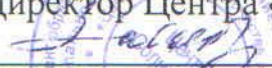


Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр детского творчества «Солнечный»

УТВЕРЖДАЮ:
Директор Центра «Солнечный»


С.В. Завьялова

Принята на заседании
Педагогического совета
Протокол № 3 от 31.05.2022

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«Танец. Первые шаги»

художественная направленность

Возраст учащихся: 7-8 лет
Срок реализации: 1 год обучения
Автор: Фишер С.А., педагог
дополнительного образования

Рыбинск, 2022

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	3
2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.....	5
3. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ	8
4. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	8

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Искусство танца – великолепное средство воспитания и развития маленького человека. Оно обогащает духовный мир, помогает ребенку раскрыться как личности. Органическое соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые в свою очередь раскрепощают ребенка, делают его поведение естественным и красивым. Кроме того, ребенок начнет чувствовать ритм, понимать характер мелодии, у него будет развиваться художественный вкус, творческая фантазия. Учитывая в комплексе всю индивидуальность ребенка, такие природные данные, как выворотность, пластика, танцевальная память, развивая их, мы приходим к возможности создания полноценного танцевального номера, что происходит к концу освоения данной программы.

Цель программы: развитие творческих способностей учащихся в процессе овладения искусством хореографии.

Задачи обучения:

обучить теоретическим и практическим знаниям и умениям в искусстве владения своим телом.

Задачи развития:

развивать устойчивость, координацию движений, легкость и изящество, музыкальность и ритмичность, силу и выносливость, а также правильную осанку, устранять и корректировать физические недостатки.

Задачи воспитания:

формировать атмосферу для самореализации в концертной деятельности, а также навыки самостоятельной работы.

Программа имеет художественную направленность и рассчитана на 1 год обучения. Количество учебных часов в год – 108.

Количество учащихся в группе: 12-15 человек. Занятия проводятся 2 раза в неделю.

В группы для обучения по данной программе зачисляются дети, желающие заниматься хореографией без предварительной подготовки.

РЕЗУЛЬТАТ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

№ п/п	Разделы	Что должен знать	Что должен уметь
1	Музыкально-ритмическое развитие.	- в музыкальных произведениях распознавать эмоциональное состояние (веселья, грусти) - темпы в музыке (медленно, умеренно, быстро)	- навык легкого шага - изображать повадки животных в танцевальном шаге - маршировать во всех направлениях, в разных темпах - самостоятельно воспроизводить хлопками услышанную мелодию
2	Упражнения для развития тела	- правила исполнения разминки - упражнения на укрепление мышц рук и ног, а также мышц груди и спины в стойках на середине зала и у стены - упражнения на развитие гибкости у стены и у	- самостоятельно проводить разминку и заминку - грамотно выполнять все известные упражнения - заниматься в одиночку и в парах

		<p>станка</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила исполнения заминки 	
3	Партерный экзерсис	<ul style="list-style-type: none"> - правила исполнения разминки - упражнения на развитие и укрепление мышц тела на ковриках - упражнения на развитие гибкости и пластичности на ковриках 	<ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно проводить разминку и заминку - чувствовать свое тело и преодолевать физический не комфорт - заниматься в одиночку и в парах
4	Постановочная часть	<ul style="list-style-type: none"> - ориентацию в пространстве, в зале - изученные танцевальные вариации - правила работы в коллективе 	<ul style="list-style-type: none"> -грамотно воспроизводить изученные танцевальные элементы - быть внимательным - создавать характерный образ
5	Партерный экзерсис	<ul style="list-style-type: none"> - упражнения на растяжку ног, развитие шпагатов - правила исполнения заминки 	<ul style="list-style-type: none"> - грамотно выполнять все известные упражнения в партере - чувствовать свое тело и преодолевать физический не комфорт - заниматься в одиночку и в парах
6	Репетиционная работа	<ul style="list-style-type: none"> - ориентацию в пространстве, в зале и на сцене - правила перестроения - правила работы в коллективе 	<ul style="list-style-type: none"> -грамотно и неоднократно воспроизводить танцевальные комбинации и фигуры - быть внимательным - рассчитывать свои силы
7	Концертная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> - движения и фигуры танцевального номера - правила выступления на сцене и правила поведения 	<ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно выполнять изученные танцевальные партии - показывать и передавать танцевальный художественный образ

