




Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
«Новосёловская средняя общеобразовательная школа № 5»

Рассмотрено Председатель методического совета Юдичев М.В. 	Согласовано Зам. директора по УВР Арбузова Н.П. 	Утверждено Директор МБОУ НСОЦ № 5 С.В. Пелиган 
Протокол № 1 от « 29 » августа 2019 г.	« 30 » августа 2019 г.	приказ № 287 от « 30 » августа 2019 г.

**Программа дополнительного образования  
«Студия эстрадного карта»**

Программа рассчитана для детей 7-16 лет  
Срок реализации программы – 5 год

Педагог дополнительного образования  
Берсинева Ирина Викторовна

Новоселово, 2019

## *Пояснительная записка*

### **Актуальность программы.**

В настоящее время, время новых технологий и компьютерного прогресса, школьники получают колоссальную нагрузку на психику. Поэтому так важно, чтобы в школе было место, где они могли бы отдохнуть от учебного процесса, переключив свое внимание на иной вид деятельности. Танец, мимика и жест (как и музыка) являются одним из древнейших способов выражения чувств и переживаний. Музыкально-ритмические упражнения выполняют релаксационную функцию, помогают добиться эмоциональной разрядки, снять умственную перегрузку и утомление. Ритм, который диктует музыка головному мозгу, снимает нервное напряжение, улучшая тем самым речь у ребенка. Движение и танец, помимо того, что снимают нервно-психологическое напряжение, помогают младшим школьникам быстро и легко устанавливать дружеские связи с другими детьми, а это также дает определенный психотерапевтический эффект.

Данная программа составлена с помощью следующих программ:

1. Бочкарева Н.И. Ритмика и хореография. Программа для хореографических отделений общеобразовательных школ, гимназий, ДМШ, школ искусств (10-летний курс обучения). г. Красноярск. 1994 г.

2. Мошкова Е.И. Программы для общеобразовательных учреждений. Ритмика и балльные танцы. Для начальной и средней школы. М. «Просвещение». 1997г.

3. Музыка. Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. Министерство просвещения СССР. 1986г.

Данная программа предназначена для занятий в школьных хореографических студиях, где занятия проводятся в течение пяти лет со школьниками, имеющими склонность к танцевальной деятельности. Целью занятий в студии является приобщение школьников к искусству хореографии, развитие их художественного вкуса, потребностей и интересов.

Занятия студии не нацелены на то, чтобы дети стали профессиональными танцорами. Главное – развитие музыкально-пластических способностей, соединение внутреннего состояния с внешним физическим действием.

На занятиях студии ставятся следующие задачи:

- воспитать в детях интерес к танцу;
- психологически раскрепостить ребенка;
- воспитать умение работать в коллективе;
- развить координацию движений, гибкость;
- научить детей чувствовать характер музыкального сопровождения.

Используя разнообразные и доступные движения классического, народного и современного танца, можно создать танцевальный репертуар, имеющий целью воспитание личности школьника, его гуманного отношения к людям, идейно-нравственной направленности, формирование в нем глубокого эстетического чувства.

В процессе постановочной работы, репетиций дети приучаются к сотворчеству, у них развиваются художественное воображение, ассоциативная память, творческие способности. В ходе постановочной работы, на репетициях учащиеся осваивают музыкально-танцевальную природу искусства. Развивается творческая инициатива детей, воображение, умение передать музыку и содержание образа движением.

Руководитель, придерживаясь содержания программы, может творчески подходить как к проведению занятий, так и к постановочной работе, руководствуясь изложенными выше воспитательными целями и конкретными условиями.

В программу введен раздел «Танцевальная импровизация», который рассматривается нами как один из путей приобщения детей к творческой самостоятельности, могущей отразиться как на интерпретации детьми поставленных руководителем танцев, так и на «детскости» репертуара по его содержанию и форме.

В программе усиливается познавательная деятельность за счет систематического проведения бесед о хореографическом искусстве, совместных просмотров телепередач о

танце, посещение концертов. Программа сочетает тренировочные упражнения и танцевальные движения классического, народно-сценического и современного танца, что способствует развитию танцевальности учащихся. Теоретические сведения по музыкальной грамоте даются непосредственно в процессе занятий и в ходе работы над постановками. Программа дана по годам обучения. На каждый год обучения предполагается определенный минимум умений, навыков, сведений по хореографии. На каждом году обучения идет работа по четырем разделам: 1) учебно-тренировочная работа; 2) специальная танцевально-художественная работа; 3) дифференцированная работа; 4) мероприятия воспитательно-познавательного характера.

Основная цель II и III раздела в течение всего процесса обучения заключается в сочинении, постановке и отработке номеров (репертуара студии), работе с солистами и сводные репетиции. Поэтому их краткое содержание описывается только в первый год обучения.

I раздел - «Учебно-тренировочная работа» разделен на темы:

- 1) азбука музыкального движения.
- 2) элементы классического танца,
- 3) элементы народного танца,
- 4) элементы современного танца,
- 5) танцевальная импровизация.

