

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ п. ПОДТЁСОВО»**

**ОДОБРЕНА**  
Педагогическим советом

Протокол  
№ 1 от 30 августа 2018 г.

**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор МБУДО ДШИ п. Подтесово



*Л. Н. Кудзиева*  
Л. Н. Кудзиева  
(подпись)  
« 30 » августа 2018 г.

**Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа  
в области хореографического искусства  
«Беседы о хореографическом искусстве»**

Срок реализации – 2 года

Возраст учащихся – 10 - 11 лет.

Составитель: преподаватель хореографии - Валуева С.Л.

**Рецензенты**

Галиева Л.С. – заслуженный работник РФ, балетмейстер высшей категории, методист народного центра творчества г. Красноярска

**Обсуждена и принята на заседании методическим советом**

Протокол № 1 от 29.08.18г.

2018г.

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ п. ПОДТЁСОВО»**

**ОДОБРЕНА**  
Педагогическим советом

**Протокол**  
№ 1 от 30 августа 2018 г.

**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор МБУДО ДШИ п. Подтесово

\_\_\_\_\_ Л. Н. Кудзиева  
(подпись)  
« 30 » августа 2018 г.

**Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа  
в области хореографического искусства**

**«Беседы о хореографическом искусстве»**

Срок реализации – 2 года

Возраст учащихся – 10 - 11 лет.

Составитель: преподаватель хореографии - Валеева С.Л.

**Рецензенты**

Галиева Л.С. – заслуженный работник РФ, балетмейстер высшей категории, методист народного центра творчества г. Красноярск

**Обсуждена и принята на заседании методическим советом**

Протокол № 1 от 29.08.18г.

2018г.

## **Структура программы**

### **I. Пояснительная записка**

- 1. Общая характеристика учебного предмета**
- 2. Срок реализации учебного предмета,**
- 3. Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом на реализацию учебного предмета**
- 4. Форма проведения учебных занятий**
- 5. Цель, задачи учебного предмета**
- 6. Методы обучения**

### **II. Учебно - тематические планы**

**Содержание программы.**

**Годовые требования**

### **III. Требования к уровню подготовки учащихся**

### **IV. Формы и методы контроля, система оценок**

- 1. Аттестация: цели, виды, форма, содержание**
- 2. Критерии оценок**

### **V. Методическое обеспечение учебного процесса**

- 1. Методические рекомендации**

### **VI. Список литературы**

## **Пояснительная записка**

**Направленность программы.** Программа сделана на основе типовой программы. Предмет «Беседы о хореографическом искусстве» является одним из цикла специальных дисциплин учебного плана хореографического отделения Детских школ искусств.

Разработана на основе «Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств».

**Актуальность.** Предмет «Беседы о хореографическом искусстве» дает возможность учащимся обобщить и осмыслить сведения о хореографии, полученные в процессе изучения других предметов. Глубже разобраться в сложных явлениях, происходящих в искусстве в целом, понять ту важную роль, которую оно играет в общественной жизни.

**Новизна.** Моя программа является одной из первых попыток обобщения опыта преподавания «Беседы о хореографическом искусстве» в школах искусств. Характер программы – адаптированный. За основу взята программа «История хореографического искусства» Московской Государственной Академии хореографии.

**Педагогическая целесообразность.** В отличие от других, моя программа определяет лишь основной круг вопросов для изучения. Я не перегружаю учащихся их запоминанием большого количества фактов, но они должны усвоить основные понятия, которые необходимы для ориентировки в материале.

**Цель предмета** – ознакомление и развитие у учащихся знаний об истории мирового балета, о путях развития русского и советского хореографического искусства, о ярких представителях советской балетной школы, основой творчества которых является высокая гражданственность и следование национальным традициям.

### **В задачи предмета входят:**

#### **Образовательные.**

1. Дать знания о видах и жанрах хореографии.
2. Познакомить с сутью профессиональной работы балетмейстера, исполнителя, педагога-хореографа, композитора, театрального художника.

#### **Развивающие.**

1. Развить у учащихся представление о выразительных средствах балетного спектакля и его главных компонентах: драматургию, музыку, хореографию.
2. Развить у учащихся видение о взаимосвязи между явлениями общественной жизни и искусства, понимание закономерности появления того или иного направления, течения или стиля в искусстве балета, развития или обновления тех или иных его выразительных средств.

**Воспитательные:**

1. Воспитать качества инициативности, целеустремленности, ответственности по отношению к своему и чужому труду на уроках.
2. Помочь в формировании художественного вкуса.
3. Сформировать готовность к социальному и профессиональному самоопределению; обеспечить социализацию детей в коллективе и способствовать возникновению уважительных отношений между учащимися.

По окончании дисциплины **учащиеся должны** грамотно ориентироваться в существе процессов становления и развития балетного театра, определяющих его формы, идейную направленность и стилистику на каждом историческом этапе.

Знать основные этапы развития западноевропейского и русского балетного театра, биографий и творческих особенностей крупнейших хореографов и артистов балета.

Предмет «Беседы о хореографическом искусстве» начинают изучать на 3 году обучения. Курс рассчитан на 2 года изучения. Занятия проходят 1 раз в неделю, по одному академическому часу. Форма проведения уроков – групповая, при средней наполняемости класса от 4 до 8 человек. Формой проверки и закрепления полученных знаний являются систематические устные опросы учащихся по пройденному материалу, проводящиеся в течение всего периода обучения, а также зачеты и экзамены согласно учебному плану. Зачеты предполагают устный опрос по пройденному материалу, а также

представление рефератов. На экзаменах, либо контрольных уроках учащиеся должны дать ответы на вопросы комиссии за весь период обучения.

**Учебно-тематический план****1-й год обучения. Зарубежный балетный театр**

№	Наименование тем и разделов	Количество часов
1.	Античный театр	7
2	Русский балет.	9
3	Советский балет	10
4	Зарубежный балет.	8
	Итого:	34 часа

--	--	--

2-й год обучения. Русский балетный театр

№	Наименование тем и разделов	Количество часов
1.	Русский балет, его истоки и развитие.	7
2	Советский балет, тенденции социалистического реализма.	14
3.	Зарубежный балет. Развитие различных течений хореографического искусства за рубежом.	13
	Итого: 34 часа	

## Содержание

программы состоит из 2 частей.

### 1. Зарубежный балет.

### 2. Русский балетный театр

#### Античный театр.

Танцы первобытного общества; танцевальная культура древней Греции; эпоха Средневековья, эпоха Возрождения.

16-й век. Италия. Систематизация элементов классического танца. Парижская Академия танца (основана в 1661г.) – первое учебное заведение данной системы обучения. Балет во Франции, создание и использование французской терминологии в классическом танце в связи с канонизацией системы классического танца, которая произошла во Франции. Необходимость перевода на русский язык всех французских терминов в процессе обучения, объяснение их значения, характера исполнения. Ж.Ж. Новерр и его реформа. Хореографический театр Италии 18-го века. Романтизм в балете. Кризис балетного жанра во 2-й половине 19-го века. Балетный театр 20-го века. Развитие балета социалистических стран.

- Первобытнообщинный строй и происхождение танца.

Ритм, как основа танца. Праздник удачной охоты. Обрядовые танцы языческих племен. Шаманы – первые хореографы.

- Танцевальная культура Древней Греции.

Античная архитектура. Античный костюм. Театр в Древней Греции. Танец впервые является театральным действием.

- Эпоха рыцарства и ее танец (романская культура).

Массивная архитектура. Тяжелые латы. Объемный тяжелый костюм. Рыцарский танец соответствует стилю эпохи. Разные роли мужчины и женщины в танце.

- Готика – кружево в архитектуре costume и танце.

Народный и придворный танец все более отдаляются друг от друга. «Расширение» репертуара дворянских балов.

- Эпоха Возрождения. Становление танца, как вида театрального искусства.

Интенсивная театрализация танца в Италии. Танцмейстеры. Окончательное формирование бального и придворного танцев. Появление танцевальных сюжетных сценок; фигурного и изобразительного танцев; конного балета. Первый балетный спектакль при дворе Екатерины Медичи.

- Танцевальная культура России с древнейших времен до ассамблей Петра I.

Языческая культура славянства. Праздники Масленицы и Ивана Купала. Роль танца в этой культуре и праздниках. Задорные пляски и лирические хороводы. Танцевальная культура в среде русского дворянства до реформ Петра. Петровские ассамблеи

### **Раздел. Русский балет, его истоки и развитие.**

Раздел включает в себя основные черты русского балета, характеризует их, прослеживает путь развития, возникновения и становления балетного театра в России до конца 18-го века. Народная хореография – первооснова создания классического танца. Профессиональный танец до балета. Древняя Греция – мимы. Россия – скоморохи. Русская школа классического танца. Становление русской школы классического танца. Ассамблеи Петра 1. Жан Батист Ланде – основатель первой русской балетной школы. Особенности русской школы: содержательность, идейность, высокое исполнительское мастерство (выразительность танца, осмысленность, совершенство пластики тела, виртуозность, актёрская индивидуальность).

Вклад русской школы в развитие мировой хореографии.

Классический танец – основа балетного спектакля.

Балетный театр. Воплощение разнообразных тем и сюжетов. Создание специфических выразительных средств. Спектр возможностей классического танца. Условность и универсальность классического «языка» в создании всевозможных образов хореографических произведений на примерах различных балетов.

Русские сезоны в Париже 1909-1914гг.

### **Раздел. Советский балет, тенденции его развития.**

Балетный театр на рубеже 2-х веков (конец 19-го – начало 20-го)

Балетный театр первых послереволюционных лет. Эпоха становления балета в 30-е годы. Влияние ВОВ на развитие балетного театра. Балет в России в послевоенный период и до наших дней.

Ленинградское (Санкт-Петербургское) балетное училище. Создание. Первые выпускники. Всесоюзное признание. Пермское балетное училище. Победы на международных конкурсах. Профессионализм педагогического состава. Новые имена, прославляющие Русский балет.

Самодетельное народное творчество, возникновение ансамблей народного танца, история развития народного танца, его форм и национальных особенностей.

