

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ
ЧЕРЕАНОВСКИЙ РАЙОН НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №3
г. Черепанова»**

Рассмотрено на заседании
Педагогического совета МАОУ
«СОШ №3 г. Черепанова»
Протокол №10
от 29.08.2024г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МАОУ «СОШ №3
г. Черепанова»

И.М.Петушкова
Приказ №235 от 29.08.2024г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
Художественной направленности**

Танцевальная студия «Юность»
базовый уровень

Возраст обучающихся: 7-17 лет
Срок реализации программы: 5 лет

Автор-составитель программы:
Петухова Ольга Анатольевна
Педагог дополнительного образования

Г. Черепаново, 2024г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Петуховой Ольги Анатольевны

Рассчитана на возраст детей: 7-18 лет

Реализуется с 1995 года

Основными целями художественно-эстетического направления являются:

- развитие эмоционально-ценностного отношения к миру, явлениям жизни и искусства;
- воспитание и развитие художественного вкуса обучающихся, их интеллектуальной и эмоциональной сферы, творческого потенциала, способности оценивать окружающий мир по законам красоты;
- освоение знаний о классическом современном искусстве, ознакомление с выдающимися произведениями отечественной и зарубежной художественной культуры;
- овладение практическими умениями и навыками художественно-творческой деятельности;
- формирование устойчивого интереса к искусству, художественным традициям своего народа и достижениям мировой культуры.

Пояснительная записка

Данная программа предназначена для занятий в хореографическом ансамбле «Юность» школы № 3 города Черепанова, где занятия проводятся со школьниками, имеющими склонность к танцевальной деятельности.

Целью занятий в студии является приобщение школьников к искусству хореографии, формированию системы представлений обеспечивающих понимание и оценку прекрасного в искусстве и общении, способность к творческой художественно-эстетической деятельности, укреплению их здоровья, раскрепощению, снятию комплексов, развитие их художественного вкуса, потребностей и интересов, имеющих общественно значимый характер.

Задачи программы:

- ☐ Образовательная: научить владеть своим телом, научить простейшим элементам танца различных жанров;
- ☐ Развивающая: развить музыкальный слух и чувство ритма, физические качества и качества личностные;
- ☐ Воспитательная: воспитать культуру поведения в коллективе, умение преодолевать трудности, упорство, дисциплину, аккуратность.

Программа позволяет последовательно решить задачи по музыкальному и физическому, эстетическому и нравственному воспитанию школьников. Формирует представление о культуре танца, влияет на улучшение состояния здоровья, воспитание личности, способной к самостоятельной, творческой деятельности.

Основными задачами занятий являются:

- развитие танцевальных способностей, художественного воображения, эстетического чувства и понимания прекрасного;
- формирование у учащихся двигательных навыков;

- формирование танцевальных знаний, умений и навыков на основе овладения и освоения программного материала;
- обучение учащихся знаниям основ музыкального и хореографического искусства;
- осуществление эстетического, нравственного и трудового воспитания учащихся;
- улучшения состояния здоровья у детей;
- воспитание интереса и любви к искусству.

Для реализации этих задач программой предусмотрены основные виды занятий:

- прослушивание музыкального материала.
- теоретические занятия;
- практические занятия;
- использование приобретенных навыков в играх.

Все виды занятий в процессе обучения должны быть тесно взаимосвязаны и дополнять друг друга.

Занятия по хореографии помогают учащимся почувствовать через музыку и мышечные ощущения окружающий мир. Для развития зрительной и мышечной памяти следует каждый раз на занятиях повторять основные упражнения.

Главным помощником на занятиях хореографии является музыка. Эмоционально активное воспитание помогает детям найти движения и исполнять их правильно. Для того чтобы приобщить детей к музыке, активизировать их внутренний духовный мир, необходимо постоянное звучание музыки на занятиях.

Содержание программы опирается на возрастные особенности детей, улучшение состояния здоровья, развитие музыкального слуха и двигательных навыков учащихся. Для достижения всего этого надо с самого начала поставить перед собой цели:

1. Формирование личности ребенка, идейно-нравственной направленности его сознания в отношении к хореографической культуре.
2. Обучение знаниям музыкального и хореографического искусства.
3. Развитие музыкального слуха и танцевальных навыков у учащихся.
4. Воспитание интереса и любви к искусству.

