

Министерство образования и молодежной политики Свердловской области

Городской округ Заречный

**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
городского округа Заречный «Средняя общеобразовательная школа № 7  
с углубленным изучением отдельных предметов»**

Принята на заседании  
педагогического совета:

от «01» сентября 2021  
Протокол № 8

Утверждаю:  
директор  
МКОУ ГО Заречный «СОШ №7»  
Стукало И.В.

  
(подпись)  
Приказ №188 от  
«01» сентября 2021 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа художественной направленности**

**«ХОРЕОГРАФИЧЕСКИЙ АНСАМБЛЬ «ЮНА»**

Возраст обучающихся: 5 - 18 лет

Срок реализации: 6 лет

г. Заречный

## Содержание

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ.....	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Планируемые результаты освоения обучающимися дополнительной общеразвивающей программы. ....	8
1.3. Диагностика хореографических способностей.....	14
2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ.....	16
2.1. Содержание программы подготовительного курса обучения.....	17
2.2. Содержание программы 1-го года обучения (основной курс) .....	19
2.3. Содержание программы 2-го года обучения (основной курс) .....	22
2.4. Содержание программы 3-го года обучения (основной курс) .....	23
2.5. Содержание программы 4-го года обучения (основной курс) .....	24
2.6. Содержание программы 5-го года обучения (основной курс) .....	26
3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ.....	27
3.1. Учебный план .....	27
3.2. Основные методы и формы обучения детей хореографическому искусству.....	28
3.3. Условия реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы .....	30

# 1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

## 1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «Хореографический ансамбль «Юна» разработана на основе «Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств», направленных письмом Министерства культуры Российской Федерации от 21.11.2013 №191-01-39/06-ГИ.

### ***Обоснование необходимости разработки и реализации программы.***

Детский хореографический коллектив – это особая среда, предоставляющая самые широчайшие возможности для развития ребенка: от изначального пробуждения интереса к искусству танца до овладения основами профессионального мастерства.

Хореография как вид искусства обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Это синтетический вид искусства, основным средством которого является движение во всем его многообразии. Высочайшей выразительности оно достигает при музыкальном оформлении. Музыка – это опора танца.

Движение и музыка, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память, учат благородным манерам. Воспитанник познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Систематическая работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает детям понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях танцем, но и в повседневной жизни.

Танцевальное искусство обладает огромной силой в воспитании творческой, всесторонне развитой личности. Занятия хореографией приобщают ребенка к миру прекрасного, воспитывают художественный вкус. Соприкосновение с танцем учит детей слушать, воспринимать, оценивать и любить музыку. Хореографические занятия совершенствуют детей физически, укрепляют их здоровье. Они способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру. Эти занятия хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и, в целом, повышают жизненный тонус учащегося. В танце находит выражение жизнерадостность и активность ребенка, развивается его творческая фантазия, творческие способности: воспитанник учится сам создавать пластический образ. Выступления перед зрителями являются главным воспитательным средством: переживание успеха приносит ребенку моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувство ответственности, дружбы, товарищества. Поэтому главная задача педагога – помочь детям проникнуть в мир музыки и танца, а не подготовить их к профессиональной сцене.

Данная общеобразовательная общеразвивающая программа по хореографии (без специального отбора учащихся, в отличие от специализированных учреждений) рассчитана на 6 лет и предполагает проведение занятий с детьми дошкольного, младшего и старшего школьного возраста. Содержание программы распределено таким образом, что в каждом учебном году воспитанники овладевают определенным минимумом хореографических знаний, умений, и навыков и решают определенные задачи для достижения основной цели.

## ***Цели и задачи программы***

**Цель программы** – создание условий, способствующих раскрытию и развитию природных задатков и творческого потенциала ребенка в процессе обучения искусству хореографии.

### **Задачи программы:**

- сформировать интерес к хореографическому искусству, раскрыв его многообразие и красоту;
- привить учащимся умение слышать и слушать музыку и передавать ее содержание в движении;
- познакомить с различными видами танцев;
- приобщить детей к танцевальной культуре, обогатить их танцевальный опыт;
- укреплять костно-мышечный аппарат воспитанников;
- совершенствовать навыки и умения, выразительность исполнения;
- развивать силу, выносливость, координацию движений;
- формировать художественно-образное восприятие и мышление;
- воспитывать художественный вкус и эмоциональную отзывчивость.

Для достижения цели общеобразовательной программы необходимо опираться на следующие **основные принципы:**

- постепенность в развитии природных способностей детей;
- строгая последовательность в овладении лексикой и техническими приемами;
- систематичность и регулярность занятий;
- целенаправленность учебного процесса.

### ***Возрастные особенности обучения детей искусству хореографии.***

К 5-6-летнему возрасту дети способны заниматься хореографией, так как сформированность структур и функций мозга ребенка близка по ряду показателей к мозгу взрослого человека. Современные данные возрастной психологии позволяют утверждать, что мозг 6-летнего ребенка готов к усвоению доступной информации в процессе систематического обучения. Однако следует иметь в виду, что в индивидуальном развитии детей одного и того же возраста наблюдаются отклонения от средних показателей темпа созревания мозга и всего организма - опережение или отставание. Кроме того, нужно учитывать и половые различия. В физиологическом отношении

мальчики в среднем отстают от девочек на год-полтора, хотя те и другие имеют от рождения одинаковое количество лет.

К 6-7 годам дети усваивают понятие пола (к противоположному полу относятся терпимо, доброжелательно), начинают сознательно регулировать свое поведение. Для них характерна устойчивость, непосредственность, жизнерадостность, веселое настроение. Они способны испытать наслаждение и переживание от восприятия прекрасного. Проявляется потребность во внешних впечатлениях, слушании музыки, в посещении концертов, театров, после чего дети часто изображают увиденное. Большое место в этом возрасте занимает игра - это психологическая потребность осмысления новых знаний через игры. Учитывая все анатомо-физиологические способности данного возраста нужно строить занятия хореографического коллектива.