## **Методическое обеспечение программы**

Предмет «Беседы о хореографическом искусстве» начинают изучать на 3 году обучения. Курс рассчитан на 2 года изучения. Занятия проходят 1 раз в неделю, по одному академическому часу. Форма проведения уроков – групповая, при средней наполняемости класса от 4 до 8 человек. Каждому году обучения соответствует определенный этап развития и

становления балетного искусства. Так, 1-ый год дает представление об истории «Зарубежного балетного театра», где учащиеся получают сведения о развитии хореографического искусства от истоков до сер. XVIII века.

2 год «Русский балетный театр», посвящен истории и развитию хореографического искусства в России от истоков до реформ М. Петипа и Л. Иванова.

Изучение предмета ведется в соответствии с учебным планом.

Я самостоятельно, творчески подхожу к изложению той или иной темы. При этом необходимо учитываю следующие обстоятельства: уровень общего и хореографического развития учащихся, количество учеников в группе,

возрастные особенности учащихся.

При изучении предмета широко использую знания учащихся по другим учебным предметам, поскольку правильное осуществление межпредметных связей способствует более активному и прочному усвоению учебного материала.

**Формой** проверки и закрепления полученных знаний являются систематические устные опросы учащихся по пройденному материалу, проводящиеся в течение всего периода обучения, а также зачеты и экзамены согласно учебному плану.

Зачеты предполагают устный опрос по пройденному материалу, а также представление рефератов. На экзаменах учащиеся должны дать ответы на вопросы комиссии за весь период обучения.

### **Условия реализации программы**

1. Наличие класса, оборудованного видеотехникой, танцевальными станками, соответствующими стандарту.
2. Наличие тренировочной формы и специфической танцевальной обуви у учащихся.
3. Наличие учебно-дидактических пособий.

## Список литературы.

1. Бахрушин Ю.А. История русского балета.- М.: Просвещение,1977. - 287с.
2. Балет. Энциклопедия. - М.: Советская энциклопедия, 1981. - 624с.
3. Богданов Г.Ф. Самобытность русского танца. - М.: Московский государственный университет культуры и искусств, 2001. – 224 с.
4. Волынский А.Л. Книга ликований. - СПб.: Лань, Издательство Планета Музыки, 2008. - 352с.
5. Демидов А. Лебединое озеро. - М.: Искусство, 1985. – 366 с.
6. Добровольская Г. Танец. Пантомима. Балет. - Л.: Искусство, 1975. – 128 с.
7. Захаров Р. Сочинение танца. - М.: Искусство, 1983. – 224 с.
8. Красовская В. Западноевропейский балетный театр. Очерки истории. - От истоков до середины XVIII века. - СПб.: Лань; Планета музыки.- Т 1, 2008 г. - 320 с.
9. Красовская В. Западноевропейский балетный театр. Очерки истории. - Эпоха Новерра.- СПб.: Лань; Планета музыки. – Т 2, 2008г. - 320с.
10. Красовская В. Западноевропейский балетный театр. Очерки истории. - Предромантизм.- СПб.: Лань; Планета музыки. – Т3, 2009г. - 448с.
11. Красовская В. Западноевропейский балетный театр. Очерки истории. - Романтизм.- СПб.: Лань; Планета музыки. – Т 4, 2008г. - 512с.
12. Красовская В. Русский балетный театр от возникновения до середины XIX века. СПб.: Лань; Планета музыки. 2008г. - 384с.
13. Красовская В. Русский балетный театр второй половины XIX века. –

СПб.: Лань; Планета музыки, 2008г. – 688 с.

14. Красовская В. Русский балетный театр начала XX века. -

Хореографы. - СПб.: Лань; Планета музыки, 2009г. – 656 с.

15. Красовская В. Русский балетный театр начала XX века. -

Танцовщики. - СПб.: Лань; Планета музыки, 2009. - 528с.

16. Красовская В. Профили танца.- СПб.: Лань; Планета музыки, 1999. -

400с.

17. В.И. Немирович –Данченко. Рождение театра. - М.: Правда, 1989 –

576 с.

18. Новерр Ж.-Ж. Письма о танце и балетах.- Л.-М.: Музыка,1965. - 45с.

19. Пасютинская В.М. Волшебный мир танца. - М.: Просвещение, 1985 -

223 с.

20. Русский балет. Энциклопедия. - М.: Согласие, 1997. - 632с.

21. Советский балетный театр 1917-1967. Сборник.- М.: Искусство,

1976.-377 с.

22. Худеков С.Н. Всеобщая история танца.- М.: ЭКСМО, 2009. - 608с.

23. Эльяш Н. Образы танца.- М.: Знание, 1970. - 240с.

24. Эльяш Н. 140 знаменитых балетных либретто. - Челябинск, 2001. –

240 с.

## **Приложение 2.**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ п. ПОДТЁСОВО»**

**ОДОБРЕНА**  
Педагогическим советом

**Протокол**  
№ от 30 августа 2018 г.

**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор МБОУ ДОД ДШИ п. Подтесово  
(наименование образовательного учреждения)

\_\_\_\_\_ **Л. Н. Кудзиева**  
(подпись)  
« 30 » августа 2018 г.

**Дополнительная общеразвивающая программа**

**по «Раннему эстетическому развитию»**

(для учащихся хореографического отделения)

**СРОК РЕАЛИЗАЦИИ: 2 года**

Составитель: преподаватель хореографии Валуева С.Л.

**Рецензенты**

Галиева Л.С. – заслуженный работник РФ, балетмейстер высшей категории, методист народного центра творчества г. Красноярск

**Обсуждена и принята на заседании методическим советом**

2018

## **Структура программы**

### I. Пояснительная записка

1. Общая характеристика учебного предмета
2. Срок реализации учебного предмета,
3. Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом на реализацию учебного предмета
4. Форма проведения учебных занятий
5. Цель, задачи учебного предмета
6. Методы обучения

### II. Учебно - тематические планы

Содержание программы.

Годовые требования

### III. Требования к уровню подготовки учащихся

### IV. Формы и методы контроля, система оценок

1. Аттестация: цели, виды, форма, содержание
2. Критерии оценок

### V. Методическое обеспечение учебного процесса

1. Методические рекомендации

## **Пояснительная записка.**

**Направленность программы.** Моя модифицированная программа учебного предмета по «Раннему эстетическому развитию» 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.

**Актуальность.** Учитывая специфику детской школы искусств (многопрофильность) и снижение возраста начала школьного обучения отделение раннего эстетического развития стало целостным образовательным пространством. Целостное – значит интегрированное, комплексное, создающее возможности для полноценного развития ребенка.

**Новизна программы.** Выявить одаренных детей, развить до максимума их творческие задатки, воспитать, как можно больше, талантливых «звездочек» - это одно из особенно важных и новых направлений современной педагогики.

**Концептуальная идея.** Мною создана комплексная двухступенчатая образовательная программа по обучению детей в возрасте от 5 до 6 лет, которая направлена на удовлетворение потребностей личности в интеллектуальном, культурном и нравственном развитии.

В основе данной программы лежит образовательный блок.

**Особенность программы** заключается в обучении, воспитании, развитии каждого участника образовательного процесса, в приобщении учащихся к видам учебной деятельности, в выявлении более одаренных детей и выявление творческой среды для их дальнейшей специализации. Основной формой обучения дошкольников являются занятия.

Программа представлена двумя уровнями обучения.

На первом уровне обучения (первое полугодие) детям последовательно и в системе даю соответствующие возрасту ребенка представления об окружающем мире, формирую умения и навыки практической деятельности, а также первоначальные навыки учебной деятельности в области хореографического искусства. Специальные игровые методики, построенные на самых разных сюжетах, позволяют успешнее формировать у учащихся устойчивые интересы к сложным, комплексным, многоуровневым проблемам, дающим старт практике.

На втором уровне обучения тесно связаны основные виды творчества: музыкальное, танцевальное и исполнительское. На занятиях развиваю музыкальный слух; дети успешно

овладевают основными движениями, у них появляется хорошая координация в ходьбе, беге, прыжках.

Особенность дошкольного возраста заключается в становлении базовых свойств его личности: самооценки, нравственных ценностей и установок. Поэтому в учебный план деятельности отделения для детей 5-ти и 6-ти летнего возраста ввожу предмет «ритмика».

Деятельность отделения в комплексе создает возможность для всестороннего развития каждого участника образовательного процесса. Таким образом, к семи годам мы имеем хорошо развитого ребенка. Я вижу, в какой области искусства он ярче проявляет себя и рекомендую родителям продолжить его обучение на том или ином отделении в области хореографического или другого искусства.

### **Цель предмета:**

«Формирование двигательных навыков и умений соотносить движения с музыкой».

### **Задачи урока по предмету.**

Уроки по предмету «Ритмика» состоит из значимых частей:

#### 1. Подготовительная часть.

**Образовательные задачи** подготовительной части:

- организовать внимание учащихся;
- научить подготавливать мышцы, суставы, связки к интенсивной физической работе.

#### 2. Основная часть.

**Развивающими задачами** основной части являются:

- развить отдельные группы мышц;
- развить подвижность суставов.

#### 3. Заключительная часть.

**Воспитательные задачи:**

- воспитать качества инициативности, целеустремленности, ответственности по отношению к своему и чужому труду;
- помочь в формировании художественного вкуса, эмоционально-ценностного отношения к танцу;
- обеспечить социализацию детей в коллективе и способствовать возникновению уважительных отношений между учащимися.

## Учебный план

№	Темы	Количество учебных часов в неделю
1	Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов.	17
2	Формирование осанки	17
	Итого	<b>34 часа</b>

### Содержание программы.

#### 1. Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов.

Упражнения для различных частей тела: головы, шеи, плечевого пояса, рук, корпуса, ног. Подбор упражнений, способствующих разогреву мышц, развитию координации, скорости мышечных реакций. Ритмическая основа упражнений должна соответствовать музыкальному материалу.

Упражнения для головы, шеи и плечевого пояса:

- наклоны головы вперед, назад и в стороны;
- повороты головы вправо, влево;
- круговые движения головой по полукругу и по целому кругу;
- вытягивание шеи вперед и в стороны;
- подъем и опускание плеч вверх, вниз, вместе и поочередно;
- круговые движения плечами вперед и назад, двумя вместе и поочередно. *Упражнения для рук:*
- подъем и опускание вверх-вниз;
- разведение в стороны;
- сгибание рук в локтях;
- фуговые движения «мельница»;
- круговые махи одной рукой и двумя вместе; отведение согнутых в локтях рук в стороны.