Используя разнообразные и доступные движения классического, народно-сценического и современного танца создаётся танцевальный репертуар, имеющий целью воспитание личности школьника, формирование в нём глубокого эстетического чувства.

В процессе постановочной работы, репетиции дети приучаются к сотворчеству, у них развиваются художественное воображение, ассоциативная память, творческие способности. Развивается творческая инициатива детей, воображение, умение передать музыку и содержание образа движением. Познавательная деятельность усиливается за счет проведения бесед о хореографическом искусстве, посещения концертов. Практика показывает, что именно на занятиях, в общении с музыкой и танцем часто преодолеваются возрастные конфликты и проблемы отношений мальчиков и девочек.

Занятия проводятся два раза в неделю по два астрономических часа. Состав учащихся танцевальной студии разнороден и по способностям и по возрасту. Занятия

ведутся в трёх возрастных группах (старшая – с 9 по 11 класс, средняя – с 5 по 8 класс, младшая – с 1 по 5 класс), в которые каждый год вливаются новенькие, а подростковые ребята либо уходят совсем (выпускники), либо переходят в другую группу. Поэтому при работе сталкиваешься с проблемами, когда в одной группе дети, которые занимаются уже 6 год и дети, которые занимаются первый год. Приходится постоянно применять дифференцированный подход, сочетание групповых занятий с индивидуальными. Программа сочетает тренировочные упражнения и танцевальные движения классического, народно-сценического и современного танца, что способствует развитию танцевальности учащихся. Хотя программа разделена на отдельные тематические части, но в связи со спецификой занятий в танцевальной студии границы их несколько сглаживаются: на одном занятии изучаются элементы различных танцев, иногда задания на импровизацию. Программа рассчитана на 5 лет, на занятиях в последующие годы происходит повторение и отработка ранее изученного материала и большое внимание уделяется постановочной, репетиционной и концертной работе.

Особое внимание уделяется формированию сплочённого коллектива, поэтому организуются в течение года различные праздники студии, в младшей группе применяются игры на внимание, для знакомства, «Передай привет» и т.д.

Коллективно-порядковые и ритмичные упражнения, имеющие целью музыкально-ритмическое развитие учащихся на первом году обучения, строятся на шаге и беге в различных рисунках, ориентируя детей в пространстве и времени, развивая музыкальность. В дальнейшем ритмическое воспитание проходит непосредственно на элементах танцевальных движений.

Элементы классического танца вводятся по степени усложнения, упражнения подготавливают к более сложным движениям и физической нагрузке, укрепляют мышцы спины, ног, способствуют развитию координации движений.

Элементы народного танца рассматриваются на примерах танцев разного характера: от спокойных до темпераментных, от танцев, где ведущая роль принадлежит рукам и корпусу, до таких, где техника ног доводится до виртуозности. Использование различных танцев позволяет развивать координацию корпуса, рук, ног и головы.

Современные танцы интерпретируются в духе спортивной пластики, вводятся изобразительные ассоциативные движения из жизни, близкие данной музыке и стилю танца. Немалое место отведено медленным современным композициям для старшей группы, которые насыщены различными поддержками. В этот раздел включены и ряд бальных танцев, таких как вальс, танго, латиноамериканские импровизации, танцы под музыку в стиле кантри. Работа над различными типами вальса в условиях школы имеет не малое значение, так как часто проходят мероприятия, где без вальса не обойтись (выпускной бал, осенний бал и т.д.)

При работе с младшей группой, создаются танцы, обогащённые элементами, заимствованными из сюжетов сказочного или бытового характера, из детских игр.

Учитывая, что в танцевальную студию принимаются дети без специального отбора, одной из задач является исправление дефектов осанки, если они обнаруживаются.

Особое внимание уделяется занятиями с мальчиками, стимулируя их интерес не только мужественными темами танцевального репертуара, но и повышенной физической нагрузкой.

Учащиеся во время обучения должны получить представления о том, как танцевальное движение выражает внутренний мир человека, что красота танца – это совершенство движений и линий человеческого тела, выразительность, лёгкость, сила, грация.

Для занятий танцевальной студии имеется помещение, оборудованное специальным станком и зеркалами.

