 **АДМИНИСТРАЦИЯ КИРОВСКОГО РАЙОНА**

**МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ГОРОД САРАТОВ»**

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«ЛИЦЕЙ «СОЛЯРИС»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Рассмотрено** | **Согласовано** | **Утверждаю** |
| на заседании педагогического совета  Протокол № 1  от «31» августа 2022 г. | Зам. директора по воспитательной и социальной работе  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_В.В.Гаврилюк | Директор  МАОУ «Лицей «Солярис»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Е.Б.Перепелицина |
|  |  | Приказ № 350  от «31» августа 2022г. |
|  |  |  |
|  |  |  |

**Дополнительная образовательная общеразвивающая программа танцевального коллектива «Виктория»**

Срок реализации программы: 3 года

Возраст обучающихся 7-17 лет

Автор: Пастухова О.Л.

г. Саратов 2022 год

**Структура программы**

1. Пояснительная записка ………………………………………………… 2
2. Учебно-тематический план ..…………………….……..………..……. 13
3. Содержание курса программы …..……………………………………..14
4. Список использованной литературы……………………………….......20
5. Методическое обеспечение программы………………………………..21

**1.Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Виктория» (далее - Программа) имеет художественную направленность «Ритмика и эстрадные танцы».

В системе эстетического воспитания подрастающего поколения значительная роль принадлежит танцу. Занятия хореографией в совокупности с музыкальным сопровождением ведутся групповыми способами. Такие занятия имеют свои преимущества. Синтетичность, неразрывная связь с музыкой и другими искусствами, эмоциональность и яркая образность, выгодно выделяют танец среди других искусств.

С первых же занятий вырабатывается навык публичного выступления, воспитывается сценическая подача действия, направленная на партнеров по танцам.

Обучающимся дается возможность не только само выражаться на сцене в хореографических постановках, но и быть так же и постановщиками хореографических композиций, этюдов и т. д.

Программа предусматривает как общее начальное хореографическое образование, так и индивидуальное обучение одаренных детей, предлагая конкретную систему работы педагога по изучению любительского уровня исполнения эстрадных танцев и формированию музыкально-ритмической координации в условиях современного традиционного обучения.

Программа разработана в соответствии с:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года;

- Указ Президента Российской Федерации «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года», определяющего одной из национальных целей развития Российской Федерации предоставление возможности для самореализации и развития талантов;

- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р);

- Приказ Министерства просвещения России от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04 июля 2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей"»;

- Приказ министерства образования Саратовской области от 21.05.2019 г. № 1077 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования в Саратовской области».

**Новизна программы** состоит в личностно ориентированном обучении. Задача педагога создать каждому учащемуся все условия для наиболее полного раскрытия и реализации способностей.

Отличительная особенности программы в том, что она предлагает наиболее эффективные варианты результативного освоения знаний по программному материалу, на хорошей основе которого можно будет продолжить образование на профессиональном уровне.

Структура программы предполагает постепенное (спиральное) расширение и существенное углубление знаний, развитие умений и навыков учащихся, более глубокое усвоение материала путем последовательного систематического прохождения по годам обучения с учетом возрастных особенностей детей.

**Актуальность программы** определяется повышенным запросом социума (детей и их родителей) на занятия хореографией. Это связано с тем, что хореографическое искусство учит детей красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивает физическую силу, выносливость, ловкость, раскрепощенность и уверенность в своих возможностях, совершенствует моральные качества. Благодаря систематическими занятиями хореографией, учащиеся приобщаются к общей эстетической культуре, развивают танцевальные и музыкальные способности, что поможет им более тонко воспринимать профессиональное хореографическое искусство.

Данная учебная Программа носит адаптированный характер (что предусматривает возможность внесения дополнений и изменений) и предназначена для ведения занятий в центрах дополнительного образования, домах творчества, танцевальных студиях.

Новые запросы, которые предъявляет время к эстетическому воспитанию детей и подростков, требуют новых подходов к обучению.

**Цель программы:** нравственно - эстетическое воспитание детей через развитие мотивации их творческой активности и формирование эстетического вкуса. Так же основной цельюданной образовательной программы является приобщение детей к искусству хореографии, а также развитие и совершенствование физического состояния учащихся, воспитание их эстетического вкуса.

**Задачи программы:**

Обучающие:

* изучение основных сведений, терминологий и понятий в области эстрадных танцев;
* формирование музыкально-ритмических навыков (умение двигаться и реализовывать себя под музыку);
* художественное просвещение детей, привитие им интереса к искусству танцев;
* формирование знаний о здоровом образе жизни (сохранение здоровья, режим дня, гигиена);
* обучение детей приемам актерского мастерства и артистизма;
* обучение техники исполнения танцев классической и эстрадно-народной программы «Матрёшки», «Лётчицы», «Военный Вальс».

