

Департамент образования мэрии города Ярославля  
Муниципальное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
Центр детского творчества «Юность»

Принята на заседании  
Методического совета  
« 25 » 03 2022 года  
Протокол № 4



УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МОУДО ЦДТ «Юность»  
/А.Л. Бусарев/  
« 25 » 03 2022 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
художественной направленности

**«Мозаика. Начальный этап»**

Возраст обучающихся: 5 – 10 лет

Срок реализации: 4 года

Разработчик программы:  
**Буйлова Е. Н.**,  
педагог дополнительного образования

Ярославль  
2022

## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>I.</b>	<b>Пояснительная записка</b>	
	1. Актуальность и практическая значимость, классификация, отличительные особенности программы	3
	2. Цель, задачи программы	4
	3. Этапы реализации программы	4
	4. Условия реализации программы	4
	5. Режим организации занятий	4
	6. Формы организации и проведения занятий	5
	7. Ожидаемые результаты	5
	8. Способы отслеживания результатов	5
	9. Формы аттестации (подведения итогов)	6
<b>II.</b>	<b>Учебно-тематические планы 1 – 4 годов обучения</b>	<b>7</b>
<b>III.</b>	<b>Содержание учебно-тематических планов</b>	<b>9</b>
<b>IV.</b>	<b>Обеспечение программы</b>	
	1. Методическое обеспечение	19
	2. Наглядно-дидактическое обеспечение	19
	3. Материально-техническое обеспечение	19
	4. Психологическое обеспечение	20
<b>V.</b>	<b>Список литературы и информационных источников</b>	<b>21</b>

## I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### *Актуальность и практическая значимость, классификация, отличительные особенности программы*

Движение – естественная потребность человека с момента его развития. Особенно важна двигательная активность для детей. Они по природе своей подвижны, восприимчивы к музыке, непринужденно выражают свои эмоции. Все это дает им танец, для них танец – естественное состояние души и тела.

Хореография способствует гармоничному развитию детей, учит их красоте и выразительности движений, формирует фигуру, развивает физическую силу и выносливость, пробуждает эстетический вкус. Не вызывает сомнений, что заниматься танцами полезно каждому, ведь систематические занятия помогают во-первых, избавиться от некоторых физических недостатков (сутулости, полноты и пр.); во-вторых, благотворно влияют на сердечнососудистую и мышечно-суставную систему человека; в-третьих, развивают музыкальный слух, чувство ритма, ловкость, изящество; в-четвертых, прививают правила культуры поведения в обществе.

Обучение хореографии связано с постоянной физической нагрузкой. Но физическая нагрузка сама по себе не имеет для ребенка воспитательного значения. Она обязательно должна быть совместима с творчеством, с умственным трудом и эмоциональным выражением. Отсюда задача хореографического образования – привить детям интерес и любовь к танцу, сформировать их танцевальные способности, развить чувство ритма, эмоциональную и танцевальную выразительность, координацию движений и ориентировку в пространстве, а также воспитать стремление к творческому самовыражению, художественный вкус и понимание прекрасного.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая **модифицированная** программа детского хореографического объединения «Мозаика. Начальный этап» направлена на приобщение детей к искусству хореографии путем развития у них танцевальной техники, умения красиво двигаться, понимать тонкости танцевального искусства и чувствовать характер музыки, создания атмосферы творчества и любви к танцевальному творчеству. Танец таит в себе огромное богатство для успешного художественно-нравственного воспитания, он сочетает в себе эмоциональную сторону искусства, приносит радость, как исполнителю, так и зрителю. Трудолюбие, терпение, упорство в достижении результата, уверенности в себе, самостоятельность, открытость, помощь и взаимовыручка, общение друг с другом – ведущие моменты в процессе обучения.

Таким образом, **актуальность данной программы** и вытекающая из нее **практическая значимость** заключаются в огромном значении художественно-эстетического развития детей, в стабильной востребованности данного направления среди обучающихся и их родителей, важности существования хореографического объединения для деятельности учреждения дополнительного образования.

Данная программа имеет **художественную направленность** и **многоуровневую** структуру. К ее **отличительным особенностям** относится следующее:

1. Она направлена на синтез классической, народной и современной хореографии, а также включает набор интегрированных дисциплин, которые помогают учащимся адаптироваться к репетиционно-постановочной работе. Особо хочется заметить, что импровизационные задания включены в программу уже с первого года обучения. А с третьего года обучения начинается углублённый раздел – «творческие занятия». Тем самым формирование творческого начала происходит с азов постижения хореографического искусства.

2. Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения, что позволяет выстроить индивидуальный план развития каждого обучающегося.

3. В ней учтены и адаптированы к возможностям детей разных возрастов основные направления танца и пластики, включающие: гимнастику, ритмику, классический, народный и современный танец. В программе суммированы особенности программ по перечисленным видам танца, что 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.

4. Совмещение нескольких танцевальных направлений, позволяющих осуществить комплексную хореографическую подготовку обучающихся в течение всего курса обучения.

В основу составления программы легли работы известных хореографов, методистов: М.А. Разночинцевой, Н.П. Базаровой и других.

Программа реализуется в Дзержинском муниципальном районе г. Ярославля (городская местность).

### *Цель программы*

– развивать творческий потенциал и художественные способности учеников средствами хореографии.

### *Задачи*

#### *Обучающие:*

- Обучать детей основам хореографического мастерства
- Расширить представления обучающихся о мире танца, его законах и значении в жизни общества

#### *Воспитательные:*

- Формировать общую эстетическую и танцевальную культуру учащихся, художественный и эстетический вкус.
- Формировать коммуникативные навыки, создавая комфортную, благоприятную атмосферу в коллективе учащихся.