Отчёты студии планируются в виде концертного выступления на районном конкурсе хореографических коллективов «Танцевальный фейерверк», на общешкольном родительском собрании. Хореографический коллектив постоянно участвует на школьных, районных и городских праздниках. Выступления на сценических площадках сочетаются с выступлениями на открытых площадках в массовые праздники, на День города и района.

В мероприятия воспитательного характера входят подготовка и проведение различных концертов, выступлений ребят в школе, на заводах, в различных организациях города и района; пошив, сохранность и стирка костюмов; помощь своим товарищам по коллективу при разучивании танцев, замена заболевших, помощь младшим, самостоятельная работа по созданию танцев, исполняемых в своих классах и лагерях отдыха.

Организационная работа строится с учетом целей и задач, содержания и формы работы в студии. Она заключается в составлении расписаний занятий, ведении журнала посещаемости, составлении тематических планов, организации групп по возрастам, знакомстве с вновь прибывшими учениками. Забота о художественном оформлении танцевального помещения, о чистоте и порядке в зале, сохранности зеркал, магнитофона и т.д., проверка внешнего вида учеников, формы одежды для занятий, беседы о целях и задачах, перспективном плане студии, предстоящих выступлениях, - это тоже часть организационной работы.

В связи с отсутствием финансирования студии задачей становится поиск средств на дальнейшее существование, пошив костюмов, закупку музыкального материала.

Виды деятельности.

<i>Содержание и виды работы</i>	I год обучения			II год обучения			III год обучения			IV год обучения			V год обучения		
	Общее количество часов	теория	практика	Общее количество часов	теория	практика	Общее количество часов	теория	практика	Общее количество часов	теория	практика	Общее количество часов	теория	практика
<u>Специальная танцевально-художественная работа</u>															
Постановочная работа	30	2	28	44	3	41	50	2	28	50	2	48	50	1	49
Репетиционная работа	30	2	28	45	3	42	45	2	18	45	2	43	42	1	41
<u>Учебно-тренировочная работа:</u>															
Элементы классического танца	37	5	32	28	4	24	30	-	30	30	2	28	25	2	23
Элементы народно-сценического танца	24	3	21	25	5	20	25	1	24	25	2	23	25	1	24
Элементы современного танца	32	3	29	30	6	24	20	1	19	20	1	19	22	1	21
Танцевальная импровизация, игры	16	6	10	12	2	10	6	1	6	7	1	6	12	1	11
Пластические упражнения (гимнастика)	30	5	25	21	2	19	29	-	29	27	-	27	30	-	30
<u>Мероприятия воспитательно-познавательного характера</u>															
Организационная работа	4	-	4	2	-	2	2	-	2	2	-	2	-	-	-
Беседы	7	-	7	2	-	2	2	-	2	2	-	2	2	-	2
Экскурсии	-	-	-	1	-	1	2	-	2	2	-	2	2	-	2
Праздники студии	6		6	6		6	6		6	6		6	6		6
Итого:	216	26	190	216	25	191	216	7	209	216	10	206	216	7	209

І год обучения.

Обучение детей 7 – 9 летнего возраста начинается с упражнений по ориентировке в пространстве. Большое организующее значение принадлежит музыке. Именно поэтому на первом этапе обучения первоочередной задачей является приобретение координации слуховых и двигательных навыков и постепенное их осознание.

Элементы классического танца

Теория. Знания и навыки. Специфика танцевального шага и бега. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата ребёнка. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов. Позиции и положения ног и рук.

Практические занятия. Упражнения у станка. Постановка корпуса (в выворотной позиции, лицом к станку, со второго полугодия – держась за станок одной рукой). Позиции ног – 1, 2, 3, 5. постановка рук – подготовительная, 1, 2, 3 позиции (на середине).

Батман тандю – движения, вырабатывающие натянутость всей ноги в колене, подъёме, пальцах, развивающие силу и эластичность ног; изучаются лицом к станку по 1, 2, 5 позициям.

Деми плие – складывание, сгибание, приседание, развивает выворотность бедра, эластичность и силу ног; изучается лицом к станку по 1, 2, 3, 5 позициям.