7-11 лет (1 - 3 класс) - в этом возрасте происходят качественные и структурные изменения головного мозга (он увеличивается). Происходят изменения и в протекании основных нервных процессов - возбуждения и торможения. Проявляется самостоятельность (желание делать все самому, дети требуют доверия от взрослых), сдержанность (умение подчинять свои желания общим требованиям), настойчивость и упрямство (желание добиться результатов, даже если не понимают цели или не имеют средств для их достижения). Слабые стороны в физиологии детей этого возраста - быстрое истощение запаса энергии в нервных тканях, поэтому время занятий поначалу может быть ограничено и постепенно увеличиваться. Костно-мышечный аппарат детей этого возраста отличается большой гибкостью (значительное количество хрящевых тканей и повышенная эластичность клеток). Развитие мелких мышц идет медленно, поэтому быстрые и мелкие движения, требующие точности исполнения представляют для детей большую сложность. Объем учебного материала должен быть рассчитан по возможностям детей. В группах этого возраста надо уделять внимание формированию осанки, умению ориентироваться в пространстве, развитию ритмичности, музыкальности. В этом возрасте преобладает наглядно-образное мышление, господствует чувственное познание окружающего мира. Поэтому эти дети особенно чувствительны к воспитательным воздействиям эстетического характера.

11-14 лет (4-8 класс) - в этот период происходят быстрые количественные изменения и качественные перестройки в организме. Ребенок быстро растет (5-6, а то и 10 см в год). С интенсивным ростом скелета и мышц происходит перестройка моторного аппарата, которая может выражаться в нарушениях координации движений (говорят: стал таким неуклюжим). Развитие нервной и сердечной сосудистой систем не всегда успевает за интенсивным ростом, что может при большой физической нагрузке приводить к обморокам и головокружению.

Повышается возбудимость нервной системы под влиянием усиленного функционирования желез внутренней секреции. В этом возрасте нередко появляется раздражительность, обидчивость, вспыльчивость, резкость (дети порой сами не понимают, что с ними происходит, что побуждает их на ту или иную реакцию). Появляется острая потребность в самоутверждении, стремлении к самостоятельности - оно исходит из желания быть и считаться взрослым.

Эмоциональное состояние характеризуется силой чувств и трудностью в управлении ими. Эмоциональные переживания носят устойчивый характер, они долго помнят обиду и несправедливость. Наблюдается взаимное отрицание полов, каждый живет своим миром. Но затем это желание сменяется заинтересованностью, которая тщательно скрывается.

Происходит изучение более сложных движений, комбинаций, осуществляются более объемные постановочные работы.

15-17 лет (9-11 классы) - в физиологическом отношении это период интенсивного развития мускулатуры, продолжение развития мозга. Юноши и девушки готовы к физической и умственной нагрузке. Формируются убеждения и мировоззрение, возникает потребность понять себя, смысл жизни. Встает проблема выбора профессии. Возникает желание быть замеченным, хочется выделиться. Появляется самостоятельность в суждениях. Юности свойственно состояние влюбленности, жизнерадостности, уверенности в себе. Занятия по хореографии должны строиться с полной нагрузкой.

### ***Подготовительный курс (5 – 6 лет)***

***Основной курс*** включает группы детей:

1 года обучения: 7- 8 лет

2 год обучения: 9-10 лет

3 год обучения: 11-12 лет

4 год обучения: 13-14 лет

5 год обучения 15-18 лет

Практика работы с детьми показала, что иногда возрастные границы условны: если ребенок не соответствует уровню исполнительских навыков, но по возрасту должен заниматься в определенной группе, то существует два варианта включения его в ансамбль. Первый, когда с согласия родителей ребенок переходит в группу на ступень ниже. Вторым, чаще применяемым на

практике, когда с ребенком проводятся индивидуальные занятия с целью приобретения навыков начального курса.

### **Режим занятий**

Возрастные группы	Кол-во занятий в неделю	Кол-во занятий в день	Продолжительность занятия
<b>Подготовительный курс</b>			
5 - 6 лет	2	1	30 мин
<b>Основной курс</b>			
1 года обучения (7-8 лет)	2	1	30 мин
2 год обучения (9-10 лет)	3	1	45 мин
3 год обучения (11-12 лет)	4	2	45 мин
4 год обучения (13-14 лет)	4	2	45 мин
5 год обучения (15-18 лет)	4	2	45 мин

Увеличение нагрузки соответствует возрастным особенностям детей, принципам регулярности и систематичности.

### **1.2. Планируемые результаты освоения обучающимися дополнительной общеразвивающей программы.**

#### **Ценностные ориентиры**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа формирует следующие базовые национальные ценности:

- ✓ *патриотизм* – любовь к России, к своему народу, к своей малой родине;
- ✓ *семья* – любовь и верность, уважение к родителям, забота о старших и младших;
- ✓ *труд и творчество* – уважение к труду, творчество и созидание, целеустремленность и настойчивость;
- ✓ *искусство и литература* – красота, гармония, духовный мир человека, нравственный выбор, смысл жизни, эстетическое развитие, этическое развитие;

- ✓ *человечество* – мир во всем мире, многообразие культур и народов.

К основным *ценностным ориентирам* программы относятся:

- ✓ ценность человека как разумного существа, стремящегося к познанию мира и самосовершенствованию;
- ✓ ценность труда и творчества как естественного условия человеческой деятельности;
- ✓ ценность свободы выбора и предъявления человеком своих мыслей и поступков, но свободы, естественно ограниченной нормами и правилами поведения в обществе;
- ✓ ценность искусства и литературы как способ познания красоты, гармонии, духовного мира, нравственного выбора, смысла жизни, эстетического развития человека.

Данная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа направлена на достижение обучающимися **личностных, метапредметных** (регулятивных, познавательных и коммуникативных) и **предметных** результатов.