Воспитательные:

* воспитание у участников коллектива ответственность к порученному заданию, серьёзного отношения к занятиям, трудолюбия, терпения, навыков общения в коллективе;
* воспитание внимания, дисциплинированности, воли, самостоятельности;
* привитие сценической культуры, воспитание культуры поведения и общения;
* воспитание, чувства патриотизма, уважительного отношения к национальным традициям других народов;
* формирование общей культуры личности ребенка, способной адаптироваться в современном обществе.

Развивающие:

* развитие творческих и музыкальных способностей обучающихся (развитие чувства ритма, умение слушать музыку);
* развитие умений коллективной и творческой деятельности;
* развитие совершенствования психомоторных способностей детей (ловкость, гибкость, точность, силовых и координационных способностей);
* развитие мышечной памяти, внимания, воображения;
* развитие координации и укрепления опорно-двигательного аппарата;
* развитие самостоятельности, навыков адекватной самооценки и оценки деятельности товарищей.

**Возраст детей, участвующих в реализации программы** - от 7 до 17 лет.

В коллектив принимаются все желающие. Группы формируются по возрасту. Каждая группа состоит из 10-15 человек (1год обучения) и 10-20 человек (второй и последующие года обучения и более) Продолжительность занятий для учащихся1 час 30 минут. Перерыв между занятиями -10 минут.

Для ребенка 7 - 8 лет танцы служат источником эмоциональной энергии, развивают изящество, грацию, чувство красоты. Они не должны быть сложными, чтобы дети могли их быстро усвоить и протанцевать в свое удовольствие.

Начальный процесс обучения танцу строится на активном взаимодействии педагога и детей. На протяжении всего занятия педагог играет и выполняет движения вместе с детьми, создавая тем самым позитивную, непринужденную атмосферу. После наглядного, точного показа очередного задания, которое непременно должно вызывать у детей яркие эмоциональные чувства, педагог обращает свое внимание на то, как выполняют задание дети, как проявляется их активность, мобилизуется внимание, и особенно, как дети превозмогают трудности, осваивая материал. Активность ребенка должна быть направлена на то, чтобы с каждым повтором задание выполнялось лучше, исправляя возможные ошибки, на которые указывает педагог. Помня о том, что дети этого возраста не защищены и ранимы, педагогу нужно избегать окриков и одергиваний, даже если у них что-то не получается. Главным здесь становится опора и закрепление положительного опыта. Ребенок очень отзывчив на похвалу, высшая награда для него – демонстрация выполнения упражнения перед другими детьми. Педагог должен помнить, что он несет ответственность за формирование самооценки ребенка.

Возраст от 9 до 12 лет наиболее благоприятный для дальнейшего развития как физических, так и умственных сил. Идет довольно пропорциональное увеличение роста и веса, мышцы становятся более крепкими, происходит активное развитие функций головного мозга, что способствует его интенсивной работе. Изменяется соотношение между процессами возбуждения и торможения. Процесс торможения становится сильнее, хотя возбудимость еще достаточно велика. Мышление младшего школьника – наглядно-действенное, развивается словесно-логическое, закладываются базовые мыслительные способности.

Занятия хореографией позволяют сочетать развитие понятийного мышления с совершенствованием образного. Цели и задачи работы педагога-хореографа заключаются в дальнейшем развитии координации и танцевальной выразительности, совершенствовании и усложнении танцевальной техники, формировании чувства мышечного самоконтроля. Дети этого возраста уже способны осваивать разные танцевальные направления. На уроках хореографии в этом возрасте для педагога становится важным воспитание волевых качеств личности, трудолюбия, развития внимательности и памяти.

Педагогу-хореографу важно создать на уроке благоприятную эмоциональную атмосферу, комфортную, прежде всего для психического состояния ребенка. Важно, чтобы ребенок научился правильно и спокойно воспринимать замечания и исправления педагога, без которых не обойтись в процессе обучения. Делать замечания нужно аккуратно, избегать негативных сравнений, обязательно закреплять положительный опыт.

Формы деятельности педагога постепенно переходят от игровых к учебным. Метод развития и совершенствования двигательных реакций нужно сочетать с методом систематизированного художественного обучения.

В возрасте 12 –17 лет происходит интенсивное развитие способностей к пространственной ориентировке, дифференцированного мышечного ощущения, что позволяет разучивать технически более сложные движения. Для процесса восприятия необходимо периодическое и неоднократное повторение элементов и упражнений для наиболее полного и точного их запоминания.

