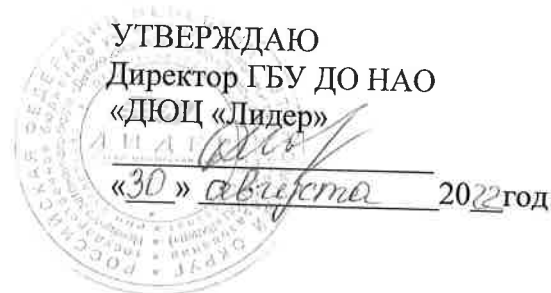


2

Государственное бюджетное учреждение
дополнительного образования Ненецкого автономного округа
«Детско-юношеский центр «Лидер»

Принята на заседании
педагогического совета
протокол № 13
от 30.02 2022г.



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа в области
искусств**

«Танцующее детство»

возраст учащихся 5-7 лет

срок реализации программы – 1 год

Педагог дополнительного
образования:
Гареева М.А.

г. Нарьян-Мар
2022 г.

Содержание

	стр
1. Пояснительная записка.....	3
2. Учебно- тематический план.....	7
3. Содержание программы.....	10
4. Методическое обеспечение.....	23
5. Система контроля и зачётные требования.....	26
6. Список литературы.....	27
7. Приложение 1. Дистанционное обучение	29

Пояснительная записка

На сегодняшний день всестороннее развитие детей набирает все большую популярность в нашей стране, поэтому родители стремятся всесторонне развивать своего ребенка прямо с самого рождения, и в этом есть рациональное зерно, ведь успешное будущее закладывается в первые шесть лет жизни. Хореография- мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов, то есть мир волшебного искусства. Особенно привлекателен и интересен этот мир детям. Танец обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Соединение движения, музыки и игры, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, делают его движения естественными и красивыми. На занятиях танцами дети развивают слуховую, зрительную, мышечную память, учатся благородным манерам. Учащийся познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного и эстрадного. Танцы воспитывают коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует ассоциативное мышление, побуждает к творчеству. Необходимо продолжать развивать у дошкольников творческие способности, заложенные природой. Музыкально- ритмическое творчество может успешно развиваться только при условии целенаправленного руководства со стороны педагога, а правильная организация и проведение данного вида творчества помогут ребенку развить свои творческие способности.

Дополнительная общеразвивающая программа Государственного бюджетного учреждения дополнительного образования детей Ненецкого автономного округа «Детско-юношеский центр «Лидер» в области искусств, детская хореография, разработана и составлена в соответствии с учетом основных положений и требований нормативно-правовых актов и законодательства в сфере образования:

- Федеральный закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;

- Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей (письмо Министерства образования и науки РФ от 29 марта 2016 г. № ВК-641/09).

- Методические рекомендации для субъектов Российской Федерации по вопросам реализации основных и дополнительных общеобразовательных программ в сетевой форме (утв. Министерством просвещения РФ 28 июня 2019 года № МР-81/02вн)

- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ (приказ Министерства науки и высшего образования РФ и Министерства просвещения РФ от 5 августа 2020 г. № 882/391)

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р;

- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 25.07.2016 № 09-1790 «Рекомендации по совершенствованию дополнительных образовательных программ, созданию детских технопарков, центров молодежного инновационного творчества и внедрению иных форм подготовки детей и молодежи по программам инженерной направленности».

- Устав ГБУ ДО НАО «ДЮОЦ «Лидер».

Хореография обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного и физического развития. Занятие хореографией помогают детям, снять психологические и мышечные зажимы, выработать чувство ритма, уверенность в себе, развить выразительность, научиться двигаться в соответствии с музыкальными образами, что необходимо для сценического выступления, а также воспитать в себе выносливость, скорректировать осанку, координацию, постановку корпуса, что необходимо не только для занятий танцем, но и для здоровья в целом.

Особенность данной программы является направленность на раннее развитие хореографических навыков и творческих способностей детей 5-7 лет с учетом возрастных и индивидуальных способностей каждого ребенка. В этот период жизни дети активно развиваются физически и умственно. Жажда открытий и познавательный интерес, присущий им в этом возрасте, совпадают с легкостью усвоения учебного материала.

1.1. Цели, задачи и основные принципы реализации программы

Основная цель - приобщить детей к танцевальному искусству, способствовать эстетическому и нравственному развитию дошкольников, прививать детям основные знания, умения и навыки слушать музыку и передавать в движении ее многообразие и красоту, выявить и раскрыть творческие способности дошкольника посредством хореографического искусства.

Основными задачами программы с детьми 5-7 лет являются:

1. «Обучающая» - научить детей владеть своим телом, обучить культуре движения, основам классического танца, музыкальной грамоте, основам актерского мастерства, научить детей вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой.
2. «Развивающая»- развитие музыкальных и физических данных детей, образного мышления, фантазии и памяти, формирование творческой активности и развитие интереса к танцевальному искусству.
3. «Воспитывающая» воспитание эстетически- нравственного восприятия детей и любви к прекрасному, трудолюбию, самостоятельности, аккуратности, целеустремленности в достижении поставленной цели, умение работать в коллективе.

Организация учебного процесса - в студии занимаются дети дошкольного возраста от 5 до 7 лет. Программа рассчитана на 1 год.

Режим занятий:

1 год обучения- занятия проходят 2 раза в неделю, количество учебных часов в неделю -4 ч, продолжительность учебного часа - 30 минут, 16 занятий в месяц, 148 часов в год.

Формы занятий.

Занятия проводятся в группах, основными формами работы являются тренировки, репетиции, открытые занятия, различные праздники, концерты, конкурсы и фестивали, а также творческие встречи и мастер классы с профессиональными танцорами и танцевальными коллективами.