### ***Личностные результаты***

**Личностные** универсальные учебные действия - обеспечивают ценностно-смысловую ориентацию учащихся (знание моральных норм, умение соотносить события с принятыми этическими принципами, умение выделить нравственный аспект поведения). Включает в себя: личностное, профессиональное, жизненное самоопределение; смыслообразование – установление связи между целью и ее мотивом; нравственно-этическая ориентация, оценивание усваиваемого содержания и обеспечивающего личностный моральный выбор.

Личностные результаты выражаются в стремлении реализации своего творческого потенциала, готовности выражать и отстаивать свою эстетическую позицию; в формировании ценностно-смысловых ориентаций и духовно-нравственных оснований, развития самосознания, позитивной самооценки и самоуважения, жизненного оптимизма.

Каждый ребёнок, занимаясь танцами, изучая необходимые движения, развивает в себе трудолюбие, стремление к самосовершенствованию, формирует адекватную самооценку. Изучение истории развития и появления танцев активизирует уважительное отношение к культуре своего русского народа, к толерантному отношению к представителям народов России. При

подготовке к выступлениям учащиеся приобретают навыки сотрудничества и общения со сверстниками и взрослыми. А выступая перед родителями активизируется ценностное отношение к ним и своей семье.

### ***Метапредметные результаты***

**Регулятивные** универсальные учебные действия – обеспечивают организацию обучающимся своей деятельности. К ним относятся целеполагание, планирование, прогнозирование, контроль, коррекция, оценка, волевая саморегуляция как способность к мобилизации сил, к преодолению препятствий. На занятиях хореографией важно ясно представлять цель предмета, а именно, что музыкальные произведения и движения танца, представляющие настоящее искусство, - это мысль, выраженная в виде звуков и движений, которые провозглашают духовно-нравственные ценности человечества.

**Познавательные** универсальные учебные действия включают в себя:

- общеуниверсальные действия (выделение и формулирование познавательной цели, поиск информации, структурирование знаний, построение речевого высказывания, выбор наиболее эффективного способа решения задач, рефлексия способов действия, контроль и оценка процесса, постановка проблемы, моделирование);

- логические универсальные действия (анализ объектов выделения признаков, синтез, классификация объектов, установление причинно-следственных связей, логическая цепь рассуждений, доказательство, выдвижение гипотез и их обоснование);

- постановка и решение проблемы (формирование проблемы, самостоятельное создание способов решения проблем творческого и поискового характера).

Приобщение к шедеврам мирового хореографического искусства – народному, профессиональному музыкальному творчеству – способствуют формированию целостной художественной культуры мира, воспитанию патриотических убеждений, толерантности жизни в поликультурном обществе, развитию творческого, символического, логического мышления, воображения, памяти и внимания, что в целом активизирует познавательное и социальное развитие учащегося.

**Коммуникативные** универсальные учебные действия – обеспечивают социальную компетентность и учет мнения других людей, партнеров по общению или деятельности, умение слушать и вступать в диалог, участие в коллективном обсуждении проблем, интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное сотрудничество. Коммуникативные действия

формируют умение слушать и исполнять танцевальные композиции, способность встать на позицию другого человека, вести диалог, участвовать в обсуждении, значимых для каждого человека проблем жизни и продуктивно сотрудничать со сверстниками и взрослыми.

### ***Предметные результаты***

В соответствии с поставленными целями и задачами общеобразовательной общеразвивающей программы хореографического ансамбля «Юна» после освоения содержания программы ожидаются следующие результаты:

### ***Подготовительный курс***

Воспитанник будет знать:

- единые требования о правилах поведения в хореографическом классе, на сцене;
- требования к внешнему виду на занятиях;
- музыкальные размеры, темп и характер музыки;
- хореографические названия изученных элементов.

Воспитанник будет уметь:

- воспроизводить заданный ритмический рисунок хлопками;
- владеть корпусом во время исполнения движений;
- ориентироваться в пространстве;
- координировать свои движения;
- исполнять хореографический этюд в группе.

### ***1 год обучения***

Воспитанник будет знать:

- музыкальную грамоту;
- хореографические названия изученных элементов.

Воспитанник будет уметь:

- корректировать свою деятельность в соответствии с заданиями и замечаниями педагога;
- контролировать собственное исполнение, согласовывая его с коллективным;
- анализировать музыкальный материал;
- самостоятельно выполнять изученные элементы классического танца;
- владеть исполнительским мастерством сценического танца.

### ***2 год обучения***

Воспитанник будет знать:

- термины азбуки классического танца.

Воспитанник будет уметь:

- грамотно исполнять элементы классического танца;
- работать над выразительностью исполнения танцевального репертуара.

### ***3 год обучения***

Воспитанник будет знать:

- названия новых классических хореографических элементов и связок.

Воспитанник будет уметь:

- выполнять движения и комбинации у станка и на середине в ускоренном темпе;
- согласовывать движения корпуса, рук, ног при переходе из позы в позу;
- знать и выполнять правила сценической этики.

### ***4 год обучения***

Воспитанник будет знать:

- новые обозначения классических элементов.

Воспитанник будет уметь:

- владеть корпусом во время поворотов;
- координировать положение рук во время больших прыжков;
- эмоционально и технически верно выступать перед зрителями.

### ***5 год обучения***

Воспитанник будет уметь:

- свободно и грамотно ориентироваться в терминологии классического танца;
- выразить образ с помощью движений;
- уверенно и эмоционально выступать на сцене.

Контроль знаний и умений учащихся проводится на итоговых занятиях раз в полугодие и на отчетном концерте в конце учебного года.

### ***Модель выпускника хореографического коллектива***

1. Имеет знания, умения, навыки по хореографии, достаточный уровень физической подготовки, познавательной деятельности.

2. Характеризуется развитыми общими и специальными способностями.
3. Ориентирован на нравственные, общечеловеческие ценности и гуманное взаимодействие с окружающей средой.
4. Стремится к творческой самореализации.
5. Имеет потребность в постоянном самосовершенствовании.
6. Имеет сформированный образ «Я».
7. Развиты коммуникативные способности.
8. Развит танцевальный, художественный вкус.
9. Имеет эмоциональную отзывчивость к миру искусства музыка, танцам, поэзии, театру.
10. Имеет мотивацию к здоровью и ведет здоровый образ жизни.
11. Имеет развитое гражданское самосознание и чувство Родины.