*для кистей рук:*

- сгибание кистей вниз, вверх;
- отведение вправо, влево.

**2. Формирование осанки** (постановка корпуса, рук, ног, головы); развитие силы, выносливости, начальных элементов координации посредством освоения тренировочных и танцевальных движений, музыкального и выразительного их исполнения.

При проведении урока постепенно увеличиваю нагрузку: от простых упражнений к более сложным, разделяя каждое упражнение на элементы. При этом слежу за свободным, правильным дыханием и общим самочувствием учащихся.

Не ставлю задачу разучить большое количество движений за урок. Важно добиваться осмысленного, правильного, музыкального исполнения каждого задания урока.

С первых уроков важна работа над культурой исполнения движений.

**Основные педагогические принципы** в работе с детьми: доступность, системность, последовательность, учет возрастных особенностей, заинтересованность, перспективность.

**Требования к музыкальному оформлению урока.** Музыкальное оформление урока является основой музыкально-ритмического воспитания и влияет на развитие музыкальной культуры учащихся. Музыкальное оформление должно быть разнообразным и качественно исполненным, будь то работа концертмейстера или звучание фонограммы.

Музыкальное произведение (фрагмент) подбирается к каждой части урока, определяется его структура, темп, ритмический рисунок, характер. Мелодии должны быть простыми, но не примитивными и не монотонными.

В оформлении урока можно использовать:

- классическую музыку русских и зарубежных композиторов;
- народную музыку;
- музыку в современных ритмах. Музыкальный материал должен быть:
- доступным по форме, жанру, стилю и характеру для восприятия детьми младшего школьного возраста;
- иметь выразительную мелодию и четкую фразировку; быть близким по содержанию детским интересам.

**Реализация программы опирается на следующие принципы:**

- постепенность развития профессиональных данных у учащихся;
- постепенность увеличения физической нагрузки и технической трудности;
- строгая последовательность в овладении материала;
- систематичность и регулярность занятий;
- целенаправленность учебного процесса и др.

По окончании курса обучения провожу открытый урок.

### **Методические рекомендации.**

**Основные методы** работы мои на уроках – показ движений и объяснение методики исполнения с акцентом на наиболее важных моментах и основных понятиях. Методы показа и объяснения варьируются. При этом моя главная задача – активизировать мышление и

творческие способности учащихся в процессе напряженной физической работы по овладению танцевальными навыками.

Занятие, как правило, состоит из подготовительной, основной и заключительной частей. Я включаю соответствующие разделы по мере их освоения.

Сначала - в медленном темпе, удобном для выработки внимания, памяти, эластичности ног и т.д., затем - с ускорением темпа.

Новые упражнения изучаются в «чистом виде», затем комбинируются в различных сочетаниях с другими. Все упражнения исполняются поочередно с правой и левой ноги.

#### **По форме организации деятельности учащихся:**

- фронтальные, индивидуально-фронтальные, индивидуальные;
- коллективные, коллективно-групповые, групповые, в парах.

#### **Условия реализации программы**

1. Наличие класса, оборудованного видеотехникой.
2. Тренировочная форма и специфическая танцевальная обувь.
3. Наличие учебно-дидактических пособий.

## **Используемая литература:**

Барышникова Т. «Азбука хореографии» – М.: Айрис-Пресс, 1999.

Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат». – М.: ТЦ Сфера, 2009. Бондаренко Л. «Методика хореографической работы в школе и внешкольных учреждениях». – Киев: Музична Україна, 1985.

Ваганова А.Я. «Основы классического танца» – С-Пб., 2000.

Васильева Т.К. «Секрет танца» – С-Пб.: Диамант, 1997.

Воронина И. «Историко-бытовой танец» – М.: Искусство, 1980.

Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы». – М.: ВАКО, 2007.

Добовчук С.В. «Ритмическая гимнастика: учебное пособие». – М.: МГИУ, 2008.

Зямяина Т. А, Л. В. Стрепетова «Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие». – М.: Издательство «Глобус», 2009.

«Игровые и рифмованные формы физических упражнений». Автор-составитель С.А. Авилова, Т.В. Калинина. – Волгоград: Учитель, 2008.

Климов А. «Основы русского народного танца» – М.: Искусство, 1981.

Ковалько В.И. «Школа физкультминуток: 1-4 классы». – М.: ВАКО, 2009.

Петрусинский В.В. «Обучение, тренинг, досуг» – М.: Новая школа, 1998.

Пустовойтова М.Б. «Ритмика для детей: учебно-методическое пособие». – М.: ВЛАДОС, 2008.

Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание» – М.: Просвещение, 1989.

Фирилева, Ж.Е., Сайкина, Е.Г. Са-фи-дансе. «Танцевально-игровая гимнастика для детей: учебно-методическое пособие». – СПб.: Детство-пресс, 2001.

Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу». – М., 2008.

**Приложение №3**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ п. ПОДТЁСОВО»**

**ОДОБРЕНА**

**Педагогическим советом**

**Протокол**

**№ от 30 августа 2018 г.**

**УТВЕРЖДАЮ**

**Директор МБОУ ДОД ДШИ п. Подтесово**

**(наименование образовательного учреждения)**

\_\_\_\_\_ **Л. Н. Кудзиева**

**(подпись)**

**« 30 » августа 2018 г.**

## **Дополнительная общеразвивающая программа**

**по предмету: «СЦЕНИЧЕСКАЯ ПРАКТИКА»**

**Срок реализации – 2 года**

**Возраст учащихся – 10 - 13 лет.**

**Составитель: преподаватель хореографии Валуева С.Л.**

**Рецензенты**

**Галиева Л.С. – заслуженный работник РФ, балетмейстер  
высшей категории, методист народного центра творчества г. Красноярска**

**Обсуждена и принята на заседании методическим советом**

**2018**

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**  
**«СЦЕНИЧЕСКАЯ ПРАКТИКА»**

I. Пояснительная записка:

1. Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе.
2. Срок реализации.
3. Предусмотренный объем учебного времени.
4. Форма и режим занятий.
5. Цель и задачи.
6. Обоснование структуры программы.
7. Методы обучения.
8. Описание материально-технических условий реализации учебного предмета.

II. Содержание программы:

1. Учебно-тематический план.
2. Содержание тем.

III. Требования к уровню подготовки учащихся.

IV. Формы и методы контроля, система оценок:

1. Аттестация: цели, виды, форма, содержание.
2. Критерии оценки.

V. Методическое обеспечение образовательной программы.

VI. Списки рекомендуемой литературы.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### **Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе.**

Моя модифицированная программа «Сценическая практика» (далее – Программа) разработана на основе федеральных государственных требований (далее – ФГТ), установленных к минимуму содержания, структуре, условиям и сроку реализации общеобразовательных программ в области хореографического искусства «Хореографическое творчество».

**Актуальность предмета** «Сценическая практика» объясняется его нацеленностью на выявление одаренных детей в области хореографического искусства, приобретение опыта творческой деятельности, а также овладение духовными и культурными ценностями.

**Педагогическая целесообразность** Программы обусловлена ее направленностью на гармоничное психологическое, духовное и физическое развитие ребенка, морфологическое и функциональное совершенствование его отдельных органов и систем, создание необходимого двигательного режима, положительного психологического настроя.

Благодаря сценической практике, у учащихся укрепляются знания профессиональной терминологии, мастерство исполнения различных видов танца: классического, народно-сценического, историко-бытового, бального, эстрадного, современного.

**Срок реализации программы:** 3 года (3 – 5 классы) при 5 - летней системе обучения.

**Объем учебного времени.** Максимальная учебная нагрузка по предмету составляет 0,5 часов в неделю, с расчетом на одного учащегося.

**Форма и режим аудиторных занятий.** В основе организации деятельности детей по программе лежит *мелкогрупповое занятие (урок)*, которое проводится один раз в неделю: по 0,5 академического часа.

**Цель программы:** создать благоприятные условия для приобщения учащихся к танцевальному творчеству и хореографическому самовыражению.

### **Задачи:**

#### ***Обучающие:***

- ознакомить учащихся с различными танцами, их характерными особенностями и выразительными средствами, а также правилами исполнения танцевальных элементов;

- сформировать музыкально-ритмические навыки, выразительность, пластичность, грациозность и изящество в танцевальных вариациях, умение эмоционального выражения, раскрепощения и творчества в движениях;

- выработать у учащихся комплекс технических навыков и умений, исполнительскую культуру, а также свободное и выразительное владение различными видами хореографии.

### ***Развивающие:***

- содействовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата, профилактике плоскостопия, формированию правильной осанки, функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно -сосудистой и нервной систем организма;

- развить мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности, музыкальные и творческие способности, мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, умение согласовывать движения с музыкой, навыки коммуникативной культуры при общении в паре и коллективе;

- расширить кругозор.

### ***Воспитательные:***

- привить художественный вкус, интерес к танцевальному искусству;

- воспитать культуру общения и необходимые личностные качества;

- приобщить к здоровому образу жизни.

**Обоснованием структуры программы** являются ФГТ, отражающие все аспекты работы моей с учеником.

### **Программа содержит следующие разделы:**

- сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета;

- распределение учебного материала по годам;

- описание дидактических единиц;

- требования к уровню подготовки обучающихся;

- формы и методы контроля, система оценок;

- методическое обеспечение образовательной программы.

### ***Принципы построения Программы:***

- индивидуальный подход;

- техническая и художественная доступность учебного материала с учетом возрастного фактора и степени одаренности учащихся;

- последовательность и постепенность (от простого к сложному);

- наглядность обучения – показ и объяснение;

- максимальная активность обучающихся в учебной деятельности;

- формирование групп обучающихся по уровню способностей.

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие **методы обучения:**

- словесные;
- наглядные;
- практические;
- объяснительно-иллюстративные;
- репродуктивные;
- частично-поисковые;
- исследовательские.