1.2. Условия реализации программы

- Наличие условий для занятий (станков, зеркал, светлого и теплого помещения, сцены);
- наличие аппаратуры (музыкальный центр, аудио диски);
- наличие дидактического материала;
- наличие специалистов.

Условия приема:

Прием детей в группы проходит без специального отбора. Единственное условие - медицинская справка об общем состоянии ребенка и разрешение на усиленную физическую нагрузку.

2. Учебно- тематический план

Расчет часов в учебно-тематическом планировании составлен с учетом количества учебных недель (занятия проводятся с середины сентября), а также с учетом проводимых мероприятий.

Нормативная часть программы является официальным документом, на основании этой части программы разрабатываются календарно-тематические планы подготовки групп с учетом возраста и хореографических данных. Календарно-тематический план представлен с учётом режима учебно-тренировочных занятий в неделю для различных учебных групп с расчетом 37 недель.

Режимы учебных занятий и требования по хореографии

возраст	Количество Учащихся в группе (чел)	количество учебных часов в неделю	Требования по хореографической подготовке в конце учебного года
5-7	12-15 человек	4ч	Выполнение программы по хореографии

2.2. Учебно- тематическое планирование

№	Наименование раздела	1 год обучения
1.	Введение в программу.	1 ч
2.	Инструктаж по технике безопасности.	1 ч
3.	Ритмика	36 ч
	Слушание и восприятие музыки	12 ч
	Воспроизведение ритмических рисунков	12 ч
	Танец и музыка	12 ч
4.	Партерная гимнастика	24 ч
	Пластика на полу	12 ч
	Основы акробатики	12 ч
5.	Азбука классического танца	36 ч
	Основы классического танца	12 ч
	Этюды	12 ч
	Передача образа	12 ч

6.	Эстрадный танец:	12 ч
	Основы эстрадного танца	6 ч
	Этюды	6 ч
7.	История костюма	2 ч
8.	Композиция и постановка танца:	18ч
	Актерское мастерство	6 ч
	Этюды и миниатюры	6 ч
	Основы импровизации	6ч
9.	Творческая практика: Развивающие игры, творческие задания, просмотр видеоматериала, итоговые и досуговые мероприятия	18ч
10.	Элементарные сведения по анатомии	1ч
	Итого:	148 ч

3 . Содержание программы

Танцевальный урок включает в себя три основные части:

- разминка (вспомогательно- тренировочные упражнения), классический экзерсис у станка (продолжение изучения);
- разучивание новых движений в соответствии с репертуаром студии;
- репетиционно-постановочная работа.

Структура урока хореографии:

- подготовительная часть: (вход участников группы в танцевальный зал; дети выстраиваются по росту; построение детей в линии, в 4 и более колонн в зависимости от численности группы);
- поклон педагогу;
- разминка (для головы, плеч, рук, корпуса, ног), по кругу и на середине зала;
- основная часть урока: (изучение музыкально ритмического материала, тренировочных вспомогательных упражнений, элементов хореографической азбуки, работа над этюдами);
- заключительная часть урока: (закрепление материала, музыкально-танцевальные импровизации);
- основное построение для выхода из зала;
- поклон педагогу;
- выход из танцевального зала (марш).

Содержание программы

1. Введение в программу.

- Знакомство с планом на учебный год;
- Беседа с детьми и родителями (внешний вид и форма);
- Беседа «Здравствуй, Терпсихора».

2. Инструктаж по технике безопасности.

Заполнения данных в журнале техники безопасности.

Педагог рассказывает о правилах поведения на занятиях, о технике безопасности во время пользования техническими средствами, об особенностях внешнего вида учащихся. Действия при ЧП в детско-юношеском центре «Лидер». Прохождение инструктажа по ПДД.

3. Ритмика.

Раздел «Ритмика» включает ритмические упражнения, музыкальные задания по слушанию и анализу танцевальной музыки, поскольку недостаточное музыкальное развитие детей обычно является основным тормозом в развитии их танцевальных способностей. Упражнения этого раздела должны способствовать развитию музыкальности: формировать музыкальное восприятие, представление о выразительных средствах музыки, развитие чувства ритма, умение ориентироваться в пространстве, определять характер музыки, умение согласовать музыку с движением.

Начиная с первых занятий, дети приобретают слуховой и двигательный опыт музыкального восприятия.

Задачи:

научить ритмично, двигаться в соответствии с различным характером музыки
освоить простейшие ритмические рисунки хлопками и притопами, воспитывать образное восприятие музыкального произведения. Музыкально-ритмическая деятельность включает в себя различные упражнения, этюды. Танцы в игровой форме.

4. Партерная гимнастика.

Предлагается партерная гимнастика, упражнения которой, имеющие условные игровые названия, развивают выворотность, гибкость, шаг, несут образный подражательный характер. Тем самым приобретают форму игры, что привлекает внимание детей, вызывает их интерес:

- упражнения для стопы из положения сидя

- упражнения для гибкости ("кошечка", "улитка", "качели");
- маховые движения
- упражнения на укрепление пресса
- упражнения для развития гибкости ("лягушечка", "шпагат");
- боковые перевороты.

Во время занятия в работу должны включаться все группы мышц, упражнения выстраиваются по степени сложности - от простого к сложному, чередуя работу различных групп мышц и суставов.

теория:

- Знакомство с партнером;
- Правила положения корпуса на полу;
- Правильность выполнения упражнений, практика:
- Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела;
 - Упражнение «лодочка»;
 - Упражнение «кошечка»;
 - Блок упражнений на растяжку;
 - Упражнение на пресс «рыбка»;
 - Упражнение «кузнечик»;
 - Упражнение «бабочка»;
 - Упражнение на корректировку осанки.