#### *Развивающие:*

- Развивать мотивацию учащихся на творческую активность, успехи и достижения
- Создавать условия для раскрытия художественных способностей учащихся путем организации постановочной работы и активной концертной деятельности

### *Этапы реализации*

Программа рассчитана на 4 года обучения.

**1 – 2 года обучения** – это **подготовительный** этап. Он включает в себя начальное обучение детей 5 – 7 лет по основам ритмики.

Основная задача на этом этапе – формирование умений двигаться в характере музыки, передавая ее темповые, динамические и метроритмические особенности, знакомство с основными музыкально-теоретическими понятиями, развитие музыкального слуха и памяти.

Большое внимание уделяется упражнениям, служащим задачам физического воспитания. Они совершенствуют двигательные навыки, вырабатывают умение владеть своим телом, укрепляют мышцы, благотворно воздействуют на работу органов дыхания и кровообращения. В процессе работы над движениями, связанными с музыкой, формируется художественный вкус детей, развиваются их творческие способности.

На данном этапе ставятся детские танцы с простыми движениями.

**3 – 4 года обучения** – основной этап. Происходит овладение основами классического, народного и современного танцев. Здесь происходит совершенствование техники танца у обучающихся, умений передать его выразительность, расширение хореографического и общекультурного кругозора.

По мере овладения учащимися содержания программы происходит расширение постановочной работы и концертной деятельности, включение в репертуар современных танцев.

### *Условия реализации программы*

Программа предназначена детям 5 – 10 лет.

Комплектование групп происходит на основе действующего Устава учреждения и других нормативных документов.

Наполняемость одной группы всех годов обучения – 8 – 18 человек.

В группы второго и третьего четвертого годов обучения могут приниматься новые обучающиеся при наличии спроса на обучение и наличия вакантных мест. Комплектование групп в коллективе хореографии происходит в конце августа - начале сентября и осуществляется с учётом возраста учащихся, уровня хореографических способностей и физической

подготовленности, а также сменности учебных занятий в общеобразовательных школах. В коллектив принимаются дети без конкурсного отбора по принципу добровольности.

### ***Режим организации занятий***

1-ый и 2-й годы обучения – 2 раза в неделю по 2 академических часа. Для дошкольников 1 академический час – 30 минут.

Общее кол-во часов на первом и втором году обучения – 144 часа.

3-й год обучения – 2 раза в неделю по 2 академических часа.

Общее кол-во часов на третьем году обучения – 144 часа.

4-й год обучения – 3 раза в неделю по 2 академических часа.

Общее кол-во часов на четвертом году обучения – 216 часов.

### ***Формы организации и проведения занятий***

Обучение по данной программе предполагает использование групповой, фронтальной, коллективной, индивидуальной формы занятий

В зависимости от проведения занятия его можно классифицировать:

-обучающее;

-тренировочное;

-разминочное;

-показательное (открытое);

-комбинированное.

Занятие может быть теоретическим или практическим.

### ***Ожидаемые результаты 1 – 2 года обучения***

По окончании обучения дети *могут знать*:

- понятия «вступление», «начало», «конец» хореографического предложения;

По окончании обучения дети *могут уметь*:

- выполнять элементарные хореографические движения в соответствии с музыкой;

- начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, правильно определять начало и конец музыкальной фразы, сильную долю в музыкальном такте;

- танцевать репертуар, предусмотренный программой;

- самостоятельно создавать эмоционально-двигательный образ.

- ориентироваться в пространстве танцевального зала, класса;

- красиво и правильно стоять, ходить, сидеть, держать спину, голову.

По окончании обучения дети *могут проявлять*:

- интерес к занятиям хореографией.

К ожидаемым результатам этого этапа *относится* также:

- укрепление здоровья, формирование правильной осанки;

- развитие гибкости, координации и растяжки;

### ***Ожидаемые результаты 3 – 4 года обучения***

По окончании обучения дети *должны знать*:

- элементы классического, современного и народного танца, предусмотренные программой для данного этапа обучения.

По окончании обучения дети *должны уметь*:

- исполнять элементы классического, современного и народного танца, предусмотренные программой для данного этапа обучения;

- применять навыки техничного исполнения, сценической практики;

- качественно исполнять танцевальные номера;

- использовать ранее полученные знания при разучивании нового материала;

- проявлять самостоятельность при закреплении нового материала, нацеленность на результат;

- проявлять выносливость, трудолюбие, самодисциплину;

- проявлять коммуникативные способности, умение сопереживать;

- проявлять эмоций на сцене во время выступления.

### **Способы отслеживания результатов**

Один из способов отслеживания результатов естественно является наблюдения за обучающимися в процессе обучения, во время различных мероприятий. А так же:

- участие в фестивалях и конкурсах различного уровня;
- участие в мероприятиях различного уровня: активность, творческий подход;
- выполнение контрольных нормативов (тестирование) – является одной из форм выявления уровня физического развития и физической подготовленности.

Оценка эффективности полученных знаний, умений и навыков осуществляется 2 раза в год. Методом оценки эффективности является наблюдение, участие в концертах и результаты конкурсных выступлений, внутренняя мотивация интерес к занятиям, стремление к самоутверждению, самосовершенствованию, нравственно-этическая ориентация.

Критерии оценки по 5 балльной системе:

- 5 баллов ставится в том случае, если все показатели подтверждены;
- 4 балла – все показатели в норме, но есть два-три недочета;
- 3 балла – обучающийся не справляется по двум пункту и есть недочеты;
- 2 балла если ребенок плохо усвоил программу, не справляется с половиной показателей;
- 1 балл – ребенок не справляется с данной программой.

Показатели	Время контроля	
	январь	май
1.Скорость усвоения материала.		
2. Координация движений.		
3.Техничность (четкость) исполнения.		
4. Чувство ритма.		
5. Растяжка, гибкость.		
6.Артистизм, эмоциональность.		
7. Проявление личностных качеств (выносливость, трудолюбие, самодисциплина).		

