

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования Центр развития творчества детей и юношества имени чувашского просветителя И.Яковлева муниципального района Мелеузовский район Республики Башкортостан

Рассмотрено на заседании
методического совета
МБОУ ДО ЦРТД и Ю
им. И.Яковлева
Протокол № 1 от 30.08.2018г.

Утверждаю
Директор МБОУ ДО
ЦРТД и Ю им.Яковлева
Петрова Л.А.
Приказ № 18 от 31.08.2018г.



**Дополнительная общеразвивающая программа
художественно-эстетической направленности
«Хевел»
(возраст детей 7-15 лет, срок реализации-3 года)**

Автор-составитель программы:
Сушкова Ольга Александровна
педагог дополнительного
образования МБОУ ДО
ЦРТД и Ю им.И.Яковлева
муниципального района
Мелеузовский район РБ

Мелеуз-2018

Паспорт программы

Полное наименование программы	Дополнительная общеобразовательная программа по хореографии «Хевел»
Руководитель	Директор МБОУ ДО ЦРТДиЮ им.И.Яковлева Петрова Л.А.
Организация исполнитель	Муниципальное образовательное бюджетное учреждение дополнительного образования Центр развития творчества детей и юношества им.И.Яковлева муниципального района Мелеузовский район Республики Башкортостан
Адрес организации исполнителя	Почтовый и юридический адрес: 453850, РБ, г.Мелеуз, ул.Первомайская, д.1а Телефон: 5-15-58 (директор)
Фамилия, имя, отчество	Сушкова Ольга Александровна
Должность автора	Педагог дополнительного образования
Количественная и качественная характеристика детей	1 год – 8-18 человек 2-4 год – 8-10 человек возраст 7-15 лет
Цель программы	Максимальное раскрытие творческих способностей учащихся, выработка хореографических навыков и умений
Направленность	Хореографическая, социально-педагогическая.
Срок реализации	3 года
Вид программы	Модифицированная программа
Уровень реализации	Дополнительное образование
Способ освоения содержания образования	Репродуктивный

Пояснительная записка

Данная программа предназначена для занятий в объединениях по хореографии МБОУ ДО ЦРТДиЮ им.И Яковлева, где занятия проводятся в течении трех лет с учащимися, имеющими склонность к танцевальной деятельности. Целью занятий в кружке является приобщение обучающихся к искусству хореографии, развитие их художественного вкуса.

В программе усиливается познавательная деятельность за счет систематического проведения бесед о хореографическом искусстве, совместных просмотров видеоматериалов о танце, посещение концертов.

На вводных занятиях учащиеся знакомятся с распорядком работы в танцевальном зале, правилам по технике безопасности.

Материал программы дает возможность осваивать сюжетно-тематические произведения и привлекать высокохудожественную музыку – классическую, современную, народную. В процессе постановочной работы и репетиций у детей развиваются: художественное воображение, ассоциативная память, творческие способности. В ходе постановочной работы развивается творческая инициатива детей, воображение, умение передать музыку и содержание образа движением.

Программа сочетает тренировочные упражнения и танцевальные движения классического, чувашского народно-сценического и историко-бытового танца.

Выступления на сценической площадке можно сочетать с выступлениями в массовых играх на каникулах.

Содержание направлено на формирование общей культуры обучающихся, на их духовно-нравственное, социальное, личностное и интеллектуальное развитие, на создание основы для самостоятельной реализации учебной деятельности, обеспечивающей социальную успешность, развитие творческих способностей, саморазвитие и самосовершенствование, сохранение и укрепление здоровья обучающихся.

Программа предусматривает обучение танцевальному искусству в объеме 3 часа в неделю.

Особое значение приобретает взаимодействие **традиционных и инновационных** педагогических подходов. К традиционным методам подготовки относятся методы и рекомендации по изучению танцевальной техники, построения и разучивания танцевальных комбинаций, изучение истории становления и развития искусства танца, общее эстетическое развитие.

Инновационные методы включают в себя следующие компоненты: современные педагогические технологии, педагогические аспекты творческой деятельности, этнопедагогический подход к обучению, методы развития межличностного общения в коллективе.

В данной программе мы обратились к двум группам педагогических теорий, на которых строится планирование педагога хореографического коллектива.