### **1.3.Диагностика хореографических способностей**

При поступлении в хореографический ансамбль каждый ребенок и подросток диагностируется по восьми показателям: осанка, выворотность, подъем стопы, танцевальный шаг, гибкость тела, прыжок, координация движений, музыкально – ритмическая координация. Педагог оценивает воспитанника каждые полгода. Есть случаи, когда заниматься в хореографический ансамбль приходили дети с неправильной осанкой, низким уровнем развития по другим тестовым показателям. А через определенное время показатели значительно улучшались. Далее приводится описание показателей, которые оцениваются по 10 балльной шкале.

*Осанка.* Для занятий танцами кроме хорошего физического развития необходимо выработать правильную осанку. Основа осанки – позвоночник и его соединения с тазовым поясом. Позвоночник имеет изгибы: шейный (вперед), грудной (назад), поясничный (вперед), крестцово-копчиковый (назад). При нормальной осанке изгибы позвоночника выражены умеренно, причем правая и левая части симметричны: углы лопаток на одной высоте и на одном расстоянии от позвоночника, ось тела, проходя через общий центр тяжести, проецируется на середину площади опоры, что обеспечивает устойчивое равновесие.

*Выворотность* – способность развернуть ноги (в бедре, голени и стопе) наружу. Она зависит от двух очень важных факторов. Во-первых, от строения тазобедренного сустава. Чем глубже головка бедренной кости входит в вертлужную впадину, а связки, фиксирующие бедренную кость в вертлужной впадине, жестче, тем меньше выворотность ног, и наоборот. Во-

вторых, выворотность связана со строением ног. Формирование голени и стопы у детей обычно заканчивается к двенадцати годам. К этому времени носки стоп у ребенка оказываются повернутым либо наружу, либо внутрь (косолапость). Поэтому очень важно не упустить момент и успеть исправить недостаток.

*Подъем стопы* – изгиб стопы вместе с пальцами. Форма подъема (высокий, средний, маленький) находится в прямой зависимости от строения стопы и эластичности связок.

*Танцевальный шаг* – способность свободно поднимать ногу на определенную высоту в сторону, назад, вперед при выворотном положении обеих ног.

*Гибкость тела* зависит от гибкости позвоночного столба. Степень подвижность определяется строением и состоянием позвоночных хрящей.

*Прыжок*, его высота и легкость зависят от силы мышц, согласованности всех частей тела (сгибателей и разгибателей суставов: тазобедренного, коленного голеностопного, стопы и пальцев).

#### *Координация движений*

Среди двигательных функций особое значение для танца имеет координация движений. Различают три основных вида координации: нервную, мышечную, двигательную.

Для нервной координации характерно чувство ритма, равновесия, различных поз, осанки и т.п. Они могут быть закреплены в памяти. Запоминание движения, профессиональная память – одна из особенностей координации, зависящей от работы зрительного и вестибулярного аппаратов и других органов.

В мышечной координации характерно групповое взаимодействие мышц, которое обеспечивает устойчивость тела (при ходьбе, беге и других движениях).

Двигательная координация – это процесс согласования движений звеньев тела в пространстве и во времени (одновременное и последовательное).

#### *Музыкально – ритмическая координация*

Это умение согласовывать движение частей тела во времени и пространстве под музыку.

## 2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа состоит из отдельных тематических блоков, но в связи со спецификой обучения в хореографическом коллективе, границы их сглаживаются. На одном и том же занятии происходит изучение элементов классического танца (одновременно выполняются задачи физического и музыкального развития) и изучаются движения танца.

В программу каждого учебного года вводится теоретический материал, соответствующий содержанию основных разделов.

### **Основные разделы программы:**

- **«Введение»** – дети знакомятся с хореографией как видом искусства, с правилами поведения в танцевальном классе и формой одежды.

- **«Ритмика и музыкальная грамота»** – воспитанники включаются коллективно-порядковые и ритмические упражнения, имеющие целью музыкально-ритмическое развитие детей.

- **«Азбука классического танца»** – знакомит с азами классического танца.

- **«Танцевальные этюды»** – способствуют развитию танцевальности, эмоциональности.

- **«Постановочная и репетиционная работа. Концертная деятельность».**

Этот раздел включает в себя отработку сложных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Показ танца является необходимым этапом постановочной работы. Совместный труд в подготовке концертных программ, репетиции, концерты – это радость творчества. И только через совместную деятельность педагогов и детей осуществляется приобщение к прекрасному. Общие репетиции сближают детей, между членами коллектива устанавливаются дружелюбные, товарищеские отношения, каждый участник танцевального коллектива несет ответственность за каждого члена своей группы.

- **«Индивидуальные занятия»** – работа с воспитанниками, не усвоившими материал из-за болезни, с вновь прибывшими детьми.

Содержание программы выстроено по кольцеобразной схеме, по годам обучения, взаимосвязанным между собой: в последующем году совершенствуются знания, умения и навыки предыдущего. Для воспитанников дошкольного возраста разработан подготовительный курс с учетом их психологического и физического развития.

## **2.1. Содержание программы подготовительного курса обучения**

### **1. Введение**

Содержание и форма занятий. Внешний вид воспитанников. Роль подготовки к занятиям. Дисциплина во время обучения. Взаимоотношения «учащиеся - преподаватель» и отношения между детьми. Подготовка класса для занятий и их режим.

### **2. Ритмика, элементы музыкальной грамоты**

Связь музыки и движения. Понятие «мелодия». Характер мелодии: веселая, грустная, торжественная. Зависимость движения от характера мелодии. Темп музыки. Ускорение и замедление. Музыкальное вступление. Музыкальная фраза. Начало и конец музыкальной фразы. Ритм музыки. Характеристика музыкальных образов. Подбор выразительных движений для создания образа. Самостоятельное использование музыкально-двигательной деятельности в импровизациях.