Хотя программа разделена на отдельные тематические части, но в связи со спецификой занятий в хореографической студии границы их несколько сглаживаются: на одном занятии могут изучаться элементы классического, современного и народного танца, исполняться задания на импровизацию. Руководитель строит работу таким образом, чтобы не нарушать целостный педагогический процесс, учитывая тренировочные цели, задачи эстетического воспитания и конкретные перспективы коллектива.

Руководитель студии не должен копировать методы занятий и репертуарную линию профессиональных хореографических училищ, так как цели, задачи и условия работы в хореографической студии отличаются от профессионального хореографического образования.

**В первую тему** включаются коллективно-порядковые и ритмические упражнения, имеющие целью музыкально-ритмическое развитие учащихся. На первом году обучения они строятся на шаге и беге в различных рисунках, ориентируя детей в пространстве и времени, развивая музыкальность. В дальнейшем ритмическое воспитание происходит непосредственно на элементах танцевальных движений.

**Во вторую тему** вводятся элементы классического танца. Построенные по степени усложнения, упражнения подготавливают к более сложным движениям и физической нагрузке, укрепляют мышцы спины, ног, способствуют развитию координации движений.

**В третью тему** – элементы народного танца – включены танцы разного характера. На этом материале необходимо дать учащимся представление о диапазоне национальных плясок: 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.

Народные танцы можно интерпретировать, приближая их к детской тематике, обогащая элементы танца темами, заимствованными из сюжетов сказочного или бытового характера, из детских игр. Рекомендуется также воспроизводить по записи подлинный национальный танец, доступный для детей разного возраста. Материал, указанный в программе, по желанию руководителя может заменяться другим, аналогичным по степени трудности.

**Четвертая тема** – элементы современного танца. Целями данной темы являются: расширение возможностей хореографического искусства, знакомство и овладение новыми видами танцевальной техники, достижение максимального эмоционального «раскрытия» учащихся. Изучение основных стилей, направлений, школ танцев модерн, джаза, стиля рэп. В данной теме лежат принципы пластического интонирования, под которыми мы

подразумеваем первоначальное движение, возникающее спонтанно под воздействием музыки.

**Пятая тема** – танцевальная импровизация под музыку – включает упражнения, этюды и экспромты на заданную и свободную тему.

В задания на импровизацию включены темы, близкие детскому воображению; сюжеты и настроения, связанные с природой, сказочными героями любимых книг, мультфильмов, литературные и музыкальные героические темы для более старших учеников.

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, легкость, сила, грация.

Учащиеся, прошедшие определенный курс по данной программе, должны получить общие сведения об искусстве хореографии, ее специфике и особенностях.

В хореографическую студию принимаются физически здоровые дети в возрасте от 7 до 16 лет. Все они объединяются обычно в три возрастные группы: старшую, среднюю и младшую (по 12-14 учащихся в группе).

Для занятий в хореографической студии желательно иметь просторное помещение с деревянным некрашеным полом, оборудованное специальными станками и зеркалами. Костюмы для занятий и специальную обувь ученики приобретают сами по указанию руководителя.

Занятия в каждой группе, как правило, проводятся два раза в неделю у младшей и средней группы, у старшей группы – три раза. Продолжительность занятий с младшими школьниками 60 минут, с остальными кружковцами – два академических часа.

Занятия в студии хореографии в основном имеют **форму практическую**, включающую в себя тренировочные упражнения, постановочную работу, репетиции.

**Формы работы** с учениками студии:

- Групповая (ансамблевая).
- Индивидуальная.
- Парная.

Занятия построены **по принципам**: доступности, последовательности, систематичности.

**Из методов организации деятельности**, занимающихся в большей степени, использую фронтальный метод, одновременный вариант.

При изучении нового материала применяю индивидуальный метод.

**Из методов обучения** использую следующие: словесные, наглядные и практические. Из словесных применяю: объяснение и подсчет.

**Из методов наглядности** – собственный показ.

**Из практических** применяю метод разучивания по частям, в целом.

Отчеты хореографической студии планируются или в виде открытых занятий, или как концертное выступление (на первом году обучения - открытый урок). В течение года должно быть не больше 5 – 6 выступлений. Частые выступления отнимают у детей много сил и времени, резко снижают художественный уровень исполнительской работы.

В мероприятия воспитательного характера входят подготовка и проведение отчетных концертов, выступлений ребят в школах, сельских клубах, в дни празднеств и значительных дат; помощь своим товарищам по коллективу при разучивании танцев, замена заболевших, шефство старших ребят над младшими, самостоятельная работа по созданию танцев, исполняемых в своих школах и лагерях.

Организационная работа строится с учетом целей и задач, содержания и формы работы студии. Она заключается в составлении расписаний занятий в группах (количество часов, время занятий), ведении журнала посещаемости, выборе родительского комитета и старост групп, составлении тематических планов, организации групп по возрастам, знакомстве с вновь пришедшими учениками. Забота о художественном оформлении танцевального помещения, где проводятся занятия, о чистоте и порядке в зале, сохранности зеркал, музыкального инструмента и т. д., проверка внешнего вида учеников, формы одежды для занятий девочек и мальчиков (репетиционный костюм, туфли, прически); бе-

седы с родителями о целях и задачах, перспективном плане кружка, предстоящих выступлениях и поездках, - это тоже часть организационной работы.