К первой группе относятся **традиционные теории**, к которым можно отнести изучение теории и истории хореографического искусства, а также теоретических основ хореографии. Важную роль играют также теории освоения техники, стиля, манеры исполнения основных элементов различных видов танца: народно-сценического, классического, историко-бытового, спортивного. Помимо практических занятий, проводятся теоретические: на уроках «беседы о хореографическом искусстве» учащиеся знакомятся с историей возникновения танца и с основными хореографическими понятиями.

Вторую группу представляют **инновационные теории**, основанные на современном педагогическом подходе. В планировании деятельности педагога введены занятия по основам сценического макияжа и актерского мастерства.

Цель деятельности хореографического коллектива: выявление и развитие способностей каждого учащегося, формирование духовно богатой,

свободной, физически здоровой, творчески мыслящей личности, обладающей прочными базовыми знаниями по хореографии, личности, ориентированной на высокие нравственные ценности, способной в последующем на участие в духовном развитии общества. Для реализации данной цели **необходимы следующие задачи:**

Задачи реализации Программы «хевел»:

- формирование физически здоровой личности;
- развитие творческих способностей учащихся;
- формирование у детей общечеловеческих норм морали (доброты, взаимопонимания, милосердия, веры в созидательные возможности человека, толерантности);
- воспитание активной жизненной позиции;
- воспитание культуры общения.

Курс не ставит своей задачей воспитывать профессиональных танцоров, однако дает возможность раскрыть и на хорошем уровне развивать танцевальные способности учеников.

Организационные условия реализации программы

Реализация программы проводится в соответствии с основными педагогическими принципами:

принцип системности (предполагает преемственность знаний, комплексность в их усвоении);

принцип дифференциации (предполагает выявление и развитие у учеников склонностей и способностей по различным направлениям)

принцип увлекательности (учитывает возрастные и индивидуальные особенности учащихся);

□ принцип коллективизма (способствует развитию разносторонних способностей и потребности отдавать их на общую радость и пользу);

□ принцип междисциплинарной интеграции (уроки литературы и музыки, литература и живопись, изобразительное искусство и технология, вокал и ритмика);

□ принцип креативности (предполагает максимальную ориентацию на творчество ребенка, на развитие его психофизических ощущений, раскрепощение личности).

На теоретических занятиях даются основные знания, раскрываются теоретические обоснования наиболее важных тем, используются данные исторического наследия и передового опыта в области хореографического искусства и жизни в целом.

На практических занятиях изложение теоретических положений сопровождаются практическим показом самим преподавателем, даются основные базовые движения хореографии. Во время занятий происходит доброжелательная коррекция. Педагог добивается того, чтобы все участники пытались максимально точно выполнить задание.

На индивидуальных занятиях работа проводится с детьми в количестве от 1 до 2 человек.

Ожидаемые результаты

В области предметных результатов:

- знать основы различных стилевых систем танца;
- воспроизводить ритмический рисунок;
- концентрировать внимание;
- иметь запас танцевальных движений и уметь с их помощью передавать характер музыки.

В области метапредметных результатов:

- иметь представления о различных направлениях хореографии;
- знать о нормах поведения на сцене и в зрительном зале;

- иметь навыки общения контактности и доброжелательности при решении творческих задач;
- иметь интерес к культурным традициям и мероприятиям.

В области личностных результатов:

- самостоятельно ориентироваться в мире танцевальной эстетики;
- позитивно оценивать свои танцевальные способности и навыки;
- быть ориентированным на успех.

Материально-техническое обеспечение:

музыкальный центр, музыкальная фонотека, костюмы.

Отличительные черты данной программы:

Поэтапное развитие содержание, форм и методов обучения, способствующих формированию творческой активности учащихся.

В основу программы положены:

- тематический принцип планирования учебного материала;
- единство обучения и воспитания;
- познавательность.

Цель программы: воспитание трудолюбия, развитие творческой активности, развитие здорового образа жизни, развитие творческих способностей обучающихся при создании ситуации успеха.

Задачи программы:

1) Образовательные:

- расширение общего кругозора детей;
- формирование у детей умений, навыков творчества в области хореографического искусства.

2) Воспитательные:

- формирование яркой индивидуальности;
- воспитание у детей чувства патриотизма.

3) Развивающие:

- развитие правильной осанки;
- развитие сенсорной памяти;
- развитие координации движений.

Дидактические принципы:

- доступность данного учебного материала для учащихся;
- принцип соблюдения индивидуальности каждого учащегося.

Основные направления и содержания деятельности.

На занятиях используется практический метод обучения.