**Формы проведения занятий:**

- коллективная, в которой обучающиеся рассматриваются как целостный коллектив, имеющий своих лидеров (при самостоятельной постановке хореографических композиций);
- групповая, в которой обучение проводится с группой воспитанников (три и более), имеющих общее задание и взаимодействующих между собой;
- парная, предполагающая общение с двумя воспитанниками при постановке дуэтных танцев;
- индивидуальная, используемая для работы с воспитанником по усвоению сложного материала и подготовки к сольному номеру.

**Количественный состав групп** – 1этап обучения – 10–11 человек, 2, 3 этапов обучения – 4-10 человек.

**Продолжительность** одного занятия для дошкольников – не более 30 мин., с 10 минутным перерывом после каждого занятия. Продолжительность занятий 2, 3 этапов обучения – 40 минут.

**Материально-технические условия реализации Программы:**

Учебный класс для занятий – хорошо проветриваемое и освещенное помещение.

Оборудование учебного кабинета: балетные станки, шведские стенки, зеркала, фортепиано.

Технические средства: звукотехническое и видеооборудование.

**Информационное обеспечение:**

списки рекомендуемых учебных изданий, дополнительной литературы.

Основные источники: учебные пособия, учебно-методическая литература, наглядные пособия.

Дополнительные источники: справочно-библиографические и периодические издания, поисковые системы, сайты интернета, сайты издательств.

Материально-техническая база, соответствующая санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

### Учебно – тематический план

№ п/п	Танцевальные направления	классы		
		III	IV	V
1	Основы хореографического искусства	0,5	0,5	0,5
<b>Всего часов (на одного ученика)</b>		0,5	0,5	0,5

### СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

## **Первый год обучения**

1. Демонстрация танцевальных движений.
2. Музыкальная раскладка танцевальных движений.
3. Разбор и исполнение танцевальных связок, вариаций, этюдов в медленном, затем в нужном темпе.
4. Помощь учащимся, отстающим в освоение программы и репертуара.
5. Разучивание хореографических композиций.
6. Участие в концертных программах школы.

## **Второй год обучения**

1. Демонстрация танцевальных движений.
2. Музыкальная раскладка танцевальных движений.
3. Разбор особенности исполнения танцевальных движений.
4. Изучение танцевальных связок.
5. Разучивание и исполнение танцевальных связок, вариаций, этюдов в медленном, затем в нужном темпе.
6. Помощь учащимся, отстающим в освоение программы и репертуара.
7. Разучивание хореографических композиций.
8. Участие в концертных программах школы.
9. Работа над развитием пластичности и выразительности исполнения.
10. Участие в городских, районных, международных конкурсах и фестивалях.

## **Третий год обучения**

1. Демонстрация танцевальных движений.
2. Музыкальная раскладка танцевальных движений.
3. Разбор особенности исполнения танцевальных движений.
4. Изучение танцевальных связок.
5. Разучивание и исполнение танцевальных связок, вариаций, этюдов в медленном, затем в нужном темпе.
6. Помощь учащимся, отстающим в освоение программы и репертуара.
7. Разучивание хореографических композиций.
8. Участие в концертных программах школы.
9. Работа над развитием пластичности и выразительности исполнения.
10. Участие в городских, районных, международных конкурсах и фестивалях.
11. Работа над осмыслением, запоминанием и оцениванием культуры своих движений.

## Список литературы.

- Базарова Н., Мэй В. «Азбука классического танца» М. 1964 г.
- Барышникова Т. Азбука хореографии. М., «Рольф», 2001
- Барышникова Т.К. Азбука хореографии – Спб., 2009
- Бекина С.И. и др. Музыка и движение: Упражнения, игры и пляски для детей 5 – 7 лет. – М., 2008
- Богданов Г. Хореографическое образование. М., 2001
- Богданов Г. Самобытность русского танца. М., 2002
- Ваганова А. «Основы классического танца» М. 1964.
- Васильева Т.И. «Балетная осанка» / Методическое пособие для преподавателей хореографических школ и школ искусств. М., 1993
- Воробьев А.П. Спортивные игры. М., Просвещение. 1973
- Волынский А. «Книга ликований. Азбука классического танца» - Л.: «АРТ», 1992
- Гай Ховард. Техника исполнения европейских танцев. М., Артис, 2003
- Головкина С.Н. «Уроки классического танца в старших классах» - М., Искусство, 1989
- Громов Ю.И. «Основы подготовки специалистов-хореографов» / учебное пособие. СПб: Типография Наука, 2006
- Дю Беке Антон. Учимся танцу за месяц. – М., 2008
- Заикин Н. Областные особенности русского народного танца. М., 2002
- Иванникова О.В. Латиноамериканские танцы. Румба, ча-ча-ча. - Донецк: «Аст», «Сталкер», 2005
- Идом Х., Кетрек Н. Хочу танцевать. - М., «Махаон», 2003
- Калугина О.Г. «Методика преподавания хореографических дисциплин» / Учебно-методическое пособие. Киров: КИПК и ПРО, 2011
- Кольцова М. М., Рузина М. С. Ребёнок учится говорить: пальчиковый игротренинг. – Спб., 2010
- Костровицкая В.С. «100 уроков классического танца» Л. 1981
- Костровицкая В. С. «Школа классического танца» М. 1964

- Коротков И. М. Подвижные игры детей. – М., 2012
- Климов А. Особенности русского народного танца. М., 2002
- Климов А. Русский народный танец. М., 2002
- Красовская В.М. История русского балета. - Л., 1978
- Кох И. Основы сценического движения. – Л., 1970
- Летягова Т.В., Романова Н.Н., Филлипов А.В., Лисицкая Т. Хореография в гимнастике. – М., 1993
- Лэрд Уолтер Техника латиноамериканских танцев. Артис, 2008
- Мур Алекс. Пересмотренная техника европейских танцев. – СПб, 1993
- Матяшина А.А. Образовательная программа «Путешествие в страну «хореография»» - В кн.: Фольклор. Музыка. Театр. – театр: Программы и конспекты занятий для педагогов дополнительного образования, работающие с дошкольниками: Программ. – метод. пособие/ Под редакцией С. И. Мерзляковой. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003
- Основы подготовки специалистов-хореографов: учебное пособие/ Ю. Громов. – СПб: Типография Наука, 2006
- Плетнев Л. С реверансом. М., Маренго- Интернэйшнл Принт, 2001
- Покровская Е.Г. «Принципы сочинения учебной комбинации у палки по классическому танцу» / Методическое пособие для преподавателей. Харьков, 2010
- Раздрокина Л. Танцуйте на здоровье. Танцевально-игровые тренинги. – Ростов-на-Дону, «Феникс», 2007
- Руднева С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение. Изд. 3-е — М., 2002
- Русский балет: энциклопедия. М: Согласие , 1997
- Рубштейн Н. Что нужно знать, чтобы стать первым. Танцор. Пара. - М., 2007
- Рубштейн Н. Что нужно знать, чтобы стать первым. Тренер. - М. 2007
- Тарасов Н.И. «Классический танец. Школа мужского исполнительства». М.: Искусство, 1987
- Тарасов Н.И. «Методика классического тренажа». СПб: «Лань», 2009
- Ткаченко Т. «Народные танцы» - М. 1975
- Тарасов Н.И. «Классический танец» М. 1971
- Ткаченко Т. «Работа с танцевальными коллективами» М., 1958 г.
- Устинова Т. «Русские танцы» М. 1975 г
- Федорова Г. Танцы для развития детей. М., 2000 Филлипова А.В. - М., Филинта: Наука, 2006

Цацулин П.В. «Растяжка расслаблением» — М., 2008

Шетэля В.М., Краткий словарь танцев. Под ред.

Шутиков Ю.Н. Учебно-методические рекомендации по организации работы по ритмике, ритмопластике, бальным танцам. – М., 2006

**Приложение №4**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ п. ПОДТЁСОВО»**

**ОДОБРЕНА**  
Педагогическим советом

**Протокол**  
№ от 30 августа 2018 г.

**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор МБОУ ДОД ДШИ п. Подтесово  
(наименование образовательного учреждения)

\_\_\_\_\_ **Л. Н. Кудзиева**  
(подпись)  
« 30 » августа 2018 г.

**Дополнительная общеразвивающая программа  
по предметам: "Ритмика», «Танец», «Гимнастика»**

**(01-02 КЛАССЫ)**

Срок реализации – 2 года

Возраст учащихся – 5 - 10 лет.

Составитель: преподаватель хореографии Валуева С.Л.

**Рецензенты**

Галиева Л.С. – заслуженный работник РФ, балетмейстер высшей категории, методист народного центра творчества г. Красноярск

**Обсуждена и принята на заседании методическим советом**

## **Структура программы**

### **I. Пояснительная записка**

1. Общая характеристика учебного предмета
2. Срок реализации учебного предмета,
3. Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом на реализацию учебного предмета
4. Форма проведения учебных занятий
5. Цель, задачи учебного предмета
6. Методы обучения

### **II. Учебно - тематические планы**

Содержание программы.

Годовые требования

### **III. Требования к уровню подготовки учащихся**

### **IV. Формы и методы контроля, система оценок**

1. Аттестация: цели, виды, форма, содержание
2. Критерии оценок

### **V. Методическое обеспечение учебного процесса**

1. Методические рекомендации

## **Пояснительная записка.**

Всем нам известно, какую огромную роль играет в жизни человека ритм. Ритму подчинена вся наша жизнь: ритм дыхания и сердечной деятельности, ритм суток и времен года, ритм работы и музыки. Не трудно представить, как легко ритм, произносимые слова или ритмическое дыхание могут вдохновить на движение. Движение, подчиненное определенному ритму – это уже прообраз танца. Нигде более так всеобъемлюще не развиваются тело, душа и воля как в танце. Поэтому танец столь важен и необходим для образования и развития детей.

На занятиях гимнастики увеличивается объем двигательной активности, который оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечно – сосудистой и нервной системы. Движение в ритме и темпе, заданной музыки, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем что при регулярных занятиях ведет к общему оздоровлению организма.

Моя модифицированная программа составлена в соответствии с Законом Российской Федерации «Об образовании», «Типовым положением об образовательном учреждении дополнительного образования детей», санитарно-эпидемиологическими правилами и нормами.