**Место реализации программы** – Новоселовская средняя общеобразовательная школа №5.

**Учебно-тематический план.  
I год обучения (подготовительная группа).**

Содержание и вид работы	Общее кол-во часов	Теория	Практика	Форма фиксации результатов
I. Учебно-тренировочная работа: - азбука музыкального движения; - элементы классического танца; - танцевальная импровизация.	13 40 18	3 2 -	10 38 18	Контрольные уроки в конце года
II. Специальная танцевально-художественная работа: - постановочная работа; - репетиционная работа.	20 20	- -	20 20	Непосредственный просмотр готовых номеров
III. Дифференцированная работа: - индивидуальные занятия; - сводные репетиции.	10 10	- -	10 10	Непосредственный просмотр готовых номеров
IV. Мероприятия воспитательно-познавательного характера: - организационная работа; - беседы; - прослушивание музыкального материала, просмотр видеоматериала.	4 7 2	- 7 -	4 - 2	-

**Итого: 144 часа.**

**II год обучения.**

Содержание и вид работы	Общее кол-во час.	Теория	Практика	Форма фиксации результатов
I. Учебно-тренировочная работа: - азбука музыкального движения; - элементы классического танца; - элементы народно-сценического танца; - танцевальная импровизация.	11 25 20 15	2 2 2 -	9 23 18 15	Контрольные уроки в конце года
II. Специальная танцевально-художественная работа: - постановочная работа; - репетиционная работа.	20 20	- -	20 20	Непосредственный просмотр готовых номеров
III. Дифференцированная работа: - индивидуальные занятия; - сводные репетиции.	10 10	- -	10 10	Непосредственный просмотр готовых номеров
IV. Мероприятия воспитательно-познавательного характера: - организационная работа; - беседы; - прослушивание музыкального материала, просмотр видеоматериала.	4 7 2	- 7 -	4 - 2	-

**Итого: 144 часа. III год обучения.**

Содержание и вид работы	Общее количество часов	Теория	Практика	Форма фиксации результатов
I. Учебно-тренировочная работа: - основы овладения техникой модерн-джаз-танца; - танцевальная импровизация.	73 30	3 -	70 30	Контрольные уроки в конце года
II. Специальная танцевально-художественная работа: - постановочная работа; - репетиционная работа.	30 30	- -	30 30	Непосредственный просмотр готовых номеров
III. Дифференцированная работа: - индивидуальные занятия; - сводные репетиции.	15 25	- -	15 25	Непосредственный просмотр готовых номеров
IV. Мероприятия воспитательно-познавательного характера: - организационная работа; - беседы; - прослушивание музыкального материала, просмотр видеоматериала.	4 7 2	- 7 -	4 - 2	-

**Итого: 216 часов.**

***IV год обучения.***

Содержание и вид работы	Общее количество часов	Теория	Практика	Форма фиксации результатов
I. Учебно-тренировочная работа: - техническое овладение упражнениями на середине (модерн-джаз танца); - танцевальная импровизация.	73 30	3 -	70 30	Контрольные уроки в конце года
II. Специальная танцевально-художественная работа: - постановочная работа; - репетиционная работа.	30 30	- -	30 30	Непосредственный просмотр готовых номеров
III. Дифференцированная работа: - индивидуальные занятия; - сводные репетиции.	15 25	- -	15 25	Непосредственный просмотр готовых номеров
IV. Мероприятия воспитательно-познавательного характера: - организационная работа; - беседы; - прослушивание музыкального материала, просмотр видеоматериала.	4 7 2	- 7 -	4 - 2	

**Итого: 216 часов.**

***V год обучения.***

Содержание и вид работы	Общее количество часов	Теория	Практика	Форма фиксации результатов
I. Учебно-тренировочная работа: - освоение усложненной техники с помощью прыжков и вращений (модерн-джаз танец);	73	3	70	Контрольные уроки в конце года

- танцевальная импровизация.	30	-	30	
II. Специальная танцевально-художественная работа: - постановочная работа; - репетиционная работа.	30 30	- -	30 30	Непосредственный просмотр готовых номеров
III. Дифференцированная работа: - индивидуальные занятия; - сводные репетиции.	15 25	- -	15 25	Непосредственный просмотр готовых номеров
IV. Мероприятия воспитательно-познавательного характера: - организационная работа; - беседы; - прослушивание музыкального материала, просмотр видеоматериала.	4 7 2	- 7 -	4 - 2	-

**Итого: 216 часов.**

**Содержание программы.**

**I год обучения (подготовительная группа).**

Обучение детей 7 – 8-летнего возраста начинается с упражнений по ориентировке в пространстве. Большое организующее значение принадлежит музыке. Именно поэтому на 1-м этапе обучения первоочередной задачей является приобретение координации слуховых и двигательных навыков и постепенное их осознание.