Каждое занятие по темам включает теоретическую часть и практическое выполнение задания.

Основное место на занятиях отводится практическим работам, которые включают выполнение различных по строению и по сложности упражнения. Практическая часть является естественным продолжением и закреплением теоретических сведений, полученных учащимися.

Методы обучения, методические приемы выбираются с учетом практических навыков, получаемых учащимися на занятиях, поэтому методика обучения в начале учебного года отличается от той, которая применяется в конце учебного года.

Выбирая форму ведения занятий, необходимо учитывать индивидуальные и возрастные особенности учащихся, их потенциальные возможности, это помогает проводить изучение материала в определенной последовательности и достигнуть намеченной цели занятия.

Условия реализации программы.

Особенности организации учебно-воспитательного процесса:

количество групп	6
формы детского объединения	кружок (учебная группа)
состав учащихся	постоянный
особенности набора	свободный
формы занятий	групповые, разновозрастные

продолжительность реализации образовательной программы	3 года
количество обучающихся в группе	1-й год 10-15 человек 2-3-й год 8-10 человек
возраст обучающихся	7-18 лет
психолого-педагогические особенности детей	соответствуют возрастным особенностям
объем учебной нагрузки коллективных занятий	324
режим занятий	3 часа в неделю (3 раза по 1 ч.)

Учебно-образовательная программа на 1 год обучения (108ч.)

№	Тема	Час	Примечание
1	Вводные занятия: инструктаж по технике безопасности; знакомство	3	Тетради
2	Сюжетно-ролевые и музыкально-танцевальные игры	12	Коврики, гимнастические палки
3	Ритмика, тренаж.	30	Спортивная форма, чешки
4	Пластика рук	13	Обручи, мячи, скакалки
5	Отработка элементов движений народной хореографии	20	Коврики, гимнастические палки
6	Чувашская народная хореография	30	Платки

	Итого:	108ч.	
--	--------	-------	--

Содержание программы 1 года обучения

1. Вводные занятия.

Рассказ об учебной группе «Хевел», о содержании занятий, проводимых мероприятиях.

2. Материалы.

Тетради, магнитофон, диски, кассеты, гимнастические палки, платки, обручи, скакалки.

3. Техника безопасности.

Соблюдение правил безопасности в танцевальном зале во время занятий, в аварийных ситуациях, связанных с пожаром, соблюдение правил дорожного движения.

4. Дидактический материал.

- 1) Видеоматериалы о танцах.
- 2) Иллюстрации с изображениями костюмов народов России.

5. Результаты работы.

Участие в конкурсах, на различных мероприятиях в ЦРТДиЮ им.И.Яковлева.

Ожидаемые результаты для учащихся 1 года обучения:

1. Формирование первоначальных представлений о музыкальных жанрах: (марш, песня), темп, характер, музыкальный размер, танцевальные жанры.
2. Знание позиций и положение рук и ног в народных и классических танцах.
3. Правильная постановка корпуса.
4. Четкая координация движений.
5. Чувство ритма.
6. Исполнительская деятельность.

**Календарно-тематическое планирование учебной группы «Хевел»
(1год обучения)**

месяц	№	Тема	Количество часов	Дата
сентябрь	1	Вводные занятия	3	
		Знакомство	1	
		Инструктаж по технике безопасности	1	
		Инструктаж по технике безопасности	1	
	2	Сюжетно-ролевые и музыкально-танцевальные игры	12	
		Чувашские танцевальные игры «В маки», «Луна и Солнце»	6	
		Сюжетно-ролевые игры: «Лошадки», «Верблюд», «Конь»,	3	

		«Кошечка»		
октябрь		Танцы на развитие творческих способностей. «Кузнечик», «Лошадки», «Слоники». Коммуникативные танцы	2	
		Использование музыкально-хореографических элементов в танцах образно-имитационного характера. Сюжетный танец.	4	
	3	Ритмика, тренаж.	30	
ноябрь		Упражнения на развитие групп мышц и подвижность суставов, развития мимики и пантомимики, координация движений, расслабление мышц	12	

декабрь		Набор танцевальных элементов: марш, бег, подскоки, пружинка, хлопки, Разучивание Подготовка к Новому году.	12	
		Танцевальные шаги	6	
	4	Пластика рук	13	
декабрь		Упражнения для развития пластики рук: «змеевидные руки», «крылья», «голуби», «волна». Выступление.	6	
		Характерные движения рук в башкирском танце	3	
		Характерные движения рук в чувашском танце	4	
январь	5	Отработка элементов движений народной хореографии	20	
		Башкирский танец.	10	

февраль		Танец с шалями «Курай»	10	
	6	Чувашская народная хореография	30	
март		Чувашский танец «Киремет»	15	
апрель				
май		Чувашская плясовая	15	
	ИТОГ 0		108	

Учебно-образовательная программа 2-4го года обучения (108ч.)

