

Муниципальное казенное учреждение дополнительного образования  
Дом детского творчества г. Минеральные Воды

Принята на заседании  
методического (педагогического) совета  
с изменениями и дополнениями  
от « 9 » сентября 2020 г.  
Протокол № 1



г. Минеральные Воды  
Муниципальное казенное учреждение  
дополнительного образования  
Дом детского творчества  
г. Минеральные Воды  
/О.И. Петрич/  
9 сентября 2020 г.

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
художественной направленности  
объединения «Учение с увлечением»  
танцевальный коллектив «Интрига»**

Возраст обучающихся: 7-18 лет  
Срок реализации: 3 года

Автор-составитель:  
Петрич Ольга Изяславовна -  
педагог дополнительного образования

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

"Танец — это твой пульс, биение твоего сердца, твое дыхание. Это ритм твоей жизни. Это выражение во времени и движении, в счастье, радости, грусти и зависти "  
Жак д'Амбуаз

Хореография обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного духовного и физического развития. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие. Детям от природы свойственно выражать себя в движении: бегать, прыгать, размахивать руками, танцевать. Хореографический коллектив призван помочь детям научиться эстетически организовывать себя в танце.

Танцевальное искусство предполагает развитие чувства ритма, умения слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия хореографией дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Занятия танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актёрском мастерстве. Занятия хореографией развивают у детей свободу движений, чувство пространства, образное мышление, память, внимание, музыкальность, эмоциональность, пластичность, гибкость, координацию движений и творческие способности.

Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох необходимо, как и изучение всемирной истории и этапов развития мировой художественной культуры, ибо каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер. Традиционно русская школа танца базируется на изучении основ классического и народного танцев. Современная школа включает в себя элементы эстрадного, джаз, модерн, клубного и уличного танцев. В современных танцах широко используются различные формы танца классического, народного, танца модерн, акробатики, ритмопластики. Современным танцам присущи: импровизация, произвольное исполнение движений, возможность выбрать свой рисунок танца, задать свой ритм. Возможности и особенности всех стилей мы стараемся использовать при реализации программы.

Дополнительная общеразвивающая программа танцевального коллектива «Интрига»

имеет художественную направленность.

### **Актуальность программы**

В современных условиях необходимо не только формировать у обучающихся необходимые компетенции, но и уделять особое внимание воспитанию детей и подростков, созданию условий для их развития и самореализации, формированию национальной идентичности. В ходе занятий обучающиеся знакомятся с историей танца и костюма, учатся выражать свои чувства и создавать музыкально-художественные образы при помощи языка движений и танца. При реализации программы в процессе общения детей с хореографическим искусством у них пробуждаются склонности к сопереживанию, желание выразить себя и свои чувства в движении, танце.

**Новизна программы** данной программы состоит в том, что она представляет собой синтез классической, народной и современной хореографии, то есть широкий спектр хореографического образования. Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения, что делает возможным выстроить индивидуальный маршрут развития каждого обучающегося, который будет пронизывать самые разнообразные образовательные области. Программа позволяет реализовать стремление детей к проявлению творчества и индивидуальности, у обучающихся воспитывается внутренняя самооценка выполнения задания и умение оценить исполнение танца другими детьми.

Все обучающиеся в объединении имеют возможность проявить и развить свои способности.

**Педагогическая целесообразность данной образовательной программы** выражается в учете психолого-физиологических особенностей детей и подростков, требований личностно-ориентированного подхода к учебно-воспитательной работе и в организации деятельности на основе педагогики сотрудничества и создания ситуации успеха. Набор обучающихся в группу первого года обучения свободный, без конкурса, состав групп постоянный.

Дополнительная общеразвивающая образовательная программа танцевального коллектива «**Интрига**» состоит из учебно-тренировочной, творческой, сценической и воспитательной работы. Работа строится в соответствии с учебно-тематическим и тематическим планом.

**Цель:** Создание условий для воспитания гармоничной личности обучающихся, обладающих духовной, эстетической, сценической, хореографической и физической культурой, для развития их творческих и музыкальных способностей, образного мышления, чувства ритма,

формирования художественно-эстетического вкуса и возможностей выражения себя в творчестве.

### **Задачи:**

#### ***Обучающие:***

- Обучать правильно и красиво двигаться, осваивать с детьми доступные им средства и способы выразительности танцевального искусства, знакомить детей с шедеврами танцевального искусства.
- Научить следить за осанкой, позами, положением рук и ног в обычной жизни, сформировать навыки исправления незначительных дефектов осанки, выполнения упражнений.

#### ***Развивающие:***

- Формировать эстетический вкус на примерах лучших образцов классического, народного и современного танцев.
- Развивать чувство ритма и музыкальный слух, способности откликнуться, почувствовать и осознать особенности языка танца через развитие художественного вкуса, потребностей и интересов.
- Участвовать в раскрытии творческого потенциала ребёнка.
- Развивать психические и физические качества детей (в том числе внимание, память, воображение, фантазию, пластичность, гибкость мышц, координацию движений).

#### ***Воспитывающие:***

- Воспитывать способности эмоционально откликаться на музыку.
- Воспитывать чувства ответственности и коллективизма, долга и взаимопонимания

Обучение в объединении «**Интрига**» проводится в три этапа.

*Первый этап* – освоение азов ритмики, азбуки классического танца, несложных танцевальных элементов, работа над растяжкой, гибкостью, пластикой, разучивание танцев.

*Второй этап* – совершенствование полученных знаний, продолжение изучения классического экзерсиса (как основы правильного физического развития и ритмического воспитания ребёнка), знакомство с элементами классического и народного танца, с современными танцевальными направлениями, изучение и исполнение различных танцев, работа по развитию актёрского мастерства и воспитанию способности к танцевально-музыкальной импровизации.

*Третий этап* предполагает развитие танцевальных и исполнительских способностей, совершенствование знаний хореографии, истории хореографии и др. Освоение

разнообразного репертуара, участие в постановках танцевальных композиций.