**Раздел. Учебно-тренировочная работа.**

**Тема 1. Азбука музыкального движения.**

**Т е о р и я.** Мелодия и движения. Темп (быстро, медленно, умеренно). Музыкальные размеры: 4/4, 2/4, 3/4. Контрастная музыка: быстрая-медленная, веселая-грустная. Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворотов вправо и влево. Соотнесение пространственных построений с музыкой. Такт и затакт.

**П р а к т и ч е с к и е з а н я т и я.** Музыкально-пространственные упражнения: маршировка в темпе и ритме музыки – шаг на месте вокруг себя, вправо, влево. Пространственные музыкальные упражнения: повороты на месте (строевые), продвижение на углах, с прыжком (вправо и влево). Фигурная маршировка с перестроением: из колонны в шеренгу и обратно; из одного круга в два и обратно; продвижение по кругу (внешнему и внутреннему), звездочка, конверт (по 5-6 человек на углах и в центре в шеренгу). Танцевальные шаги (с носка на пятку) с фигурной маршировкой. Танцевальные шаги в образах, например оленя, журавля, лисы, кошки, мышки, медведя, птички и т. д.

**Тема 2. Элементы классического танца.**

**Т е о р и я.** Знания и навыки. Специфика танцевального шага и бега. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата ребенка. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного и тазобедренного суставов. Позиции и положения ног и рук.

**П р а к т и ч е с к и е з а н я т и я.** 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-я позиции (на середине); держась за одну руку, стоя боком к станку.

Батман тандю – движения, вырабатывающие натянутость всей ноги в колене, подъеме, пальцах, развивающие силу и эластичность ног; изучаются лицом к станку по 1, 2, 5-й позициям, вначале в сторону вперед, в конце года – назад.

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

Деми рон де жамб пар тэр – круговое движение, развивает подвижность тазобедренного сустава; изучается лицом к станку с 1-й позиции по точкам – вперед в сторону, в сторону вперед, позднее назад в сторону, в сторону назад. Упражнения на середине, повороты на двух ногах по 6-й позиции, по 1/4 круга.

### **Тема 3. Танцевальная импровизация.**

Задача руководителя – побуждать детей к творческой активности, ассоциативному мышлению, пластической выразительности. Создать обстановку на занятиях для вовлечения всех ребят в импровизационную деятельность.

**Задание 1.** Передать веселое настроение. Музыка И. Дунаевского по выбору руководителя. Массовая импровизация. Этюд «Цирк» Ученикам предлагается изобразить цирковую лошадку, клоуна, жонглера, дрессированных собачек, канатоходцев.

Использовать следующие движения: шаги, бег с высоко поднятыми коленями, разножка, прыжки с двух ног на две, на одной ноге, изобразительные движения.

**Задание 2.** Передать грустное настроение. «Сурок», муз. В. Бетховена. Свободная импровизация с предварительной беседой.

**Задание 3.** Этюд «Зима». Массовая импровизация. Ученикам предлагается выразить настроение, связанное с зимой, через образы снежинки и снеговика, елочки, Снегурочки и Деда Мороза.

Движения: танцевальные шаги, бег, прыжки, изобразительные движения, кружение на месте, опускание на колено.

**Задание 4.** Музыка И. Дунаевского. Этюд «Новый год». Массовая импровизация. Ученики импровизируют карнавал масок, выбирая для себя любимых героев из книг, мультфильмов и кинофильмов.

Используются движения, разученные на занятиях.

## **II раздел. Специальная танцевально-художественная работа.**

### **Тема 1. Постановочная работа.**

Данный раздел программы раскрывается через фантазии педагога и его балетмейстерские способности. Состоит из разучивания танцевальных комбинаций, составленных из пройденных движений, и непосредственной разводки номера.

### **Тема 2. Репетиционная работа.**

Планомерная систематическая работа и постоянное совершенствование техники и манеры исполнения танцевальных номеров.

Отработка осмысленного выполнения движений и их слаженности, ритмической точности.

## **III раздел. Дифференцированная работа.**

### **Тема 1. Индивидуальные занятия.**

Работа с детьми, медленно схватывающими программу учебного материала; работа с солистами (дополнительные упражнения, разводка и отработка сольных кусков).

### **Тема 2. Сводные репетиции.**

Работа в коллективе (ансамбле) детей из разных возрастных групп. Взаимопомощь, взаимоподдержка, пример старших, забота о младших, воспитание закона сцены, закона коллектива (ансамбля).

## **IV раздел. Мероприятия воспитательно-познавательного характера.**

### **Тема 1. Организационная работа.**

Заключается в составлении расписаний занятий в группах; ведении журнала посещаемости, выборе родительского комитета, составлении тематических планов, забота о художественном оформлении танцевального помещения и т. п.

### **Тема 2. Беседы.**

Беседы с детьми о существующих в наше время стилях, направлениях в танцах. Рассказы об известных ансамблях (творческих коллективах), работающих в различных направлениях.

### **Тема 3. Прослушивание и просмотр музыкального материала и видеоматериала.**



Для общего развития просмотр видеоматериала с выдающимися хореографами мира и их постановками.