Деми рон де жамб пар тэр – круговое движение, развивает подвижность тазобедренного сустава; изучается лицом к станку с 1 позиции по точкам – вперёд в сторону, в сторону вперёд, позднее назад в сторону, в сторону назад. Положение ноги – «обхватное» (обхватывает щиколотку опорной ноги), развивает выворотность и подвижность ноги; «условное» - сильно вытянутые пальцы работающей ноги касаются опорной.

Батман фραπε – сильное ударяющее движение, развивает силу ног, ловкость, быстроту и подвижность колена; изучается лицом к станку вначале в сторону, затем вперёд и позднее назад.

Батман релеве лян на 45° – медленное поднятие ноги, развивает силу и легкость ног в танцевальном шаге; изучается стоя боком к станку.

Упражнения на середине, повороты на двух ногах по 6 позиции, по ¼ круга.

Элементы народно-сценического танца

Теория. Сюжеты и темы народных танцев. Особенности народных движений. Характерные положения рук в сольном, групповом танце.

Практические занятия. Русский танец. Шаги танцевальные с носка; простой шаг вперёд; переменный шаг вперёд. Притоп – удар всей стопой; шаг с притопом в сторону; тройной притоп. Припадание на месте с продвижением в сторону: исходная, свободная 3 позиция; поднявшись на полупальцы поставленной назад ноги, упасть на другую ногу в полуприседании, затем опять подняться на полупальцы. То же с продвижением в сторону. Выведение ноги на каблук из свободной 1 позиции, затем приведение её в исходную позицию. Ковырялочка. Полуприсядка – полное приседание. Вращение на подскоках по ¼ круга на двух подскоках.

Импровизация

Игра в импровизированный театр, которая побуждает детей к творческой активности, ассоциативному мышлению, пластической выразительности. (используются лёгкие детали костюмов).

Задания: передать весёлое, грустное настроение, выразить образы, связанные с разными временами года, инсценировать сказку на разные лады (милодрамма, боевик, комедия, трагедия и т.п.).

Требования к учащимся первого года обучения

К концу учебного года школьник 7 – 9 лет может овладеть рядом знаний и навыков: правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, иметь навык легкого шага с носка на пятку. Чувствовать характер марша и уметь передать его в шаге. Иметь навыки актёрской выразительности.

Знать следующие движения: припадания, боковой шаг, шаг с притопом, ковырялочку. Уметь исполнить переменный шаг.

Знать позиции рук и ног классического танца.

В конце первого года обучения в студии ребята должны уметь исполнить русский, народно-сценический танец.

II год обучения

Элементы классического танца

Теория. Повторяются в более ускоренном темпе упражнения, изученные ранее. Дополнительно изучается уровень подъёма ног, например положение работающей ноги на уровне щиколотки опорной ноги (ку де пье), икры и колена. Подготовительное движение руки (препарасьон). Закрывание руки в подготовительное положение на два заключительных аккорда. Координация ног, рук и головы в движении. Прыжки - с двух ног на две.

Практические занятия. Повторяются упражнения у станка.

Деми плие в 1, 2, 3, 5 позициях.

Батман тандю с 1 позиции, позднее с 5 позиции в сторону.

Батман тандю авек деми плие – с 1 позиции, позднее с 5 позиции (раздельно, слитно).

Батман тандю жете – натянутые движения с броском из 1 позиции, развивают упругость ног в воздухе, лёгкость и подвижность тазобедренного сустава; изучаются стоя лицом к станку.

Батман тандю пике – натянутые движения ноги, колющий бросок.

Перегибы корпуса: назад, стоя лицом к станку в 1 позиции.

Различные прыжки., мелкий бег на полупальцах, вращения, повороты по 6 позиции на $\frac{1}{4}$ и $\frac{1}{2}$ круга.

Элементы народно-сценического танца

Теория. Упражнения на середине – подготовка к более четкому исполнению народных движений (каблучные движения, присядка для мальчиков). Точные позиции положения и движения рук в восточных танцах. Источники народных тем, сюжетов, их связь с образом жизни народов. Рассказ о национальных костюмах.

Практические занятия. Подготовительные движения рук (из подготовительного положения руки открываются через 1 позицию во 2 и закрываются на талию).

Полуприседание и полное приседание по 1, 2, 4, 5 открытым позициям, плавные и резкие.