№	Тема	Час	Примечание
1	Вводные занятия: инструктаж по технике безопасности.	3	
2	Сюжетно-ролевые и музыкально- танцевальные игры	4	
3	Ритмика, тренаж.	20	
4	Пластика рук	15	
5	Отработка элементов движений народной хореографии	33	
6	Народная чувашская хореография	33	
	Итого:	108ч.	

**Учебно-образовательная программа 2-4 года обучения (108ч.)
(творческая группа)**

№	Тема	Час	Примечание
1	Вводные занятия: инструктаж по технике безопасности.	3	
2	Сюжетно-ролевые и музыкально- танцевальные игры	4	
3	Ритмика, тренаж.	23	
4	Пластика рук	18	
5	Народная чувашская хореография	60	
	Итого:	108ч.	

Содержание программы 2-3 года обучения:

1. Вводные занятия.

Краткое содержание программы 2-го года обучения. Цели и задачи, стоящие перед обучающимися. Уровень знаний, который они должны достичь в новом учебном году.

2. Материалы.

Тетради, альбом для рисования, магнитофон, кассеты.

3. Техника безопасности.

Соблюдение правила безопасности в танцевальном зале во время занятий, в аварийных ситуациях, связанных с пожаром, соблюдение правил дорожного движения.

4. Дидактический материал.

- 1) Видеоматериалы с концертов Государственной филармонии Республики Чувашии (танцы, вокально-хореографические заставки).
- 2) Плакаты, буклеты с изображениями чувашских народных костюмов от древности до современности.

5. Результаты работы.

Участие в конкурсах, на различных мероприятиях в ЦРТДиЮ им.И.Яковлева, выступления на городских ярмарках, районных фестивалях.

Критерии оценки:

- знание основных отличий классического танца от народно-сценического танца;
- формирование основных навыков классического танца, чувашского народного танца, а также элементов эстрадной хореографии.

Методические рекомендации

В теоретической части программного материала целесообразно использовать:

- 1) рассказы по истории, культуре и быту чувашского народа;
- 2) беседы по основным понятиям по технике безопасности в процессе занятия;

3) беседы о правилах поведения на концертных выступлениях и после них.

Практическая часть программного материала предусматривает:

- 1) обучению основных навыков классического танца, чувашского народного танца;
- 2) упражнения в игровой форме.

Ожидаемые результаты для учащихся 2-3 года обучения:

1. Формирование знаний о музыкальных жанрах (марш, вальс, полька и др.), о темпе, о музыкальных размерах.
2. Знание позиций и положение рук и ног в народных и классических танцах.
3. Правильная постановка корпуса.
4. Усложненная координация движений.
5. Определение музыкального размера.
6. Ориентация в пространстве сцены
7. Исполнительская деятельность.

**Календарно-тематическое планирование учебной группы «Хевел»
(2-3 год обучения)**

месяц	№	Тема	Количество часов	Дата
сентябрь	1	Вводные занятия	3	
		Ознакомление с содержанием программы 2-3го года обучения	1	
		Инструктаж по технике безопасности	1	
		Инструктаж по технике безопасности	1	
	2	Сюжетно-ролевые и музыкально-танцевальные игры	4	
		Танцевальные игры	1	
		Сюжетно-ролевые игры.	1	
октябрь		Танцы на развитие творческ	1	

		их способностей. Коммуникативные танцы		
		Использование музыкально- хореографических элементов в танцах образно - имитационного характера. Сюжетный танец.	1	
	3	Ритмика, тренаж.	20	
ноябрь		Упражнения на развитие групп мышц и подвижность суставов, развития мимики и пантомимики, координация движений, расслабление мышц	12	
		Набор танцевальных элементов. Подготовка к Новому году.	6	
		Танцевальные	2	