## **II год обучения.**

### **I раздел. Учебно-тренировочная работа.**

#### **Тема 1. Азбука музыкального движения.**

**Т е о р и я.** Включается весь материал, указанный в программе для подготовительной группы. Дополнительно: особенности музыки – марши (спортивные, военные), вальсы быстрые и медленные. Медленные хороводные и быстрые плясовые русские танцы.

**П р а к т и ч е с к и е з а н я т и я.** Определение и передача в движении:

- динамических оттенков (тихо, громко);
- куплетной формы (вступление, запев, припев);
- жанров музыки (марш, песня, танец);
- метроритма (длительность: четверть-шаг, восьмая-бег);
- пауз (четвертной, восьмой).

#### **Тема 2. Элементы классического танца.**

**Т е о р и я.** Повторяются в более ускоренном темпе упражнения, указанные в программе подготовительной группы. Дополнительно изучается уровень подъема 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 надва заключительных аккорда. Прыжки – с двух ног на две. Разные этапы прыжка (тан леве сотэ): подготовка к взлету, толчок, взлет, фиксация положения ног, приземление, положение ног после прыжка.

**П р а к т и ч е с к и е з а н я т и я.** Повторяются упражнения у станка. Постановка корпуса. Позиции ног – 1, 2, 3, 4, 5. Позиции рук – 1, 2, 3; вначале изучаются на середине, при неполной выворотности ног.

Деми плие в 1, 2, 3, 5-й позициях (вначале лицом к станку, позднее боком к станку, держась одной рукой). Музыкальный размер  $\frac{3}{4}$ , темп – анданте.

Батман тандю с 1-й позиции, позднее с 5-й позиции в сторону, вперед, позднее назад. Размер  $\frac{2}{4}$ , темп – модерато.

Перегибы корпуса: назад, стоя лицом к станку в 1-й позиции. Размер  $\frac{3}{4}$ , характер медленный, спокойный, по два такта на движение.

Прыжки разучиваются лицом к станку.

Тан леве соте – по 1, 2, 5-й позициям. Размер  $\frac{2}{4}$ , характер быстрой польки. В музыке сочетаются два темпа: плавный и отрывистый.

Па эшappe – на 2-ю позицию, прыжок с просветом; изучается вначале лицом к станку. Размер  $\frac{4}{4}, \frac{3}{4}$ , сочетание плавного и четкого темпов.

Позы классического танца изучаются на середине зала. Поза круазе, поза эффасе (с ногой на полу). Размер  $\frac{3}{4}$ , характер плавный, исполняется на четыре такта.

#### **Тема 3. Элементы народно-сценического танца.**

**Т е о р и я.** Сюжеты и темы народных танцев. Особенности народных движений. Характерные положения рук в сольном, групповом танце в хороводах, рисунки хороводов.

**П р а к т и ч е с к и е з а н я т и я.** Русский танец. Позиция рук – 1, 2, 3, на талии. Шаги танцевальные с носка: простой шаг вперед; переменный шаг вперед. Притоп – удар всей стопой; шаг с притопом в сторону; тройной притоп. Припадание на месте с продвижением в сторону: исходная, свободная 3-я 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-й позиции, затем приведение ее в исходную позицию. Ковырялочка - поочередные удары в сторону одной ногой носком в закрытом положении, без подскоков. Подготовка к присядке (мужск.). Полуприсядка – полное приседание. Легкие прыжки с обеих ног с одновременным их сгибанием (в полуприседании). Хлопки (одинарные) – в ладоши, по бедру. Вращение на подскоках по  $\frac{1}{4}$  круга на двух подскоках.

#### **Тема 4. Танцевальная импровизация.**

**Задание 1.** Этюд «Весна». Массовая импровизация. Музыка Э.Грига «Весной». Ученикам предлагается выразить настроение, связанное с весной, через разные образы: подснежника, ручейка, птицы, кораблика – по желанию ребят. Движения: мелкий бег – па кую, подскоки, использование выразительного жеста, мимики, например, рук, напоминающих переливы струй воды, тянущихся к солнцу.

**Задание 2.** Массовая импровизация. Музыка П.И.Чайковского из цикла «Времена года». Ученики импровизируют движения, связанные с представлением о лете – колышущихся колосьев ржи, полета пчел, птиц, бабочек, стрекозы и т. д.

**Задание 3.** Музыка по заданию руководителя. Свободная импровизация.

### **III год обучения .**

#### **I раздел. Учебно-тренировочная работа.**

##### **Тема 1. Основы овладения техникой модерн-джаз танца.**

**Теория.** История происхождения техники джаз-танца.

**Практические занятия.** Проработка на полу всех основных положений ног и корпуса, характерных для данного вида танца. Закрепление мышечных ощущений, несвойственных ранее, при исполнении классического и народного танцев. Положение контракции и релаксации в положении лежа и сидя, маленькие «мостики» и «разножки». Сокращающая и круговая работа стоп по 6-й и 5-й позициям. Проработка батман жете вперед со стопой, сокращенной от колена. Волнообразные движения корпуса в положении круазе сидя. Ронд де жамб ан Лер ан деор и ан дедан из положения «лежа». Проработка выхода на большой «мостик» из положения «стоя». Растяжки лежа (на проработку положения ноги ан Лер в сторону). Растяжки из положения «сидя», включая поясничную работу. Гранд батман жете вперед, в сторону, назад, используя пассе выворотное и невыворотное, «кольцо» и т.д. в положении «лежа» и «сидя». Введение элементарных акробатических элементов. Среднее и верхнее падения.