Скольжение стопой по полу – вытягивание ноги на носок с переводом стопы на ребро каблука (вперёд, в сторону, назад).

Переступания на полупальцах – в разных ритмических сочетаниях. Ковырялочка – разучивается у станка заново.

Скольжение по ноге (подготовка к верёвочке), в открытом и закрытом положении на всей стопе опорной ноги. Маленькие броски от щиколотки с вытянутой стопой, в открытом положении (вперёд и в сторону). Подготовка к каблучным движениям.

Повторение и закрепление элементов русского танца. Положение рук, положение ног. Поклоны - на месте и с движением вперёд и назад.

Ходы: простой шаг с продвижением вперёд и назад; переменный шаг с продвижением вперёд и назад. Притоп – удар всей стопой. Дробь (дробная дорожка) – мелкая непрерывная дробь, с одинарным ударом каблука на месте, с продвижением. Гармошка. Припадание - на месте, с продвижением в сторону, с поворотом на $\frac{1}{4}$. Ковырялочка – без подскока и с подскоком. Верёвочка(простая) – подряд, с переступанием. Моталочки – удар полупальцами в пол, от колена в прямом положении, с подскоком на другой ноге; на месте и с продвижением.

Для мальчиков. Хлопки (одинарные) – в ладоши, по бедру, по голени. Ключ – дробный простой. Полная присядка – разучивание у станка, с переходом на середину.

Импровизация

Задание №1. Массовая импровизация. Упражнения: ритмическая игра «Эхо». Задающий движения ученик должен выразить характер музыки движением ног и рук. Исполняющие задания ученики должны быстро и правильно его скопировать, как бы откликаясь на него, как эхо. Движения могут повторяться несколько раз.

Задание № 2. упражнения: «Вопрос – ответ», типа перепляса. Музыка народная. Ученикам предлагается встать в круг друг против друга, затем исполнить импровизацию. Один ученик задаёт ритмический рисунок – вопрос, другой отвечает движением.

Задание № 3. Упражнения: «Ритм-загадка». Без музыкального оформления. Руководитель лёгкими хлопками задаёт ритмический рисунок в различных музыкальных размерах. Ученики «отвечают».

Требования к учащимся второго года обучения

Знать правила постановки рук, группировки пальцев классического танца.

Уметь исполнить препарасьон.

Иметь навык выворотного положения ног «пятка против пятки» в батман тандю с 1 позиции (вперёд, назад, в сторону), а также в положении «носок против пятки» в движениях из 5 позиции.

Знать характерные движения рук в восточных танцах.

Уметь правильно исполнять присядочные движения в русском танце (для мальчиков).

Знать вальсовый шаг.

Иметь навык благородного, вежливого обращения к партнёру. В частности, мальчики, стоя в паре, должны научиться красиво подавать руку девочке.

Уметь исполнить импровизацию на свободную тему.

III год обучения

Элементы классического танца

Теория. Основные правила движений у станка.

Практические занятия. Упражнения на середине, которые изучались ранее.

Гранд плие по 1, 2, 5 позициям по 4 крестом.

Батман тандю по 1 позиции (вперёд и в сторону).

Элементы народно-сценического танца

Теория. Основные технические навыки. Открытые и закрытые, свободные позиции ног. Дробные движения русского танца, настроение и характер (задорный, озорной дух соревнования, удаль и т.п.).

Характер восточных танцев. Легенды, сказки и их связь с танцами.

Практические занятия. Повторяются движения.

Батман фондю с поворотом колена работающей ноги из закрытого положения в открытое на 45°.

Русский танец. Положение рук в парном танце. Движение рук: переводы в различные положения; навыки в обращении с платочком.

Ходы. Закрепляются навыки и знания прошлых лет и добавляются новые: направление назад; переменный шаг с каблука, с продвижением вперёд и назад.

Дробь с подскоком – подскок на одной ноге с последующим ударом каблука и всей стопой другой ноги, на месте и с продвижением.

«Верёвочка» - простая и с переступанием

«Ключ» - дробный и сложный.

Присядки – комбинации из полуприсядок и присядок.

Элементы цыганского танца.

Знакомство с движениями танцев под музыку в стиле кантри.

Требования к учащимся третьего года обучения

Знать правила основных движений классического танца.