### **Формы аттестации (подведения итогов)**

- Открытые занятия
- Тестовые и творческие задания
- Выступления в различных концертных программах, конкурсах, на фестивалях
- Отчётный концерт в конце каждого учебного года

## II. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЕ ПЛАНЫ

### Учебно-тематический план 1-го и 2-го года обучения

№	Название разделов	Годы обучения	
		1	2
		Количество часов	
1.	Вводные занятия.	2	2
2.	Ритмика. Всего:	68	65
	а) постановка корпуса;	13	8
	б) развитие чувства ритма;	13	13
	в) ориентация в пространстве;	10	10
	г) танцевальные элементы;	17	19
	д) партерная гимнастика.	15	15
3.	Основы классического танца.	8	10
4.	Основы современной хореографии.	10	12
5.	Игровые занятия.	20	10
6.	Постановочная и репетиционная работа.	30	38
7.	Концертно-досуговая деятельность.	6	7
8.	Всего:	144	144

### Учебно-тематический план программы 3-го и 4-го года обучения

№	Название разделов	Годы обучения	
		3	4
		Количество часов	
1.	Вводные занятия.	2	2
2.	Тренаж. Всего:	40	73
	а) упражнения на координацию;	1	1
	-теоретические занятия	7	13
	-практические занятия		
	б) упражнения на различные группы мышц;	1	1
	-теоретические занятия	7	15
	-практические занятия		
	в) танцевальные элементы, танцевальные связки;	1	1
	-теоретические занятия	12	20
	-практические занятия		
	г) партерная гимнастика, стретчинг	1	2
	-теоретические занятия	10	20
	-практические занятия		
3.	Основы классического танца.		
	а) теоретические занятия	1	1
	б) практические занятия	13	19

4.	Основы современной хореографии. а) теоретические занятия б) практические занятия	2 18	2 23
5.	Народный танец. а) теоретические занятия б) практические занятия	1 9	1 14
6.	Творческие занятия. а) теоретические занятия б) практические занятия	1 8	1 14
7.	Постановочная и репетиционная работа. а) теоретические занятия б) практические занятия	2 38	2 54
8.	Концертно-досуговая деятельность.	9	10
9.	Всего:	144	216

### III. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИХ ПЛАНОВ

#### 1 год обучения

##### **1. Вводные занятия.**

Знакомство учащихся с залом и его оборудованием. Правила поведения на занятиях. Инструктаж по технике безопасности.

##### **2. Ритмика.**

Ритмика – основная часть занятий на подготовительном этапе обучения детей танцу. Это сочетание различных движений, ритмических упражнений и музыки. На занятиях ритмикой у детей в игровой форме развивается элементарная координация, чувство ритма и активная эмоциональная реакция на музыку. Шаги, бег, прыжки готовят тело к более сложным движениям. Для развития чувства ритма могут использовать приемы ритмопластики.

##### **2. а) Постановка корпуса.**

Упражнения на постановку корпуса воспитывают у ребенка правильную осанку и правильное положение головы. Основные исходные положения (свободная прямая позиция ног). Основные положения рук: вдоль корпуса, на поясе, округлые. Например, «шарик», «деревья», «колечко». Упражнения на баланс корпуса (устойчивость) «Цапля», «Дерево», «Солдатик» и др.

##### **2. б) Развитие чувства ритма.**

Чувство ритма - это восприятие и воспроизведение временных отношений в музыке. Формирование чувства ритма у обучающихся детей - важнейшая задача педагога. Развитие чувства ритма на занятиях проводится в игровой форме. Игра «Прохлопаем, протанцуем, протопаем мелодию», «Быстро-медленно». Игра на смену характера музыки «Утро, день, ночь», «Весело-грустно» и др. Игра на образ в музыке «Снегопад», «Дождик», «Листики».

##### **2. в) Ориентация в пространстве.**

Развитие умения ориентироваться в пространстве учебного зала, сцены; умения держать интервалы, линии, простые рисунки танца, умения перестраиваться из одного рисунка в другой. Упражнения на изучение пространства зала (середина зала, положение в сторону, вперед, назад). Упражнения на умение держать фигуры (линия, круг, колонна, диагональ, шахматный порядок и др.). Упражнения на простые перестроения «расческа», «спираль», «змейка».

##### **2. г) Танцевальные элементы.**

Знакомство с различными танцевальными движениями. Разучивание танцевальных движений:

- танцевальный бег на п/п
- прыжки по 6-й и 2-й позиции
- приставной шаг
- приставной шаг с plie
- вынос ноги на пятку в сторону
- притоп
- подскоки на месте и в продвижении
- галоп
- подскоки
- «лошадка»
- ходьба на п/п
- прыжок «солнышко»
- прыжок «лунтик-кузя»
- шаг с высоким поднятием колена
- различные положения рук ( на поясе, «дощечка», «солнышко»)

-«вращение без точки» (кружение)

-«мешалочка»

-«ножницы».

## **2. д) Партерная гимнастика.**

Партерная гимнастика проводится на специальных ковриках. Изучаются следующие элементы:

-упражнения на вытянутый/сокращенный носок

-упражнение «бутерброд» на гибкость

-«звездочка»

-«бабочка»

-«колечко»

-«корзинка»

-«тюлень»

-«кошечка»

-«ежики»

-легкие упражнения на укрепление мышц брюшного пресса

-упражнения на растяжку.

## **3. Основы классического танца.**

Раздел «Классический танец» вводится в обучение после того, как освоены простые танцевальные элементы и выработана элементарная координация движений, натянута нога и постановка спины. Первоначальные упражнения для усвоения принятой в классическом танце постановки корпуса рук, ног, головы:

-позиции рук 1,2,3; первое port de bras в сюжетно-игровой форме «цветок»

-позиции ног 1,2,6;

-постановка корпуса, лицом к палке

-battement tendu по 1 позиции в сторону (лицом к палке);

-relevé по 1,2, 6 позициям,

-demi plié по 6-й и 2-й позициям ног.