Комплекс упражнений.

Упражнение для рук.

- сидя, скрестив ноги, положить руки на колени.
- 1-Приподнять руки и свести запястья вместе.
- 2- Начать, вытягивая пальцы, сжимать вместе ладони до тех пор, пока они не будут соприкасаться только в центральной части.
- 3- Соединить и сжать пальцы.
- 4- Развести пальцы врозь и слегка приоткрыть ладони, делая круговые

движения наружу и внутрь, до тех пор, пока запястья вновь не соединятся.

Упражнение для ног.

1. Сидя, вытянув ноги и стопы вперед. Развернуть ноги, чтобы колени смотрели в разные стороны.

2. Медленно поворачивать ноги внутрь до тех пор, пока колени не будут смотреть в потолок.

3. Развернуть их наружу. Повторить все с начала, поворачивая ноги внутрь и наружу.

4. Держа спину прямо, вытянуть одну ногу в сторону, немного приподняв от пола. Повторить несколько раз, поднимая в воздух другую ногу.

5. Сидя ноги вместе. Поднять руки в стороны, выпрямить спину и натянуть ноги. Сидеть в напряжении 10 сек. (до 1 мин.). Затем расслабить мышцы.

5. Азбука классического танца.

Этот раздел предполагает изучение основных позиции, положений и движений танца, включая в работу различные группы мышц, освоение пространства. Элементы классического танца (постановка корпуса, а также позиции ног и рук изучаются на середине зала). Для ориентации используется схема А.Я. Вагановой. Это квадрат, который условно делит зал на 8 равных треугольников. Теория:

Культура движения рук - выразительность, техника в прыжках и вариациях; Эстетика рисунка; Закономерность правильной и быстрой смены поворотов корпуса в различных ракурсах; Законы общей координации движений тела, ног, корпуса, головы и рук; Законы равновесия - эстетика и техника.

Практика:

- экзерсис на середине зала начинают с первого урока, изучая позиции упражнения рук (первое и второе port de bras), позиции ног;
- упражнения на развитие выразительности и подвижности корпуса головы;
- ходы по кругу (марши, польки); 14

- упражнения на развитие гибкости позвоночника ,для развития мышц;
- подскоки и прыжки (temps leve saute, changement de pieds);
- освоение пространства (круг, диагональ колонки, шеренга);
- упражнения на пальцах(гелее сначала изучают у станка, затем переносят на середину зала);
- экзерсис лицом к станку в медленном темпе (battement tendu из первой позиции, demi plie, releve на полупальцы);

Комплекс упражнений у станка.

1. Releve (поднятый, возвышенный) - подниматься на полупальцы по 1-ой, 2-ой, 3-ей, 6-ой позициям.

2. Plie (приседание) – по 1-ой и 2-ой позициям:

- -развернуть колени врозь над носками стоп,
- -держат спину прямо.
- Demi-plie - полуприседание. Используется для развития технических навыков. Это полезное и важное упражнение, потому что многие прыжковые па начинаются и заканчиваются им.
- Grandplie - это полное сгибание коленей до тех пор, пока бедра не будут параллельны полу.

3. Battement (удар) tendu (вытянутый).

- Это упражнение позволяет растягивать мышцы ног и укреплять подъем стопы.
- -Стоя лицом к опоре, ноги в 1-ой позиции;
- -медленно отводить одну стопу в сторону, до того как пятка оторвется от пола, а носок останется на полу (перенести вес тела на опорную ногу).
- Развернуть внутреннюю поверхность пятки к станку.
- -Вернуть ногу в исходное положение.
- - То же самое выполнить из 3-ей позиции.

4. Battements Qlisses (проводить, скользить). Это упражнение научит быстро и энергично выбрасывать ногу и стопу, не теряя контроля над ними.

- То же, что и battementstendu, но с отрывом стопы от пола.

5. Battements Fondus (« постепенно переходящий»).

- И.п.- 3-я позиция.
- --Слегка расслабить правую (левую) ногу, одновременно отделяя другую ногу от пола.
- -В самой низкой точке fondu (подобно половине demi-plie, без отрыва пятки) передняя стопа достигнет положения впереди голеностопного сустава.
- -Вернуться в исходное положение. Натянуть ноги.
- Упражнение выполняется по трем сторонам: вперед, в сторону и назад.

6. Grands Battements (большой, широкий) - энергичный мах ногой выше талии.

Выполняется по трем сторонам: вперед, в сторону, назад. При выполнении упражнения держать спину неподвижно, ноги - натянутыми.

7. Releve Passe с двух стоп на одну.

- Выполняется из 3-ей позиции. Встать на полупальцы, поднимая одну ногу так, чтобы колено смотрело в сторону, а стопа расположилась под коленом.
- -тоже, но из положения demi-plie (полуприседание). Выполнять четко и коротко.

8. Releve leant - удержание ноги в равновесии на уровне талии и выше.

Выполняется по трем сторонам.

9. Frappe (пораженный, отбитый). На заключительном этапе подушечка стопы будет ударять по поверхности пола.

Начальная позиция рабочей стопы – у голеностопного сустава.

Завершается раздел изучением детских танцев играми на выносливость, силу, ловкость.

Начиная с первых занятий, особое внимание уделяется постановке корпуса, изучению позиции рук и ног. Все движения экзерсиса первоначально выполняются в медленном темпе, начиная лицом к станку. Последовательность упражнений в экзерсисе зависит от чередования работы различных групп мышц и суставов: плие, батман тандю, батман тандю жете, ронд де жамб партер, батман фрапэ, гранд батман жете.

Упражнения на середине зала исполняются в той же последовательности, что и у станка. Важное значение в изучении классического танца имеют позы (арабески, эфасе, круазе, экарте и т.д.).