Овладение хореографическими умениями и навыками в этом возрасте требует от детей сознательной работы. Без осознания невозможно достичь законченного гармоничного движения тела. «Давно было замечено и научно доказано, что раз вы думаете об определенном движении, вы его невольно, этого не замечая, производите» (Павлов И.П.). Развивая у детей сознательное отношение, полезно предоставлять им возможность иногда меняться с педагогом местами. Педагогу необходимо всячески поддерживать интерес к деятельности через стимулирующую мотивацию через превращение цели определенной деятельности в актуальную потребность ребенка. Если выполняемая деятельность находится в зоне оптимальной трудности, т.е. на пределе возможностей ребенка, то она ведет за собой развитие его способностей, реализуя то, что Л.С. Выготский называл зоной потенциального развития. Педагогу важно найти верное соотношение простоты и сложности выполняемой детьми деятельности, чтобы способности ребенка развивались в максимально полной мере.

На занятиях хореографией педагог решает целый ряд образовательных и развивающих задач, одна из которых заключается в умении сделать процесс обучения танцу интересным и увлекательным.

**Сроки реализации освоения программы.** Программа рассчитана на 3 года обучения.

**Формы занятий.** Содержание занятий и практический материал подбирается с учётом возрастных особенностей и физических возможностей детей. Занятие предполагает постепенное увеличение физической нагрузки на организм ребёнка и сопровождается объяснением, показом движений, самостоятельной работой, анализом. Каждое занятие включает в себя теоретическую и практическую часть. Основное место отводится практической репетиционной работе.

**Количество учебных часов** в первый год обучения проводится 3 раза в неделю по 1 академическому часу (45минут). В последующие года 3 раза в неделю по 2 академических часа (90 минут). Учебная нагрузка обучающегося в первый год составляет 108 часов на группу. А для обучающегося в последующие года составляет 270 часов на группу. Максимальная учебная нагрузка на обучающегося составляет 540 часов.

**Основные знания, умения, навыки, которыми должны овладеть обучающиеся в процессе изучения данного курса.**

Основные требования к знаниям и умениям учащихся 1 года обучения. Ученики должны иметь следующие знания, умения, навыки:

* определять характер музыки словами (грустный, веселый, спокойный, плавный, изящный);
* правильно определять сильную долю в музыке и различать длительности нот;
* уметь грамотно исполнять движения;
* знать различия народной и классической музыки;
* выполнять основные движения упражнений с предметами и без них под музыку преимущественно на 2/4 и 4/4;
* начинать и заканчивать движения вместе с музыкой;
* уметь координировать движения – рук, ног и головы, при ходьбе, беге, галопе;
* уметь ориентироваться в пространстве: выполнять повороты, двигаясь по линии танца;
* четко определять право и лево в движении и исполнении упражнения с использованием предметов;
* хорошо владеть движениями с платком и обручем;
* уметь свободно держать корпус, голову и руки в тех или иных положениях;
* уметь работать в паре и синхронизировать движения.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся 2-3 года обучения. Ученики должны иметь следующие знания, умения, навыки:

* термины: тихо-громко, высоко-низко, характер музыки (бодрый, веселый, печальный, грустный), темп музыки и движения (быстро, медленно, умеренно, подвижно), музыкальные размеры, длительности, понятия «затакт», «сильная доля», «фраза», музыкальные жанры – песня, танец, марш;
* знать названия общеразвивающих упражнений пройденных в течении 2-3 лет обучения;
* знать названия простых танцевальных шагов, а так же уметь их правильно исполнять (мягкий, на полу пальцах, приставной, переменный, галоп, полька);
* выполнять основные движения упражнений с предметами и без них под музыку преимущественно на 2/4, 4/4, 3/4, 6/8;
* слышать изменения звучания музыки и передавать их изменением движения;
* повторять на инструменте простейший ритмический рисунок;
* выполнять с более четким исполнением подражательные движения;
* уметь танцевать в ансамбле;
* уметь правильно ориентироваться на сценической площадке;
* уметь замечать свои ошибки и ошибки других учеников;
* уметь свободно и правильно держать корпус, голову в тех или иных позах, согласно выполнению движений или комбинации.

За время обучения учащиеся должны приобрести рад практических навыков:

1. Уметь выполнять комплексы упражнений.
2. Уметь сознательно управлять своими движениями.
3. Владеть упражнениями на развитие музыкальности, метроритма.
4. Уметь координировать движения.
5. Владеть изученными танцевальными движениями разных характеров и музыкальных темпов.

Результатом освоения программы, является приобретение обучающимися следующих знаний, умений и навыков:

* знания основных понятий, связанных с метром и ритмом, темпо ритмом и динамикой в музыке;
* знания понятия лада в музыке (мажор и минор) и умение отображать ладовую окраску в танцевальных движениях;
* первичные знания о музыкальном синтаксисе, простых музыкальных формах;
* представление о длительности нот в соотношении с танцевальными шагами;
* умение согласовывать движения со строением музыкального произведения;
* навыки двигательного воспроизведения ритмических движений посредством воспроизведения ударом в ладоши и музыкального инструмента;
* навыки сочетания музыкально-ритмических упражнений с танцевальными движениями.