#### Упражнения, развивающие музыкальные чувство:

1. Марш «танцевальный шаг» (исполняется со сменой размеров и темпов).
2. Шаг на полупальцах с высоким подъемом колена.
3. Бег на полупальцах с высоким подъемом колена вперед, подскоки.
4. Повороты головы, наклоны головы.
5. Наклоны корпуса вперед, назад и в сторону.
6. Постановка корпуса.
7. Основные положения ног: свободная и IV позиция.
8. Основные положения рук: вдоль корпуса, на поясе.
9. Прыжки (на двух ногах, на одной ноге, с поворотом).
10. Упражнения со скакалкой, платочком, лентой.
11. Построения и перестроения в соответствии со структурой музыкальных произведений.
12. Упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов, выворотности ног; исполняются в положении сидя, лежа на спине и на животе.
13. Растяжки на полу.
14. Упражнения для гибкости спины.

### **3. Азбука классического танца**

### *Экзерсис у станка*

1. Позиция ног – I, II, III.
2. Battements tendus с I позиции в сторону, вперед, назад на 2 т. 4/4; затем 1 т. 4/4.
3. Demi – plié в I и II позиции.
4. Battements tendus jete I позиции по 1 т. 4/4.
5. Relive по I и II позиции.

### *Экзерсис на середине зала*

1. Постановка корпуса.
2. I – port de bras.
3. Выученные у станка элементы переносятся на середину зала.

### *Allegro*

1. Pas sauté по VI и I позиции.

## **4. Танцевальные этюды**

1. «На птичьем дворе» (ход на полупальцах, махи руками) для развития образного мышления.
2. «Веселые лошадки» – бег с подъемом коленей.
3. Партерный экзерсис – соединение элементов.
4. «Со скакалкой мы – подруги».
5. «Снежинки» – импровизация.
6. «Голуби» – этюд на построение и перестроение.
7. «Синеглазка» – соединение танцевального шага с поклоном, позиция рук.
8. «Лыжники» – импровизация.
9. «Весеннее настроение».

## **5. Постановка:**

- знакомство с музыкальным материалом постановки;
- изучение танцевальных движений;
- соединение движений в танцевальные композиции;
- разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах.

## **Репетиция:**

- отработка элементов;
- работа над музыкальностью;
- развитие пластичности;
- синхронность в исполнении;
- работа над техникой танца;
- отработка четкости и чистоты в рисунков, построений и перестроений;
- выразительность и эмоциональность исполнения.

Форма работы:

- групповая;
- подгрупповая;
- с солистами.

### **Концертная деятельность:**

- участие в праздниках детского творчества;
- выступления на фестивалях и конкурсах, городских мероприятиях.

### **6. Индивидуальные занятия**

Помощь воспитанникам, отстающим в освоении программы и репертуара от коллектива.

## **2.2. Содержание программы 1-го года обучения (основной курс)**

### ***1. Введение***

Задачи этого года обучения. Перспективы и требования. Расписание занятий. Комплектование группы. Выбор родительского комитета. Обсуждение и решение проблем: оформления и оборудования класса, подготовки костюмов, организации отдыха на каникулах.

### ***2. Ритмика и музыкальная грамота***

Танцевальная музыка: марши, польки, вальсы. Музыкальный размер. Сильная доля. Музыкальное прослушивание для создания ритмического и танцевального образа.

Упражнения, развивающие музыкальное чувство

1. Элементы партерной гимнастики (выполняются лежа на спине, на животе и сидя на полу);

2. Упражнения для укрепления мышц спины, живота, выворотности ног.
3. Pas польки.
4. Галоп.

### **3. Азбука классического танца**

#### *Экзерсис у станка*

1. Позиции ног.
2. Demi plie по позициям.
3. Battements tendus:
  - с demi plie в I позиции в сторону, вперед, назад;
  - с V позиции,
  - с опусканием пятки во II позицию;
  - с demi plie во II позицию без перехода с опорной ноги.
4. Passe par terre (проведение ног вперед и назад через I позицию).
5. Понятие направлений en dehors et en dedans.
6. Demi raud de jambe par terre en dehors et en dedans.
7. Rond de jambe par terre en dehors et en dedans.
8. Battements tendus jetes: с I и V позиций в сторону, вперед, назад; rigues в сторону, вперед, назад.
9. Положение ноги sur le cou-pied вперед и назад (обхватное, для battements frappes).
10. Battements frappes в сторону, вперед, назад. Вначале носком в пол, позднее – на 45 градусов.
11. Relevés на полупальцах в I, II и V позициях, с вытянутых ног и с demi-plie.
12. Battements – tendus plie – soutenus – вперед, в сторону, назад.
13. Preparation для rond de jambe par terre en dehors et en dedans.
14. Положение ноги sur le cou-de-pied («условное» для battements fondus).
15. Battements fondu в сторону, вперед, назад, носком в пол, позднее – на 45 градусов.
16. Grand plie в I, II, V, VI позициях.
17. Battements reties (поднимание ноги из V позиции в положение sur le cou-de-pied и passe и возвращение в V позицию).
18. Battement developpes вперед, в сторону, назад.
19. Grand battements jetes с I и V позиция – вперед, в сторону, назад.
20. Перегибание корпуса назад и в сторону (лицом к станку).

### *Экзерсис на середине зала*

Изученные у станка элементы выносятся на середину зала и исполняются в том же порядке.

1. I; II; III – port de bras.
2. Pas польки.
3. Temps lie par terre вперед, назад.

### *Allegro*

1. Temps soule по I; II; V позициям.
2. Changements de pieds.
3. Pas echarpe на II позиции.
4. Pas balance.
5. Pas de basgue вперед.