### **Организация образовательного процесса.**

В объединении занимаются дети в возрасте от 6 до 18 лет с разной физической подготовкой. Обучающиеся занимаются в трёх возрастных группах: младшей, средней и старшей. В работе объединения используется не только коллективная форма в обучении детей, но и индивидуальная, где особое внимание и дополнительное время уделяется наиболее одарённым детям или отстающим от других обучающихся детям. С одарёнными учащимися индивидуально ведется работа в плане обучения их более сложным упражнениям, движениям, трюкам, поддержкам и при постановке сольных партий, номеров и дуэтов.

С отстающими детьми кропотливо изучаются не получающиеся у них упражнения и движения. При этом учитывается причина отставания такого ребёнка (состояние здоровья, особенности темперамента, индивидуальные особенности, восприятие показываемых элементов и т.д.). Их умения подтягиваются до уровня более успешно занимающихся детей.

Для развития более гармоничной личности обучающиеся танцевального коллектива «Интрига» имеют возможность не только постигать искусство танца, но и принимать участие в подготовке и проведении различных тематических мероприятий, праздников, новогодних представлений, что позволяет обучающимся проявлять свои актёрские способности, создавать конкретные образы в танцевальных композициях.

Для лучшего усвоения пройденного материала, совершенствования своего мастерства, умения трудиться, воспитания чувства ответственности и коллективизма участники объединения имеют возможность провести фрагмент занятия с обучающимися в младшей группе, разучить с ними или своими сверстниками те или иные танцевальные движения. Это придает воспитанникам уверенность в своих силах, даёт возможность показать себя творческой личностью, способной фантазировать и импровизировать.

Программа включает **3 года** обучения. По итогам обучения воспитанники объединения проходят аттестацию с присвоением звания «Инструктор».

После третьего года обучения и аттестации обучающиеся по желанию могут остаться в коллективе и войти в состав концертной группы и группы инструкторов.

### **В танцевальном коллективе «Интрига»:**

1. Количество групп - 3:
2. Возрастные группы:

Младшая – 5-10 лет,

Средняя – 10-12 лет,  
Старшая – 13 -18 лет.

**Количество часов:**

**1-й год обучения:**

- в неделю - 4 час:
- в месяц - 16 час,
- в учебном году- 144 часа, в том числе:
- теоретических - 20 час.
- практических - 124 час.

**2-й год обучения:**

- в неделю - 4 час:
- в месяц - 16 час.
- в учебном году- 144 часа, в том числе:

- теоретических - 20 час.
- практических - 124

**3-й год обучения:**

Общее количество часов: 144, в том числе:

- в неделю - 4 час:
- в месяц - 16 час.
- в учебном году- 144 час,
- в том числе: - теоретических - 20 час.
- практических - 124 час.

Второй и третий годы обучения допускают при возможности нагрузку 6 часов в неделю, в этом случае изменится количество часов в учебно-тематическом и тематическом планах.

**УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

(1-ый год обучения)

№ п\п	Наименование темы	Количество учебных часов		
		всего	теория	практика
	Организационная работа			
1.	Введение в дополнительную общеразвивающую образовательную программу, инструктаж по ТБ	2	2	-
2.	Азбука музыкального движения	2	2	-
3.	Элементы классического танца, классический экзерсис	24	2	22
4.	Элементы акробатики, ритмики, шейпинга	14	2	12
5.	Работа над пластикой, гибкостью, растяжкой	14	-	14
6.	Элементы народного танца	6	1	5
7.	Танцевальная импровизация, развитие творческих способностей	2	-	2
8.	Понятие о сценической культуре и актёрском мастерстве	4	1	3
9.	Постановочная работа, участие в концертных и конкурсных программах.	64	2	62

10.	Беседы о хореографическом искусстве	4	4	-
11	Экскурсии, посещение концертов	6	-	6
12.	Итоговое занятие	2	-	2
	ИТОГО:	144	20	124

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ 1-го ГОДА ОБУЧЕНИЯ

### Организационная работа

Комплектование группы. Выбор старосты. Введение в образовательную программу. Проведение инструктажа по технике безопасности. Беседа о целях и задачах данной группы и объединения в целом на соответствующий учебный год.

**1. Введение в дополнительную общеразвивающую образовательную программу, инструктаж по ТБ.** Теоретическое занятие.

#### **2.Азбука музыкального движения**

**Теория.** Понятие о ритмическом рисунке, о размере.

Прослушивание фонограмм классического репертуара и детских песен.

Ритмические рисунки в движении (сочетание четвертей и восьмых).

Практические занятия на развитие музыкальности осуществляются непосредственно на занятиях.

#### **3.Элементы классического танца**

**Теория.** Основные правила движений у станка. Понятие о позициях рук и ног в классическом танце, понятие о поворотах, законы и эстетика равновесия в классическом танце. Закономерности координации движений рук и головы в пор де бра.

##### **Практические занятия.**

Позиции рук и ног, батман тандю с 5-й позиции во всех направлениях. Рон де жамб пар тер- ан деор и ан дедан (с остановками спереди и сзади). Батман фραπε- по всем направлениям, деми плие по 1 и 2 – й позициям, гранд плие по 1, 2, 3, 5-й позициям; батман тандю по 1-й позиции (вперёд и в сторону). Позы классического танца вперёд эффасе и 1-й арабеск.

#### **4.Элементы акробатики, ритмики, шейпинга**

**Теория.** Знакомство с основными элементами аэробики, шейпинга, акробатики. Ритмические игры и их значение для физического развития ребёнка.

**Практические занятия** - Тренировка и развитие мышечной силы корпуса, ног, рук. Упражнения на пресс мышц живота; укрепление мышц спины (мостики из положения лёжа, «берёзка» с опорой на руки, «лодочка» простая и с раскачиванием, в партере - наклоны к вытянутым ногам и с забросом ног за голову как прямыми, так и согнутыми ногами). Несложные прыжки.

