), движение из стороны в сторону, «голубец» на прыжке, «верёвочка», «ковырялочка», опускание на колено, «винт», повороты на месте.

Разучивание танцевального этюда, либо сценического номера.

### **3. Эстрадный танец**

- Танцы с добавлением актерского мастерства
- Танцы разного характера: от спокойных до темпераментных
- Танцы, где ведущая роль принадлежит рукам и корпусу
- Танцы, где техника ног доводится до виртуозности
- Танцы, способствующие развитию танцевальности, музыкальности, чувствам позы
- Танцы, знакомящие учащихся с разными музыкальными стилями

#### **4. Партерная гимнастика.**

Повторение и закрепление выученного за 1-4-й годы обучения.

Ускоряем темп исполнения упражнений. Добавляем более сложные элементы, развивающие гибкость, танцевальный шаг, выворотность.

#### **5. Джазовый танец.**

Овладение системой растяжки «стретч», характером и особенностями классического традиционного джаза.

Вращения: простейшее вращение из релаксационного раскрытия до 2-й позиции в контракцию по 6-й, «штопор», туры с подменной ног и одновременной работой корпуса «восьмёркой», по диагонали: тур шене и тур лян.

Прыжки: педальный (жете вниз), гранд жете вперёд, в сторону, назад через пассе, сиссон ферме, ранверсе.

Танцевальные шаги: па томбе ипа де буре. «Стретч» - скручивание и раскручивание корпуса. Постижение основ джазового танца на середине зала. Проработка стопы на позициях «параллель» через чередование выворотных и параллельных позиций с одновременной усложнённой работой корпуса через контракцию, закрытием и раскрытием корпуса с постоянной сменой работы рук в позициях «джаз».

#### Модерн танец.

Развёрнутая разминка у палки на материале танца модерн : батман тандю, плие, жете, ронд, адажио, гранд жете (простейшие комбинации).

Разучивание различных танцевальных комбинаций на середине зала.

Импровизация под музыку используя технику release, создание определённого образа.

#### **6. Современный танец**

##### MTV-стиль.

Разновидность современного клубного танца. В комбинациях сочетание мелких быстрых движений и медленных более широких. Основа движений

MTV-стиля джаз танец.

Разминка на середине зала: работа головы, плеч, средней части корпуса и бедер, коленей, стоп, паховые и боковые растяжки.

Разучивание танцевальных комбинаций и составление танцевального номера.

#### **7. Индивидуальные занятия.**

Проводятся с солистами группы, для разучивания сольных номеров и сольных партий в массовых танцах, а так же для работы над техникой исполнителей и эмоциональностью.

## **8. Репитиционно - постановочная работа.**

Пополнение репертуара новыми концертными постановками: «Колдовство Гингемы», «Крапивные побеги» «Русалки»

Работа над техникой и эмоциональностью исполнения концертных номеров, в танцевальном зале и на сценической площадке.

## **9. Итоговые занятия.**

Применение на практике полученных знаний, умений и навыков, их закрепление.

### **Основные требования к знаниям и умениям обучающихся:**

- понимать и интересоваться фольклором, народными танцами и костюмами, связывать характер танца с образом жизни народа, с окружающей природой;
- знать сложные технические движения народно-сценического танца;
- знать репертуар ведущих профессиональных коллективов страны, творчество балетмейстеров этих коллективов;
- уметь анализировать балетные спектакли, определять их жанр;
- исполнять танцы, построенные на движениях разных жанров, стилей;
- иметь красивую осанку, грамотность и выразительность движений;
- уметь выражать в пластике общее содержание музыки, её образные ассоциации;
- уметь свободно импровизировать в новых молодёжных стилях и направлениях;
- уметь сочинять небольшие миниатюры, этюды.

### **Межпредметные связи**

Настоящая программа опирается на некоторые понятия и навыки, которые дети получают на уроках в общеобразовательной школе. Программа является яркой иллюстрацией применения тех или иных знаний на практике.

Непосредственная связь хореографии с музыкой прослеживается на всём этапе, так как мы танцуем под музыку и выражаем характер музыки танцем. Воспитанники должны усвоить понятия «ритм», «счёт», «размер» и узнать, что музыка состоит из тактов и музыкальных фраз, при этом дети должны уметь различать вступление и основную мелодию, вступить в танец с начала музыкальной фразы.

Каждый танец, который включён в программу, имеет определённые исторические корни и географическое происхождение. Приступая к изучению того или иного танца, учащиеся знакомятся с историей его создания, узнают, в какой стране, у какого народа он произошёл, в какую страну переместился. Уклад и обычаи, характер и темперамент народа отражаются в танце, и наоборот, изучая танец, учащиеся узнают о тех или иных народах, странах.

Учащиеся среднего и старшего возраста пользуются понятиями «вес тела», «ось поворота», «импульс движения», «ускорение». Существуют понятия «геометрия шагов», «диаграмма шагов».