##### **Тема 2. Танцевальная импровизация.**

**Задание 1.** Музыка русская, народная. Упражнения: ритмическая игра «Эхо». Задающий движения ученик должен выразить характер музыки движением ног. 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 друг против друга, затем использовать импровизацию. Один ученик задает ритмический рисунок – вопрос, другой отвечает движением. Движения: переступания, притопы.

**Задание 3.** Упражнения: «Ритм-загадка». Без музыкального оформления. Руководитель легкими хлопками задает ритмический рисунок в музыкальном размере 2/4, 3/4, 4/4. Ученики «отвечают»... Движения: переступания, притопы, шаги, вальсовые движения, па польки.

**Задание 4.** Упражнение на большое разнообразие движений. Руководитель задает ритм с использованием трех движений. Ученики «отвечают» так же, используя три движения. Движения: переступания, притопы, выведение ноги на каблук.

### **IV год обучения.**

#### **I раздел. Учебно-тренировочная работа.**

##### **Тема 1. Техническое овладение упражнениями на середине (модерн-джаз танец).**

Дальнейшая работа над упражнениями третьего года обучения в более сложной форме. Упражнения стретч-характера (растяжки):

- фиксированные наклоны торса к ногам в течение некоторого времени;
- пульсирующие наклоны торса вперед или к ногам в течение некоторого времени;
- открытие ноги с помощью руки или обеих рук.

Упражнения на смену уровней:

- проучивание среднего и верхнего падения;
- перекач в «чистом» виде и его разновидности;

### Середина.

Проучивание и освоение в «чистом» виде:

1. Demi и grand по параллельным позициям 2, 4, 6.
2. Battement tendu вперед, в сторону, назад. Шаги tendu с разворотом на 180 градусов.
3. Battement jete по всем направлениям. Шаги jete с разворотом на 180 градусов.
4. Rond de jambe par terre en dehors и en dedans. Проучивание позиции скручивания в 6-ю позицию. Проучивание «восьмерки» корпусом одновременно с позицией скручивания.
5. Grand battement jete по всем направлениям.

### Кросс.

Углубленное проучивание прыжков групп jump leap. Добавляя следующие две группы: с одной ноги на ту же ногу (hop) и с двух ног на одну. Проучивание движения «казачок» в «чистом» виде. По мере усвоения разучиваются его разновидности.

Введение основных элементов вращения: повороты на двух ногах (так показываемый «трехшаговый поворот») и повороты на одной ноге.

### **Тема 2. Танцевальная импровизация.**

**Задание 1.** Этюд-импровизация к спартакиаде (пловцы, конькобежцы, гимнасты).

**Задание 2.** Руководитель задает 1-ю половину движения на четыре такта. Ученики продолжают и заканчивают музыкальные предложения.

**Задание 3.** Музыка И. Дунаевского. «Полька».

Этюд «Новогодний праздник». Дети самостоятельно выбирают себе роли снеговика, куклы, любимых персонажей из фильмов. Импровизируют движения в характере образа.

**Задание 4.** Музыка Н. Римского-Корсакова. Фрагмент из «Пролога» к опере «Снегурочка».

Этюд «Прилет птиц». Импровизация исполняется после прослушивания музыки и аннотации к указанной сцене «Пролога».

Движения: подскоки, танцевальный шаг, танцевальный бег, прыжки на двух ногах, одной, изобразительная и выразительная пластика рук и корпуса.

**Задание 5.** Музыка П. И. Чайковского из цикла «Времена года». Импровизация по заданию руководителя.

**Задание 6.** Этюды (по заданию руководителя) «Осенние листья», «Дождь».

### **V год обучения.**

### **I раздел. Учебно-тренировочная работа.**

#### **Тема 1. Освоение усложненной техники с помощью прыжков и вращений (модерн-джаз танец).**

Наработка техники падения с уровня «стоя». Верхнее падение с поворотом на 180 градусов. Введение более сложных акробатических элементов. По мере освоения данного материала ведутся трюковые движения (женские и мужские): тройная крутка на полу, двойная и тройная «плетенка», элементы с продвижением, с поворотом и заменой уровней.

#### **Прыжки.**

Закрепление техники прыжка всех четырех групп. Идет усложнение исполнения прыжка как с акцентом вверх, так и с акцентом вниз (характерная особенность). Также прыжки могут координироваться с другими центрами, торс может быть не втянут вверх, а быть наклонен или изогнут.

#### **Вращение.**

- простейшее вращение из релаксационного раскрытия по 2-й позиции в контракцию по 6-й позиции;

- «штопор»;

- повороты по кругу вокруг воображаемой оси;

- повороты на различных уровнях;

- лабильные вращения.