#### **5. Работа над пластикой, гибкостью, растяжкой**

**Практические занятия** - Наклоны, скручивания, растяжка мышц спины: прогибы в различных направлениях, закрутки, наклоны. Растяжка мышц ног: у станка, в партере (выполнение бабочки, лягушки, шпагата с одной и с другой ноги).

#### **6. Элементы народного танца**

**Теория.** Происхождение некоторых народных движений. Народные костюмы и музыка. Основные технические навыки. Открытые и закрытые, свободные позиции ног.

**Практические занятия** - батманы, удары каблуком, носком, маленькие броски, развертывание ноги с одновременным ударом каблука опорной ноги в полуприседании (вперёд и в сторону, плавные и резкие). Маленькие броски от щиколотки со свободной стопой, в закрытое положение (к станку), в прямом положении вперёд. Опускание на колено: у носка опорной ноги, у каблука опорной ноги. Разучивание движений русского танца. *Русский танец*. Положение рук в парном танце. Движение рук: переводы в различные положения, навыки в обращении с платочком, направление назад; переменный шаг с каблука, с продвижением вперёд и назад.

## 7. Танцевальная импровизация, развитие творческих способностей

Использование разного количества движений, перемена направлений, сочетание выученных движений (классического, народного, современного танцев) и перемена направления (вперёд, в сторону, назад). Использование в импровизации этюдов, отражающих времена года (ёлка, Снегурочка, снежинки, птицы, цветы, осенние листья, дождь и т.д.).

## 8. Актёрское мастерство

**Теория.** Понятие «актёрское мастерство». Необходимость занятий актёрским мастерством, сценическая дисциплина и сценическое внимание.

**Практические занятия.** Артикуляционная гимнастика. Упражнения на дыхание. Упражнения на память физических действий, упражнения на одновременность движения. Сюжетные игры на общение без слов. Тренировка слухового и зрительного внимания.

## 8. Постановочная работа

**Теория.** Задачи, стоящие перед воспитанниками группы по разучиванию танцевальных композиций, танцев. Объяснение выполнения детьми тех или иных движений танца, рисунка танца.

**Практические занятия.** Разучивание движений, затем рисунка танца.

**Танцы:** Полька, «Детство», «Мы - маленькие дети», «Милые взрослые», «Восторг», «Новогодний перепляс», «Танцующие пингвины», «Озорные ножки у сороконожки» и др.

## 9. Беседы о хореографическом искусстве

**Теория.** История русского балета. Как создаётся балетный спектакль. Краткая история создания балетов Чайковского П.И. «Лебединое озеро», «Щелкунчик», Биографии выдающихся русских балерин: Анны Павловой, Галины Улановой, Майи Плисецкой.

## 10. Экскурсии, посещение концертов

**Практические занятия.**

Экскурсии на природу способствуют формированию межличностных отношений в коллективе, проводятся 1 раз в год. Посещение концертов творческих коллективов, особенно танцевальных способствует формированию эстетического вкуса, умения анализировать, оценивать, сравнивать, перенимать положительный опыт.

## 11. Итоговое занятие

**Практические занятия.**

Итоговое занятие проходит в конце учебного года в форме отчётного концерта, где воспитанники показывают своё мастерство в различных танцевальных жанрах. На итоговом занятии присутствуют родители, чтобы увидеть, каких успехов достигли (не достигли) их дети за прошедший учебный год.

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**  
(2-ой год обучения)

№ п/п	Наименование темы	Количество учебных часов		
		всего	теория	практика
	Организационная работа			
1.	Введение в образовательную программу, инструктаж по ТБ	2	2	-
2.	Азбука музыкального движения	4	2	2
3.	Элементы классического танца, классический экзерсис	12	2	10
4.	Элементы акробатики, ритмики, шейпинга, работа над пластикой, гибкостью, растяжкой	16	2	14
5.	Элементы современных эстрадных и балльных танцев, «джаза», «модерна» и др.	14	2	12
6.	Элементы народного танца	8	2	6
7.	Танцевальная импровизация, развитие творческих способностей	2	-	2
8.	Понятие о сценической культуре и актёрском мастерстве	4	2	2
9.	Постановочная работа, участие в концертных и конкурсных программах.	72	4	68
10.	Беседы о хореографическом искусстве	4	4	-
11.	Экскурсии, посещение концертных программ	4	-	4
12.	Итоговое занятие	2	-	2
	<b>ИТОГО:</b>	144	24	120

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ 2-го ГОДА ОБУЧЕНИЯ**

**Организационная работа**

**1. Введение в образовательную программу, инструктаж по ТБ**

Дополнительное комплектование группы. Выбор старосты. Проведение инструктажа по технике безопасности с обучающимися средней группы. Беседа о целях и задачах данной группы и объединения в целом на соответствующий учебный год.

**2. Азбука музыкального движения:**

**Теория.** Мелодия и движение.

Темп ( быстро, медленно, умеренно)

Музыкальные размеры: 2/4, 3/4, 4/4,

Контрастная музыка:

Быстрая - медленная, веселая- грустная.

Такт и затакт. Отработка тем **в практических занятиях.**

**3. Элементы классического танца**

**Теория.** Обобщение полученных практических навыков и знаний. Типы координации движения по степени трудности – однонаправленные, разнонаправленные, одновременные (ног, рук), разновременные. Рисунок положений уровней ног и рук, большие и маленькие позиции рук, позы классического танца. Последовательность и расклад движений на элементы. Типы прыжков (с двух ног на две, с одной на другую, с двух на одну и с одной на

две). Критерий исполнительской деятельности (наличие логичности движения, грамотности, музыкальности, актёрской выразительности).