**Виды контроля и формы подведения итогов.**

За период обучения по программе, учащиеся получают определенный объем знаний, умений, навыков, качество которых проверяется в течении года. С этой целью проводится ряд мероприятий: промежуточные и итоговые зачёты, открытые занятия, участие в концертах, участие в смотрах, фестивалях, соревнованиях, проведение отчётного концерта и итоговых годовых занятий.

**1.Аттестация:** цели, виды, формы, содержание

Оперативное управление учебным процессом невозможно без осуществления контроля знаний, умений и навыков обучающихся. Именно через контроль осуществляются проверочные, воспитательные и корректирующие функции.

Оценка качества реализации программы, включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную аттестацию обучающихся.

Успеваемость учащихся проверяется на различных выступлениях:

Контрольных уроках, концертах, просмотрах и т.д.

Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в счёт аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков.

Контрольные уроки в рамках промежуточной аттестации проводится на завершающих полугодие учебных занятиях в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

**2.Критерии оценок:**

Для аттестации обучающихся создаются фонды оценочных средств, которые включают в себя методы контроля, позволяющие оценить приобретённые знания, умения и навыки.

Однако в основе создания хореографического коллектива должна быть идея социального педагогического взаимодействия:

### Педагог

Родитель Ребёнок

Педагог (на родительских собраниях) подводит итоги всей работы учебно-воспитательного характера, делает анализ творческой работы на протяжении года, знакомит родителей с результатами учебно-воспитательной работы за год (с достижениями их детей в области эстрадного танца), перспективами работы коллектива в будущем.

Механизм оценки результатов обучения:

Для первого года обучения целесообразно использовать два типа механизма оценки результата обучения:

1) рейтинговая система оценивания;

2) уровневая система оценивания.

Рейтинговая система оценивания – это набор учащимся наибольшего количества положительных результатов (т.е. «+ баллы») на протяжении отдельного учебного занятия и учебно-воспитательного процесса в целом.

Начисление баллов проходит в конце занятия по установленным критериям (см. ниже) и выставляется в рейтинговый экран группы. За занятие учащийся может набрать как выше нуля сумму, так и ниже нуля сумму. В конце месяца набранные баллы суммируются. Проводится рейтинговое награждение: три лучших результата–места (грамоты 1,2,3 место) и поощрительные награждения. Если несколько учащихся набрали одинаковую сумму баллов, то педагог вправе отметить одинаковым местом учащихся (например: 2 первых места, 1 второе место, 3 третьих места), хотя такие случаи больше редкость, чем закономерность при объективном оценивании педагога.

|  |  |
| --- | --- |
| Критерии начисления баллов за занятие: | |
| Баллы | Содержание | |
| +1 б. | Соблюдение правил внешнего вида (форма, причёска). | |
| +1 б. | Замечания положительного характера. | |
| +1 б. | Выученное самостоятельно задание. | |
| +4 б. | Отсутствие по болезни или уважительной причине, известной педагогу. | |
| +5 б. | Присутствие на занятии. | |
| +10 б. | Участие во внеурочных мероприятиях (концерты, смотры, фестивали ….). | |
| +10 б. | Поступки положительного характера, полезные дела в коллективе. | |
| -1 б. | Отсутствие на занятии (при условии, что педагог не знает причину Вашего отсутствия). | |
| -1 б. | Опоздание на занятие (при условии, что педагог не знает причину Вашего опоздания). | |
| -1 б. | Замечания отрицательного характера, как на занятии, так и в стенах учебного заведения. | |
| -1 б. | Отсутствие старания в самостоятельной работе. | |
| -1 б. | Несоблюдение правил внешнего вида танцора. | |
| -1 б. | Выход из зала во время занятия по неуважительной причине. | |
| -10 б. | Общение в коллективе с использованием нелитературных высказываний и жестов. | |

Уровневая система оценивания – это система оценивания качества изученного материала отдельного учебного раздела или отдельного упражнения, что даёт возможность определить наиболее «слабые» моменты в освоенном материале и наиболее «сильные».

Определение уровня качества изученного материала проходит на отдельном занятии, по окончании изучения определённого раздела, или темы, или объёма знаний (как правило), по установленным критериям (см. ниже) и выставляется в уровневый экран группы. Такие уровневые оценивания целесообразно проводить три раза в год по каждому разделу (в начале года: с целью определения природных данных, если это необходимо; в середине года - для определения среднего показателя качества знаний; в конце года - для подведения итогов работы по данному объёму знаний и определение самостоятельной работы на период летних каникул).

|  |  |
| --- | --- |
| Критерии определения уровня | |
| Уровень | Содержание |
| высокий | Объём знаний показан в полной мере без ошибок и соответствует уровню требований, предъявляемых для данного года обучения. |
| достаточный | Объём знаний показан в полной мере и соответствует уровню требований, предъявляемых для данного года обучения. Допущено: 1-3 незначительные ошибки в показе. |
| средний | Объём знаний показан в неполной мере в соответствии с уровнем требований, предъявляемых для данного года обучения. Допущено: 30 % ошибок в показе. |
| недостаточный | Объём знаний показан в неполной мере в соответствии с уровнем требований, предъявляемых для данного года обучения. Допущено: 50-90 % ошибок в показе. |

**Требования к уровню подготовки обучающихся** (основные требования к обучающимся, способы определения результативности, педагогический мониторинг, подведение итогов реализации программы).