Я в своей работе опираюсь на программы ведущих педагогов: И. В. Лифиц, Педагогическое образование, Москва 1999г; Е. Н. Мошкову, программа «Ритмика и балльные танцы», утвержденной Министерством Образования 1997г.; Вагановой А.Я. – педагог-хореограф, балетмейстер (1879-1951); Программа по ритмической пластике для детей «Ритмическая мозаика» А.И.Бурениной, рекомендованной Министерством образования Российской Федерации. 2000 г.

## **Актуальность программы**

На занятиях ритмикой особое внимание уделяю не только развитию ритмической, но и эмоционально-действенной связи музыки и танца. Танец решает те же задачи эстетического развития и воспитания что и музыка. В музыке заложены содержание и характер любого танцевального произведения. Не может быть танца без музыки, без ритма. Обучение искусству танца происходит параллельно с гимнастикой, где идет полноценное развитие природных, физических данных и с музыкальным воспитанием: дети учатся понимать, слушать и слышать музыку, органически сливать в единое целое движение и музыку.

Моя программа является модифицированной, т.к. рассчитана на физическое, эмоциональное и нравственное развитие и совершенствование детей. Программа нацелена на личностное развитие ребенка, предназначена для детей 4-6 лет и рассчитана на 2 года обучения. Занятия проводятся в групповой форме, продолжительностью 30 минут.

**Направленность программы:** общеразвивающая.

**Новизна программы.**

Многогранность учебных занятий позволяет в процессе роста творческих способностей учащихся, использовать полученное образование в обычной жизни.

### **Цели и задачи.**

**Главной целью** уроков ритмики и танца, гимнастики является – активизация музыкального восприятия через движение. Двигаться, как подсказывает музыка, идти от музыки к движению, творчески отображая музыкальные впечатления.

### **Задачи:**

#### ***Образовательные.***

Физическая подготовка детей:

развить опорно-двигательный аппарат;

формировать постановку корпуса и стопы;

содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно – сосудистой и нервной системы организма.

#### ***Развивающие.***

Совершенствование психомоторных способностей школьников:

развить мышечную силу, гибкость, выносливость скоростно-силовых и координирующих способностей;

развить чувство ритма, музыкальный слух, память, внимание, умение согласовать движения с музыкой;

- развить творческие и созидательные способности учащихся:

- развить мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, расширить кругозор;

#### ***Воспитательные:***

- формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений;

- формировать навыки самостоятельного выражения движений под музыку; развить инициативу, чувства товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

**По окончании курса учащийся должен**

## **Знать:**

порядок и правильность исполнения движений танцевальной разминки;

элементы музыкальной ритмической грамоты, уметь распознать и передать движением характер музыки (грустный, торжественный, веселый и т. д.), определить размер незнакомого музыкального произведения и передать хлопками его ритмический рисунок;

названия и методику исполнения танцевальных движений проученных с педагогом;

названия и технику исполнения движений у станка (экзерсис).

уметь

методически и музыкально точно исполнять танцевальную разминку;

уметь слушать и анализировать танцевальную музыку, двигаться под музыку;

легко, музыкально, эмоционально исполнять проученные танцы;

методично исполнять проученные движения у станка.

## **Программа содержит следующие разделы:**

Ритмика, элементы музыкальной грамоты.

Гимнастика.

Танец.

### **Раздел «Ритмика и элементы музыкальной грамоты»**

С первых уроков дети, приобретают опыт музыкального восприятия. Главная задача педагога создать у детей эмоциональный настрой во время занятий. Отсюда вытекают требования к музыкальному оформлению занятий:

правильный подбор музыкального произведения в соответствии с исполненным движением;

художественное и выразительное исполнение музыки, которое является главным методическим приёмом преподавания.

Музыкально-ритмическая деятельность включает ритмические упражнения, построения и перестроения, музыкальные игры для школьников 01 класса, слушание и разбор танцевальной музыки для школьников 02 класса. Упражнения этого раздела способствует развитию музыкальности: формировать восприятие музыки, развития чувства ритма и лада, обогащение музыкально – слуховых представлений, развитие умений координировать движений с музыкой.

### **Раздел «Танец»**

Этот раздел включает изучение народных плясок, исторических и современных бальных танцев. Наиболее подходящий материал по возможности выбирается в зависимости от конкретных условий. В процессе разучивания танца педагог добивается, чтобы учащиеся исполняли выученные танцы музыкально, выразительно, осмысленно, сохраняя стиль эпохи и национальный характер танца.

Занятия историко-бытовым и бальным танцем органически связано с усвоением норм этики, выработки высокой культуры, общения между людьми.

В программный материал по изучению историко-бытового танца входит:

освоение тренировочных упражнений на середине зала,

ритмические упражнения,

разучивание танцевальных композиций.

В начале учащиеся знакомятся с происхождением танца, с его отличительными особенностями, композиционным построением, манерой исполнения и характером музыкального сопровождения. В танцах определённой композиции отмечается количество фигур, частей и количество тактов. Далее идёт усвоение учащимися необходимых специфических движений по степени сложности. После этого разученные элементы собираются в единую композицию.

Народно-сценический танец изучается на протяжении всего курса обучения и имеет важное значение для развития художественного творчества и танцевальной техники у учащихся. На первом этапе дети изучают простейшие элементы русского танца, упражнения по народно-сценическому танцу, изучаются в небольшом объёме и включаются в раздел «танцевальная азбука». Занятия по народному танцу включают в себя: тренировочные упражнения, сценические движения на середине зала и по диагонали, танцевальные композиции.

### **Раздел «Гимнастика»**

В комплекс упражнений входит:

партерная гимнастика;

тренаж на середине зала;

танцевальные движения;

композиции различной координационной сложности.

Каждый урок включает все виды деятельности: разминка, проводится на каждом уроке в виде «статистического танца» в стиле аэробики под современную и популярную музыку, что создает благоприятный эмоциональный фон и повышает интерес к упражнениям. Ритмику, слушание и анализ музыки, элементы классического танца, танцевальные этюды, упражнения на ориентировку в пространстве, музыкальные игры. Все виды деятельности чередуются не механически, а соединяются органично, подчиняя единому педагогическому замыслу.

## Программа по курсам.

01класс.

4 час. в неделю.

№	Темы	Количество часов
1	Ритмика	68
3	Танец.	34
4	Гимнастика	34
итого	136 час.	

### Содержание по предмету «Гимнастика. Ритмика. Танец».

#### ГИМНАСТИКА

##### I. Теория дисциплины

Основные задачи гимнастики:

- укрепление опорно-двигательного аппарата;
- развитие силы мышц, укрепление суставов и повышение их подвижности;
- развитие выносливости и постановка дыхания;

выработка навыков высокой культуры движений.

##### II. Элементы партерной гимнастики.

1. Упражнения, укрепляющие мышцы спины;

- «День — ночь»
- «Змейка»
- «Рыбка»

## 2. Упражнения, развивающие подъем стопы:

- вытягивание и сокращение стопы;
- круговые движения стопой;

## 3. Упражнения, развивающие гибкость позвоночника:

- «лодочка»;
- «складочка»;
- «колечко».

## III. Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов

### 1. Упражнение для развития шеи и плечевого пояса в первоначальных музыкальных раскладках:

- повороты головы в положении «направо», «прямо», «налево»;
- наклоны и подъемы головы в положениях «прямо», «направо», «налево»;

### 2. Упражнение для развития плечевого сустава и рук в первоначальных музыкальных раскладках:

- разведение рук в стороны;
- подъемы рук вперед на высоту 90°;
- отведение рук назад;
- подъемы рук вверх и опускания вниз через стороны;
- подъемы рук вверх–вперед и опускания вниз–вперед;
- сгибание рук в локтях в направлении: вверх–в стороны и вниз–в стороны.

### 3. Упражнения на развитие поясничного пояса:

- наклоны корпуса в стороны;
- наклоны корпуса вперед.

### 4. Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног:

#### полуприседания:

- отведение ноги в сторону на носок;
- отведение ноги в сторону на каблук;

- отведение ноги вперёд на носок;
- отведение ноги вперёд на каблук;
- отведение ноги в сторону с чередованием: позиция – носок – каблук – носок – позиция;
- отведение ноги вперед с чередованием: позиция – носок – каблук – носок – позиция;
- подъёмы согнутой в колене ноги вперёд;
- отведение ноги назад на носок;
- отведение ноги в сторону, вперёд с чередованием: позиция – носок – выпад – носок – позиция;
- отведение ноги в сторону, вперед с чередованием: – позиция – носок – выпад – носок с полуприседанием.

## РИТМИКА

### I. Теория дисциплины

1. Характер музыкального произведения, его темп, динамические оттенки, легато – стаккато.
2. Длительности, ритмический рисунок, акценты, музыкальный размер.

### II. Музыкально-ритмические игры.

- Упражнения, игры и метр:
- Сильные доли и такт:

Здесь используются упражнения и игры с акцентированием сильных долей такта при меняющихся музыкальных размерах ( $2\backslash 4$ ,  $3\backslash 4$ ,  $4\backslash 4$ ).

- Сильные доли, слабые доли и музыкальный размер:

Здесь используются упражнения и игры на соотношение резких и спокойных движений с сильными и слабыми долями музыки.

#### 2. Упражнения, игры и фразировка.

- Соотношение движений с музыкальной фразой (муз. размеры  $2\backslash 4$ ,  $3\backslash 4$ ,  $4\backslash 4$ ):

#### 3. Упражнения, игры и темп.

- Сохранение темпа движения во время музыкальной паузы:
- Соотношение темпа движения с постепенно изменяющимся темпом музыки:
- Соотношение резко меняющегося темпа музыки с хореографическим движением:

- Ускорение и замедление темпа движения в 2 раза при неизменном музыкальном темпе:

#### 4. Упражнения, игры и динамика.

- Соотношения резко меняющейся силы музыкального звучания с хореографическим движением:

- Соотношение усиления и ослабления силы звучания музыки с хореографическим движением:

#### 5. Упражнения, игры и характер музыкального произведения.

- Соотношение характеров музыки и движения:

### ТАНЕЦ

#### I. Теория дисциплины.

1. Понятия «мелодия», «поза», «движение».