**Практические занятия.** Исполняются все пройденные элементы движений в различных комбинациях в более быстром темпе.

Дополнительно выполняются: деми плие по 4 – й позиции, гранд плие по 1, 2, 3, 5-й позициям; батман тандю с 1-й и 5-й позиций по всем направлениям; батман тандю жете пике – натянутые движения ноги с колющим броском в воздух; рон де жамб пар тэр ан деор и ан дедан (слитно); батман фондю – носком вверх по всем направлениям; батман фραπε – вперёд, в сторону и назад; батман дубль фραπε – движение с двойным ударом; релеве лян – во всех направлениях; батман девелоппе; перегибы корпуса – вперёд, назад по 5-й позиции; релеве – по 1-й, 2-й позициям, на полупальцах; па ассамблее.

Упражнения на середине. Проходятся упражнения, изученные у станка, кроме батмана фондю, батмана фραπε. Пор де бра 1-е, 2-е, 3-е, 4-е развивает танцевальную координацию и чувство позы; па балансе – раскачивающиеся движения, развивают свободу и непринуждённость координации всего тела; перегибы корпуса в сторону (по свободной 1-й позиции).

Прыжки.

#### **4.Элементы акробатики, ритмики, шейпинга. Работа над пластикой, гибкостью, растяжкой.**

**Теория.** Необходимость занятий аэробикой, шейпингом, акробатикой. Способности человеческого организма к занятиям данных видов спорта.

**Практические занятия.** Дальнейшая тренировка и развитие мышечной силы корпуса, ног, рук. Упражнения на пресс мышц живота; укрепление мышц спины (мостики, «берёзка» с опорой на руки, «корзиночка», «лодочка», «кольцо» с раскачиванием, «тучки и солнышко» (упражнения для голеностопа) «Карандаши»(упражнения для силы ног) «Угольки» (упражнения для стоп) «Идем в гости» (упражнения на растяжение мышц ног) колесо на двух и на одной руке, подготовка к изучению переворотов). Растяжка мышц спины: прогибы в различных направлениях, закрутки, наклоны. Растяжка мышц ног: у станка, в партере (выполнение бабочки, лягушки, шпагата с одной и с другой ноги). Более сложные прыжки.

*Экзерсис на середине:*

- танцевальные шаги (с носка, с высоким подниманием колена, приставные шаги);
- упражнения для рук (поднимание, опускание, сгибание в локтевом суставе, кисти);
- упражнения для головы и шеи (наклоны-вперед, назад, к плечам, повороты);
- упражнения на координацию движений;
- упражнения на ориентацию в пространстве;

#### **5.Элементы современных танцевальных стилей**

**Теория.** Знакомство с основными понятиями джаза и модерна. Основа элементов джаза и модерна. Понятие мышечного напряжения и расслабления. Освоение изолированных движений, затем переход к их координации.

**Практические занятия.** Дальнейшее изучение изолированных движений головы, плеч, бёдер, корпуса. Сюда входят: наклоны, повороты, подъёмы, опускания, раскрытие, закрытие, покачивание и т.д. После освоения изолированных движений приступают к соединению их в различные комбинации, постепенно усложняя, варьируя темп и

ритмический рисунок. Разучивание танцевальных комбинаций: разминка, полуприседание, четвертные повороты, пружина, скольжение, пережат, двойное покачивание с восьмёркой руками, променад, твист с кругом руками, шассе с перескоком, лягушонок.

**Практические занятия.** Изучение изолированных движений головы, плеч, бёдер, корпуса: наклоны, повороты, подъёмы, опускания, раскрытие, закрытие, покачивание и т.д. Изучение отдельных движений и упражнений у станка и на середине: плие по 1-й и 2-й невыворотным позициям, батман тандю, батман тандю жете, гранд батманы, вертушки, вращения, прыжки, па де бурре, положение «эмбрион», «скручивание», «раскручивание».

## 6. Элементы народного танца

**Теория.** Происхождение некоторых народных движений. Народные костюмы и музыка. Основные технические навыки. Открытые и закрытые, свободные позиции ног. Дробные движения русского танца. Хороводы и кадрили. Просмотр выступлений ансамблей Игоря Моисеева и «Берёзка».

**Практические занятия.** *Упражнения у станка.* Повторяются все пройденные элементы в более быстром темпе и в несколько более сложном ритмическом рисунке.

*Упражнения на середине.* Повторяются элементы движений в комбинациях, Вращения по диагонали на подскоках. Изучаются элементы русского, украинского танцев: основные шаги, дорожки, бег, присядка, вращения, притоп- перескок на всю стопу с двумя последующими поочерёдными ударами всей стопой о пол по 6-й позиции, выхилиясник- удар носком и ребром каблука одной ноги с одновременным подскоком на другой ноге. Вращения на подскоках. *Ходы.* Закрепляются навыки и знания первого года обучения и добавляются новые: «Девичий шаг с переступанием, два шага с последующей мягкой приставкой в 6-ю позицию на всю стопу в полуприседании, с продвижением вперёд и назад. Дробь с подскоком – подскок на одной ноге с последующим ударом каблука и всей стопой другой ноги, на месте и с продвижением. «Верёвочка», «ключ», присядки и др.

Батманы, удары каблуком, носком, маленькие броски, разворачивание ноги с одновременным ударом каблука опорной ноги в полуприседании (вперёд и в сторону, плавные и резкие). Маленькие броски от щиколотки со свободной стопой, в закрытое положение (к станку), в прямом положении вперёд. Опускание на колено: у носка опорной ноги, у каблука опорной ноги.

## 7. Танцевальная импровизация, развитие творческих способностей

**Теория** Понятие об импровизации. Её роль в творческом становлении исполнителя.

**Практические занятия.** На заданную педагогом музыку в разных стилях – спортивном, лирическом, драматическом показать танцевальные образы: спортсмена, охотника, скачка на коне, стрельба из лука, колосья ржи, ручеек и т.д. Импровизация по желанию учащихся на темы современных ритмов.