## **4. Основы современного танца.**

Раздел «Основы современного танца» вводится в обучение, как и «Классический танец», после того как освоены простые танцевальные элементы и выработана элементарная координация движений. Проработка положений корпуса в современном танце: параллельно полу вперед, по диагонали, со смещенным центром тяжести. Изучение положения рук и ног: параллельные позиции, выворотные позиции, комбинированные позиции. Изучения «кача» и простых движений танца «хип-хоп», эстрадного танца. Разучивание простых коротких танцевальных комбинаций в сюжетно-игровой форме.

## **5. Игровые занятия.**

Все занятия для детей дошкольного возраста проводятся в игровой или сюжетной форме. Так внимание детей удерживается на занятиях; поддерживается познавательный интерес у ребенка; формируется позитивный настрой во время обучения. Проводятся следующие занятия:

-игра на эмоции в танце «Кролики», «Съедобное-несъедобное»

-игра на ориентацию в пространстве «Мышки», «Молекулы»

-игра на импровизацию «Придумай сам»

-игра на образ «Снежинки», «Птички», «Цыплята» и др.

## **6. Постановочная и репетиционная работа.**

Танцевальные номера ставятся на базе пройденных танцевальных движений. Разучиваются танцевальные комбинации и этюды на взаимодействие. Музыкальный материал подбирается в соответствии с возрастом детей, с несложным ритмическим рисунком. Танцевальные комбинации и этюды должны носить светлые и жизнеутраченные мотивы.

## **7. Концертно-досуговая деятельность.**

Концертно-досуговая деятельность включает в себя:

- проведение открытых уроков для родителей
- выступление на Новогодних программах центра детского творчества
- выступление на отчетном концерте и других сценических площадках.

## 2-й год обучения

### **1. Вводные занятия.**

Знакомство учащихся с залом и его оборудованием. Правила поведения на занятиях. Инструктаж по технике безопасности.

### **2. Ритмика.**

Ритмика – основная часть занятий на подготовительном этапе обучения детей танцу. Это сочетание различных движений, ритмичных упражнений и музыки.

#### **2. а) Постановка корпуса.**

Изучение положений рук: на поясе, варианты простых port de bras с вытянутыми руками. Постановка спины:

- а) упражнения на ассоциациях (“солдатик”, “столбик” и т.д.);
- б) работа с предметами (мяч, скакалка).
- в) упражнения на натянутость ног.

#### **2. б) Развитие чувства ритма.**

Упражнения на развитие чувства ритма:

- а) сочетание хлопков и притопов;
- б) сочетание прыжков и шагов.
- в) упражнения на ритмический рисунок.

#### **2. в) Ориентация в пространстве.**

На занятиях изучаются приемы перестроения из одной фигуры в другую. Освоение пространства зала, сценического пространства. Правила построения и перестроения:

- а) деление зала по точкам;
- б) умение держать линию, колонну, круг, шахматный порядок, диагональ и др.
- в) соблюдать интервалы, строить круг;
- г) соблюдать интервалы во время движения.

#### **2. г) Танцевальные элементы.**

Повторение танцевальных движений, изученных на 1-м году обучения. Разучиваются новые, более сложные танцевальные движения:

- простые gr. battement на середине зала и по диагонали
- подготовка к вращениям по диагонали и на середине зала
- подготовка к акробатическому элементу «колесо»
- различные шаги и стопы с продвижением вперед, назад, в сторону, по диагонали
- различные прыжки (с поджатыми ногами, с шагом, крест-накрест и др.)

#### **2. д) Партерная гимнастика.**

Повторение пройденного материала. И разучивание новых положений и упражнений:

- в положении сидя (руки в 3-й позиции) и лёжа на полу:
- работа над укреплением мышц спины: «Группировка», «Карандаш»;
- разворот стопы из 6-й позиции в 1-ю позицию;
- упражнения на натянутость ног;

- растяжка: «Шпагат», «Веревочка»
- упражнения на развитие гибкости: «Мостик с колен», «Мостик».

### **3. Основы классического танца.**

Повторение пройденного материала за 1-й год обучения. Постановка корпуса лицом к станку. И изучение новых элементов:

- постановка корпуса лицом к палке: позиции ног 1, 2, 6.
- позиции рук: подготовительное положение, I, II, III (вначале изучаются на середине зала при неполной выворотности ног)
- demi – plies: по 1-й, 2-й и 6-й позиции
- battements tendu по 1-й позиции в сторону, вперед
- releve по 6-й позиции
- port de bras.
- прыжок temps saute по 1-й и 6-й позиции
- трамплинные прыжки.

### **4. Основы современного танца.**

Повторение пройденного материала. Изучение новых несложных движений из танцевального стиля «хип-хоп». Небольшие танцевальные связки эстрадного танца на координацию движений, мышечную память, запоминание.

### **5. Игровые занятия.**

Проводятся следующие игровые занятия:

- игры на перестроение «Фигуры», «Охота на тигра»;
- игры на умение работать в коллективе «Реакция», «Цвета»;
- импровизационное занятие на самостоятельное создание образов в зависимости от музыки;
- игровое занятие на эмоции в танце.

### **6. Постановочная и репетиционная работа.**

Происходит более активная отработка движений в постановках. На данном этапе обучения происходит небольшое усложнение танцевальной лексики за счёт более сложных комбинаций и сочетаний движений. Музыкальный материал подбирается в соответствии с возрастом детей. Характер музыки подбирается жизнерадостный.