#### II. Ориентационно - пространственные упражнения.

1. Изучение одноплановых рисунков и фигур: линейных – плоскостных (шеренга, колонна), объёмных (круг, «цепочка»);

2. Изучение одноплановых рисунков и фигур:

- линейных (плоскостных) - шеренга горизонтальная; колонна горизонтальная;
- объёмных - круг; «цепочка»;

3. Изучение приёмов перестроения из одноплановых рисунков и фигур в одноплановые:  
из линейных в линейные:

- из шеренги горизонтальной в шеренгу горизонтальная.

#### III. Танцевальные элементы.

1. Танцевальные шаги, бег, прыжки, подскоки.

Изучение различного вида шагов с руками, находящимися в положении «ладони на талии»:

- танцевальный шаг с носка;
- маршевый шаг на месте;
- шаги на полупальцах
- легкий бег с поджатыми ногами;

2. Реверанс для девочек и поклон для мальчиков на 4/4.

3. Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства.

Задача: научить слушать музыку, понимать команды, разнообразить набор обычных движений, развивать координацию, чувства ритма, память, внимание, заинтересовать. Обще развивающие упражнения. Танцы.

## **02 класс.**

5 час. в неделю.

№	Темы	Количество часов
1	Ритмика, элементы музыкальной грамоты.	102
3	Танец.	34
4	Гимнастика	34
итого	170 час.	

### **Содержание по предмету «Гимнастика. Ритмика. Танец».**

#### **ГИМНАСТИКА**

##### **I. Теория дисциплины**

Партерная гимнастика – подготовка к классическому экзерсису.

Комплекс партерной гимнастики выполняется на гимнастических ковриках. Упражнения на полу, или партерный экзерсис, позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трёх целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Мышцы и суставы подготавливаются к традиционным классическому и народно-сценическому экзерсисам у станка, требующим высокого физического напряжения.

##### **II. Элементы партерной гимнастики.**

1. Повторение и закрепление материала 1 года обучения. Более сложные комбинации движений. Четкое воспроизведение всех элементов в характере музыкального сопровождения.
2. Упражнения, укрепляющие мышцы спины: «Группировка» «Карандаш»

##### **III. Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов.**

- Упражнение для развития шеи и плечевого пояса в ускоренных (по сравнению с первый годом обучения) музыкальных раскладках:

- повороты головы в положении «направо», «прямо», «налево»;
- наклоны и подъёмы головы в положениях «прямо», «направо», «налево»;
- круговые движения головой по кругу и целому кругу;
- поднимание и опускание плеч;
- поочередное поднимание и опускание плеч.
- Упражнение для развития плечевого сустава и рук,

разведение рук в стороны:

- подъёмы рук вперёд на высоту 90°
- отведение рук назад;
- подъёмы рук вверх и опускания вниз через стороны;
- подъёмы рук вверх–вперёд и опускания вниз–вперёд.
- Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног:
- отведение ноги в сторону на носок с полуприседанием
- отведение ноги вперёд на носок с полуприседанием;
- отведение ноги вперёд на каблук с полуприседанием.

## **РИТМИКА.**

### 1. Теория дисциплины

1. Строеие музыкального произведения. Знакомство со строеием музыкального произведения. Понятия: вступление, части, музыкальная фраза. Умение менять движение в зависимости от смены музыкальных частей, фраз.

2. Маршевая и танцевальная музыка.

Особенности танцевальных жанров: вальса, польки, галопа.

### II. Музыкально-ритмические игры.

1. Упражнения, игры и метр.

- Сильные доли и такт:

Здесь используются упражнения и игры с акцентированием сильных долей такта при меняющихся музыкальных размерах (2\4, 3\4, 4\4).

Здесь используются упражнения и игры на соотношение резких и спокойных движений с сильными и слабыми долями музыки.

## 2. Упражнения, игры и фразировка.

- Соотношение движений с музыкальной фразой (муз. Соотношение характеров музыки и движения:

- размеры 2\4, 3\4, 4\4):
- Соотношение движений с музыкальной фразой (муз. размеры 2\4, 3\4, 4\4).

## 3. Упражнения, игры и темп

- Сохранение темпа движения во время музыкальной паузы.

## ТАНЕЦ

### I. Теория дисциплины.

#### 1. Музыкально-хореографическая, образная выразительность.

### II. Ориентационно – пространственные упражнения.

#### 1. Изучение одноплановых и многоплановых рисунков и фигур: линейных — плоскостных (шеренга, колонна), объемных (круг, « цепочка»).

- Повторение материала 1 год обучения;
- Изучение многоплановых рисунков и фигур:

- линейных (плоскостных).

#### 2. Изучение приёмов перестроения из одноплановых рисунков и фигур в многоплановые:

- из линейных в линейные.

#### 3. Изучение приёмов перестроения из многоплановых рисунков и фигур в одноплановые – выполнение заданий раздела IV в обратном порядке.

#### 4. Изучение приёмов построения из многоплановых рисунков и фигур в многоплановые рисунки:

- из линейных в линейные:
- из 2 шеренг в 2 горизонтальные колонны.

### III. Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов в младшей группе.

1. Упражнение для развития шеи и плечевого пояса в ускоренных (по сравнению с первым годом обучения) музыкальных раскладках:

- повороты головы в положении «направо», «прямо», «налево»;
- наклоны и подъёмы головы в положениях «прямо», «направо», «налево».

2. Упражнение для развития плечевого сустава и рук в ускоренных раскладках:

- разведение рук в стороны;
- подъёмы рук вперёд на высоту 90°;
- отведение рук назад;
- подъёмы рук вверх и опускания вниз через стороны;
- подъёмы рук вверх–вперёд и опускания вниз–вперёд

3. Упражнения на развитие поясничного пояса:

- перегибы корпуса назад.

4. Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног:

- отведение ноги в сторону на носок с полуприседанием.

IV. Танцевальные элементы.

- Танцевальные шаги и ходы:
- Скользящий шаг (*pas glisse*);
- Па польки вперед и боковое;
- *Pas chasse'* вперед, назад
- Русский переменный ход.
- Русский дробный ход (по 1/8).
- Реверанс для девочек и поклон для мальчиков на 2/4.
- В ритме полонеза;
- В ритме польки.
- Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства.

Задача: ещё более развивать чувство ритма, музыкальность, пластику, координацию. Развитие памяти, разнообразить набор привычных движений. По ходу урока решаются задачи поведения в паре. Обще развивающие движения. Танцы.

## **Условия работы программы.**

**Для реализации данной программы необходимы:**

- зал хореографии для занятий ритмикой, танцами, гимнастикой,
- инвентарь (мячи, скакалки, обручи, балетный станок);
- форма для учащихся (гимнастический купальник, юбка, белые носочки, чешки, для девочки). Белая футболка, черные шорты, белые носочки, чешки (для мальчика).

## **Формы организации занятий**

### **Основными формами занятий являются:**

групповые учебные занятия;

групповые и индивидуальные теоретические занятия;

участие в конкурсах, концертных программах.

### **методы:**

наблюдение;

открытые занятия;

показательные выступления.

Диагностика выполнения программы проводится в начале учебного года (сентябрь), в конце первого полугодия (декабрь) и в конце учебного года (май).

### **Методические аспекты освоения программы.**

Основным в освоении программы данного курса являются принципы: «от простого к сложному», «от медленного к быстрому», «посмотри и повтори», «осмысли и выполни», «от эмоций к логике», «от логики к ощущению».

Знакомство с танцем начинается с музыки, истории танца, место его происхождения, его ритмичным характерным темпом. Освоение элементов происходит постепенно. Дети осваивают движения, повторяя его за педагогом. Способность к зрительному восприятию позволяет обучающему считывать движения. В танцах со сложной координацией необходимо четко соблюдать последовательность подачи информации о движении. Начинается «от пола» и следует объяснять в последовательности:

- куда наступает (как переносится вес);
- как ставим ногу (как работает стопа);
- что делает корпус;
- как двигаются руки;
- куда направлен взгляд.

В классическом тренаже вырабатываю умение сохранять вертикальную ось, обеспечивающую равновесие тела в любом положении, воспитываю точность исполнения движения, мышечную координацию. Усвоив правила исполнения движений классического танца (экзерсис у станка), учащиеся переносят эти правила на исполнение любого движения, изучаемого на уроке.

Успешное усвоение всех рекомендаций сочетаю с созданием на занятиях такого психологического микроклимата, когда педагог, свободно общаясь с детьми на принципах сотрудничества, содружества, общего интереса к делу, четко реагирует, на восприятие

обучающихся поддерживая атмосферу радости, интереса и веселья побуждает их к творчеству.

На занятиях вырабатываю свой язык общения: речь – жест – музыка, который позволяет быстро сменить вид деятельности, мобилизует внимание.

В целях создания положительной мотивации использую игровые моменты, ролевые игры, направленные на переключение внимания, разгрузку и отдых.

**В конце 01 года обучения по данному курсу учащиеся должны знать и уметь:**

Элементы музыкальной грамоты: характер музыки (веселая, спокойная, грустная); темп (медленный, умеренный, быстрый); строение музыкального произведения (музыкальное вступление, части); динамические оттенки (форте – пиано, стаккато – легато); акцент. Исполнять ритмические упражнения с: начало, и окончание движения вместе с музыкой, уметь различать музыкальные части. Исполнять движения в различных темпах. Определять характер танцевальной музыки словами и передача характера в движении. Передавать динамические оттенки в движении.

Учащиеся должны свободно перестраиваться в колонну по одному и по два, перестраиваться в колонны по одному в пары и обратно; построение в шеренгу; построение в круг, сужение, расширение круга; свободное размещение в зале.

Знать точки плана класса 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, диагонали.

Исполнять музыкальные игры и танцы в темпе и характере заданным педагогом.

**В конце 02 года обучения учащиеся должны знать и уметь:**

Элементы музыкальной грамоты: строение музыкальной речи (предложение, музыкальная фраза); длительности целые, половинные, четверти, восьмые, ритмический рисунок. Учащиеся должны передавать в движении изменения темпа; передача в движении длительностей и ритмического рисунка.

Уметь перестроиться из колонны по одному в колонну по три (тройки). Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре (четверки). Перестроение из троек и четверок в кружочки и звездочки. Перестроения в паре: обход одним партнером другого; смена места с поворотом лицом друг к другу.