## 8. Понятие о сценической культуре и актёрском мастерстве

**Теория.** Развитие творческих способностей. Театр – игра воплощения, как в жизни. Сценическое движение и пластика.

**Практические занятия.** Общение в игре без слов мимикой лица, рук. Выработка мышечного контролёра. Центр тяжести и точки опоры. Воображение и фантазия, выраженные в этюдах. Развитие наблюдательности, развитие зрительной памяти. Работа над дыханием.

## 9. Постановочная работа

**Теория.** Задачи, стоящие перед воспитанниками группы по разучиванию

танцевальных композиций, танцев. Объяснение выполнения детьми тех или иных движений танца, рисунка танца.

**Практические занятия.** Разучивание движений, затем рисунка танца.

Разучивание танцев «Сквозь огонь», «Оранжевое лето», «Рок-н-ролл жив», «Марионетки», «Недетское время», дуэт «В испанских ритмах», сольные номера: «Ожившее одеяло», «Что хранится в бабушкином сундучке», «Память сердца», «Морозное утро»

## 10.Беседы о хореографическом искусстве

**Теория.** Создание балетного спектакля. Содружество либреттиста, композитора, балетмейстера, художника и исполнителей. Танцевальные формы на основе симфонической музыки в классических балетах и современной музыки в мюзиклах и танцевальных постановках.

Пе-де-де, па-де-труа, падекатр. Адажио, вариация, кода.

Просмотр видеозаписей различных танцевальных конкурсов.

Просмотр балетов «Ромео и Джульетта», «Кармен-сюита», мюзикла «Нотр - Дам де Пари» и дальнейшее обсуждение просмотренного.

## 11.Экскурсии, посещение концертов

**Практические занятия.**

Экскурсии на природу способствуют формированию межличностных отношений в коллективе, проводятся 1 раз в год. Посещение концертов творческих коллективов, особенно танцевальных способствует формированию эстетического вкуса, умения анализировать, оценивать, сравнивать, перенимать положительный опыт.

## 12.Итоговое занятие. Практическое занятие.

Итоговое занятие проходит в конце учебного года в форме отчётного концерта, где воспитанники показывают своё мастерство в различных танцевальных жанрах.

## УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

( 3-ий год обучения)

№ п/п	Наименование темы	Количество учебных часов		
		всего	теория	практика
	Организационная работа			
1.	Введение в образовательную программу, инструктаж по ТБ	2	2	-
2.	Азбука музыкального движения	2	2	-
3.	Элементы классического танца, классический экзерсис	24	2	22
4.	Элементы акробатики, ритмики, шейпинга, работа над пластикой, гибкостью, растяжкой	18	2	16
5.	Элементы современных эстрадных и балльных танцев, «джаза», «модерна» и др.	20	2	18
7.	Элементы народного танца	16	2	14
8.	Танцевальная импровизация, развитие творческих способностей	4	-	4
9.	Понятие о сценической культуре и актёрском мастерстве	6	2	4
10.	Постановочная работа, участие в концертных	110	4	106

	выступлениях и конкурсных программах.			
11.	Беседы о хореографическом искусстве	6	6	-
12.	Экскурсии, посещение концертных программ.	6		6
13.	Итоговое занятие	2	-	2
	<b>ИТОГО:</b>	216	24	188

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ 3-го ГОДА ОБУЧЕНИЯ

### Организационная работа

### Контроль за сохранностью группы. Выборы старосты группы

## 2. Введение в образовательную программу, инструктаж по ТБ

Комплектование группы. Выбор старосты. Проведение инструктажа по технике безопасности с воспитанниками группы. Беседа о целях и задачах данной группы и объединения в целом на соответствующий учебный год.

## 3. Азбука музыкального движения.

### 1. Элементы классического танца, классический экзерсис

**Теория.** Культура движения рук – выразительность, техника в прыжках и вращениях, эстетика рисунка и закономерности переходов рук из одного положения в другое. Закономерность правильной и быстрой смены поворотов корпуса в различные ракурсы. Законы общей координации движений тела, ног, корпуса, головы и рук. Законы равновесия – эстетика и техника.

Особенности балетов балетмейстера Юрия Григоровича («Спартак», «Золотой век», «Ангара») и современных балетмейстеров и исполнителей.

**Практические занятия.** Повторяется весь пройденный материал, но исполняется в более быстром темпе, с более разнообразными комбинациями. В упражнения вводятся маленькие позы эффасе вперёд и назад, повороты на двух ногах на 180 градусов.

В движения у станка вводятся маленькие и большие позы. Середина становится более танцевальной.

Дополнительно выполняются в комбинациях: батман фραπε на 45 градусов в позах круазе, эффасе; рон де жамб пар тэр на деми плие; батман фондю на 45 градусов; батман сутеню – носком в пол и в гранд батман.

#### Упражнения на середине.

Большие позы. Круазе и эффасе с подъёмом ноги на 45-90 градусов, вперёд и назад; маленький пируэт сюр ле ку де пье; маленькие адажио из пройденных элементов. Прыжки и арабески.

### 2. Элементы акробатики, ритмики, шейпинга, работа над пластикой, гибкостью, растяжкой

**Теория.** Необходимость занятий аэробикой, шейпингом, акробатикой. Способности человеческого организма к занятиям данных видов спорта.

**Практические занятия.** Дальнейшая тренировка и развитие мышечной силы корпуса, ног, рук. Упражнения на пресс мышц живота; укрепление мышц спины (мостики, «берёзка» с опорой на руки, «лодочка», «кольцо» с раскачиванием, колесо на двух руке, подготовка к изучению переворотов). Растяжка мышц спины: прогибы в различных направлениях, закрутки, наклоны. Растяжка мышц ног: у станка, в партере (выполнение бабочки, лягушки,

шпагата с одной и с другой ноги). Более сложные прыжки.