### **7. Концертно-досуговая деятельность.**

Концертно-досуговая деятельность включает в себя:

- проведение открытых уроков для родителей
- выступление на Новогодних программах центра детского творчества
- выступление на отчетном концерте и других сценических площадках.

## **3-й год обучения**

### **1. Вводные занятия.**

Знакомство учащихся с залом и его оборудованием. Правила поведения на занятиях. Инструктаж по технике безопасности.

### **3. Тренаж. а) Упражнения на координацию.**

#### **Теоретические занятия.**

На этих занятиях прорабатывается координация движений. Направление движения (вправо, влево, вперед, назад). Вводится понятие «противоход», т.е. в элементах задействуется правая нога-левая рука и наоборот левая нога-правая рука и др.

#### **Практические занятия.**

На этих занятиях изучаются различные разминочные упражнения, направленные на координацию движений всего корпуса:

- движения с «противоходом» рука-нога, корпус-голова, плечи-бедро;
- движения с точкой в разные направления.

#### **б) Упражнения на различные группы мышц.**

##### **Теоретические занятия.**

Педагог объясняет, как и какие группы мышц задействованы во время движения. Рассказывает про важность разминочного тренажа.

##### **Практические занятия.**

На занятиях повторяются ранее изученные движения для разминочного тренажа и изучаются новые:

- наклоны головы с плие вправо, влево, вперед, назад, повороты головы;
- движения плечами (наверх, с точкой, вращательные);
- различные прыжки в комбинациях;
- волны корпусом (вперед, назад, вправо, влево, с продвижением);
- плие в комбинации;
- упражнения для разогрева мышц рук.

#### **в) Танцевальные элементы, танцевальные связки.**

##### **Теоретические занятия.**

Правила исполнения танцевальных элементов. Четкость, техничность и слаженность в исполнении танцевальных элементов, связок.

##### **Практические занятия.**

Повторение пройденных танцевальных элементов. Разучивание новых движений:

- вращения по диагонали и на середине зала (tour chaines, подготовка к tour en dehors из выворотной и прямой позиции ног);
- gr.battement на середине зала и по диагонали;
- упражнения для развития прыжка;
- движения для развития пластичности корпуса и рук;
- движения «с точкой»;

Разучивание различных танцевальных связок для развития мышечной памяти.

#### **г) Партерная гимнастика, стретчинг.**

##### **Теоретические занятия.**

Правила выполнения упражнений в партерной гимнастике. Правила выполнения упражнений на растяжку.

##### **Практические занятия.**

Повторение пройденного материала. Выполняются упражнения для укрепления опорно-двигательного аппарата, развития силы и эластичности мышц, укрепление суставов и повышение их подвижности. Особое внимание уделяется растяжке, выработке «шага». Так же на занятии разучиваются простые упражнения (асаны) йоги для растягивания, укрепления и гибкости мышечного аппарата.

### **3. Основы классического танца.**

##### **Теоретические занятия.**

Правила исполнения элементов классического танца. Актуальность классического танца в занятиях по хореографии.

##### **Практические занятия.**

Повторение пройденного материала. Разучивание следующих элементов классического танца:

- постановка корпуса лицом к палке: позиции ног I, II, III, V позиции;
- 1-е и 2-е port de brass;
- demi – plies: I, II, III, V позиции;
- battements tendu в сторону, вперед, назад;
- battements tendu с demi-plie по I позиции;
- passe par terre по I позиции;

- понятие направлений en dehors, en dedans ;
- rond de jambe par terre en dehors en dedans;
- battements releves lents на 45 градусов в сторону, вперёд, назад;
- положение ноги sur le cou – de – pied основное и условное спереди и сзади;
- releves на п/п по I, II позициям, с вытянутых ног и с demi – plie;
- tours chaine;
- Temps saute по I, II на середине зала;
- Changement de pied по V позиции лицом к палке.

#### **4. Основы современной хореографии.**

##### **Теоретические занятия.**

История развития современных стилей танца (эстрадный танец, хип-хоп, джаз-модерн, контемпорари). Просмотр видеозаписей.

##### **Практические занятия.**

Разучивание простых движений «хип-хопа». В первую очередь обучение качу: Bounce, Time Bounce, Body Rock, Flow, Orby, Roll. Разучиваются следующие движения: Smurf, The Prep, Fila (The Rambo), Happy Feet, Cabbage Patch, Reebok.

Разучивание основ танца джаз-модерн:

Изоляция. Выполняются следующие упражнения или комбинации:

- голова;
- плечи;
- грудная клетка;
- тазобедренная часть (пелвис);
- руки;
- ноги;
- координация.

Кросс (упражнения в продвижении). Виды движений:

- шаги;
- прыжки;
- вращения.

Движения: roll down, roll up, свинги.

Разучивание танцевальных движений, связок эстрадного танца. Разучивание разминочного тренажа эстрадного танца. Танцевальные комбинации в данном стиле.

#### **5. Народный танец.**

##### **Теоретические занятия.**

Актуальность народного танца на сегодняшний день. Правила исполнения элементов народного танца.

##### **Практические занятия.**

Освоение программных элементов русского народного танца:

- положение рук в русском танце;
- позиции ног (свободные, выворотные);
- поклон;
- шаг с притопом;
- шаг с подскоком;
- переменный шаг;
- ключ простой;
- бег с выбрасыванием ног вперед;
- бег танцевальный с соскоком;
- вращения на месте;
- прыжки из стороны в сторону, вперед-назад по 6 позиции, в повороте
- вынос ноги на пятку
- припадание.

## **6. Творческие занятия.**

Этот раздел включает в себя импровизационные и игровые занятия. Объяснение правил поведения на игровых и импровизационных занятиях.

### **Теоретические занятия.**

Объяснение правил импровизационных и игровых занятий.