		шаги		
	4	Пластика рук	15	
		Упражнения для развития пластики рук. Выступление.	5	
		Совершенствовани е характерных движений рук в башкирском танце	5	
		Совершенствовани е характерных движений рук в чувашском танце	5	
январь	5	Отработка элементов движений народной хореографии	33	
		Башкирский танец. Танец с шалями «Семь девушек»	1 теор. 12	
февраль			20	
	6	Чувашская народная хореография	33	

март		Чувашский танец	15	
апрель		«Давайте танцевать»		
май		Чувашская плясовая	18	
	ИТОГ О		108	

Календарно-тематическое планирование творческой учебной группы
«Хевел»
(3-4 год обучения)

месяц	№	Тема	Количество часов	Дата
сентябрь	1	Вводные занятия	3	
		Ознакомление с содержанием программы 2-го года обучения	1	
		Инструктаж по технике безопасности	1	
		Инструктаж по технике безопасности	1	
	2	Сюжетно-ролевые и музыкально-танцевальные игры	4	
		Танцевальные игры	1	
		Сюжетно-ролевые игры.	1	
октябрь		Танцы на	1	

		развитие творческих способностей. Коммуникативные танцы		
		Сюжетный танец.	1	
	3	Ритмика, тренаж.	23	
ноябрь		Упражнения на развитие групп мышц и подвижность суставов, развития мимики и пантомимики, координация движений, расслабление мышц	10	
декабрь		Набор танцевальных элементов. Подготовка к Новому году.	8	
		Танцевальные шаги	5	
	4	Пластика рук	18	
январь		Упражнения для развития пластики рук. Выступление.	6	

		Совершенствовани е характерных движений рук в башкирском танце	6	
февраль		Совершенствовани е характерных движений рук в чувашском танце	6	
	5	Чувашская народная хореография	60	
март		Чувашский танец «Давайте танцевать»	15	
апрель		Чувашская плясовая	15	
		«Шаманка» - стилизация	15	
май		Отработка движений эстрадной чувашской хореографии		
	ИТОГ О		108	

Критерии оценки 2-4 года обучения:

- знание основных отличий танцев народов России;
- формирование основных навыков чувашского народного танца, башкирского народного танца;
- формирование основных навыков чувашской эстрадной хореографии.

Методические рекомендации

В теоретической части программного материала целесообразно использовать:

- 1) рассказы по истории, культуре и быту чувашского народа;
- 2) беседы по основным понятиям технике безопасности в процессе занятий;
- 3) беседы о правилах поведения на концертных выступлениях и после них.

Практическая часть программного материала предусматривает:

- 1) обучение основных навыков народных танцев;
- 2) упражнения в игровой форме.

**Воспитательная работа
учебной группы «Хевел»**

Название мероприятия	дата
Патриотическое воспитание 1. Фестивали культуры народов Башкортостана. 2. Конкурсы патриотических песен. 3. Выступления перед ветеранами.	ноябрь, апрель февраль февраль
Работа по оздоровлению учащихся и профилактике здорового образа жизни 1. Беседа о вреде курения, алкоголизма и наркомании. 2. Спортивные игры.	в течение года
Эстетическое и нравственное воспитание 1. Беседа о знаменитых исторических личностях. 2. Викторины. 3. Просмотр концертов. 4. Концертные выступления.	в течение года

Подготовительная группа (1-й год обучения).

Обучение детей начинается с упражнений по ориентировке в пространстве. Большое организующее значение принадлежит музыке. Именно поэтому на первом этапе обучения первоочередной задачей является приобретение координации слуховых и двигательных навыков и постепенное их осознание.

Азбука музыкального движения.

Теория. Мелодия и движения. Темп (быстро, медленно, умеренно). Музыкальные размеры: 4/4, 2/4, 3/4. Контрастная музыка: быстрая – медленная, веселая – грустная. Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворотов вправо и влево. Такт и затакт.

Практические занятия. Музыкально-пространственные упражнения: маршировка в темпе и ритме музыки – шаг на месте, вокруг себя, вправо и влево. Фигурная маршировка с перестроением: из колонны в шеренгу и обратно; из одного круга в два и обратно; продвижением по кругу (внешнему и внутреннему),

Звездочка, конверт (по 5-6 человек на углах и в центре в шеренгу). Танцевальные шаги в образах: оленя, журавля, лисы, кошки, мышки, медведя, птички и т.д. Дирижерский жест, тактирование на 2/4, 4/4, 3/4. Выделение сильной доли.

Элементы классического танца.