Знать позиции и упражнения классического танца. Постановку корпуса. Позиции ног 1, 2, 3, 4, 5, 6.

Позиции рук: подготовительное положение 1, 2, 3. Положение рук за юбочку, руки вниз ладонью, руки ладонями на поясе. Полуприседание (деми плие) по 1,2,3 позициям. Вытягивание ноги (батман тандю) в сторону, вперед, назад по 1 и 3 позициям. Полукруг ногой (деми ронд дежамб партер, ронд де жамб партер) по 1 позиции. Переводы рук по позициям (порт де бра). Исполнять музыкальные игры и танцы в темпе и характере заданным педагогом.

## **Используемая литература:**

Барышникова Т. «Азбука хореографии» – М.: Айрис-Пресс, 1999.

Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат». – М.: ТЦ Сфера, 2009.

Бондаренко Л. «Методика хореографической работы в школе и внешкольных учреждениях». – Киев: Музична Україна, 1985.

Ваганова А.Я. «Основы классического танца» – С-Пб., 2000.

Васильева Т.К. «Секрет танца» – С-Пб.: Диамант, 1997.

Воронина И. «Историко-бытовой танец» – М.: Искусство, 1980.

Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы». – М.: ВАКО, 2007.

Добовчук С.В. «Ритмическая гимнастика: учебное пособие». – М.: МГИУ, 2008.

Затямина Т. А., Л. В. Стрепетова «Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие». – М.: Издательство «Глобус», 2009.

«Игровые и рифмованные формы физических упражнений». Автор-составитель С.А. Авилова, Т.В. Калинина. – Волгоград: Учитель, 2008.

Климов А. «Основы русского народного танца» – М.: Искусство, 1981.

Ковалько В.И. «Школа физкультминуток: 1-4 классы». – М.: ВАКО, 2009.

Петрусинский В.В. «Обучение, тренинг, досуг» – М.: Новая школа, 1998.

Пустовойтова М.Б. «Ритмика для детей: учебно-методическое пособие». – М.: ВЛАДОС, 2008.

Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание» – М.: Просвещение, 1989.

Фирилева, Ж.Е., Сайкина, Е.Г. Са-фи-дансе. «Танцевально-игровая гимнастика для детей: учебно-методическое пособие». – СПб.: Детство-пресс, 2001.

Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу». – М., 2008

## **Приложение №5**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ п. ПОДТЁСОВО»**

**ОДОБРЕНА**  
Педагогическим советом

**Протокол**  
№ от 30 августа 2018 г.

**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор МБОУ ДОД ДШИ п. Подтесово  
(наименование образовательного учреждения)

\_\_\_\_\_ **Л. Н. Кудзиева**

(подпись)

**« 30 » августа 2018 г.**

**Дополнительная общеразвивающая программа**

**по предмету:**

**«Современный тане»**

Срок реализации – 3 года

Возраст учащихся – 5-7 лет

Составитель: преподаватель хореографии Валуева С.Л.

**Рецензенты**

Галиева Л.С. – заслуженный работник РФ, балетмейстер высшей категории, методист народного центра творчества г. Красноярска

**Обсуждена и принята на заседании методическим советом**

## Пояснительная записка

«Духовная жизнь ребенка полноценна лишь тогда, когда он живет в мире игры, сказки, музыки, фантазии, творчества.

Без этого он – засушенный цветок»

В. Сухомлинский

Дошкольное детство – период бурного развития воображения, фантазии, важнейших качеств творческой личности. В возрасте 5 – 7 лет потребность детей проявлять себя в творчестве огромна. Очень важно на дошкольном этапе развития личности определить способность и талантливость детей, создать им условия для самовыражения, дать неограниченные возможности проявить себя во всех видах музыкального творчества.

**Актуальность программы.** В дошкольном возрасте активно развиваются специальные способности детей, прежде всего художественные. Дошкольное детство создает благоприятные условия для их формирования. Дошкольник включен во все многообразие художественных видов деятельности. Он поет, танцует. Это создает возможность для проявления специальных способностей, в том числе музыкальных. Высшим проявлением способностей является ТАЛАНТ. Возможность выразить свои чувства в танце, внимательно слушая музыку, в огромной степени способствует эмоциональному, духовному, физическому развитию дошкольника. Сочетание духовного и физического необходимо для развития личности ребенка.

Работая и наблюдая за детьми в ДООУ, выяснилось, что у детей двигательные навыки не достаточно сформированы, дети замкнуты, двигательная активность слабая. Поэтому, появилась актуальная необходимость в разработке дополнительной программы, которая поможет в работе с детьми, для развития танцевально-творческих способностей.

Данная программа поможет сформировать у дошкольников навыки танцевальной техники в современном танце, а также нравственно-волевые качества личности: настойчивость в достижении результата, выдержку, умение контролировать свои движения, действовать в коллективе. Программа обеспечивает укрепление физического, психического и психологического здоровья детей.

Программа разработана на основе собственной практической работы с детьми дошкольного возраста, разных по музыкальным и физическим данным, с учетом интересов ребят, их познавательной активности и творческих возможностей, опираясь на работу

Опришко Марины Викторовны «Талант-восьмое чудо света».

При разработке программы были изучены и проработаны следующие авторские программы: «Ритмическая мозаика» А. И. Бурениной, «Прекрасный мир танца» О. Н. Калининой, «Учимся танцевать» Д. Холла, «Музыка, движение, ритм» Н. Л. Фомичевой, «От жеста к танцу» Е. В. Горшковой, музыкальная ритмика «Топ-хлоп» Е. Железновой, «Танцевальная мозаика» Е. Мартыненко, «Талант – восьмое чудо света» М. Опришко.

Практическая основа программы сложилась за время многолетней работы с детьми дошкольного возраста. Данная дополнительная программа соответствует требованиям:

- Закона РФ от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Типового положения об образовательном учреждении дополнительного образования детей;
- Конвенции о правах ребенка;
- Санитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях.

**Цель данной программы** – выявление, раскрытие и развитие специальных (художественных) способностей, развитие личности каждого учащегося.

**Задачи:**

**Образовательные:**

- сформировать навыки хореографической техники, основ культуры движения
- формировать правильную осанку
- совершенствовать чувства ритма, музыкальности

**Общеразвивающие:**

- создать условия для развития способностей детей
- развивать интеллектуальный, физический, духовный, творческий потенциал учащихся.
- выявлять и развивать особо одаренных детей.
- организовывать полноценную культурно-досуговую деятельность.
- прививать навыки здорового образа жизни.

**Воспитательные:**

- воспитывать эстетический вкус, любовь к искусству, культуре, поведения во время занятий, культурно - досуговой и концертной деятельности.
- повышать эмоциональный настрой
- формировать нравственно-волевые качества личности: настойчивости в достижении результата, выдержки, выносливости, умение контролировать свои движения, действовать в коллективе

- повышать стойкий интерес и потребность к занятиям хореографией.

### **Структура программы:**

Основной формой работы являются: образовательная деятельность по расписанию (01 класс – 30 мин., 02 класс - 30 минут).

Для успешной реализации программы предполагается: беседы о музыке, современном танце различного содержания, слушание музыки танцевального характера, экскурсии, посещение концертов, просмотр видеозаписей детских праздников и концертов, рассматривание иллюстраций, фотоальбомов.

Программа рассчитана на 2 года. Программа является вариативной, комплексной, т. е. при возникновении необходимости допускается корректировка содержания, времени прохождения материала.

### **Этапы реализации:**

**1 этап:** Начальное обучение новым музыкально-ритмическим движениям в современных танцах.

Закрепление материала, освоение и отработка техники выполнения новых танцевальных движений.

**Цель:** создание общего представления о новом движении во взаимосвязи с музыкой. Выполнение движений в соответствии со средствами музыкальной выразительности.

Первый год обучения для 5 -6 лет (старшего дошкольного возраста) – в течение которого у них накапливается объем музыкально-образных впечатлений и запас танцевальных движений в современном танце - период совершенствования творческих способностей, постановка и разучивание танцев, выступления детей на праздниках.

**2 этап:** Эмоциональное и выразительное исполнение танцев, танцевальных миниатюр, самостоятельное создание групповых проектов. Творческая самореализация.

**Цель:** совершенствование и самостоятельное выполнение движений во взаимосвязи с музыкой.

Второй год обучения для детей 7 лет, где дети способны продемонстрировать соответствующие навыки созданию и самостоятельно исполнению современных танцев, используя простые движения, в том числе и относящиеся к различным танцевальным культурам. Уверенное выступление детей в праздничных мероприятиях.

### **Методическое обеспечение:**

#### **1. Виды и формы непосредственной образовательной деятельности:**

- Познавательные - досуговые: игры и развлечения.
- Контрольно-диагностические: беседы, дискуссии.
- Нетрадиционные формы: домашние задания.

## **2. Методы и приемы обучения**

### **Принципы:**

- Доступности, индивидуализации, систематичности, последовательности;

### **Приемы:**

- Учет возрастных особенностей ребенка. Отработка двигательных навыков. Улучшение способностей детей, вызывать интерес к современным танцам различного содержания. Освободить их от застенчивости. Систематичность в приобретении знаний, умений, приучают детей к методичной и регулярной работе.

### **Принципы:**

- Постепенного повышения требований.

### **Приемы:**

- Выполнение более трудных новых заданий, увеличение объема и интенсивности нагрузок. От простого к сложному по темам.

### **Принципы:**

- Сознательности и активности.

### **Приемы:**

- Обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение детей к своим действиям.

### **Принципы:**

- Эмоциональной увлеченности и заинтересованности.

### **Приемы:**

- Взаимодействие ребенка с той средой, в которой он живет.

## **I - Методы: II - Приемы:**

**I.1** - Иллюстративной наглядности, словесный, показ;

**II.1** - Разучивание нового движения с точным показом. Танцевальная культура в сопровождении репродукциями, книжными иллюстрациями, фотографиями и видеофильмами. Словесное пояснение движений и музыки.

**I.2** - Музыкальное сопровождение, как методический прием: рассчитан на умение согласовать

движения с музыкой.