### **Практические занятия.**

Игровые занятия на развитие коммуникабельных способностей у детей, поддержание дружеской атмосферы в коллективе. Игры:

- Чебурашка;
- Волшебный остров;
- Найди себе пару.

Игровые занятия на развитие эмоциональности на сцене. Занятия на импровизацию:

- Сочини сам;
- Зеркало;
- Фигуры.

## **6. Постановочная и репетиционная работа.**

Происходит более активная отработка движений в постановках. На данном этапе обучения происходит усложнение танцевальной лексики за счёт более сложных комбинаций и сочетаний движений. Музыкальный материал подбирается в соответствии с возрастом детей. Характер музыки подбирается жизнерадостный.

### **Теоретические занятия.**

Правила и особенности исполнения танцевального номера.

### **Практические занятия.**

Постановочная работа определяется педагогом в зависимости от пройденного объёма программы и подготовленности учащихся.

## **7. Концертно-досуговая деятельность.**

Концертно-досуговая деятельность включает в себя:

- проведение открытых уроков для родителей
- выступление на Новогодних программах центра детского творчества
- выступление на отчетном концерте и других сценических площадках.
- досуговое чаепитие и просмотр видеозаписей выступлений.

## **4-й год обучения**

### **1. Вводные занятия.**

Знакомство учащихся с залом и его оборудованием. Правила поведения на занятиях. Инструктаж по технике безопасности.

### **3. Тренаж. а) Упражнения на координацию.**

#### **Теоретические занятия.**

Правила исполнения движений на координацию. Рассказ педагога о том, как важно развивать координацию.

#### **Практические занятия.**

Повторение пройденного материала. На 4-м году обучения движения на координацию усложняются. На этих занятиях изучаются различные упражнения, направленные на координацию движений всего тела, короткие танцевальные связки.

### **б) Упражнения на различные группы мышц.**

#### **Теоретические занятия.**

Педагог объясняет, как и какие группы мышц задействованы во время движения. Рассказывает про значимость разминочного тренажа.

#### **Практические занятия.**

На занятиях повторяются ранее изученные движения для разминочного тренажа и изучаются новые:

- одновременные движения плечами с плие и вставанием на п/п;
- различные прыжки в комбинациях;
- глубокие волны корпусом (вперед-назад, вправо-влево);
- короткие танцевальные связки, направленные на выработку координации.

#### **в) Танцевальные элементы, танцевальные связки.**

##### **Теоретические занятия.**

Правила исполнения танцевальных элементов. Четкость, техничность и слаженность в исполнении танцевальных элементов, связок.

##### **Практические занятия.**

Повторение пройденных танцевальных элементов. Разучивание новых движений:

- вращения по диагонали и на середине зала (tour en dehors из выворотной и прямой позиции ног);
- простые комбинации с gr. battement на середине зала и по диагонали;
- комбинации с прыжками;
- движения для развития пластичности корпуса и рук;
- движения «с точкой»;

Разучивание различных небольших танцевальных связок для развития мышечной памяти.

#### **г) Партерная гимнастика, стретчинг.**

##### **Теоретические занятия.**

Правила выполнения упражнений в партерной гимнастике. Правила выполнения упражнений на растяжку.

##### **Практические занятия.**

Повторение пройденного материала. И разучивание новых положений и упражнений:

Выполняются упражнения для укрепления опорно-двигательного аппарата, развития силы и эластичности мышц, укрепление суставов и повышение их подвижности. Особое внимание уделяется растяжке, выработке «шага». Так же на занятии разучиваются простые упражнения (асаны) йоги для растягивания, укрепления и гибкости мышечного аппарата и расслабления тела.

### **3. Основы классического танца.**

##### **Теоретические занятия.**

Правила исполнения элементов классического танца. Значимость классического танца в занятиях по хореографии.

##### **Практические занятия.**

Повторение пройденного материала. Разучивание следующих элементов классического танца:

- постановка корпуса лицом к палке: позиции ног I, II, III, IV, V позиции;
- 1-е и 2-е port de brass;
- demi – plies: I, II, V позиции;
- battements tendu в V позиции, крестом;
- battement tendu jete по I позиции;
- понятие направлений en dehors, en dedans;
- rond de jambe par terre en dehors en dedans;
- battements releves lents на 45 градусов в сторону, вперед, назад;
- releves на п/п по I, II, III позициям, с вытянутых ног и с demi – plie;
- tours chaine по диагонали;
- Temps saute по I, II на середине зала;
- Changement de pied по V позиции на середине зала;
- Pas echape из I во II позицию.

### **4. Основы современной хореографии.**

##### **Теоретические занятия.**

История развития современных стилей танца (эстрадный танец, хип-хоп, джаз-модерн, контемпорари). Просмотр видеозаписей.

### **Практические занятия.**

Повторение пройденного материала. Разучивание новых движений **хип-хопа**:

- Alf;
- Salsa rock;
- Happy Feet;
- Criss cross;
- Train;
- Running Man
- The Bump и др;

Повторение пройденного материала по **эстрадному танцу**. Разучивание более сложных танцевальных движений, связок эстрадного танца.

Повторение пройденного материала по танцу **джаз-модерн**. И разучивание новых элементов и движений.

### **Разогрев.**

Выполняется в комплексной форме на середине зала.

### **Изоляция.**

Полиритмия и полицентрия. Движения трех, четырех и более центров одновременно, возможно в различных ритмических рисунках и в оппозиционном направлении.

### **Координация**

- Бицентрия: движения двух центров в параллель и оппозицию.
- Перемещение в пространстве шагами с координацией рук и изолированных центров.
- Трицентрия в параллельном направлении.
- Соединение движений нескольких центров в различных ритмических рисунках,
- Использование различных ритмов в исполнении движений, например один центр исполняет движение медленно и плавно, другой - акцентирование и резко.