Исполнять правильно батман тандю вперёд, в сторону и назад. Уметь правильно ответить на вопрос о положении стопы, пятки и носка работающей ноги по отношению к опорной.

Уметь станцевать простейший русский, современный или народно-сценический танец.

Уметь исполнить импровизацию на свободную тему.

IV год обучения

Элементы классического танца

Теория. Обобщение полученных практических навыков и знаний. Типы координации движения по степени трудности. Последовательность и расклад движений на элементы. Типы прыжков (с двух ног на две, с одной на другую, с двух на одну и с одной на две). Критерий исполнительской деятельности (наличие логичности движения, грамотности, музыкальности, актёрской выразительности).

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

Дополнительно.

Деми плие по 4 позиции. Гранд плие по 1, 2, 3, 5 позициям изучаются лицом к станку.

Батман тандю с 1 и 5 позиций по всем направлениям.

Батман тандю пур ле пье – в сторону.

Батман фондю – носком в пол по всем направлениям.

Релеве лян – во всех направлениях.

Перегибы корпуса – вперёд, назад по 5 позиции (держась за станок одной рукой).

Па балансе – раскачивающиеся движения, развивают свободу и непринуждённость координации всего тела.

Элементы народно-сценического танца

Теория. Происхождение некоторых движений цыганских танцев, характер женских и мужских танцев. Грамотная работа с цыганской юбкой. Работа головы и рук.

Элементы венгерского танца. Особенности движений венгерского танца. Знакомство с национальными костюмами.

Греческие танцы как пример народно-сценических танцев, вырабатывающих осанку, лёгкость и благородную манеру исполнения. Элементы греческого танца «Сертаки». Рассказ о Греции, о национальных традициях, костюмах, музыке и ритме.

Практические занятия. Повторение изученных элементов в более быстром темпе и в несколько более сложном ритмическом рисунке.

Вращение по диагонали на подскоках.

Разучивание элементов венгерского танца. Различные шаги и перескоки с ноги на ногу. Боказо («ключ») жесткий – отведение согнутой ноги в прямом положении в сторону с последующей акцентированной приставкой в 1 позицию на всю стопу. Вращение в паре. Повороты девушек за одну руку.

Разучивание элементов греческого танца «Сертаки».

Знакомство с движениями танцев под музыку в стиле кантри.

Требования к учащимся четвёртого года обучения

Владеть основными навыками школы классического танца. Исполнять движения, сохраняя танцевальную осанку, выворотность, владеть движениями стопы.

Исполнять движения в характере музыки – чётко, сильно, медленно, плавно.

Уметь импровизировать русский танец в быстром и медленном темпе.

Уметь исполнить несколько движений вальса.

Понимать и интересоваться народными танцами и костюмами, связывать характер танца с образом жизни народа и окружающей природой.

V год обучения

Элементы классического танца

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

Практические занятия. Повторяется весь пройденный материал, но исполняется в более быстром темпе, с более разнообразными комбинациями.

Элементы народно-сценического танца

Теория. Источник яркости и живости мексиканских танцев. Соединение темы радости и печали. Костюмы.

Молдавские, закарпатские и украинские танцы. Происхождение некоторых украинских народных движений, например «дорожка проста», «дорожка плетенца», «тывок» и др.

Практические занятия. Повторяются все пройденные элементы с более усложнёнными комбинациями.

Мексиканский танец. Основные дробы – мелкие, с передвижением. Особенности работы в паре.

Украинский танец. «Угинание» - сгибание к щиколотке и открывание одной ноги в свободном положении вперёд на 35° с одновременным подскоком на другой ноге. «Верёвочка» - на месте, с продвижением, с поворотом.

Ходы. «Бегунец» - длинный шаг вперёд с прыжком; с двумя последующими шагами на низких полупальцах; в небольшом полуприседании. «Дорожка проста» (припадание) – небольшой шаг в сторону на всю стопу в свободном положении, с последующим переступанием другой ноги на низкие полупальцы по 3 свободной позиции сзади; с продвижением в сторону, с поворотом. «Дорожка плетена» (припадание) – шаг в перекрёщённом положении на всю стопу вперёд или на полупальцы с небольшим полуприседанием и последующим маленьким шагом другой ногой, с продвижением в сторону. «Тынок» - перескок с ноги на ногу в сторону с последующими двумя переступаниями по 4 свободной позиции в перекрёщённом положении в небольшом полуприседании; на месте, с продвижением вперёд, с поворотом. «Гулубец» - в прямом положении на 36°; на месте, с продвижением; ударом стопами обеих согнутых ног в открытом положении в большом прыжке с броска вытянутой ногой на 45°. «Метёлочка».