#### ***4. Танцевальные этюды***

1. "Под дождем" – с использованием элементов pas польки, гопака, прыжков.
2. «Оловянный солдатик» – марш, перестроения.
3. Этюд для выработки пластичности и выразительности рук.
4. Импровизация на музыку П.И.Чайковского «Времена года».
5. «Кукла» – с использованием элементов классического танца.
6. «Вальс» – для закрепления изученных движений.
7. Вариации с включением изученных элементов.

#### ***5. Постановочная и репетиционная работа. Концертная деятельность.***

Демонстрация движения, его музыкальная раскладка, особенности исполнения. Изучение сложных элементов. Исполнение в медленном, а затем обычном темпе.

Отработка техники исполнения движения (темп, ритм, повторяемость).

#### ***6. Индивидуальные занятия***

Помощь воспитанникам, отстающим в освоении программы и репертуара от коллектива.

## 2.3. Содержание программы 2-го года обучения (основной курс)

### 1. Введение

Цели и задачи нового учебного года. Перспективный план работы по подготовке новых постановок.

### 2. Азбука классического танца

*Экзерсис у станка*

1. Battements tendus в «маленьких» и «больших» позах.
2. Battements tendus jetes:
  - balancoir;
  - в «маленьких» и «больших» позах.
3. Rond de jambe par terre en dehors et en dedans в demi-plies.
4. Battements fondus:
  - с plie-releve на всей стопе;
  - в разных позах.
5. Rond de jambe en l'air en dehors et en dedans на всей стопе.
6. Pas coupe на всю стопу.
7. Pas tombe sur le cou-de-pied.
8. Battements releves lents на 90 гр.
9. Grand battements jetes.
10. 1 и 3 port de bras как заключительный этап в различных упражнениях.
11. Полуповороты на полупальцах en dehors et en dedans на двух ногах.

*Экзерсис на середине зала*

1. 4 и 5 port de bras в V позиции.
2. Temps lie par terre avec port de bras (с перегибом корпуса назад и в сторону).
3. Полуповороты на двух ногах в V позиции с переменной ног.

*Allegro*

1. Temps saute по IV позиции.
2. Pas assemble.
3. Petit changement de pieds en tournant на  $\frac{1}{4}$ ,  $\frac{1}{2}$ .
4. Pas echappe на II и IV позицию с окончанием на одну ногу.
5. Petit pas chasse во всех направлениях
6. Sissoune fermee во всех направлениях.

### **3. Танцевальные этюды, танцы**

1. Классическая композиция.
2. Этюд в современных ритмах.

**4. Постановочная и репетиционная работа. Концертная деятельность.** Знакомство с музыкальным материалом и разводка танцевальной композиции.

Отработка и соединение элементов.

### **5. Индивидуальная работа**

## **2.4. Содержание программы 3-го года обучения (основной курс)**

### **1. Введение**

#### **2. Азбука классического танца**

*Экзерсис у станка*

Повторяются все изученные движения экзерсиса в различных сочетаниях.

Темп нарастает. Координация движений усложняется. Новые движения вводятся постепенно.

1. Battements fondus:
  - double на всей стопе и на полупальцах;
  - с plie – releve et rond de jambe на 45 градусов en face, позже – из позы в позу.
2. Battements soutenus в сторону, вперед, назад носком в пол и на 45 градусов на всей стопе; с подъемом на полупальцы.
3. Battements frappes et battements double frappes с окончанием в demi plie.
4. Petits battements sur le cou-de-pied.
5. Pas tombe:
  - с продвижением, работающая нога в положении sur le cou-de-pied, носком в пол, на 45 градусов;
  - на месте с полуповоротом en dehors et en dedans работающая нога в положении sur le cou-de-pied.
6. Demi-rond de jambe et grand rond de jambe developpe en dehors et en dedans.
7. Preparation k pirouette sur le cou-de-pied en dehors et en dedans с V позиции.

8. Pirouette с V позиции en dehors et en dedans.

### *Экзерсис на середине зала*

Движения, изученные у станка, переносятся на середину зала.

1. Pas de bourree de cote носком в пол и под 45 градусов.
2. Pas de bouree ballotee на effecsee et crasee носком в пол и под 45 градусов.
3. Pas jete fondus с передвижением вперед и назад.
4. Preparation k pironette en dehors et en dedans с V, IV и II позиции.
5. Pirouette en dehors et en dedans с V, IV, II позиций.

### *Allegro*

1. Petit et grand changement de pieds с продвижением вперед, в сторону, назад и en tournant по  $1/8$  и  $1/4$  оборота, позже – по  $1/2$  оборота.
2. Pas echappe на II и IV et tournant по  $1/4$ ,  $1/2$  оборота.
3. Pas assemble с продвижением en face и в разных позах.
4. Petit pas jete с продвижением в разных направлениях.
5. Pas de chat.
6. Sissonne ouverte par developpe на 45 градусов.
7. Sissonne tonbee en face и в позах.
8. Pas ballonne во всех направлениях и позах на месте и с продвижением.
9. Pas echappe battu.

### ***3. Танцевальные этюды, танцы***

1. Pas польки.
2. Вариации.

### ***4. Постановочная и репетиционная работа. Концертная деятельность.*** Знакомство с музыкальным материалом и разводка танцевальной композиции. Отработка и соединение элементов

### ***5. Индивидуальная работа***

## **2.5. Содержание программы 4-го года обучения (основной курс)**

### ***1. Введение***

## **2. Азбука классического танца**

Повторение и закрепление материала предыдущего года, освоение новых движений.

*Экзерсис у станка*

1. Battements soutenus на 90 градусов во всех направлениях и позах.
2. Battements frappes et battements double – frappes с releve на полупальцы в demi plie en face и в разных позах.
3. Flic-flac en face.
4. Battements releves lents et battements developpes en face в позах:
  - на полупальцах,
  - с plie – releve et demi rond de jambe en face и из позы в позу.
5. Grand battements jete developpes («мягкие» battements).
6. Grand battements jete passe par terre (через I позицию) с окончанием на носок вперед или назад en face и в разные позы.