Ну и, наконец, самая тесная взаимосвязь прослеживается между хореографией и физкультурой: и по строению занятия, и по его насыщенности. Начиная с разминки, имея кульминацию в середине и спад физической и эмоциональной нагрузки к концу, каждое занятие

имеет цель - натренировать те или иные группы мышц для выполнения различных движений. Регулярные занятия танцами, как и занятия физкультурой, создают и укрепляют мышечный корсет, улучшают работу сердца, нервной системы, укрепляют психику.

### Условия реализации программы.

Занятия проводятся в большом зале, который вмещает в себя более 30 детей.

Зал всегда чистый, светлый, хорошо проветренный. Пол деревянный, покрыт ленолиумом (очень удобен для занятий гимнастикой и джаза, можно заниматься босиком). Кроме этого, в наличии коллектива музыкальные центры с CD и USB-носителями.

Кроме зала, имеем отдельную комнату для переодевания детей, комнату-костюмерную, где храним костюмы для выступлений и зал, для занятий классическим танцем, который оснащён зеркалами и станками.

Костюм для занятий: для девочек - гимнастический купальник и лосины, для мальчиков - футболка и шорты. Обувь – балетки или чешки, носки.

Кроме основного руководителя, с детьми занимается преподаватель классического танца и преподаватель по детской хореографии.

Для работы с детьми преподавания хореографии также есть свои требования:

1. Знать методику преподавания народного танца. Уметь показать движения. Привить интерес к народному танцу, жизни и быту других народов.
2. Знать методику преподавания джазового танца. Доходчиво объяснять новый материал.
3. Знать методику преподавания классического танца. Уметь показать и правильно объяснить технику движений.
4. Уметь подать материал в соответствии с возрастными интересами. Знать основные приёмы, возрастную тематику. Учитывать необходимость физического и духовного развития детей.
5. Повышать свою профессиональную компетентность. Быть примером дисциплинированности, воспитанности.
6. Быть справедливым, корректно учитывать индивидуальные особенности, способности воспитанников.

В коллективе существует родительский комитет, состоящий из 4-х человек, который контролирует финансовую поддержку коллектива, помогает в проведении праздников, концертов. С родителями поддерживается постоянная связь.

У коллектива в наличии неплохая видеотека, содержащая в себе концертную и учебную деятельность. Видеокассеты приобретались по почте, на курсах, по обмену опытом. Постоянно поддерживается связь со студией звукозаписи, магазинами CD, звукорежиссёрами. Имеется неплохая библиотека по постановкам и методике преподавания хореографии.

### Программно-методическое обеспечение

- Методические разработки, литература по хореографическому искусству;
- Литература по педагогике и психологии;
- Методические видеоматериалы различных направлений хореографии.

Видеозаписи балетных спектаклей и выступлений профессиональных коллективов народного танца и современной хореографии.

### **Список литературы для педагога:**

1. Аркина Н.Е. Языком танца – М.: Знание, 1975
2. Богаткова Л. Хоровод друзей.- М.: Детгиз, 1957.
3. Боголюбская М. Музыкально-хореографическое искусство в системе эстетического и нравственного воспитания.- М., 1986.
4. Ваганова А. Основы классического танца.- Л.: Искусство, 1960.
5. Ванслов В. Балеты Григоровича и проблемы хореографии.-М.: Искусство, 1968.
6. Голейзовский К. Образы русской народной хореографии.- М.: Искусство, 1964.
7. Давыдов В. Проблемы развивающего обучения.- М., 2004.
8. Захаров В. Радуга русского танца.- М.: Сов. Россия, 1986.
9. Климов А. Основы русского народного танца.- М.: Искусство, 1981.
  
10. Конен В. Рождение джаза.- М., 1984.
  
11. Королёва Э., Курбет В., Мардарь М. Молдавский народный танец.- М.: Искусство, 1984.
  
12. Костровицкая В. 100 уроков классического танца.- Л.: Искусство, 1981.
  
13. Кристи Г. Основы актёрского мастерства.- М.: Советская Россия, 1970.
  
14. Михайлова М. Развитие музыкальных способностей детей.- Ярославль, 1997.
  
15. Пасютинская В. Волшебный мир танца.- М.: Просвещение, 1985.
  
16. Прибылов Г. Методические рекомендации и программа по классическому танцу для самодеятельных коллективов.- М., 1984.
  
17. Ромм В. Большой театр Сибири.- Новосибирск, 1990.
  
18. Смирнов И. Искусство балетмейстера.- М.: Просвещение, 1986.
  
19. Ткаченко Т. Народные танцы.- М.: Искусство, 1975.
  
20. Устинова Т. Избранные русские народные танцы.- М.: Искусство, 1996.
  
21. Чижова А. Берёзка.- М.: Советская Россия, 1972.

### **Список литературы для обучающихся:**

1. Дешкова И. Загадки Терпсихоры.- М.: Детская литература, 1989.
2. Жданов Л. Вступление в балет.- М.: Планета, 1986.
3. Пасютинская В. Волшебный мир танца.- М.: Просвещение, 1986.
4. Ромм В. Большой театр Сибири.- Новосибирск, 1990.