Уровень подготовки обучающихся является результатом освоения программы учебного предмета и предполагает формирование комплекса знаний, умений и навыков, таких как:

* знание анатомического строения тела;
* знание приемов правильного дыхания;
* знание правил безопасности при выполнении физических упражнении;
* знание о роли физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни;
* умение выполнять комплексы упражнений утренней гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма;
* умение сознательно управлять своим тело

**Учебно-тематический план**

**1 год обучения**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | **Наименование разделов и тем** | **Всего часов** | **Количество часов** | |
| **теоретические** | **практические** |
| **1.** | Вводное занятие | 1 | 1 | 0 |
| **2.** | Экзерсис у станка, основные движения | 20 | 5 | 15 |
| **3.** | Элементы народного танца | 20 | 8 | 12 |
| **4.** | Рисунки танцев | 25 | 10 | 15 |
| **5.** | Партерная гимнастика | 14 | 4 | 10 |
| **6.** | Разучивание танцев | 20 | 5 | 15 |
| **7.** | Итоговое занятие | 6 | 0 | 6 |
| **8.** | Отчетный концерт | 2 | 0 | 2 |
|  | **Итого** | 108 | **35** | **73** |

**Учебно-тематический план**

**2-3 года обучения за один год обучения**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | **Наименование разделов и тем** | **Всего часов** | **Количество часов** | |
| **теоретические** | **практические** |
| **1.** | Вводное занятие | 1 | 1 | 0 |
| **2.** | Экзерсис у станка, основные движения | 45 | 10 | 35 |
| **3.** | Элементы народного танца | 45 | 10 | 35 |
| **4.** | Рисунки танцев | 45 | 10 | 35 |
| **5.** | Партерная гимнастика | 45 | 10 | 35 |
| **6.** | Разучивание танцев | 80 | 20 | 60 |
| **7.** | Итоговое занятие | 6 | 0 | 6 |
| **8.** | Отчетный концерт | 3 | 0 | 3 |
|  | **Итого** | 270 | **61** | **209** |

**Содержание курса программы.**

**Тема 1. Вводное занятие.**

Задача: знакомство с кружковцами. Объяснение целей и задач хореографических занятий. Постановка корпуса у станка.

**Тема 2. Экзерсис у станка, основные движения.**

Задача: выработать правильную постановку корпуса, головы, изучить позиции ног, положения рук. Хореографическая тренировка (Экзерсис)- это длительный процесс выработки большого числа все усложняющихся музыкально-двигательных навыков. На первом году обучения разучиваются основные элементы классического танца:

a. Позиции ног: I, II, III, к концу года осваивается V позиция ног к наиболее сложная.

b. Позиции рук: подготовительное положение (руки опущены вниз перед собой, как бы образуя овал, кисти округлены, пальцы сгруппированы, ладони смотрят на подбородок, локти слегка отведены в стороны), I, III, II позиции. Усвоив три позиции рук, дети изучают упражнения для рук – portdebras.

c. Demi-plie – полуприседания, движение развивает ахиллово сухожилие, коленные и голеностопные связки, эластичность и выворотность ног. Demi-plie изучается в I, II, III, позднее в V позициях, лицом к палке .

d. Battementtendu- натянутые движения ног – вырабатывают натянутость всей ноги в колене, подъеме и пальцах, развивая силу ног. В начале battementtendu изучают лицом к палке и в сторону, так как в данном направлении легче правильно воспитывать выворотность. Усвоив battementtendu в сторону, переходим к изучению battementtendu вперед и назад. Музыкальный размер: 4/4,2/4.

e. Passeparterre – скользящее движение работающей ноги по полу, это упражнение является элементом ronddejambeparterre, исполняемого без остановок. Passeparterre вырабатывает силу ног, выворотность. Музыкальный размер: 4/4,2/4.

f. Demi-ronddejambeparterre – упражнение развивает выворотность, подвижность тазобедренного сустава, это подготовительное движение к исполнению ronddejambeparterre. Музыкальный размер: 4/4, 2/4.

g. Battementtendujete – натянутое движение ноги с броском вперед, в сторону, назад, развивает подвижность тазобедренного и голеностопного суставов, вырабатывает силу, легкость движения ноги. Изучается лицом к палке, затем – держась за палку – из I позиции, потом из V позиции. Музыкальный размер:2/4.