*Экзерсис на середине зала*

1. Battements tendus en tournant en dehors et en dedans по 1/8, 1/4, и 1/2 круга.
2. Battements tendus jete en tournant en dehors et en dedans по 1/8, 1/4 круга.
3. Rond de jambe par terre en tournant en dehors et en dedans по 1/8, 1/4 и 1/2 круга.
4. Temps lie на 90 градусов с переходом на всю стопу.
5. 5-е и 6-е port de bras.
6. Pas de bourree dessus-dessous en face.

*Allegro*

1. Pas double assemble.
2. Pas assemble с продвижением и с использованием приемов pas glissade, coupe – шаг.
3. Pas emboites вперед и назад.
4. Grand sissoune ouverte во всех позах.

## **3. Танцевальные этюды и танцы**

1. Вариации.
2. Танцы народов мира.

#### ***4. Постановочная и репетиционная работа. Концертная деятельность.***

Знакомство с музыкальным материалом и разводка танцевальной композиции.

Отработка и соединение элементов.

#### ***5. Индивидуальная работа***

### **2.6. Содержание программы 5-го года обучения (основной курс)**

#### ***1. Введение***

Анализ материала, освоенного за прошедшие годы. Цели и задачи на учебный год.

#### ***2. Азбука классического танца***

*Экзерсис у станка*

1. Retites battements sur le cou-de-pied с plie releve на всей стопе и на полупальцах.
2. Rond de jambe en l'air en dehors et en dedans с окончанием на demi- plie-releve et releve на полупальцах.
3. Demi et grand rond de jambe developpe на полупальцах и с переходом из позы в позу.
4. Grand rond de jambe jete en dehors et en dedans.
5. Battements developpes tombe en face, в разных позах, завершая носком в пол и под 90 градусов.
6. Половина tour en dehors et en dedans с plie-releve, с ногой, вытянутой вперед и назад на 45 и 90 градусов.

*Экзерсис на середине зала*

1. Battements fondus:
  - с plie releve et demi rond de jambe на 45° из позы в позу;
2. Battements soutenus на 90 градусов.
3. Grand battements jete developpes.
4. Pirouette en dehors et en dedans с V, IV, II позиций, с окончанием в V и VI позиции.

*Allegro*

1. Pas jete ferme.
2. Pas ballotte (носком в пол).
3. Sissoune fondus на 90° во всех направлениях.
4. Grand sissoune ouverte во всех направлениях и позах без продвижения и с продвижением.
5. Grand pas assemble.
6. Grand pas jete.

### ***3. Танцевальные этюды, танцы***

Композиции с использованием изученного материала.

***4. Постановочная и репетиционная работа. Концертная деятельность.***

***5. Индивидуальная работа.***

## **3.ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**

### **3.1. Учебный план**

№ п/п	Базовая тема	Количество часов					
		Подготовительный курс (34 недели)	Основной курс				
			1 год (34 недели)	2 год (34 недели)	3 год (35 недель)	4 год (35 недель)	5 год (35 недель)
1.	<b><i>Введение.</i></b>	4	2	2	2	2	2
2.	<b><i>Ритмика и музыкальная грамота.</i></b>	24	12	-	-	-	-
3.	<b><i>Азбука классического танца.</i></b>	12	22	28	104	104	104
4.	<b><i>Танцевальные этюды.</i></b>	16	16	16	50	50	50
5.	<b><i>Постановочная и репетиционная работа. Концертная деятельность.</i></b>	12	16	56	124	124	124
<b>Итого:</b>		<b>68</b>	<b>68</b>	<b>102</b>	<b>280</b>	<b>280</b>	<b>280</b>

### 3.2. Основные методы и формы обучения детей хореографическому искусству

Решение задач, выдвигаемых данной программой, требует особого подхода к каждой группе детей: психология и физиология 6-7-летнего ребенка отличается от возможностей 8-9-летнего школьника; различаются также физические способности учащихся, танцевавших ранее и не имевших хореографической подготовки. Поэтому программой предусмотрены следующие **формы занятий**:

- групповые,
- индивидуальные,
- репетиционные.

Специфика обучения хореографии связана с систематической физической и психологической нагрузкой. Детям необходимо осмысливать указания педагога, слушать музыку, запоминать предложенный текст, отрабатывать различные движения. Преодолеть трудности помогает осуществление индивидуального подхода при одинаковых заданиях для всех. При этом учитывается тип личности, уровень подготовки ребенка, его умение сосредоточиться на разных аспектах задания.

Для обучения танцам детей дошкольного и младшего школьного возраста необходимо использовать **игровой принцип**. «Дети должны жить в мире красоты, игры, сказки, музыки, фантазии, творчества», – писал В.А.Сухомлинский. Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха, а о необходимости пронизать занятие игровым началом, сделать игру его органическим компонентом.

Игра должна быть средством достижения намеченной педагогической цели, требовать для своего осуществления волевых усилий, упорного труда. Тогда игра будет способом обучения воспитанника умению трудиться, и при этом даже рутинная, скучная для детей работа покажется интересной.

Следующий важный принцип работы на первых этапах обучения – **принцип многократного повторения** изучаемых движений в максимальном количестве всевозможных сочетаний. Длительное изучение и проработка небольшого количества движений дает возможность прочного их усвоения, что послужит фундаментом дальнейшего образовательного процесса.

Из всего многообразия средств обучения **классический танец** отличается тем, что является фундаментом всей хореографической подготовки и основой высокой исполнительской культуры. Поэтому классический экзерсис, после изучения основных его элементов,

рекомендуется использовать в качестве тренажа на репетициях коллектива. Для того чтобы облегчить воспитанникам усвоение тем образовательной программы, занятие делится на три части: подготовительную, основную и заключительную.

Подготовительная часть – включает построение воспитанников на середине зала и настрой на занятие (взаимные приветствия детей и педагога), маршировку, бег и вспомогательные корригирующие упражнения на полу для подготовки мышц, суставов и связок к нагрузке.