Молдавский танец. Положение рук, положение ног. Положение рук в паре. Изучение разных ходов молдавского танца.

Требования к учащимся V года обучения

В классическом танце уметь грамотно и музыкально исполнить все основные движения.

Уметь исполнить греческий и молдавский танец, сохраняя осанку, легкость и благородную манеру.

Различать характер венгерского танца.

Различать стили вальсов – бравурные, классические, лирические, современные. Импровизировать на темы народной и современной музыки. Уметь выражать в пластике общее содержание музыки, её образные ассоциации.

Беседы о хореографии и музыке.

Прослушивание музыки. Музыка всегда ассоциируется с чем-либо, и поэтому, слушая ту или иную музыку, мы всегда что-то себе представляем. Вот и детям, прослушав мелодию, нужно представить что-либо и показать его действия. Например: С. Прокофьев «Фея Зимы» (ассоциация со снежинками, снегурочкой и т.д.). А так же можно импровизировать героев из любимых мультфильмов.

Пути развития танца.

Народные танцы, их костюмы. Что дает человеку танец? Место танца в жизни человека.

Правила поведения в танце и обществе.

Как вести себя на фестивалях?

Оформления альбомов с фотографиями (твоего танцевального коллектива).

Беседа о балетах и спектаклях .

Театры г. Казани (Москвы).

Известные исполнители.

Прослушивание балетов «Алтынчеч», «Шурале», «Щелкунчик», «Спящая красавица» и т.д.

Взаимосвязь бытового и сценического танца.

Гимнастические упражнения.

Здесь больше внимания уделяется растяжке.

Упражнения для ног.

Выполняемые сидя:

- работа стопы;
- работа пальцев;
- растяжки.

Выполняемые стоя:

- движения стопы (подъем на полупальцы, перекат на каблуки);
- поочередное выгибание колена назад;
- подскоки;
- растяжки.

Упражнения для рук.

- вращение кистей;
- вращение предплечий;
- работа пальцев, последовательное (одновременное) сгибание и разгибание пальцев;
- повороты кистей рук вправо, влево;

Упражнения для плеч.

- поочередное (одновременное) поднимание и опускание плеч;
- выдвижение вперед, назад;
- вращение рук.

Упражнения для шеи.

- повороты право, влево;
- наклоны;
- поворот по точкам;

Упражнения для корпуса.

- наклоны корпуса;
- смещение вперед, назад;
- повороты;
- вращательные движения.

Танцевальные игры.

В этом разделе даны игры, которые можно использовать на хореографических занятиях. В зависимости от условий и специфики занятия их нетрудно изменить или дополнить. Предлагаемые игры так же можно использовать во время проведения вечеров.

Цепочка.

Каждый участник игры по очереди на «сильную долю» хлопает в ладоши. Переход от одного ритмического рисунка к другому после сложенного исполнения.

Ветерок и ветер.

Знакомство с понятиями piano и forte.

Piano - «ветерок» - дети поворачивают кисти (листочки) рук вправо, влево.

Forte - «ветер» наклоны корпуса вправо, влево (дерево качается).

Цветные мячики.

Детей делим на маленькие группы по 3-4 человека и обозначаем цветами (красный, синий, зеленый, желтый и т.д.) Каждый цвет исполняет прыжки на 1 музыкальную фразу.

Вариант: учитель называет цвет, а показывает карточку другого цвета. Дети должны реагировать на карточку, а не на звук.

Зеркало.

Учитель говорит поднять правую руку, а сам поднимает левую. Дети должны безошибочно выполнять указания учителя (указания могут быть любые).

Заплетайся, плетень.