h. Releve на полу пальцы – подъем на высокие полу пальцы на обеих ногах в I, II, V позиции и возвращение на всю стопу. Движение хорошо развивает силу ног, эластичность мышц, способствует укреплению голеностопа, подготавливает ноги к исполнению движений на полу пальцах. Музыкальный размер:4/4, 3/4.

i. Grandbattementjete – движение с большим броском. Нога делает бросок на 90° и выше. Движение развивает силу ног, большой свободный шаг. Grandbattementjete изучается сначала из позиции в сторону и назад (стоя лицом к палке), затем вперед (из V позиции, держась за палку одной рукой). Музыкальный размер:2/4.

j. Перегибы корпуса – изучаются лицом к палке. Во время перегиба назад необходимо не нарушать подтянутость бедер, вытянутость ног. Перегиб в сторону начинается в талии, голова поворачивается в сторону перегиба. Необходимо следить, что бы плечи и бедра во время перегиба были ровные.

k. Прыжки – наиболее трудный раздел урока классического танца. Прыжки начинают изучать после того, как достаточно выработаны сила, эластичность и выворотность ног в demi-plie, а также правильно поставлен корпус. С первых занятий вводятся трамплинные прыжки, вырабатывающие вытягивание коленей, подъема пальцев ног. Прыжки начинают изучать стоя лицом к палке. Как только усвоена элементарная точность исполнения, изучение переноситься на середину зал. Во время прыжков первоначально руки держат на талии, затем переводят подготовительное положение. Tempslevesauté – прыжок с обеих ног на две, изучается из I, II, V позиции. Музыкальный размер: 4/4, 2/4.

**Тема 3: Элементы народного танца.**

Задача: знакомство учащихся с народной хореографией, расширение лексики танцевальных движений. На первом году обучения изучаются некоторые элементы народного танца:

1.Положение ног – при изучении элементов русского народного танца используются, как правило, I, II, III и VI позиции ног, аналогичные позициям классического танца, но в более свободной форме.

2.Русский ход с носка, русский ход с каблука, переменный ход вперед, переменный ход назад, ход с ударом носка

3.Притопы, простой русский ключ, ковырялочка, ковырялочка с притопами, подготовка к веревочке, веревочка, моталочка, припадание, гармошка.

**Тема 4: Рисунки танцев.**

Задача: дляосвоение детских танцев необходимо ознакомить учащихся с наиболее характерными рисунками танца. В дальнейшем дети привыкают к понятию “композиция”, учатся переходу из одного построения в другое. Наиболее часто используются следующие рисунки танцев:

1.Круг, полукруг.

2.Колонна по одному, по два, по четыре.

3.Шахматное построение колонны.

4.Звездочка.

5.Круг в круге, корзиночка, воротца.

На основе простых шагов, подскоков, галопа и других движений в разном характере создаются не сложные композиции с целью изучения перестроений. Часто используются игровые элементы в танце, изучения проходит в форме игры.

**Тема 5: Партерная гимнастика.**

Задача: выработать правильную осанку, укрепить мышцы шеи, спины, брюшного пресса, выработка красивой линии ног – упражнения на силу ног, выворотность в тазобедренном суставе. Развитие у ребенка правильной осанки, то есть умения сохранять в танцевальных движениях и позах устойчивость тела (апломб) – одна из важнейших задач занятия хореографией. Сочетание классического экзерсиса с системой вспомогательных к нему упражнений, применяемых целенаправленно и строго индивидуально, особенно важно в начальный период обучения детей, когда организм еще пластичен, податлив к тренировкам и коррекции. Важнейшим моментом партерной гимнастики является так же развитие гибкости корпуса. На это нацелены ряд упражнений. Привлекая приемы лечебной гимнастики, корригирующих упражнений, можно добиться исправления дефектов в осанке, то есть сбалансировать мышцы тела, удлинив укороченные и укрепив растянутые.

**Тема 6: Разучивание танцев**

Задача: добиваться наиболее точного пластического выражения, услышанного в музыке, передать характер и смысл задуманной идеи.

На первом году обучения разучиваются следующие танцы из репертуара коллектива/.

Постановке танцев предшествует длительное разучивание отдельных движений и комбинаций к танцу, а также методическая работа хореографа над темой, сюжетом, рисунками, музыкальным материалом, лексикой движений к задуманному номеру. Любой танец есть эмоциональное пластическое выражение музыки, в противном случае он становится лишь физическим упражнением под музыку. Поэтому по мере изучения танца идет работа над актерским мастерством, учащимися усваиваются понятия: художественный образ, актерское перевоплощение, эмоциональная выразительность. Главная цель работы над танцевальной постановкой – научиться переделывать эмоциональное настроение музыки в движениях.