Основная часть – постановка корпуса, ног, рук и головы для формирования осанки, выработка выворотности ног в упражнениях у станка и на середине зала, развитие гибкости, отработка шага, прыжка, развитие силы и выносливости.

Заключительная часть – включает, в основном, движения для развития танцевально-ритмической координации и выразительности. Они также направлены на то, чтобы снять нервное и физическое напряжение, поднять эмоциональный тонус у детей. В этой части разучиваются и повторяются музыкальные этюды, композиции.

Ведущими методами обучения детей хореографическому искусству **являются:**

- наглядная демонстрация формируемых навыков (практический показ);
- объяснение методики исполнения движения;
- демонстрация иллюстраций (наглядные пособия, видеоматериал).

Таким образом, **основные методы**, применяемые при обучении:

- качественный показ;
- словесное (образное) объяснение;
- сравнение;
- контраст;
- повторение.

Ребенок должен знать хореографическую терминологию, пользоваться ею на занятии. Использование точной, грамотной терминологии позволит постепенно отойти от практического показа, разовьет внимательность воспитанников и их способность воспринимать словесную информацию.

С первых занятий важна работа над культурой движения. Каждое движение имеет начало и окончание, амплитуду, характер. Оно должно исполняться в такт музыке.

Одним из самых слабых мест в исполнительской практике является невыразительность лица, поэтому с первого занятия нужно обращать

внимание детей на активность мышц лица, играть с ними в «маски» (грустная, веселая, сердитая).

Особое внимание уделяется музыкальному оформлению занятия. Оно должно быть разнообразным и качественным. Музыка подбирается к каждой части занятия, определяется ее структура, темп, ритмический рисунок, характер.

В разделы «Танцевальные этюды», «Танцевальные композиции» включены современные мелодии для стимуляции эмоциональной и актерской выразительности воспитанников.

### **Сроки реализации программы**

Программа реализуется в течение 1 года:

- начало занятий – 01 сентября текущего учебного года;
- окончание занятий – 31 мая текущего учебного года.

Программа рассчитана на 34 учебных недели (дошкольники и младшие школьники), на 35 учебных недель (учащиеся 5-11 классов)

### **Формы и режим занятий**

- Программа рассчитана на детей – 5-18 лет.
- Наполняемость группы – 15 детей.
- Периодичность проведения занятий – 2 раза в неделю.
- Продолжительность одного занятия - 30 мин. (для детей в возрасте до 8 лет, 45 мин. для остальных обучающихся)
- Форма организации учебного процесса: групповая.

### **3.3. Условия реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

Условия, необходимые для реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы – совокупность факторов, оказывающих влияние на эффективность и результативность образовательной программы.

**Кадровые условия** – совокупность требований к кадровому составу.

Преподавание хореографии требует от педагога специального образования и разносторонней подготовки в области хореографии, педагогики и психологии. Педагог, работающий по программе, имеет высшую квалификационную категорию, является лауреатом всероссийских и

региональных хореографических конкурсов. Постоянно повышает свою квалификацию на семинарах и мастер-классах.

**Материально-технические условия** – совокупность требований к обеспечению учебного процесса оборудованием, помещениями и иными видами имущества в соответствии с требованиями СанПиН.

Современная материально-техническая база позволяет создать все необходимые условия для получения детьми качественного образования, сохранения их здоровья, воспитания и развития. Организация образовательного процесса осуществляется в условиях классно–кабинетной системы в соответствии с основными нормами техники безопасности и санитарно гигиеническими нормами.

- Наличие оборудованного зала для занятий (зеркала, станок, пол со специальным покрытием, фортепиано, аудио и видеоаппаратура).
- Наличие у детей специальной формы для занятий.
- Музыкальное сопровождение (наличие аудиозаписей, кассеты, диски).
- Наличие сценических костюмов для концертных номеров.

## Список литературы

1. Базарова Н., Мей В. Албука классического танца.- Л.: Искусство, 1983.
2. Богаткова Л. Хоровод друзей.- М.: Детгиз, 1957.
3. Боголюбская М. Музыкально-хореографическое искусство в системе эстетического и нравственного воспитания.- М., 1986.
4. Ваганова А. Основы классического танца.- Л.: Искусство, 1960.
5. Ванслов В. Балеты Григоровича и проблемы хореографии.-М.: Искусство, 1968.
6. Голейзовский К. Образы русской народной хореографии.- М.: Искусство, 1964.
7. Давыдов В. Проблемы развивающего обучения.- М., 2004.
8. Жданов Л. Вступление в балет.- М.: Планета, 1986.
9. Захаров В. Радуга русского танца.- М.: Сов. Россия, 1986.
10. Климов А. Основы русского народного танца.- М.: Искусство, 1981.
11. Конен В. Рождение джаза.- М., 1984.
12. Королёва Э., Курбет В., Мардарь М. Молдавский народный танец.- М.: Искусство, 1984.
13. Костровицкая В. 100 уроков классического танца.- Л.: Искусство, 1981.
14. Кристи Г. Основы актёрского мастерства.- М.: Советская Россия, 1970.
15. Михайлова М. Развитие музыкальных способностей детей.- Ярославль, 1997.
16. Пасютинская В. Волшебный мир танца.- М.: Просвещение, 1985.
17. Прибылов Г. Методические рекомендации и программа по классическому танцу для самодеятельных коллективов.- М., 1984.
18. Ромм В. Большой театр Сибири.- Новосибирск, 1990.
19. Смирнов И. Искусство балетмейстера.- М.: Просвещение, 1986.
20. Ткаченко Т. Народные танцы.- М.: Искусство, 1975.
21. Устинова Т. Избранные русские народные танцы.- М.: Искусство, 1996.
22. Чижова А. Берёзка.- М.: Советская Россия, 1972.
23. Шишкина-Фишер Е. Немецкие народные календарные обряды обычаи танцы и песни.- М.: Готика, 2000.
24. Ярмолевич Л. Принципы музыкального оформления урока классического танца.- М.: Искусство, 1968.