Вращения по диагонали:

- на одной ноге - другая в положении *passe*:
 - на правую и левую ногу;
 - в разные стороны;
 - на месте и в продвижении.
- на двух ногах:
 - на месте и в продвижении;
 - в одну и другую стороны.

Прыжки - наиболее трудный раздел урока классического танца. Они подразделяются на прыжки: с двух ног на две, с двух ног на одну, на месте и в продвижении, на маленькие и большие.

Прыжковые комбинации:

- Ноги и руки в 3-ей позиции. Опуститься в *demi-plie*, затем подпрыгнуть вверх (руки в 1-ой позиции). Вернуться в *demi-plie*;
- тоже, но с поворотом на 90,180,360,720 градусов;
- тоже, но со сменой ног;
- шаг и прыжок с поворотом тела, согнув одну ногу в прыжковое

положение;

- прыжок «олень» - выполняется в продвижении.

6. Эстрадный танец.

Теория:

Беседа: «Такие разные танцы», просмотр видеоматериала с детскими балетами «Дюймовочка», «Щелкунчик», «Буратино» ; Знакомство с творчеством детских танцевальных групп (обсуждение их стиля);

Практика:

Эстрадные движения; Трюки (мостик, стойка, колесо, перевороты, шпагат, перекидной); Элементы современной эстрады, режиссуры, техники; Знакомство с восточной пластикой; Композиции в стиле модерн; Раскрепощение тела; Сочетание flat back с plie; Body roll - «волны» телом снизу - вверх лицом к станку; Понятия свинга не только как музыкального, но и как моторно-ритмического раскачивания; Свинговое раскачивание ноги в attitude; Прыжки без продвижения в пространстве; Вращения; Перегибы корпуса вперед- назад и из стороны в сторону; Положение contraction и release; Глубокие наклоны в положении hinge (хинч); Body roll на середине вперед и в сторону; Положение said stretch; Flat back по диагонали; Составление связок и комбинаций. Отличие танцевальных направлений; Эстрадно - танцевальная разминка; Разучивание эстрадных связок; Ритмические прыжки; Разучивание движений под современную музыку.

7. Композиция и постановка танца.

Постановочная работа:

На первоначальном этапе танцы отличаются простейшим композиционным рисунком, массовостью и простыми, но выразительными движениями, помогающими раскрытию образа. По мере взросления детей изменяется и репертуар студии.

Репетиционная работа:

Данный раздел включает в себя общеразвивающие упражнения, отработку сложных движений, изучение рисунка танцевальной композиции, просмотр видеокассет, дисков и работу с отстающими детьми.

8. Творческая практика.

Сценическое мастерство:

Этот раздел имеет важное значение, в системе хореографического воспитания подрастающего поколения, развивая художественное творчество, танцевальную технику. Уже начиная с подготовительного занятия, дети знакомятся с простейшими элементами народных танцев. Это ходы, движения, положения рук, корпуса. Во время выступления воспитывают отношение к публичному выступлению. Репертуар постановок планируется в соответствии с актуальными потребностями и творческим состоянием той или иной группы.

9. Индивидуальные занятия:

Каждый новый танец становится для ребенка открытием. Для каждого учащегося необходим индивидуальный подход. Индивидуальные занятия направлены на развитие творческой индивидуальности, развитие коммуникативного воображения, развитие логического мышления, развитие изобретательности.

Индивидуально-дифференцированная форма организации образовательного процесса наиболее сложная, так как требует высокого уровня профессиональной культуры педагога. Она ориентирована на создание условий для творческой самореализации, как ребенка, так и педагога.

10. Игровые технологии:

Сюжетно-ролевые игры, подвижные игры, общеразвивающие игры для создания доверительных отношений в группе, игры направлены на развитие внимания ребенка к самому себе, своим чувствам, игры на развитие слуха, чувства ритма: «Пропоем, прохлопаем любимую мелодию», «Я в музыке услышу кто ты, что ты», «Музыкальный теремок», «Игры на развитие актерского мастерства». Игровые задания с использованием строевых упражнений, заданий на координацию движений типа «веселые задачи», с

«включением» (напряжением) и «выключением» (расслаблением) звеньев тела; «Змейка», «Иголка и нитка», «Пройди бесшумно», «Тройка», «Раки», «Через холодный ручей», «Петрушка на скамейке», «Не урони мешочек», «Конники-спортсмены», «Запрещенное движение», «Отгадай, чей голос», «Что изменилось», «Посадка картофеля», «Прокати быстрее мяч», «Кузнечики», «Парашютисты», «Медвежата за медом», «Увертывайся от мяча», «Гонки мячей по кругу», «Догонялки на марше», «Альпинисты», эстафеты (типа: «Веревочка под ногами», «Эстафета с обручами»).

На развитие скоростно-силовой выносливости использую следующие игры: «Два мороза», «Пятнашки», салки «Не попади в болото», «Пингвины с мячом», «Зайцы в огороде», «Лисы и куры», «К своим флажкам», «Кот и мыши», «Быстро по местам», «Гуси-лебеди», «Не оступись», «Вызов номеров», «Шишки-желуди-орехи», «Невод», «Третий лишний», «Заяц без дома», «Пустое место», «Мяч соседу», «Метко в цель», «Космонавты», «Мышеловка», «Салки с ленточками», «Кто дальше бросит», «Мяч среднему», «Белые медведи», «Кто обгонит», «Круговая охота», «Капитаны», «Ловля парами», «Пятнашки в парах (тройках)», «Подвижная цель», «Не давай мяча водящему».

Развивающие преимущественно навыки внимания:

"Стань правильно", "Карлики и великаны", "К своим флажкам* "Запрещенные движения", "У ребят порядок строгий", "Быстро по местам" "Фигуры", "Флюгер", "Кот идет", "Товарищ командир", "Не ошибись".