Упражнения на пресс нижних, средних, верхних и боковых мышц живота; укрепление мышц спины (мостики, перевороты, стойка на голове, «берёзка» без опоры на руки, колесо на одной руке, колесо в парах, фляки). Растяжка мышц спины: прогибы в различных направлениях, закрутки, наклоны в сочетании с различными комбинациями. Растяжка мышц ног: у станка, в партере (выполнение бабочки, лягушки, шпагаты по всем направлениям). Выработка равновесия (ласточка, гранд батманы). Более сложные прыжки в сочетании с танцевальными движениями.

### **3. Элементы современных эстрадных и балльных танцев, «джаза», «модерна» и др.**

**Теория.** Образы, хореография, костюмы в современных балетах и танцевальных постановках.

**Практические занятия.** Разученные ранее соединения однонаправленных движений усложняются за счёт вовлечения трёх и более центров с движением рук, перемещением на простых или приставных шагах, подскоках, шассе и т.д. Упражнения усложняются также за счёт введения оппозиционного направления движений различных частей тела. Кроме координации одновременных движений нескольких центров используется принцип последовательной координации, когда, например, движение головой вызывает движение плеч, затем рук, корпуса и т.д.

На данном этапе разучиваются основные движения: спираль, волна вперёд, боковая волна, ступенчатое расслабление, слайс; танцевальные комбинации: уголки, сброс плеч, расслабление плеч, припадание, маятник, мим, равновесие, пирамида, каратэ, выпад-батман, скольжение с отскоком, батман вперёд, батман назад. Разучиваются более сложные джазовые танцевальные композиции и в стиле модерн.

### **7. Элементы народного танца**

**Теория.** Костюмы, народные инструменты, сопровождающие праздники и танцы.

**Практические занятия.** Повторяются все пройденные элементы с более усложнёнными комбинациями в быстром темпе. Дополнительно – большие батманы жете с падением на работающую ногу, вперёд и в сторону.

Упражнения на середине. Повторяется весь пройденный материал. Изучаются элементы танцев народов ближнего зарубежья (украинский, белорусский, молдавский танцы). Вводятся элементы зарубежных народных танцев (испанский - «Фламенко», греческий - «Сиртаки», элементы ирландского танца, восточного танца).

*Работа над элементами восточного танца.* Положение рук мягкие, плавные движения. Волна руками. Положение корпуса, бёдер, вращение бёдрами, волна корпуса, бёдер, ног. Движение плеч – поочерёдные и одновременные (вперёд и назад), короткие (вверх, вниз). Движения головы - из стороны в сторону, повороты из стороны в сторону, короткий взмах. Движения ног: акцентированный удар полупальцами одной ноги по 3-й свободной позиции сзади; удар каблуком одной ноги с подъёма на полупальцы в полуприседании, с последующими двумя ударами полупальцами другой ноги по 3-й свободной позиции сзади. Ходы. Шаг вперёд с двумя последующими скользящими шагами на полупальцах, с продвижением вперёд. Скольжение ногой на носок вперёд с последующим шагом на неё (продвижение вперёд). Поочерёдные выведения ноги вперёд и назад на носок с последующими двумя шагами вперёд, повороты обеих стоп из 1-й свободной позиции в 1-ю закрытую позицию и обратно. С продвижением в сторону, с поворотом. Поочерёдные переступания на 3-й прямой или свободной позиции, одной ногой на всей стопе, другой на полупальцах на свободных коленях, с продвижением вперёд, назад, в сторону с поворотом. Опускание на колени: на одно, на оба.

### **8. Танцевальная импровизация, развитие творческих способностей**

На заданную фонограмму необходимо сделать импровизацию по желанию обучающегося и педагога на классическую, народную и современную музыку. Исполнение этюдов на заданную тему («Цветок», «Птица в свободном полёте», «Чайка», «Коршун»); по мотивам русских сказок («Баба Яга», «Кикимора», «Леший», «Русалка»). Импровизация в пластическом этюде: сочетание мягких и острых движений.

Под различные звуки, которые изображает одна группа, вторая группа должна двигаться, изображая данные звуки в танцевальных движениях.

### **9. Понятие о сценической культуре и актёрском мастерстве**

**Теория.** Пантомима как средство выражения движением какого-либо действия, чувства, немой речи. Просмотр театральных постановок по телевидению, в театре. Великие актёры современности.

**Практические занятия.** «Освобождение мышц». Выработка мышечного контролёра или наблюдателя: научить ребёнка определять излишние напряжения (зажимы) и освобождаться от них; научиться подчинять мышцы своему намерению. Развитие воображения и фантазии в реальной и воображаемой плоскостях. Развитие произвольного сценического внимания в реальной и воображаемой плоскости. Через пантомиму выражение действий заданных педагогом персонажей, определение логики их действий, выражения стиля и жанра. Эпизоды, сверхзадача и сквозное действие.

### **10. Постановочная работа, участие в концертных выступлениях и конкурсных программах.**

**Теория.** Задачи, стоящие перед воспитанниками группы по разучиванию танцевальных композиций, танцев. Объяснение выполнения детьми тех или иных движений танца, рисунка танца.

**Практические занятия.** Разучивание движений, затем рисунка танца.

Танцы: «Вперед, к победе!», «Всплеск Энергии», «С верой и надеждой», «Лунная мелодия», «В стиле Хип – хоп», «Чистые пруды», «Лето красное», «Разговор о джазе», «Сапожки русские», «Крутись, веретенце» и др.

Сольные танцы: «Бабушкин сундучок», «Грезы Анастасии», «Стена», «Дыши», «Вернись», «Там нет меня», «Валенки», «Невозможно не влюбиться» и др.

Дуэты: «Озорные девчонки», «Ясный мой свет», «В ожидании чуда», «Космос», «Соперничество», «Посвящение» и др.

### **11. Беседы о хореографическом искусстве**

Современные балеты, мюзиклы. Знакомство с творчеством хореографов и исполнителей современных танцевальных направлений. Просмотр и обсуждение программ конкурса «Танцы».