**Тема 7: Итоговое занятие.**

Задача: провести контроль приобретенных знаний, умений, и навыков танцевальной техники, выразительности исполнения движении. Итоговое занятие проводится в виде открытого урока , выстроенного по отработанной схеме, с использованием элементов классического, народного, историко-бытового и современного танцев, разученных композиций и этюдов.

**Тема 8: Отчетный концерт.**

Задача: приобщение учащихся к выступлениям на сцене, показ разученных танцевальных номеров.

**Методическое обеспечение**

Музыкально-ритмические занятия выдвигают следующие задачи:

1. Научить ритмично двигаться с различным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо, громче, тише).

2. Переходить от умеренного к быстрому или медленному темпу.

3. Отличать в движении тембр (сильную долю такта, простейший ритмический рисунок в хлопках).

4. Менять движения в соответствии с двух- и трехчастной формой и музыкальными фразами.

5. Согласовывать с музыкой следующие движения: ходить легко, ритмично, бегать быстро, с высоким подниманием ног, скакать с ноги на ногу, пружинить на ногах, передавать игровые образы различного характера, строить самостоятельно ровный круг, расходится из пар в разные стороны.

6. В танцевальных движениях поочередно выбрасывать ноги вперед на прыжках.

7. Желать шаг всей ступней на месте, при кружении, приставной шаг с приседаниями

8. Плавно опускать и поднимать руки вперед и в сторону.

9. Двигаться в парах, отходить спиной от пары.

Таким образом, на занятиях ритмикой дети приобретают музыкально-ритмические навыки и навыки выразительного движения, учатся перед выполнением движений под музыку правильно занять исходное положение, соблюдать координацию движений, следить за осанкой. Развивают свои мышцы и гибкость тела.

Музыкально-ритмические упражнения: марш, спокойная ходьба, бег, шаг с носка, пружинка, шаг с высоким подъемом ног, приставной шаг в сторону, упражнения с ленточками, упражнения с листочками, мягкий шаг, прыжки, упражнения для рук.

Занятия ритмикой дают основу для занятий хореографией. На первом этапе, к подготовке хореографии, большое внимание надо уделять партерному экзерсису. Упражнения на полу, или партерный экзерсис, позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трех целей:

1. повысить гибкость суставов;
2. улучшить эластичность мышц и суставов;
3. нарастить сапу мышц.

Эти упражнения также способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают вырабатывать выворотность ног, развивать гибкость, эластичность стоп.

Упражнения партерного экзерсиса:

1. упражнения на напряжение и расслабление мышц тела,
2. упражнения для улучшения эластичности мышц плеча,
3. упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов,
4. упражнения на улучшение гибкости позвоночника,
5. упражнение на улучшение гибкости коленных суставов,
6. упражнение для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы,
7. упражнения на исправление осанки.

ИГРА в танцевальном коллективе — это средство самовыражения, будь то спорт, техника, искусство и танец идеал для игры, а игра идеал для танца, но в силу специфики хореографии содержание и форма игры должны проводиться системно. Они должны учитывать возрастные, половые особенности, а также особенности хореографии как вида искусства.

Через игру, музыкальные упражнения в виде игры снимается утомление, тем самым стимулируется желание заниматься, ребенку интересно, если же его только учить танцевать - он устанет от занятий и просто уйдет.

Игры способствуют развитию коллективного творчества, проявлению чувств, определяют характер, темперамент, наклонности, развивают слух, музыкальную память, дают определенную эмоциональную и физическую нагрузку, вовлекают неактивных детей в коллективную деятельность. Если в детском коллективе не использовать игры, то дети слабее развиты в музыкальном отношении, менее эмоциональны, более разобщены и замкнуты, у них менее развиты актерские возможности и, в целом, внешне, на сцене они смотрятся хуже сверстников.

На занятиях используются игры, развивающие воображение и фантазию, игры познавательного характера, знакомящие с природой и зверюшками, игры, побуждающие к согласованным - коллективным действиям и в то же время оставляющие простор для проявления индивидуальной инициативы. Дети сами придумывают или предлагают игры, какие они знают, что приучает их к самостоятельности, ответственности, творчеству.

Нельзя сосредотачиваться только на технике, надо расшевелить воображение, приучить к дисциплине, выработать уважительное отношение друг к другу и старшим. Игровая деятельность составляет важную сторону жизни детей, способствует самовыражению ребенка, и задача руководителя не упустить эту важную и значимую возможность для воспитания.

Первые танцевальные движения лучше всего закреплять в форме танцев-игр. Для этого возраста детей игра является естественной деятельностью. Танец-игра помогает детям легче воспринимать пройденный материал, способствует развитию их творческой активности и очень оживляет занятия.

ТАНЦЕВАЛЬНАЯ АЗБУКА. Хореография ставит своей целью научить ребенка передавать характер музыки, ее образное содержание через пластику движений под музыку.