Развивающие преимущественно навыки быстроты:

"Дети и медведь", "Гуси - лебеди", "Зима и лето", "Космонавты", "Кот проснулся", "Пчелки", "Красная шапочка", "Пустое место", "Кошки - мышки", "Птица без гнезда", "Ловишки", "Пятнашки".

Развивающие в комплексе физические качества:

"Зайцы, сторож и Жучка", "Кодцунчики", "Через ручеек", "Стая", "Летучая рыбка", "Пчелы и медвежата", "Хитрая лиса", "Филин и пташка" "Попрыгунчики - воробушки".

11. Итоговые досуговые занятия:

В роли итоговых занятий выступают конкурсно-игровые программы, концерты, «Путешествие в мир танца». Досуговые мероприятия это и походы в лес, вечера отдыха и дни именинника. Программы итоговых и досуговых мероприятий продумываются самим педагогом.

12. История хореографического искусства:

Этот курс рассчитан на детей дошкольного возраста. Цель данного теоретического раздела состоит в том, чтобы повысить культурный уровень участников студии, помочь им ясно представить исторический путь становления и развития хореографического искусства в России и в мире.

Основные темы:

1. История зарождения классического танца
2. Мастера русского балета
3. Современные балеты и молодые исполнители
4. Вклад А.Я. Вагановой в развитие школы классического танца
5. Творчество Галины Улановой.

13. Элементарные сведения по анатомии.

- Понятие выворотность, стопа, кисть;
- Функции дыхания;
- Проверка пульса.
- Понятие выворотность, стопа, кисть;
- Функции дыхания; Проверка пульса.
- Беседа о строении человека и возрастных изменениях; Проверка пульса.
- Физиологическое строение человека;
- Функции опорно-двигательной системы.
- Элементарные сведения о классической анатомии;

- Позвоночник и его функции; Суставы.
- Элементарные сведения о классической анатомии;
- Позвоночник и его функции;
- Сведения о значении поворота головы во вращательных движениях; Значение мышц предплечья при прыжках и вращениях.

4. Методическое обеспечение

Обучая детей искусству танца, педагог формирует вкус, закладывает навыки движения под музыку. Педагог должен быть профессионально образованным, иметь организаторские способности и высоконравственное отношение к воспитанию и образованию подрастающего поколения. Процесс обучения требует много времени, внимания, самоотдачи педагога и конечно индивидуального подхода к каждому ребенку с учётом его возрастных и физических способностей. Педагогу в своей работе необходимо пользоваться новейшими методическими материалами. Учащимся необходимо показывать и анализировать с ними выступления профессиональных танцоров, чтобы они видели к чему необходимо стремиться. Для этого организуются просмотры видеозаписей фестивалей различных уровней и учебных видеофильмов. Используются фотографии и видеозаписи с выступлений, на которых выступали сами ребята. Психологическое обеспечение осуществляется на занятиях, где очень важен стиль и тон занятий, общее настроение, атмосфера, пропитанная заинтересованностью и дружелюбием. Для эффективной реализации дополнительной общеобразовательной программы по хореографии необходим танцевальный зал, необходимо чтобы зал был оборудован зеркалами и станками. Зал должен отвечать и соответствовать санитарно-гигиеническим нормам. Необходимо наличие специализированного спортивного инвентаря.

Воспитательная работа

Воспитание в коллективе – это целенаправленный творческий процесс взаимодействия педагога и воспитанников. А также создание условий для позитивной адаптации и развития личности ребенка, социализации и интеграции воспитанника к нынешней и будущей жизни.

Воспитательный процесс в нашем коллективе представляет собой целостную динамическую систему, направленную на формирование

творческого коллектива, создание комфортной обстановки, благоприятных условий для успешного развития индивидуальности каждого воспитанника. Создание таких условий осуществляется педагогом через включение ребенка в различные виды социальных отношений в обучении, общении и практической деятельности.

В основе программы по воспитательной работе лежат основные направления:

- нравственное воспитание;
- организация здорового образа жизни;
- работа с родителями;
- мероприятия по предупреждению правонарушений воспитанников.

Нравственное воспитание

Нравственное воспитание включает в себя культурное и духовное воспитание. Развивает такие качества как честность и порядочность, равнодушие к боли и страданиям окружающих. Культурное и духовное воспитание развивает эстетический вкус и хорошие манеры, умение творить и создавать. Формирует полезные привычки.

Примерные мероприятия: подготовка и участие в праздниках, творческие встречи с другими коллективами, посещение концертов, выставок, походы в театр, беседы «Поговорим об этикете», «Посеешь привычку, пожнешь характер», «О вредных привычках» и др.

Организация здорового образа жизни

Физическое воспитание нацелено не только на формирование телесного здоровья, но и на ведение здорового образа жизни, на становление личностных качеств, которые обеспечат школьникам психическую устойчивость и

адаптацию к стрессовым ситуациям (адаптация в новом коллективе, публичные выступления и т.д.).

Примерные мероприятия: психологические упражнения, беседы о личной гигиене, здоровом питании, о технике безопасности на занятиях, дни здоровья и др.

Мероприятия по предупреждению правонарушений воспитанников

Знакомство с правилами внутреннего распорядка, с правами и обязанностями учащихся в ДЮЦ «Лидер», тематические беседы, конкурсы, викторины и т.д.

Работа с родителями предполагает:

- проведение родительских собраний;
- консультации, беседы, рекомендации;
- анкетирование;
- информационные стенды;
- совместные занятия

5. Система контроля и зачётные требования

Ожидаемые результаты и способы их проверки.