Теория. Знания и навыки. Специфика танцевального шага и бега. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата ребенка. Выработка осанки, опоры, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов. Позиции и положения рук и ног. Сведения о классических танцах.

Практические занятия. Упражнения у станка. Постановка корпуса (в выворотной позиции, лицом к станку, со второго полугодия – держась за станок одной рукой. Позиция ног – 1,2,3,5. Постановка рук –

подготовительная – 1, 2, 3-я позиции (на середине), держась за одну руку, стоя боком к станку.

Батман тандю – движения, вырабатывающие натянутость всей ноги в колене, подъеме, пальцах, развивающие силу и эластичность ног; изучаются лицом к станку по 1, 2, 5-й позициям, вначале года - в сторону вперед, в конце года – назад.

Деми плие – складывание, сгибание, приседание; изучается лицом к станку по 1, 2, 3, 5-й позициям.

Батман фраппе – сильное ударяющее движение, развивает силу ног, ловкость, быстроту и подвижность колена; изучается лицом к станку вначале в сторону, затем вперед и позднее назад.

Батман релеве лян на 45 градусов – медленное поднимание ноги, развивает силу и легкость ног в танцевальном шаге; изучается стоя боком к станку, держась одной рукой, в сторону и позднее назад.

Упражнения на середине, повороты на двух ногах по 6-й позиции, по j круга.

Элементы народно-сценического танца.

Теория. Сюжеты и темы некоторых танцев. Особенности народных движений. Характерные положения рук в сольном, групповом танце, в хороводах.

Практические занятия. Русский танец. Позиция рук – 1, 2, 3 на талии. Шаги танцевальные с носка: простой шаг вперед; переменный шаг вперед. Притоп – удар всей стопой; шаг с притопом в сторону; тройной притоп. Припадание на месте с продвижением в сторону: исходная, свободная 3-я позиция; поднявшись на полупальцы поставленной назад ноги, упасть на другую ногу в полуприседании, затем опять подняться на полупальцы. То же с продвижением в сторону. Выведение на каблук из свободной 1-й позиции, затем приведение ее в исходную позицию. Ковырялочка – поочередные удары в сторону одной ногой носком в закрытом положении и ребром каблука в открытом положении, без подскоков. Подготовка к присядке

(мужс.). Полуприсядка – полное приседание. Легкие прыжки с обеих ног с одновременным их сгибанием (в полуприседании). Хлопки (одинарные) – в ладоши, по бедру. Вращение на подскоках вокруг круга на двух подскоках.

2-4 й год обучения.

Азбука музыкального движения.

Теория. Мелодия и движения. Темп (быстро, медленно, умеренно). Музыкальные размеры: 4/4, 2/4, 3/4. Контрастная музыка: быстрая – медленная, веселая – грустная. Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворотов вправо и влево. Такт и затакт. Особенности музыки – марши (спортивные, военные), вальсы (быстрые и медленные).

Практические занятия. Музыкально-пространственные упражнения: маршировка в темпе и ритме музыки – шаг на месте, вокруг себя, вправо и влево. Фигурная маршировка с перестроением: из колонны в шеренгу и обратно; из одного круга в два и обратно; продвижением по кругу (внешнему и внутреннему),

Звездочка, конверт (по 5-6 человек на углах и в центре в шеренгу). Дирижерский жест, тактирование на 2/4, 4/4, 3/4. Выделение сильной доли в шагах.

Элементы классического танца.

Теория. Знания и навыки. Специфика танцевального шага и бега. Продолжение тренировки суставно-мышечного аппарата ребенка. Выработка осанки, опоры, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов. Позиции и положения рук и ног. Сведения о классических танцах.

Практические занятия. Позы классического танца изучаются на середине зала. Поза круазе, поза эффасе (с ногой на полу).

Упражнения у станка. Постановка корпуса (в выворотной позиции, лицом к станку, со второго полугодия – держась за станок одной рукой. Позиция ног

– 1,2,3,5. Постановка рук – подготовительная – 1, 2, 3-я позиции (на середине), держась за одну руку, стоя боком к станку.

Па курю – мелкий бег на полупальцах, выполняется по прямой в невыворотной позиции, вперед, назад.

Батман тандю – движения, вырабатывающие натянутость всей ноги в колене, подъеме, пальцах, развивающие силу и эластичность ног; изучаются лицом к станку по 1, 2, 5-й позициям, вначале года - в сторону вперед, в конце года – назад.