Это массовая игра. Ее участники делятся на две команды по 10-16 человек. В каждой команде назначается ведущий. Напевая какую-нибудь широко распространенную песню, ведущий заводит хоровод. Как только музыкант заиграет «Заплетайся, плетень», ведущий каждой команды начинает быстро «плести плетень»: он выводит танцующих в одну линию, последняя пара поднимает соединенные руки вверх, образуя «воротца», а ведущий проводит под ними всю цепочку. Последний поворачивается за цепочкой, делая полный поворот налево, на отпуская при этом правой руки последнего, и кладет его и свою руку, соединенную с ним, себе на правое плечо.

Затем ведущий проводит цепочку в следующие «воротца» и т.д., постепенно «заплетая плетень».

В результате вся команда встает в колонну друг за другом. У каждого левая рука лежит на правом плече, а правая рука, которой он держит за левую руку впереди стоящего, лежит на его правом плече. Выигрывает команда, у которой был самый красивый хоровод в первой части и которая быстрее сумела «заплести плетень».

Ворота цветов.

В центре зала ставят на легких стойках два букета цветов на расстоянии 80-90 сантиметров.

Желающие принять участие в игре встают парами (юноша с девушкой), всего 10-12 пар.

, *Первый тур.* Под музыку танца свободной композиции («Вальс», «Медленный вальс» и т.д.) танцующие должны пройти в «ворота»,

делая поворот направо или налево. Пары, благополучно прошедшие «ворота», остаются на второй тур. Во втором туре исполняется новый

танец.

Второй тур. Стойки с букетами ставят на расстоянии 1,5 метра. Танцуя, пары должны восьмеркой обойти стойки. Те, кто не задел стоек, остаются на третий тур.

Третий тур. Участники третьего тура исполняют «Вальс». На этот раз побеждает тот, кто за наименьшее количество тактов обойдет восьмеркой стойки с букетами, не задев их.

Проводя эту игру, можно ограничиться и двумя турами.

Не задень.

На высоте 160 сантиметров укрепляют на двух стойках ленту серпантина. Расстояние между стойками 2,5 - 3,5 метра. Участники игры в танце должны пройти под лентой, не задев ее. Когда все пройдут под лентой, ведущий опускает ее на 5-10 сантиметров, и начинается следующий тур. Пара. Задевшая ленту, выбывает из игры.

От мелодии к мелодии.

Участники делятся на две команды. В соревновании участвуют по одной паре из каждой команды.

Исполняются подряд в определенной последовательности танцевальные мелодии или, вернее, отрывки из них примерно 16 тактов. Все они звучат без пауз - подряд, одна за другой.

Побеждает пара, которая исполнила все танцы с наименьшим количеством ошибок.

Рекомендуемая литература:

1. Боголюбская М. Учебно-воспитательная работа в детских самодеятельных хореографических коллективах (учебно-методическое пособие). - М.
2. Ваганова А.Я. Основы классического танца. - М.
3. Ванелов Б. Балеты Григоровича и проблемы хореографии. -М.
4. Васильева Е.А. Танец.-М.
5. Беликова Э. Здесь танцуют. Рассказы о танцах. -Л.
6. Воронина И. Историко-бытовой танец. - М.
7. Гребенщиков СМ. Сценические белорусские танцы. – Минск.
8. Гусев СИ. Детские бытовые массовые танцы. - М.
9. Дени Ги, Дассвиль Люк. Все танцы. – Киев.
10. Копорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. - М.
11. Костровицкая В., Писарев О. Школа классического танца. -Л.
12. Настюков Г. Вечер танца. - М., Профиздат.
13. Новер Ж. Письма о танце и балетах. - М.
14. Новые балльные танцы. - М.
15. Резникова З.М. Орлята учатся летать. Танцы для детей. -М.
16. Репертуар художественной самодеятельности. Серия «Методическая

Литература».

17. Русский танец. - М.
18. Светинский В.Н., Ладыгин Л.А. Современный бальный танец /Сост. А.Н.Беликова/. - М.
19. Современный бальный танец /Под ред. В.Н. Стриганова, В.И. Уральской/. - М.
20. Соколовский Ю.Е. Основы педагогики бальной хореографии. Учебное пособие. - М.
21. Степанова Л. Танцы народов России. - М.
22. Тагиров Г. Татарские танцы. - Казань. Татарское книжное издательство.
23. Ткаченко Т. Народные танцы. - М.
24. Шульгин А., Томилина Л., Замалина Л. Костюмы для танцевальных и хоровых коллективов. - М.