После первого года обучения дети:

- будут передавать в простых танцевальных движениях особенности ритма и характер музыкального произведения;
- будут уметь ориентироваться в пространстве класса и относительно друг друга (осуществлять перестроения);
- будут уметь исполнять простейшие элементы русского народного танца, такие как притоп, припадание, хлопучки в простейших ритмических рисунках;
- освоят постановку корпуса, позиции ног, рук классического танца.

После второго года обучения;

- Будут уметь исполнять сложные комбинации из шагов, бега, прыжков в различных ритмических рисунках и разном направлении, сочетая их с движениями рук и головы;
- на основных элементах классического танца выработают осанку, вытянутость ног;
- освоят простые движения белорусского танца – ход, притоп, положение рук.

Диагностика

Диагностика развития ребенка является обязательным компонентом дошкольного воспитания и обучения.

Результаты диагностики помогают при отборе методов, приемов и технологий воспитательно-образовательного воздействия, а так же при планировании учебно-воспитательной работы.

Диагностика проводится в два этапа. Вводная диагностика проводится при поступлении детей.

Цель – установить уровень умений и навыков при выполнении основных видов движений (шаг с носка, высокий шаг, переменный шаг, приставной шаг, боковой галоп, галоп вперед, поскок, легкий бег, высокий бег, бег с захлестом), которые необходимы детям на уроках ритмики и физкультуры в школе.

Итоговая диагностика проводится по окончанию курса.

Цель – выявление результатов сформированности уровня умений и навыков основных видов движений; разработка конкретных педагогических рекомендаций к дальнейшему обучению детей в школе.

Рекомендации к заполнению диагностической карты:

Необходимо вписать фамилии детей, фиксировать данные обследования с помощью заглавных букв:

В – выполняет движение

З – затрудняется выполнять движение

Н – не выполняет движение

Список использованной литературы

1. Базарова Н., Мей В. «Азбука классического танца». JL- М.: «Искусство», 1964.
2. Ваганова А. Основы классического танца. М.: «Искусство», 1963.
3. Буренина А. «Ритмическая мозаика». С.- Пб., 2000.
4. Ерохина О. «Школа для детей». Ростов-на-Дону, 2003.
5. организация студийных форм работы любительского художественного коллектива. Методические рекомендации.- М., Издательство ИМХО, 2004.
6. Пуртова Т., Беликова А., Кветная О. «учите детей танцевать». М.: «Владос», 2004.
7. Гусев Г. «Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала»: Учеб. Пособие для студ. Вузов культуры и искусств.- М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2003.

Приложение 1. Дистанционное обучение

Компьютерные технологии и интернет в наши дни являются неотъемлемой частью быта современного человека. Их влияние на формирование личности (на ее интеллектуальное и нравственное развитие) вызывает вполне обоснованную озабоченность у родителей и педагогов. Наиболее популярные в подростковой и молодежной среде интернет-ресурсы, как правило, содержат информацию, оказывающую негативное влияние на нравственное, интеллектуальное и эстетическое развитие личности. При этом интернет-ресурсов, направленных на формирование позитивных личностных качеств, крайне мало, а ориентированных на детей и подростков — практически нет. В связи со всем вышеперечисленным, очевидна необходимость развития социально-культурной деятельности и народно-художественного творчества в сети Интернет. Современный уровень развития информационных технологий, а также уровень доступа к ним различных категорий населения позволяют осуществлять культурно-просветительскую и образовательную деятельность через глобальную сеть. На данный момент в сети достаточно много ресурсов, посвященных обучению творчеству. Обучающие сайты можно найти практически по любому виду творчества: декоративно-прикладному, фото-видео творчеству, музыкальному, хореографическому, техническому и т. п. Формы обучения также предлагаются различные: вебинары, видеоуроки, аудиоуроки, учебная литература, статьи с иллюстрациями, онлайн-консультации, электронные учебники. Общей проблемой для удаленного обучения творчеству является отсутствие поэтапно выстроенной системы подачи материала. Например: учащийся среднего школьного возраста желает заняться резьбой по дереву. Он заходит на соответствующий ресурс и начинает изучать ремесло с достаточно сложной техники, такой как рельефная резьба, тогда изучать резьбу по дереву следует с освоения простейших техник, таких

как выпиливание фигур с помощью лобзика и выжигание изображения на плоскости. Освоение сложной техники заканчивается, как правило, без желаемого успеха, что приводит к потере интереса обучающегося к данному виду творчества. Применение методов удаленного обучения хореографическому творчеству является наиболее сложным. Все вышеперечисленные формы обучения не могут являться основными, а лишь дополняющими основную форму обучения — работу в хореографическом классе. Это обусловлено спецификой хореографического творчества. Для получения и закрепления навыка исполнения того или иного движения обучающийся должен неоднократно исполнить это движение «в полную ногу», т. е. максимально выполняя все данные методические рекомендации и достигая наибольшей амплитуды движения. И, самое главное, обязателен контроль педагога за выполнением его методических рекомендаций.