2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Учебно-тематический план

Тема	Всего	Теория	Практика
1. Музыкально-ритмическое развитие	12	1	11
2. Упражнения для развития тела	12	1	11
3. Партерный экзерсис	40	3	37
4. Постановочная часть	14	2	12
5. Репетиционная работа	24	4	20
6. Концертная деятельность	6	-	6
Итого:	108	11	97

Содержание учебно-тематического плана

1. Музыкально-ритмическое развитие:

а) в диагонали танцевальный шаг (любой другой шаг) друг за другом с правой ноги, руки на поясе, счет вслух до 4 на каждого идущего;

б) прыжки на месте ноги вместе, руки на поясе на 4 стороны через правое плечо со счетом вслух по 4 прыжка, по 2 и по 1, то же через левое плечо;

в) двигаться-импровизировать медленно, умеренно и быстро в соответствии со звучащей мелодией;

г) маршировать на месте и в продвижении со счетом до 8 и до 4 вслух и внутренним;

д) танец-игра «Воображалки», со счетом до 8 и соответствующими образу движениями;

е) танец-игра Летка-енька, со счетом, с хлопками и без, по-одному и вместе;

ж) Полька-приглашение с хлопками;

з) повторить хлопками счет вслух «раз-два, раз-два-три»;

и) повторять звучащую мелодию хлопками и прыжками, по-отдельности и вместе.

2. Упражнения для развития тела:

а) разминка на разогрев на середине зала;

б) выпады в полу шпагаты, руки на поясе и на весу;

в) "затяжка" правая и «затяжка» левая;

г) стоя спиной на расстоянии к стене упор в наклоне назад, касание стены прямыми руками, удержание;

д) стойка у стены на руках, ноги вытянуты наверх вместе, ноги врозь;

е) махи прямые и круговые по 4 и по 1;

ж) заминка на середине зала, восстановление дыхания.

3. Партерный экзерсис:

а) разминка на разогрев у ковриков;

б) наклоны вперед сидя ноги вместе и ноги врозь;

в) лежа на спине подъем прямых ног поочередно и вместе,

г) подъем наверх одновременно корпуса и согнутых в коленях ног;

д) лежа на животе «вазочка», «коробочка», «змейка»

е) лежа на боку махи в сторону, одновременно с затяжкой;

ж) стоя на четвереньках махи прямых ног наверх назад, удержание;

з) сидя и лежа растяжки-комбинации в одиночку и в парах с удержанием партера в крайнем нижнем положении на две ноги и на каждую ногу в отдельности;

и) заминка на коврике, восстановление дыхания.

4. Постановочная деятельность:

- а) подбор музыкального материала;
- б) разработка танцевальных движений;
- в) разработка танцевальных комбинаций (сочетание акробатических упражнений, хореографических прыжков и вращений с танцевальными движениями);
- г) разработка танцевальной композиции;
- д) разработка сценического образа;
- е) разработка концертного костюма.

5. Репетиционная деятельность:

- а) Изучение и освоение танцевальных движений, работа над качеством исполнения;
- б) Формирование навыка сочетания танцевальных движений с акробатическими упражнениями, хореографическими прыжками и вращениями, исполнение заданных комбинаций в ритме музыки, работы над качеством исполнения;
- в) изучение и освоение танцевальных композиций - работа над качеством исполнения - отработка синхронности движений - работа над соблюдением композиционного рисунка (отработка перестроений, соблюдение интервалов и т.д.);
- г) овладение навыком танцевальной импровизации, раскрепощённости при выполнении танцевальных движений.
- д) выработка умения сочетания разнообразных стилей в одном танцевальном номере (уметь перестраиваться (технически и эмоционально)).

6. Концертная деятельность:

- а) подготовительные мероприятия к концертным выступлениям;
- б) выступления на концертах, конкурсах.