Деми плие – складывание, сгибание, приседание; изучается лицом к станку по 1, 2, 3, 5-й позициям.

Батман фраппе – сильное ударяющее движение, развивает силу ног, ловкость, быстроту и подвижность колена; изучается лицом к станку вначале в сторону, затем вперед и позднее назад.

Батман релеве лян на 45 градусов – медленное поднятие ноги, развивает силу и легкость ног в танцевальном шаге; изучается стоя боком к станку, держась одной рукой, в сторону и позднее назад.

Упражнения на середине, повороты на двух ногах по 6-й позиции, по j круга.

Элементы народно-сценического танца.

Теория. Сказки, былины и игры детей разных национальностей. Показ рисунков национальных костюмов, правила народных движений, основные координации и характерные рисунки и ходы.

Сюжеты и темы некоторых танцев. Особенности народных движений. Характерные положения рук в сольном, групповом танце, в хороводах.

Практические занятия. Чувашский танец. Позиция рук(жен. и мужс.). Положение рук и корпуса в парных танцах. Движения и ходы – легкий бег. Шаг с подскоком, шаг с проскальзыванием.

Позиция рук – 1, 2, 3 на талии. Шаги танцевальные с носка: простой шаг вперед; переменный шаг вперед. Притоп – удар всей стопой; шаг с притопом в сторону; тройной притоп. Припадание на месте с продвижением в сторону:

исходная, свободная 3-я позиция; поднявшись на полупальцы поставленной назад ноги, упасть на другую ногу в полуприседании, затем опять подняться на полупальцы. То же с продвижением в сторону. Выведение на каблук из свободной 1-й позиции, затем приведение ее в исходную позицию. Ковырялочка – поочередные удары в сторону одной ногой носком в закрытом положении и ребром каблука в открытом положении, без подскоков. Подготовка к присядке (мужс.). Полуприсядка – полное приседание. Легкие прыжки с обеих ног с одновременным их сгибанием (в полуприседании). Хлопки (одинарные) – в ладоши, по бедру.

Литература, рекомендуемая для детей и родителей

1. Браиловская Л.В., Володина О.В., Цыганкова Р.В. Танцуют все. – Ростов-на-Дону 2007
2. Беликова А.Н., Пуртова Т.В., Кветная О.В. Учите детей танцевать. – М., 2003
3. Белостоцкая Е.М., Виноградова Т.Ф. Каневская Л.Я. Гигиенические основы воспитания детей. – М., 1987
4. Васильева Т.К. Секрет танца. – СПб., 1997
5. Конорова Е. Ритмика. – М., 1997
6. Лифиц И.В. Ритмика. – М., 1992
7. Пасотинская В. Волшебный мир танца. – М., 1985
8. Танцы для детей. – М., 1982
9. Танцы – начальный курс. – М., 2001
10. Тарасов Н. Классический танец. – СПб., 2005
11. Шипилова С.Г. Танцевальные упражнения. – М., 2004
12. Шукшина З. Ритмика. – М., 1976
13. Школа танцев для юных. – СПб., 2003

Терминологический словарь

Адаптация – процесс активного приспособления ребенка к условиям социальной среды с помощью мероприятий по установлению соответствия поведения воспитанника принятым в обществе правилам, нормам и ценностям или корректировке несоответствия такого поведения; вид взаимодействия его с социальной средой.

Анкетирование – метод получения информации, основанный на опросе людей для получения сведений о фактическом положении дел.

Апломб – устойчивость или равновесие, главным стержнем которого является позвоночник.

Арабеск – основная поза классического танца.

Беседа – метод получения информации на основе вербальной коммуникации; относится к методам опроса.

Внеклассная воспитательная работа – организация педагогом разных видов деятельности воспитанников во внеурочное время.

Выворотность – раскрытие ног в тазобедренном и голеностопном суставе.

Группа – относительно стабильная совокупность людей, связанных общими отношениями, деятельностью, ее мотивацией и нормами.

Деми и гранд плие – маленькие и большие приседания.

Деятельность – форма психической активности.

Жест, язык жестов – система жестов и телодвижений, используемая в танцевальной лексике.

Завязка – событие, порождающее конфликт, она начинает развитие действия в танце.

Инициатива – внутреннее побуждение к самостоятельным, активным новым формам деятельности.

Классический экзерсис – комплект упражнений и движение, который исполняется сначала у станка, затем на середине зала.