### **Упражнения для позвоночника**

- Соединение в комбинации движений, изученных ранее.
- Использование падений и подъемов во время комбинаций.
- Соединение contraction и release с одновременным подъемом одной ноги в воздух и перемещение в пространстве

### **Кросс**

Использование всего пространства класса. Шаги с координацией трех, четырех и более центров, шаги с использованием contraction и release, смены направлений в комбинации шагов. Соединение шагов, прыжков и вращений в единые комбинации. Изучение вращений по кругу и со сменой уровня, а также лабильных вращений.

## **5. Народный танец.**

### **Теоретические занятия.**

Актуальность народного танца на сегодняшний день. Правила исполнения элементов народного танца.

### **Практические занятия.**

Повторение пройденного материала. Дальнейшее освоение новых программных элементов русского народного танца:

- шаг с притопом;
- шаг с подскоком;
- переменный шаг;
- шаг на п/п
- дробь;
- бег с выбрасыванием ног вперед;
- вращения на месте и по диагонали;
- припадание;
- «косынка»;
- «веревочка».

## **6. Творческие занятия.**

Этот раздел включает в себя импровизационные и игровые занятия. Объяснение правил поведения на игровых и импровизационных занятиях.

### **Теоретические занятия.**

Объяснение правил импровизационных и игровых занятий.

### **Практические занятия.**

Игровые занятия на развитие коммуникабельных способностей у детей, поддержание дружеской атмосферы в коллективе. Игровые занятия на развитие эмоциональности на сцене и занятия на импровизацию. Так же этот раздел включает самостоятельное сочинение детей несложных связок и движений под заданную музыку. Это способствуют творческому развитию участников коллектива. Ученики принимают активное участие в постановочной деятельности коллектива.

## **6. Постановочная и репетиционная работа.**

### **Теоретические занятия.**

Правила и особенности исполнения танцевального номера.

### **Практические занятия.**

Разучивание танцевальных комбинаций и номеров. Танцевальные номера ставятся на основе пройденных танцевальных движений. Происходит более активная отработка движений в постановках. На данном этапе обучения происходит усложнение танцевальной лексики за счёт более сложных комбинаций и сочетаний движений. Музыкальный материал: эстрадная, современная музыка.

## **7. Концертно-досуговая деятельность.**

Концертно-досуговая деятельность включает в себя:

- проведение открытых уроков для родителей
- выступление на Новогодних программах центра детского творчества
- выступление на отчетном концерте и других сценических площадках.
- досуговое чаепитие и просмотр видеозаписей выступлений.

## IV. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

### *Методическое обеспечение*

Основное обучение в хореографическом коллективе – это органичное единство развитых природных сил, способностей восприятия, эмоционального переживания, воображения, мышления и художественно-эстетического образования.

Один из важных факторов работы на начальном этапе обучения – использование минимума танцевальных элементов при максимуме возможности их сочетаний.

Длительное изучение, проработка небольшого количества материала (движений) дает возможность качественного его усвоения, что в дальнейшем явится прочным фундаментом знаний. Разнообразие сочетаний танцевальных движений создает впечатление новизны и развивает творческую фантазию детей.

Обучение танцевальным движениям происходит путем **практического показа и словесных объяснений**. Педагогу необходимо четко определять баланс в сочетании этих двух **методов**. Излишнее и подробное словесное объяснение может привести к потере внимания учащихся, вызовет скуку на занятии. В то же время нельзя ограничиваться только практическим показом, в этом случае дети воспринимают материал подражательно и неосознанно.

Любое движение представляет собой рефлекс, и на овладение любым танцевальным движением требуется время. Таким образом, танцевально-двигательный навык вырабатывается не сразу, а постепенно и **процесс усвоения материала** предполагает **поэтапность** с учетом возрастных особенностей.

**Хореографическая тренировка** – это достаточно длительный процесс выработки большого числа все усложняющихся музыкально-двигательных навыков. Позы, положения, движения и их комбинации в различных вариантах – это новые для организма двигательные навыки, новая психологическая и физическая нагрузка. При этом педагогу следует все время помнить, что овладение двигательными навыками всегда должно сопровождаться определенным эмоциональным настроением, что нельзя учить только движениям, а эмоциональную выразительность откладывать на более поздний срок (это самая распространенная ошибка в педагогической практике у начинающих руководителей детских хореографических коллективов).

В ходе реализации программы учащиеся просматривают и обсуждают **видеоматериалы** по разделам и темам обучения.

В программе предусмотрена **система творческих занятий**, которая помогает детям войти в образное содержание танца, развить ассоциативное мышление, проявить нестандартное мышление, уйти от общих шаблонов. Построение заданий от частного к общему предполагает общение детей по поводу созданного, то есть его исполнения и восприятия.

Принципы построения программы:

- принцип индивидуализации;
- принцип гуманистической ориентации;
- принцип преемственности в построении программного материала;
- принцип доступности (от простого - к сложному);
- принцип многократного повторения;
- принцип наглядности.