Просмотр записей выступлений шоу – балета «Тодес», видеозаписей современных хореографических конкурсов.

### **12. Экскурсии, посещение концертов**

Экскурсии на природу способствуют формированию межличностных отношений в коллективе, проводятся 1 раз в год. Посещение концертов творческих коллективов, особенно танцевальных способствует формированию эстетического вкуса, умения анализировать, оценивать, сравнивать, перенимать положительный опыт.

### **13. Итоговое занятие**

Итоговое занятие проходит в конце учебного года в форме отчётного концерта, где воспитанники показывают своё мастерство в различных танцевальных жанрах.

## **5. ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ**

**1. Работа с обучающимися: Воспитательная работа** в коллективе сочетается со всей его деятельностью. Она даёт возможность расширить кругозор учащихся, повысить их культурный уровень, развить у учащихся чувство коллективизма и дружбы. Этому способствует целый ряд мероприятий в объединении: экскурсии, походы на природу, поездки по достопримечательностям городов – курортов, совместные посещения концертов, выступлений танцевальных коллективов, просмотры видеозаписей танцевальных программ и конкурсов, беседы на темы, интересующие учащихся, совместные чаепития, Дни именинника и др.

Дети, занимающиеся в коллективе «Интрига» в течение нескольких лет, становятся более собранными, целеустремлёнными. У них повышается образовательная активность, дисциплина, увеличивается со временем способность за более короткие сроки усваивать новое, более сложное. Важно то, что это связано не только с танцевальной деятельностью, но и с общим обучением каждого ребёнка. Все дети, обучающиеся в коллективе, учатся на «хорошо» и «отлично», в том числе 10 человек только на «отлично».

Всё это помогает обучающимся понять друг друга, жить общими интересами, исключить конфликты, сплачивает их не только на сцене, но и в повседневной жизни. Выпускники коллектива заинтересованно относятся к творческой жизни своих преемников. Приходят на концерты, посещают занятия нынешних участников коллектива, делятся опытом обучения в коллективе.

В течение всех лет существования танцевального коллектива «Интрига» проводилась и проводится совместная работа с родителями, которые принимают активное участие в изготовлении костюмов и реквизита. Родители – постоянные гости концертов, праздничных программ, конкурсов, в которых участвуют воспитанники коллектива. Кроме того, родители вместе с детьми принимают участие в проведении экскурсий, Дней именинника, чаепитий, посещения театров, концертных вечеров. Такая совместная работа сплачивает коллектив, способствует укреплению дружбы и взаимопонимания не только родителей и детей, но и объединения в целом.

- объединение детей общей идеей приобщения к искусству хореографии, эстраднему танцу, **- постоянно;**
- участие детей в репетиционном процессе и в концертной деятельности – **в течение года;**
- создание дружного, сплочённого коллектива творческих личностей;
- определение старост в учебных группах - **сентябрь;**
- совместный просмотр видеоматериалов о новинках в искусстве хореографии, совместное прослушивание фонограмм, обсуждение и выбор музыкального сопровождения для танцев **- регулярно;**
- проведение праздничных чаепитий, Дней именинника **- регулярно.**

## 2. Работа с родителями:

- ознакомление родителей с целями и задачами программы обучения в объединении «Интрига» на соответствующий учебный год - **сентябрь**;
- анкетирование по вопросам сотрудничества и взаимодействия в учебно-воспитательном процессе - **октябрь**;
- проведение родительских собраний и промежуточных встреч по поводу возникающих вопросов и проблем и подведение результатов деятельности объединения по итогам работы - **по мере надобности**;
- привлечение родителей к изготовлению атрибутов и пошиву сценических костюмов для выступлений - **в течение года**;
- привлечение родителей к проведению выступлений, экскурсий, чаепитий, участие родителей в поездках на Международные и краевые конкурсы - **в течение года**.

## 3. Работа по сохранению здоровья детей и пропаганде здорового образа жизни

- проведение инструктажа по технике безопасности во время занятий и выступлений на сцене - *сентябрь и в течение года*;
- беседы с родителями о необходимости провожать и встречать детей после занятий в вечернее время - *в течение года*;
- обсуждение маршрутов безопасного пути на занятия в объединение и возвращения домой - *сентябрь и в течение года*;
- беседы с детьми и родителями о соблюдении режима дня - *в течение года*;
- разработка комплекса упражнений для поддержания правильной осанки, его внедрение в разминку и рекомендация использовать самостоятельно – *в теч. г.* - - викторина «Если хочешь быть здоров» с целью пропаганды здорового образа жизни, соблюдения режима дня и противодействия вредным привычкам - *апрель*
- конкурс «Гиннес – шоу» с присвоением званий: «Самая гибкая девочка», «Самая стройная», «Самая изящная» - *май*

## 4. Методическое обеспечение.

### Методы работы:

- Объяснительно – иллюстративный (показ элементов, объяснение).
- Репродуктивный (разучивание, закрепление материала).
- Исследовательский (самостоятельное исполнение, оценка, самооценка).

- Метод побуждения к сопереживанию (эмоциональная отзывчивость на прекрасное).
- Метод поисковых ситуаций (побуждение детей к творческой и практической деятельности).

В работе с коллективом используются ТСО: музыкальный центр, телевизор, видеомаягнитофон, видеокамера:

- для отработки элементов танца;
- в ритмической тренировке;
- при знакомстве с музыкальным репертуаром;
- для самооценки (дети просматривают собственное исполнение, делают выводы, анализируют);
- на праздничных выступлениях, концертах, фестивалях.

***Ожидаемый результат:***

- научиться танцевать индивидуально и в коллективе, соблюдая ритм, темп и музыкальные фразы;
- уметь воспринимать и передавать в движении образ;
- уметь импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные оригинальные «па»;
- понимать и чувствовать ответственность за правильное исполнение в коллективе.