Стрэтч – «Скручивание» и «раскручивание» корпуса. Торсовая работа корпуса (боковая) – «тяжки» на закрепление мышечных ощущений спины и бока. Проработка стопы

на позиции «параллель» через чередование выворотных и параллельных позиций ног с одновременной усложненной работой корпуса через контракцию, закрытием и раскрытием корпуса с постоянной сменой работы рук в позициях «джаз». Маховая работа рук с широким использованием дыхания.

## **Тема 2. Танцевальная импровизация.**

**Задание 1.** Музыка в разном стиле – спортивном, лирическом, драматическом.

Упражнения :этюд, движения-образы: колосья ржи, ручеек, распутившийся цветок, увядающий цветок, злая птица, «журавлиная песнь и т. д.

**Задание 2.** Исполнить свободную импровизацию на классическую, современную музыку по заданию руководителя.

**Задание 3.** Исполнить этюд на заданную тему. «Цветок».(Экспозиция: радость жизни, встреча со злом, обновление, торжество добра).

**Задание 4.** Пластический этюд. Сочетание мягких и острых движений: параллельных – спокойных и беспокойных контрдвижений.

**Задание 5.** Этюды: «Птица в свободном полете», «Чайка», «Коршун».

**Задание 6.** Этюды по мотивам русских сказок: «Баба Яга», «Кикимора», «Леший», «Русалка».

**Задание 7.** Фокусник. Превратить цветок в бабочку, большую птицу, в маленькую птичку. Превратить волка в лису и т.д. Осенние листья в журавлей. Ветер в иней, узор на окне.

## **Результативность программы**

**Концерт** – основной вид показа успехов учащихся (тематические концерты, конкурсы, классные, праздничные концерты, отчетные концерты).

### **Требования к учащимся первого года обучения.**

К концу учебного года школьник 7 – 8 лет должен *знать*:

- позиции ног и рук классического танца;
- правила постановки корпуса;
- правила перестроений из одних рисунков в другие;
- правила исполнения батман тандю, деми плие, деми рон де жамб пар тер.

### **Уметь:**

- правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку;
- изобразить в танцевальном шаге повадки зверей;
- выразить образ в разном эмоциональном состоянии – веселья, грусти;
- исполнять движения классического танца (основу).

### **Требования к учащимся второго года обучения.**

Все требования, предъявляемые к подготовительной группе, остаются обязательными и во второй год обучения, дополнительно выдвигаются следующие:

- знать характерные движения рук в русском танце;
- различать особенности маршевой музыки, спортивной, военной, вальсов;
- знать куплетные формы, жанры музыки, метроритм.

### **Уметь:**

- выполнять простые комбинации из классических движений;
- делать переменный шаг, шаг с носочка, припадание;
- выполнять ковырялочку, полуприсядку (муж.), вращение на подскоках по кругу.

### **Требования к учащимся третьего года обучения.**

#### **Знать:**

- историю происхождения техники модерн-джаз танца;
- основы овладения техникой модерн-джаз танца;
- положения контракции и релаксации.

#### **Уметь:**

- выполнять волнообразные движения корпуса в различных положениях;
- исполнять элементарные акробатические элементы;
- исполнять средние и верхние падения;

- импровизировать на заданную учителем тему.

#### **Требования к учащимся четвертого года обучения.**

##### ***Знать:***

- правила исполнения упражнений стретч-характера;
- позиции рук и ног в модерн-джаз танце;
- правила исполнения прыжков группы джамп;
- технику овладения упражнениями джаз-танца на середине.

##### ***Уметь:***

- исполнять фиксированные и пульсирующие наклоны торса;
- исполнять перекаты в «чистом» виде и его разновидности;
- исполнять движения из раздела кросс;
- уметь исполнять импровизацию на свободную тему.

#### **Требования к учащимся пятого года обучения.**

##### ***Знать:***

- правила исполнения техники прыжков;
- правила исполнения техники вращений.

##### ***Уметь:***

- владеть системой растяжки стретч-характера;
- исполнять сложные движения, вращения, прыжки на середине зала;
- исполнять элементарные трюковые движения («плетенка», тройная крутка, падение с поворотом и т. п.).
- сочинять небольшие комбинации в эстрадном стиле.

Все вышеперечисленные знания и умения формируют у учащихся такие компетенции как коммуникативность, сотрудничество, организаторская деятельность.

#### **Метапредметные результаты**

##### ***Познавательные:***

- характеризовать значение занятий хореографией на физическое развитие и самочувствие;
- раскрывать понятия: синхронно, выворотное, музыкально, ритмично;
- ориентироваться в понятиях хореография, танцевальные жанры;
- выявлять связь занятий хореографией с досуговой и внеурочной деятельностью;
- планировать и корректировать физическую нагрузку в зависимости от индивидуальных особенностей, состояния здоровья, физического развития, физической подготовленности;
- осуществляет поиск необходимой информации в интернете, энциклопедиях, книгах (о хореографии, истории и направлениях танца);
- устанавливает причину трудностей, которые не позволили достичь желаемого. Предлагает варианты по преодолению препятствий.