№№	Тема занятия	ссылки	ресурс	часы
1.	Постановочная работа. Этюд. Упражнение на внимание.	http://www.youtube.com/watch?v=TijjaOczTZ&feature=share	YouTube WhatsApp Zoom	1ч
2.	Знакомство с элементами классического танца. Исполнение экзерсиса у станка.	Аудиозапись в «ВКонтакте»	ВКонтакте WhatsApp Zoom	1ч
3.	Ритмико - гимнастический	Аудиозапись в «ВКонтакте»	ВКонтакте	1ч

	комплекс. Упражнение «Колесо», «Шагат в воздухе»;		WhatsApp Zoom	
4.	Прослушивание классических мелодий в эстрадной обработке; Этюд.	http://www.youtube.com/watch?v=TijjaOczTZ&feature=share	YouTube WhatsApp Zoom	1ч
5.	Азбука классического танца; Исполнение экзерсиса у станка и на середине зала.	Аудиозапись в «ВКонтакте», https://www.youtube.com/watch?v=URfbRZSHvul https://www.youtube.com/watch?v=FpAQen26OnU&t=233s https://www.youtube.com/watch?v=Dd02eQSAEF0&list	Вконтакте WhatsApp Zoom	1ч
6.	Классический экзерсис	http://www.youtube.com/watch?v=9ScVy8uVzWI&feature=share	YouTube WhatsApp	1ч
7.	Партерная гимнастика	http://www.youtube.com/watch?v=9ScVy8uVzWI&feature=share	YouTube WhatsApp	1ч
8.	Индивидуальное занятие. Работа над сольными танцами.	http://www.youtube.com/watch?v=zhIEVX3KzPY&feature=share	YouTube WhatsApp	1ч

9.	Экзерсис на середине; 1,2 порядке-бра. Упражнения на гибкость.	http://www.youtube.com/watch?v=ChleSe15Eq0&feature=share	YouTube WhatsApp	1ч
10.	Азбука классического танца; Положение рук в классическом танце.	http://www.youtube.com/watch?v=W7tUOKImpgQ&feature=share	YouTube WhatsApp	1ч
11.	Экзерсис на середине; подъем на полупальцы.	http://www.youtube.com/watch?v=W7tUOKImpgQ&feature=share	YouTube WhatsApp	1ч
12.	Знакомство и изучение элементов русского танца.	http://www.youtube.com/watch?v=ChleSe15Eq0&feature=share	YouTube WhatsApp	1ч
13.	Повторение и закрепление пройденного; Отработка сложных танцевальных элементов.	http://www.youtube.com/watch?v=ChleSe15Eq0&feature=share	YouTube WhatsApp	1ч
14.	Партерная гимнастика. Упражнения для гибкости и выворотности ног.	https://youtu.be/HpyVSokJffo	YouTube WhatsApp	1ч
15.	Индивидуальное занятие. Упражнение	Аудиозапись Vkontakte	Vk WhatsApp	1ч

	«Гармошка» работающей ногой в сторону и обратно.			
16.	Партерная гимнастика. Упражнения на координацию движений	https://youtu.be/HpyVSokJffo	YouTube WhatsApp	1ч
17.	Ритмика. Танцевально- музыкальные игры. Упражнение на развитие чувства ритма.	Аудиозапись Vkontakte	Vk WhatsApp	1ч
18.	Ритмика. Танцевально- музыкальные игры. Упражнение на сужение и раскрытие круга.	Аудиозапись Vkontakte Эстрадный танец	Vk WhatsApp	1ч
19.	«Культурный карантин» Вальс № 2 композитор: Дмитрий Шостакович. Выполнение танцевальной разминки, повторение танец «Конфетки	https://youtu.be/EyIhNG2iaEs	YouTube WhatsApp	1ч

20.	<p>Зрительская практика-просмотр и обсуждение.</p> <p>Детский танцевальный театр им. Н.И. Сац. Хореографический спектакль для детей «Путешествия Гулливера» Балет Кирилла Симонова, музыка Алексея Ларина.</p> <p>Выполнение комплекса для развития гибкости – упражнения «Лодочка», «Лягушка», «Бабочка», «Кошечка».</p> <p>Повторение танца «Матрешки».</p>	https://youtu.be/EYbGWM4SJbo	<p>YouTube</p> <p>WhatsApp</p> <p>Zoom</p>	1ч
21.	<p>Репетиционная работа.</p> <p>исполнительское мастерство.</p> <p>Выполнение партерной гимнастики;</p> <p>Повторение танца «Снежинки»</p>	https://youtu.be/EyIhNG2iaEs	<p>YouTube</p> <p>WhatsApp</p> <p>Zoom</p>	1ч

	<p>Прослушивание мелодии фортепианная пьеса «К Элизе» Композитор: Людвиг Ван Бетховен.</p>			
22.	<p>Репетиционная работа.</p> <p>Азбука классического танца. Повторение позиций ног и позиций рук в классическом танце. Мастер класс с балериной Марией Хоревой. Выполнение упражнений плие, тандю, пор де бра.</p> <p>Зрительская практика- просмотр и обсуждение концертной программы «Добрый концерт» - лучшие хореографические постановки к празднику «Пасха», организованный театром танца «Браво» г. Королёв.</p>	<p>https://youtu.be/9m50etl5iJQ</p>	<p>YouTube WhatsApp Zoom</p>	1ч

23.	<p>Партерная гимнастика.</p> <p>Танцевальная фитнес программа «Зумба», под руководством выпускницы студии Ардеевой Людмилы.</p> <p>Комплекс для развития гибкости – упражнения «Лодочка», «Лягушка», «Бабочка», «Кошечка».</p> <p>Повторение танца «Конфетки».</p>	<p>https://youtu.be/IqbN7IOk-5M</p> <p>https://youtu.be/PQe9FNgU4a</p> <p>g</p>	<p>YouTube</p> <p>WhatsApp</p> <p>Zoom</p>	1ч
24.	<p>Репетиционная работа.</p> <p>исполнительское мастерство.</p> <p>Исполнить классический поклон.</p> <p>Танец игра с ускорением «Самолеты», повторение танца «Матрешки».</p> <p>Выполнение танцевальной</p>	<p>https://youtu.be/IqbN7IOk-5M</p> <p>https://youtu.be/PQe9FNgU4a</p> <p>g</p>	<p>YouTube</p> <p>WhatsApp</p>	1ч