**Обучающиеся в объединении «Интрига» должны уметь:**

**Первый год обучения**

- выполнять простые упражнения разминки с использованием элементов ритмики,
- выполнять простые упражнения классического экзерсиса,
- выполнять кувырки, стойку на лопатках, упражнения «березка», «ласточка», «лягушка», «кошечка», «шпагат» и др.
- выполнять танцевальные элементы, работать синхронно,
- исполнять танцы, соответствующие возрастной группе.

**Второй год обучения**

- выполнять более сложные по сравнению с первым годом обучения упражнения и комбинации из них у станка и на середине;
- выполнять акробатические движения сольно и в парах;
- выразительно исполнять различного рода танцы и танцевальные композиции;
- дать оценку правильности выполнения движений в экзерсисе

### **Третий год обучения**

- выполнять в более быстром темпе у станка и на середине более сложные комбинации и упражнения;
- выполнять более сложные и техничные прыжки и комбинации из них;
- выполнять акробатические движения индивидуально, в парах, по тройкам;
- использовать в танцевальных композициях элементы классического, народного экзерсиса, джаз-модерна;
- продемонстрировать сценическое мастерство для выразительного исполнения разнохарактерных танцев;
- составлять схему движений и комбинаций из них для постановки различных танцев;
- дать квалифицированную оценку исполнительского мастерства различным танцевальным коллективам и своим товарищам.

## **2. Должны знать:**

### **Первый год обучения**

- размер музыкального произведения;
- методику выполнения движений и комбинаций из них у станка и на середине;
- историю возникновения различных видов танцев, взаимосвязь костюма и танца.

### **Второй год обучения**

- размер музыкальных произведений применительно к упражнениям экзерсиса;
- методику выполнения движений у станка и на середине;
- основные дефекты осанки учащихся объединения;

### **Третий год обучения**

- выразить посредством танца то или иное музыкальное произведение;
- законы общей координации движений корпуса, ног, головы, рук и законы равновесия;
- основные направления хореографического искусства и умело использовать это на практике;

## **3. Должны овладеть навыками:**

### **Первый год обучения**

- выполнения упражнений для разминки с элементами ритмики,
- аккуратно пользоваться костюмами и реквизитом.

### **Второй год обучения**

- качественного исполнения танцевальных элементов и танцевальных композиций;
- выполнения упражнений и движений экзерсиса и разработки собственного варианта движений для экзерсиса,

### **Третий год обучения**

- самостоятельно правильно разработать схему упражнений экзерсиса, движений к танцу;
- провести разминку в качестве инструктора в младшей группе.

## **Модель выпускника танцевального коллектива**

1. Имеет глубокие знания, умения, навыки по хореографии, высокий уровень физической подготовки, познавательной деятельности.
2. Характеризуется развитыми общими и специальными способностями.

3. Ориентирован на нравственные, общечеловеческие ценности и гуманное взаимодействие с окружающей средой.
4. Стремится к творческой самореализации.
5. Имеет потребность в постоянном самосовершенствовании.
6. Имеет сформированный образ «Я».
7. Развиты коммуникативные способности.
8. Развит танцевальный, художественный вкус.

### **Формы оценки качества реализации программы.**

За период обучения в танцевальном коллективе обучающиеся получают определенный объем знаний, умений и навыков, качество которых проверяется диагностикой два раза в год. Для этой цели осуществляется промежуточный контроль в форме участия в концертах, фестивалях, конкурсов и итоговый контроль.

Ежегодно в танцевальном объединении проводится творческий отчет о работе педагога и обучающихся за прошедший учебный год. Отчет проводится в форме концерта для родителей.

Педагог подводит итог всей учебно-воспитательной работы, делает анализ творческих достижений обучающихся.

### **5. Список литературы:**

#### **Литература для работы педагога дополнительного образования:**

1. Лутошкин А.Н. Как вести за собой: Старшеклассникам об основах организаторской работы. М., Педагогика, 1981.
2. Парыгин, Б. П. Социальная психология. Проблемы методологии, истории и теории./ Б. П. Парыгин. - СПб: ИГУП, 1999 параграф 10.5. Лидерство как инструмент интеграции общности, с. 239-252.
3. Понятийный аппарат педагогики и образования. Сб. науч. труд. / Отв. ред. Е.В. Ткаченко, — Екатеринбург, вып. 1, 1995, вып. 2, 1996.
4. Профессиональная педагогика: Учебник для студентов, обучающихся по педагогическим специальностям и направлениям. -М., 1999.
5. Хочу быть лидером! Выпуск 4.- Н.Новгород: изд-во ООО «Педагогические технологии», 2006. – 96 с.
6. Барышникова Т. В. «Азбука хореографии», СПб, 2006
7. Ваганова А. «Основы классического танца», М. 1968
8. Бардина С.Ю. «Балет. Уроки», ООО «Издательство Астрель», 2003
9. Пасютинская В. Г. «Путешествие в мир танца», «Российская академия театрального искусства-ГИТИС», М, 2007 г.

#### **Литература для обучающихся:**

1. Барышникова Т. В. «Азбука хореографии», СПб, 2006 (5 экз.)
2. Бардина С.Ю. «Балет. Уроки», ООО «Издательство Астрель», 2003 (1 экз.)
3. Журнал «Молодёжная эстрада», 1998-2010 (20 номеров)

4.Пасютинская В. Г. «Путешествие в мир танца», «Российская академия театрального искусства-ГИТИС», М, 2007 г. (3 экз.)

5.Пуртова Т.В. «Учите детей танцевать», М, ГИЦ, «Владос», 2003

### **3. Инвентарь, оборудование.**

1. Танцевальный класс, оборудованный зеркалами, станками, шведской стенкой
2. Коврики
3. Магнитофон,
4. Музыкальный центр,
5. Видеокамера,
6. Компьютер
7. Видеозаписи с выступлениями коллектива «Интрига» и других танцевальных коллективов
8. Флешки и CD – диски с записями музыки
9. Костюмы, реквизит, одежда для занятий и выступлений.