##### ***Регулятивные:***

- выделяет ориентиры действия в новом учебном материале под руководством учителя;
- выбирает рациональные способы выполнения для получения одного и того же результата;
- планирует свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации (под руководством учителя или совместно с одноклассниками);
- осуществляет пошаговый и итоговый контроль действий, сравнивая способ его выполнения и результат с эталоном (проговаривая в паре или группе);
- самостоятельно сопоставляет, аргументирует и оценивает свою работу и работу других;

- сопоставляет цель, ход и результат деятельности совместно со сверстниками, определяет причины успешности и не успешности в учебной деятельности. *Приступая к решению новой задачи, с помощью учителя оценивает свои возможности для ее решения, учитывая изменения известных ему способов действий.*

#### **Коммуникативные:**

- *принимает правила учебного сотрудничества. Определяет цель совместной работы и распределяет задания в группе;*
- *оценивает действия партнера на основе заданных критериев;*
- *выделяет точки зрения разных людей, выслушивает их, сопоставляет основания этих точек зрения, предвидит разные возможные мнения других людей, обосновывает и доказывает собственное мнение;*
- *формулирует собственное мнение и позицию;*
- *договаривается о совместной деятельности по интересам;*
- *придерживается заданных правил и норм работы в паре и группе под руководством учителя;*
- *сопоставляет разные мнения и стремится к координации различных позиций в сотрудничестве.*

#### **Личностные УУД**

- *установка на здоровый образ жизни, занятие хореографией;*
- *выполняет правила поведения школьника. Самостоятельно выполняет поручения учителя, проявляя инициативу;*
- *удерживает статус школьника, осознает значимость учения, учится с опорой на внешние и внутренние мотивы, объясняет свои мотивы. Ориентируется на значимость учения для получения профессии;*
- *сопоставляет самооценку и оценку другими себя на основе критериев успешности учебной деятельности. Соотносит внешние оценки с собственными оценками, выявляет расхождения. Самостоятельно оценивает свои возможности на основе заданных критериев;*
- *в совместных занятиях хореографией терпим к детям других национальностей и вероисповедания;*
- *сдерживает свои эмоции. Сопереживает другим, оказывает помощь.*

**Основными показателями** танцевальной культуры и эстетической воспитанности школьников, прошедших полный курс обучения, можно считать:

- *музыкальность и выразительность, правдивость и искренность в передаче танцевального образа;*
- *благородство манеры исполнения;*
- *осмысленное отношение к танцу, как художественному произведению, отражающему чувства и мысли человека;*
- *понимание единства формы и содержания танца, а также выразительность отдельных элементов;*
- *наличие у учеников направленной воспитанности, выражающееся в частности в поведении школьников в коллективе, их трудолюбия, ответственности при выступлениях, чувства товарищества, взаимопомощи и доброжелательности.*

№	Критерии оценки результатов деятельности	Формы фиксации результатов деятельности
1	Теоретические знания	Тесты, опросники
2	Постановочная работа	Через количество и качество поставленных танцевальных номеров
3	Координация движений, зрительная	Через непосредственный просмотр гото-

	память, поведение на сцене	вых номеров
4	Развитие студии	Наличие грамот, благодарственных писем, отзывов

**Условия реализации программы:**

**Кадровое обеспечение.**

Образование высшее психолого-педагогическое ХГУ им.Н.Катанова, психолог, преподаватель психологии, в 1999 году окончила с красным дипломом Красноярское краевое училище культуры, специализация «Танцевальное творчество». Стаж работы по данной специальности 19 лет, высшая квалификационная категория.

**Информационное обеспечение.**

1. Ивлев Л.Д. Джазовый танец – ЧГИИиК, 1996г.
2. Учебный центр подготовки и переподготовки работников культуры. Методическое пособие по основам танца модерн. г.Владивосток, 1997г.
3. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец начало обучения. г.Москва, 1996г.
4. Ваганова Н.В.. Классический танец. Москва
5. Современный танец. Рабочая программа дисциплины. ГОУ Красноярский краевой колледж культуры и искусства. г.Минусинск, 2004г.
6. Кулагина И.Е..Художественное движение (Метод Л.Н.Алексеевой): Пособие для преподавателей дошкольных учреждений и общеобразовательных школ. – М.:Флинта: Наука, 1999г.
7. Колодецкий Н.Г.. Ритмические упражнения, танцы. г. Москва, 1997г.
8. Богаткова Л.Н. И мы танцуем. Изд-во «Детская литература». Москва, 1965г.

**Техническое оснащение занятий.**

№	Наименование	Наличие
1	Танцевальный зал	+
2	Станок	+
3	Зеркала	2 полотна
4	Окна	4
5	Лампы	8
6	Колонки	+
7	Проектор	+
8	Компьютер	+
9	Музыкальный материал (USB накопители)	+
10	Видео материал (USB накопители)	+
11	Костюмерная	+
12	Костюмы для выступлений	+
13	Инвентарь (обручи, скакалки, бубны, ленты и др.)	+