### *Наглядно-дидактическое обеспечение*

- Программа
- Сертификаты об обучении педагога на различных семинарах и курсах повышения квалификации, на мастер-классах
- Журналы учёта работы педагога, таблицы мониторинга

### *Материально-техническое обеспечение*

- Специально оборудованный зал
- Помещение для переодевания

- Костюмы, обувь
- Магнитофон
- Флэш-носитель с музыкальным материалом или планшет
- Ноутбук для показа видеозаписей

#### *Психологическое обеспечение*

- Создание на учебном занятии атмосферы доброжелательности и взаимопонимания, эмоциональной комфорта
- Создание оптимальных, комфортных условий, позволяющих обучающимся в полной мере выражать себя и развивать свои творческие способности
- Проведение в ходе занятия подвижных игр и физкультминуток

## **V. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИНФОРМАЦИОННЫХ ИСТОЧНИКОВ**

### ***Ритмика***

1. Пинаева, Е.А. Ритмика и танец. Примерная программа для детских хореографических школ и хореографических отделений детских школ искусств (подготовительные классы) [Текст] / Е.А. Пинаева. – М., 2006.
2. Разночинцева, М.А. Ритмика: двенадцать уроков: учебное пособие [Текст] / М.А. Разночинцева. – М.: ГИТИС, 2007.
3. Франио, Г.С. Ритмика в детской музыкальной школе [Текст] / Г.С. Франио. – М.: «Пресс-соло», 1997.
4. Шершнева, В.Г. От ритмики к танцу. Развитие художественно-творческих способностей детей 4-7 лет средствами ритмики и хореографии. Программа для образовательных учреждений дополнительного образования детей Московской области [Текст] / В.Г. Шершнева. – М.: Издательский дом «Один из лучших», 2008.
5. Шкурко, Т.А. Танцевально-экспрессивный тренинг [Текст] / Т.А. Шкурко. – СПб: Речь, 2005.

### ***Классический танец***

1. Базарова, Н.П. Азбука классического танца: Первые три года обучения: Учебное пособие [Текст] / Н.П. Базарова, В.П. Мей. - 3-е изд., испр. и доп. – СПб: Лань, 2006.
2. Балет. Танец. Хореография. Краткий словарь танцевальных терминов и понятий / сост. Н. Александрова [Текст]. – СПб: Лань, 2011.
3. Блок, Л.Д. Классический танец. История и современность [Текст] / Л.Д. Блок. – М., 1999.
4. Васильева-Рождественская, М. Историко-бытовой танец [Текст] / М. Васильева-Рождественская. – М.: Искусство, 2001.
5. Серебренников, Н.Н. Поддержка в дуэтом танце: Учебно-методическое пособие [Текст] / Н.Н. Серебренников. – 2-е изд., доп. – Л.: Искусство, 1979.

### ***Народный танец***

1. Баглай, В. Этническая хореография народов мира [Текст] / В. Баглай. – Волгоград, Феникс, 2007.
2. Вашкевич, Н.П. История хореографии всех веков и народов [Текст] / Н.П. Вашкевич. – СПб: Лань. Планета Музыки. 2009.
3. Гусев, Г. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала: Учеб. пособие для ВУЗов культуры и искусств [Текст] / Г.П. Гусев. – М.: Гуманит. Изд. Центр Владос, 2003.
4. Гусев, Г.П. Методика преподавания народного танца. Упражнения у станка [Текст] / Г.П. Гусев. – М.: Владос, 2005.
5. Протопопова, В.М. Народно-сценический экзерсис. (Выпускной класс). Учебно-методическое пособие для учащихся и преподавателей хореографической специализации училищ культуры, школы искусств [Текст] / В.М. Протопопова. – Чебоксары: Издательство «Клуб и народное творчество», 2003.

### ***Современный танец***

1. Бежар, М. Мгновения в жизни другого [Текст] / М. Бежар. – М.: СТД, 1978.
2. Гиглаури, В.Т. Программа по искусству движения для детей, занимающихся хореографией, танцем или другими видами и направлениями движенческого и пластического искусства [Текст] / В.Т. Гиглаури. – Нижний Новгород, 2008.
3. Никитин, В.Ю. Композиция урока и методика преподавания Модерн-Джаз Танца [Текст] / В.Ю. Никитин. – М.: Издательский дом «Один из лучших», 2006.
4. Сидоров, В. Современный танец [Текст] / В. Сидоров. – М.: Первина, 1992.
5. Шереметьевская, Н. Танец на эстраде [Текст] / Н. Шереметьевская. – М.: Искусство, 1985.

### ***Интернет - источники***

1. Единый сервисный центр поддержки фестивалей и конкурсов [Электронный ресурс] / Режим доступа: <http://www.art-center.ru/> / Дата обращения: 3.03.18.

2. Каталог танцевальных сайтов [Электронный ресурс] / Режим доступа: <http://www.globaldance.info/> Дата обращения: 3.03.18.
3. Сайт «Про танец» - новости из мира танца [Электронный ресурс] / Режим доступа: <http://www.protanec.com/> Дата обращения: 3.03.18.
4. Социальная сеть для любителей и профессионалов танцевального искусства [Электронный ресурс] / Режим доступа: <http://Www.Dance-Space.ru/> Дата обращения: 3.03.18.
5. Учебно-творческий центр Московский государственный университет культуры и искусств [Электронный ресурс] / Режим доступа: <http://utc-mgik.ru/> Дата обращения: 3.03.18.
6. Электронная библиотека Московской государственной академии хореографии [Электронный ресурс] / Режим доступа: <http://www.balletacademy.ru/biblio/index.php> / Дата обращения: 3.03.18.

### ***Видеоматериалы***

1. Видеозаписи концертных номеров Государственного ансамбля народного танца имени И.А. Моисеева, Государственного академического хореографического ансамбля танца «Березка», Театра танца «Гжель».
2. Фрагменты балетов («Жизель», «Спящая красавица», Тщетная предосторожность», «Жар-птица»)
3. Мастер-классы преподавателей современной хореографии Йошкар-олинского колледжа культуры и Казанской академии искусств, 2003.
4. Модерн-джаз танец. Уроки танца студии «Импульс», г. Екатеринбург.
5. Модерн-джаз танец. Хореография Элвина Эйли.
6. Современная хореография. Спектакли Российского фестиваля театров танца «Свободное пространство»
7. Урок народно-сценического танца отделения хореографии КГИИК 3 курс, 1 семестр.
8. Хаос. Базовые движения.
9. Хип-хоп. Базовые движения.
10. Чемпионат мира, г. Бремен (Германия), хип-хоп, дети, 2014.