	разминки, прыжки на скакалке. Прослушивание мелодии фортепианная пьеса «К Элизе» Композитор: Людвиг Ван Бетховен.			
25.	Партерная гимнастика. закрепление, повторение упражнений для укрепления мышц спины, развитие гибкости; выполнение партерной гимнастики по видео занятию; упражнение «самолет», «колечко»	https://youtu.be/maXHG1zsRt8 https://youtu.be/HvB4DAX3Qjk	YouTube WhatsApp Zoom	1ч
26.	Ритмика. повторение танца «хорошее настроение»; поздравление с праздником танца, вручение сертификатов за	https://youtu.be/JnmEQalel2c	YouTube WhatsApp	1ч

	конкурс шпагатов.			
27.	Ритмика. Музыкальные игры. зрительская практика :прямой эфир театра юного зрителя в Царицино. «Последний маленький солдат». разминочный комплекс по видео уроку; исполнить танцевальное попурри на песни военных лет	Аудиозапись Vkontakte	Vk WhatsApp Zoom	1ч
28.	Классический экзерсис. Наклоны туловища.	https://youtu.be/JnmEQalel2c	YouTube WhatsApp	1ч
29.	Классический экзерсис Упражнения на координацию движений	Аудиозапись Vkontakte	Vk WhatsApp	1ч
30.	Репетиционная работа. Упражнение на развитие чувства ритма.	Аудиозапись Vkontakte	Vk WhatsApp	1ч

31.	<p>Зрительская практика. Волшебный балет «Аленький цветочек». После просмотра обсуждение.</p> <p>упражнение «Складочка», «никому не отдадим», «гибкая спина».</p> <p>повторение танца «Конфетки»</p> <p>Повторение позиций ног и рук классического танца.</p>	<p>https://youtu.be/qfscWtkxX9Y</p>	<p>YouTube WhatsApp</p>	1ч
32.	<p>Репетиционная работа.</p> <p>исполнительское мастерство.</p> <p>Выполнение партерной гимнастики;</p>	<p>https://youtu.be/pANuQO8QSW4</p>	<p>YouTube WhatsApp</p>	1ч
33.	<p>Репетиционная работа.</p> <p>исполнительское мастерство.</p> <p>Выполнение партерной гимнастики;</p>	<p>https://youtu.be/qfscWtkxX9Y</p>	<p>YouTube WhatsApp</p>	1ч
34.	<p>Викторина о</p>	<p>https://youtu.be/720ixquUQu</p>	<p>YouTube</p>	1ч

	<p>танцах. Загадки о танцах;</p> <p>Исполнение классического экзерсиса;</p> <p>Повторение позиции ног и рук;</p> <p>Повторение танец «У каждого мама своя».</p> <p>Д.З. выполнить ритмико-гимнастический комплекс, фото с домашними питомцами.</p>	<u>w</u>	WhatsApp	
35.	<p>Разминочный комплекс.</p> <p>Выполнение упражнений плие, тандю, пор де бра.</p>	<p>https://youtu.be/720ixquUQu</p> <p><u>w</u></p>	<p>YouTube</p> <p>WhatsApp</p>	1ч
36.	<p>1. Ритмико-гимнастический комплекс.</p> <p>2. Выполнение разминочного комплекса и партерной гимнастики.</p> <p>3. зрительская практика «Балет детям» творчество Майи Плисецкой</p> <p>4. повторение и</p>	<p>https://youtu.be/Nv-lvE2zJPA</p>	<p>YouTube</p> <p>WhatsApp</p> <p>Zoom</p>	1ч

	закрепление пройденного			
	Итоговое тестирование по хореографии.			
			Итого:	36ч

План разработан на основе действующей программы «Танцующее детство» (5-7 лет), с учетом возможности дистанционного обучения;

Занятия в соответствии с расписанием – 2 раза в неделю.

Продолжительность занятия – 2 часа.

Видео отчёты, варианты исполнения нового материала присылаем на почту педагогу margo-30032005, если возникают вопросы – задаём в WhatsApp.

Контроль осуществляется с помощью дистанционных средств связи, и во время практических занятий, после периода самостоятельной работы, и по итогам проведенного тестирования по хореографии.

План урока по хореографии (для проведения на платформе zoom)

Часть 1. Разогрев

1. Элементы с продвижением по кругу, связка из шагов, подскоков, галопа, бега, марша.
2. Динамическая растяжка. Связка.

Часть 2. Танцевальная азбука.

1. Упр. Plie (и.п. 6 поз.н.; 1 поз. н.) + Releve; + прыжок soute; прыжок «ножницы», прыжок «козлик», прыжок с поджатыми ногами;

2. Упр. В. Tendu (и.п. 1 поз. ног. 2 поз. рук, сидя 1 круг, стоя 1 круг)
3. Упр. В. jete (и.п. 1 поз. ног. 2 поз. рук, сидя 1 круг, стоя 1 круг)
4. Упр. G.b. jete + b. releve\lent (лёжа 1 круг, стоя 1 круг)
5. Комбинация растяжки для развития выворотности ног.

Часть 3. Заключительная.

Несколько пунктов на выбор в зависимости от возможностей учащегося и задач урока.

- Вращения на месте.
- Вращения с продвижением.
- Прыжки.
- Трюки: колесо, переворот назад, перекидное, переворот через берёзку, кувырок вперёд
- Комплекс растяжек.

Оценивается:

- Знание порядка упражнений урока.
- Знание порядка движений в комбинациях и упражнениях.
- Знание методики исполнения упражнения.
- Качество исполнения в соответствии с методикой.
- Личные объективные достижения в области физического развития: Увеличение растяжки, гибкости, выносливости, силы мышц; освоение сложных трюковых упражнений (колесо, стойка на руках, мостик, шпагат и т.п.).