Календарный учебный график

№ п/п	занятие	Кол-во часов	Тема занятий	Форма контроля	Место проведения
1	Занятие 1-7	7	Музыкально-ритмическое развитие	Наблюдение, рекомендации педагога	Центр «Солнечный»
3	Занятие 8-17	10	Партерный экзерсис	Наблюдение, рекомендации педагога	Центр «Солнечный»
2	Занятие 18-26	9	Упражнения для развития тела	Наблюдение, рекомендации педагога	Центр «Солнечный»
3	Занятие 27-42	16	Партерный экзерсис	Наблюдение, рекомендации педагога	Центр «Солнечный»
4	Занятие 43-48	6	Партерный экзерсис	Наблюдение, рекомендации педагога	Центр «Солнечный»
5	Занятие 49-53	5	Музыкально-ритмическое развитие	Наблюдение, рекомендации педагога	Центр «Солнечный»
6	Занятие 54-67	14	Постановочная часть	Наблюдение, рекомендации педагога	Центр «Солнечный»
7	Занятие 68-70	3	Упражнения для развития тела	Наблюдение, рекомендации педагога	Центр «Солнечный»
8	Занятие 71-94	24	Репетиционная работа	Наблюдение, рекомендации педагога	Центр «Солнечный»
9	Занятие 95-102	8	Партерный экзерсис	Наблюдение, рекомендации педагога	Центр «Солнечный»
10	Занятие 103-108	6	Концертная деятельность	Выступление на концерте, фестивале, конкурсе	Центр «Солнечный»

Контрольно-измерительные материалы

1. Музыкально-ритмическое развитие	подбор музыкальных комбинаций, танцевальных игр	практические задания, наблюдение, проверка педагогом
2. Упражнения для развития тела	специальные комплексы упражнений на середине зала, у станка, у стены	наблюдение, проверка педагогом
3. Партерный экзерсис	специальные комплексы упражнений на полу на ковриках	наблюдение, проверка педагогом
4. Постановочная часть	демонстрационный материал, подбор элементов, постановка танца	практические задания, наблюдение, опрос
5. Репетиционная работа	отработка под заданную мелодию, репетиции в классе, на сцене	практические задания, тесты, проверка педагогом
6. Концертная деятельность	выступление с концертным номером	выступление

Контрольно-измерительные материалы

Пример задание 1.

1. Повторить комбинацию движений под счет (4/4, 3/4, 2/4)
2. Выполнить 3 упражнения на середине зала
3. Выполнить упражнение «Мостик», «Тюлень», «Ножницы», «Велосипед» на коврике
4. Выполнить элементы танца
5. Показать шаги – бытовой, поклон, пружинку на месте

4. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Кадровое обеспечение:

Педагог-хореограф с опытом постановочной хореографической деятельности

Материально-техническое обеспечение:

Сцена или танцевальный класс с зеркалами

Музыкальный центр

Методическое обеспечение по темам:

Тема	Используемые формы, приемы и методы	Дидактическое и техническое оснащение	Формы проведения
1. Музыкально-ритмическое развитие	объяснение, показ	музыкальный материал, бубны, ленточки на палках, скакалки	учебное занятие, обучающие игры
2. Упражнения для развития тела	беседа, объяснение, показ	мячи, кегли, эластичные ленты, палки	учебное занятие
3. Партерный экзерсис	беседа, объяснение, показ	коврики, мячи, кегли, эластичные ленты, блоки для йоги	учебное занятие
4. Постановочная часть	объяснение, показ	музыкальный материал, видеоматериал, аудио и видео техника	учебное занятие
5. Репетиционная работа	беседа, практическая часть, индивидуальный подход	музыкальный материал, видеоматериал, аудио и видео техника	учебное занятие

5. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Асмолов А.Г. Психология личности.-М., 1990.
2. Базарова Н. и Мей В. Азбука классического танца.- Л-М.: Искусство, 1963 .
3. Габович М.М. Душой исполненный полет. – М., 1967.
4. Константиновский В. Учить прекрасному.- М: Молодая гвардия, 1973 .
5. Савчук О. Школа танцев для детей от 3 до 14 лет. – С-П.: Ленинградское издательство, 2009.
6. Скаткин М.Н. Школа и всестороннее развитие детей. – М., Просвещение, 1980.
7. Интернет ресурсы:
Душа балета. <https://m.vk.com/balletsoul>
Растяжка. Шпагат. Гимнастика. Мотивация. <https://m.vk.com/ftnessed>
Noreograf.COM. <https://m.vk.com/clubhoreograf>

АУДИОПРОДУКЦИЯ

- CD-диск. Детская библиотека. Пеликаны.
- CD-диск. Танцы для детей «1-2-3».
- CD-диск. Сборник эстрадной музыки: ритмика и стретч.