Классический танец – вид хореографической пластики, построенный на определенных и строгих законах.

Композиция – сочинение хореографа из различных танцевально-пластических элементов, образующее единое целое.

Компетентность – уровень образованности личности.

Координация – соответствие и согласие всего тела.

Концовка – окончательное движение, характерное для мужского танца.

Кульминация – постепенное нагнетание действия.

Личностный подход – последовательное отношение педагога к воспитаннику, как к личности.

Мотивация – совокупность стойких мотивов побуждений, определяющих содержание.

Мотив – побуждение к деятельности, связанное с удовлетворением потребности; осознаваемые причины, которые обуславливают выбор действий и поступков.

Музыкально-подвижные игры – ведущий вид деятельности дошкольника, связанный с приемами имитации, подражания, соревнований, образных сравнений и ролевых ситуаций.

Наглядность – предполагает непосредственное зрительное восприятие.

Натянутый подъем – стопа опущена пальцами книзу, носок оттянут вниз.

Образовательный мониторинг – форма организации сбора, хранения, обработки и распространения информации о деятельности педагогической системы, обеспечивающая непрерывное отслеживание ее состояния и прогнозирование ее развития.

Практика – материальная, целеполагающая деятельность человека.

Подбор репертуара – творческий и индивидуальный процесс для каждой группы воспитанников.

Подъем сокращенный – стопа тыльной поверхностью поднята к передней поверхности голени.

Поза – статичное положение тела, выражающее определенное состояние и настроение.

Познавательная деятельность – один из видов индивидуальной и групповой работы в учреждении дополнительного образования детей, которая используется для расширения и углубления у воспитанников знаний и способов познавательной активности, как в учреждении, так и дома.

Позиции ног – точная пропорция, которая определяет расположение выворотных ног, их удаление или сближение и тело при этом находится в состоянии покоя или в движении.

Позиции рук – правильная постановка отдельных частей: кисти, пальцев, локтя, плеча.

Постановка тела – корпус в вертикальном положении, позвоночник вытянут, плечи и грудная клетка раскрыты, лопатка оттянута к пояснице, голова держится прямо.

Педагогическая диагностика – система специфической деятельности педагогов, призванная выявить определенные свойства личности для оценки (измерения) результатов обучения и воспитания.

Релеве – поднимание на пальцах.

Рисунок танца – исходный материал, рожденный традицией народа и обязательной характеристикой каждой хореографической композиции.

Ритмика – выразительное движение тесно связанное с музыкой.

Роль – образ, воплощенный в сценической версии.

Репертуар – подбор произведений, исполняемых в концертах.

Рефлексия – внутренняя деятельность человека, ориентированная на самопознание, осмысление своих действий и состояний. Это не просто знание и понимание субъектом самого себя, но и выявление того, как другие знают и понимают «рефлектирующего», его личностные особенности, эмоциональные реакции и когнитивные (связанные с познанием) представления.

Репетиция – подготовительное, пробное исполнение произведения.

Самостоятельная работа – способность личности к деятельности, совершаемой без вмешательства со стороны.

Стопа – сложный в анатомическом и функциональном отношении аппарат, являющийся опорой тела человека и регулятор функции равновесия.

Сюжет – система событий в произведении, раскрывающая его основной конфликт.

Танцевальный шаг – амплитуда, способствующая высоте прыжка, который обеспечивает широту и свободу движений.

Тестирование – метод получения информации, основанный на выполнении пробных заданий, прохождении испытаний.

Толерантность – терпимость и принятие иных верований, национальных обычаев и традиций.

Ценность – принятое в философии, этике, социологии понимание, с помощью которого характеризуется социально-историческое значение чего-либо для общества и личности, имеющего личностный смысл для индивидов определенных явлений действительности.

Школа танца – внутренний слой, который несет в себе исполнитель, трактующий то или иное танцевальное произведение.

Умение – освоенный способ выполнения действия.

Эмоциональный настрой – свойство человека, характеризующее содержание, качество и динамику его эмоций и чувств.

Язык танца – создания мира общения чувств и эмоционального контакта



Пропиано, пронумеровано и
скреждено печатью: 29

Л.А. Петрова

Листов
Директор муниципального
бюджетного образовательного
учреждения дополнительного
образования Центр развития
творчества детей и юношества
им. И.Яковлева муниципального
района Мелеузовский район РБ

Л.А.Петрова

Л.А. Петрова