Благодаря занятиям по хореографии ребенок учится правильно и красиво двигаться, развиваются его музыкальные способности. Танцы помогают научить и углубить представления об этикете (где ступить, как поклониться и т.д.), об этичности поведения (что позволительно, а что недопустимо с моральной точки зрения, где грань между добром и злом). Они обостряют чутье, восприятие прекрасного в точности и грации движений, хореографической слаженности.

Кроме радости и веселья, которые танец вносит в жизнь детей, танцевальное искусство при правильном его использовании содействует вместе с другими видами искусства эстетическому и общему развитию детей. Основные движения танцевальной азбуки: позиции ног, поклон, полуприседание, отведение ноги в сторону и вперед, поднимание на полу пальцы, позиции рук, упражнение носок каблук, притопы, повороты, наклоны, упражнения с хлопками, подскоки, галоп, полька, гармошка.

Танцевальные постановки должны быть доступны, близки и понятны детям по содержанию, должны отвечать их возрастным и танцевальным возможностям.

Для того чтобы подготовить с детьми танец для выступления, его следует не механически разучивать, а последовательно знакомить детей с основами танцевальной культуры и проводить с ними подготовительные упражнения для приобретения танцевальных навыков. Важно научить владеть выразительными средствами танца и на этой основе разучивать с ними намеченный танец. Весь педагогический процесс по освоению танца строится таким образом, чтобы он оказывал воздействие на эстетическое и общее развитие ребенка.

**Список литературы и электронных ресурсов.**

1. Базарова, Н. П. Азбука классического танца / Н.П. Базарова, В.П. Мей. - М.: Лань, 2017. - 240 c.

2. Бахрушин, Ю. А. История русского балета / Ю.А. Бахрушин. - М.: Просвещение, 2018. - 288 c.

3. Ванслов, В. В. Большой балет / В.В. Ванслов, Ю.Н. Григорович. - М.: Планета, 2018. - 272 c.

4. Васильева-Рождественская, М. Историко-бытовой танец / М. Васильева-Рождественская. - М.: Искусство, 2017. - 392 c.

5. Волкова, Г. А. Логопедическая ритмика / Г.А. Волкова. - М.: Владос, 2016. - 194 c.

6. Волкова, Г.А. Логопедическая ритмика / Г.А. Волкова. - М.: Книга по Требованию, 2019. - 272 c.

7. Волкова, Галина Анатольевна Логопедическая ритмика. Учебник для студентов высших учебных заведений. Гриф МО РФ / Волкова Галина Анатольевна. - М.: Владос, 2019. - 465 c.

8. Вступление в балет. - М.: Планета, 2019. - 192 c.

9. Голецыова, О. Игры в детском саду / О. Голецыова. - М.: Просвещение, 2019. - 252 c.

10. Гусев, Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала / Г.П. Гусев. - М.: Книга по Требованию, 2018. - 208 c.

11. Дудинская, Наталия Жизнь в искусстве / Наталия Дудинская. - М.: СПбГУП, 2018. - 424 c.

12. Котыхов, Владимир Фуэте, или Все, что вы хотели знать о балете, но боялись спросить / Владимир Котыхов. - Москва: Наука, 2018. - 304 c.

13. Красовская, В. Западноевропейский балетный театр. Очерки истории. Эпоха Новерра / В. Красовская. - М.: Искусство, 2018. - 288 c.

14. Красовская, В. Никита Долгушин / В. Красовская. - М.: Искусство, 2018. - 224 c.

15. Красовская, В. Русский балетный театр начала ХХ века (комплект из 2 книг) / В. Красовская. - М.: Искусство, 2019. - 980 c.

16. Некрылова, А.Ф. Русские народные городские праздники, увеселения и зрелища / А.Ф. Некрылова. - М.: ЁЁ Медиа, 2019. - 785 c.

17. Одинцова, И.В. Звуки. Ритмика. Интонация (+ CD-ROM) / И.В. Одинцова. - М.: Флинта, 2018. - 702 c.

18. Портнов, Г. Г. Портнов. Ну-ка, дети, встаньте в круг!.. Танцы народов мира. Пособие для преподавателей ритмики и хореографии, музыкальных руководителей детских дошкольных учреждений / Г. Портнов. - М.: Композитор - Санкт-Петербург, 2016. - 491 c.

19. Шереметьевская, Наталия Танец на эстраде / Наталия Шереметьевская. - М.: Один из лучших, 2018. - 280 c.

20. Шульгина, А. Н. Бальные танцы с конца XIX века до наших дней / А.Н. Шульгина. - М.: ГИТИС, 2018. - 304 c.

**Материально-техническое обеспечение**

• Специально оборудованный зал, по периметру которого располагаются вдоль стены палки для экзерсиса.

• Технические средства: магнитофон, фонотека, видеотека.

• Коврики для занятий партерной гимнастикой.

• Литература по хореографии, гимнастике, аэробике, журналы «Балет», «Советский балет».