### **I.3 - Импровизированный метод.**

II.3 - Возможность импровизации путем свободного непринужденного движения, как подсказывает музыка.

### **I.4 - Игровой метод**

II.4 - Подбор игры, отвечающей задачам и содержанию образовательного процесса.

### **I.5 - Концентрический**

II.5 - Возвращение к усвоенному материалу с новыми усложненными элементами.

## **3. Дидактический материал**

Технические средства, музыкальный центр с набором CD дисков. Фонотека с записями современной музыки, видеозаписи, атрибуты, демонстрационные материалы.

### **Работа с родителями предполагает:**

- проведение родительских собраний;
- консультации, беседы, рекомендации;
- анкетирование;
- информационные стенды;
- показ сказок с использованием танцев, танцевальных миниатюр и музыкальных композиций;
- совместные праздники и развлечения;
- дни открытых дверей.

## **Предварительные результаты**

### **01 класс**

#### **1. Коллективно-порядковые навыки и умения:**

- строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно, под музыку;
- приветствовать преподавателя;
- занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, не сутулиться, без лишнего напряжения в коленях и плечах);
- равняться в шеренге, в колонне;
- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;

- выполнять навыки основных движений ходьбы «торжественная», «спокойная», «таинственная»;
- ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линий;
- ориентироваться в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга.

## **2. Музыкально-ритмические навыки и умения:**

- упражнять в умении самостоятельно различать темповые изменения в музыке, отвечать на них движением;
- передавать в хлопках более сложный ритмический рисунок, чем в начале года;
- передавать в движениях смену частей музыкального произведения, чередования музыкальных фраз;
- самостоятельно начинать движения после вступления;
- менять движения со сменой частей, музыкальных фраз;

## **3. Навыки и умения выразительного движения:**

- творчески использовать знакомые движения в свободных современных композициях, импровизациях, играх;
- двигаться в парах по кругу, сохраняя расстояние между парами;
- бегать на полупальцах;
- внимательно слушать танцевальную мелодию, чувствовать ее характер, выражать свои чувства словами, рисунками, движением;
- узнавать танцевальные движения по мелодии;
- выполнять движения, отвечающие характеру музыки, самостоятельно меняя их в соответствии с формой музыкального произведения;
- выполнять танцевальные движения: прямой галоп, пружинка, подскоки, движение парами по кругу, кружение по одному и в парах
- ставить ногу на носок и на пятку, ритмично хлопать в ладоши, выполнять навыки движения из круга вращательную и обратно, подскоки;
- выполнять несложные танцевальные элементы эстрадного - игрового танца.
- выполнять движения с предметами (с куклами, игрушками, ленточками, платками, цветами);
- инсценировать этюды;
- приветствовать преподавателя и друг друга («Поклон – приветствие»).

## **02 класс**

### **1. Коллективно-порядковые навыки и умения:**

- принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- организованно строиться (быстро, точно), сохранять правильные дистанции в колонке парами;
- самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции преподавателя, по звуковому и музыкальному сигналам;
- наблюдать темп движений, обращая внимание на музыку;
- ходить вдоль стен с четкими поворотами в углах зала;
- строиться в колонну «по два»;
- перестраиваться из колонны парами в колонну «по одному»;
- строиться в круг из шеренги и в рассыпную.

### **2. Музыкально-ритмические навыки и умения:**

- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями;
- отмечать в движении сильную долю такта;
- реагировать сменой движений на смену характера музыки;
- самостоятельно ускорять и замедлять темп разнообразных движений;
- самостоятельно отмечать в движении метр, ритмический рисунок, акцент;
- реагировать на темповые и динамические изменения в музыке.

### **3. Навыки и умения выразительного движения:**

- легко, естественно и непринужденно выполнять шаг польки, переменный шаг, высокий шаг, пружинящий шаг, боковой галоп, подскоки с ноги на ногу, легкие подскоки, переменные притопы, прыжки с выбрасыванием ноги вперед и движения современных и эстрадных стилей;
- ритмично, легко и непринужденно действовать с мячами, другими предметами под музыку;
- ритмично двигаться в соответствии с различным характером и динамикой музыки;
- самостоятельно менять движения в соответствии с трехчастной формой музыкального произведения и музыкальными фразами;
- выполнять танцевальные движения: поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке,

полуприседание с выставлением ноги на пятку, шаг на всей ступне на месте, с продвижением вперед и в кружении;

- выразительно передавать игровые образы в инсценировании песен;
- самостоятельно инсценировать содержание песен, действовать, не подражая друг другу;
- самостоятельно искать способы передачи в движении музыкального образа;
- свободно и четко выполнять элементы эстрадного танца, а так же современного танца.

### Примерный план занятия

	Содержание урока	Количество минут
<b>Вводная часть</b>	Заход детей в зал (марш), после поклона дети образуют круг или шахматный порядок, исполняют простые общеразвивающие и ритмические упражнения, приучающие их внимательно слушать музыку и ритмично двигаться.	3 минут
<b>Основная часть</b>	Азбука танца. Подготовительные танцевальные элементы по теме, игры с разными жанрами.	7 минут
<b>Последняя часть</b>	Последняя часть занятия, отводиться к постановку этюдов и танцев.	15(01 класс) 20 (02 класс) минут
<b>Итого:</b>		25-30 минут

## Тематический план занятий

32 часа (1 ч в неделю)

№	Тема занятия	Содержание занятия	Кол. часов
<b>М/с</b>	<b>сентябрь - ноябрь</b>		<b>12</b>
1	Давайте познакомимся!	Знакомство с детьми. Что такое танец? Основные правила поведения в танцевальном зале, правила техники безопасности. Постановка корпуса, рук, ног и головы. Положение рук на талии, позиции ног: 1-я свободная, 2-я, 3-я свободная.	4
2	Азбука танца	Постановка корпуса, рук, ног и головы. Положение рук на талии, позиции ног: 1-я свободная, 2-я, 3-я свободная.	3
3	Упражнения на развитие музыкально-ритмических навыков.	Разновидности танцевальной ходьбы и бега, поскоки с ноги на ногу.	1
4	Упражнение с предметами «Цветные флажки».	Ходьба с высоким подниманием бедра, с различным положением рук Танцевальный шаг с носка, переменный шаг, шаг на носок одновременно с различными положениями рук.	4
<b>М/с</b>	<b>Декабрь</b>		<b>4</b>
1	Коллективно – порядковые упражнения «Часики»	Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Танцевальные шаги с носка. Приставной хороводный шаг. Ходьба по разметкам. Построения в цепочку, в круг.	0.5
2	Упражнения на развитие музыкально-ритмических	Упражнения для пластики рук. Поскоки с ноги на ногу, притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги	0.5

	навыков.	вперед.	
3	Танцевальные элементы и композиции «Колокольчики, динь, динь».	Под музыку исполняют движения ладонями: «хлопки», «удары» образуя при этом круг, линию, стойка в паре. Дети образуют круг и делают движения «Встреча», по парам делают движение «Ворота».	0.5
4	Постановка танца- этюда: «Собираем цветы»	Разучивание положение рук, ног, головы и корпуса, основные движение.	0.5
5	Знакомство с новогодними танцем «Гномики».	Разучивание положение рук, ног, головы и корпуса, основные движения.	0.5
6	Положение в паре	Разучивание основных элементов эстрадного танца в паре.	0.5
7	Ориентирование в пространстве «Рисунок танца»	Построение круга из шеренги. «Круг», шахматный порядок, «птичка», «колонна». Построение круга из шеренги.	0.5
8	«Танцуем все!»	Подготовка танца к концерту.	0.5
<b>М/с</b>	<b>Январь</b>		<b>4</b>
1	Коллективно – порядковые упражнения: «В круг»	Разминка в круг. Упражнения для пластики рук, поскоки с ноги на ногу, притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Движения рук, ног, головы.	0.5
2	Танцевальные образные движения: «Чайки», «Пингвины».	Прыжки на ногах. Пружинка-легкое приседание, приставной шаг, кружение и шаг цепочкой. Импровизация ходьбы пингвина с различным положением рук. Импровизация пляски	0.5
3	Музыкальные ролевые игры: «Птицы»		0.5
4	Изучение движений современного танца	Знакомство с танцем: основные положение рук, ног, головы, корпуса	0.5

		современного танца.	
5	Основные движения танца с предметами	Положение в паре. Изучение основных прыжков, танцевальных шагов. Движение рук с продвижением из «круга» в «птичку», из «колонны» в шахматный порядок и из линии в «круг».	0.5
6	Рисунок танца (игровой форме)	Ходьба по кругу. Перестроение из шахматного порядка в круг и обратно. Шаги польки, приставной шаг. Ходьба по разметкам. Построения в цепочку, круг.	0.5
7	Постановка танца	Перевязка танцевальных движений с рисунком танца.	0.5
8	«Танцуем все!»	Подготовка танца к концерту. Работа над техникой исполнения танца..	0.5
<b>М/с</b>	<b>Февраль</b>		<b>4</b>
1	Коллективно – порядковые упражнения	Поклон, поднятие на носок и при этом одновременно вытягиваем руки вверх, вперед, в сторону, вниз, под мышку, над головой.	0.5
2	Танцевальные игровые движения в современном стиле	Основные элементы танцевального движения. Основные шаги и прыжки современного танца. Положение рук, ног, головы и корпуса. «Собирание ягод»- кто быстрее собирает ягоды.	0.5
3	Импровизация с воображаемым предметом.	«Собирания ягод».	0.5
4	Танцевальные движения	Подскоки с ноги на ногу	0.5
5	Прыжки в современном танце.	Изучение рисунка танца с движениями. Синхронизировать движений.	0.5
6	Упражнения для ориентирования в пространстве с предметами: «Ленты вверх, ленты вниз»	Виды построений и перестроений: ходьба по разметкам, построение в шеренгу и колонну по 1, построение в цепочку, круг.	0.5

7	Постановка танца	Работа над техникой исполнения танца Повторение изученных движений.	0.5
8	«Танцуем все!»	Разминка в круг. Шаги польки, приставной шаг. Ходьба по разметкам. Построения в цепочку, круг.	0.5
<b>М/с</b>	<b>Март</b>		<b>4</b>
1	Коллективно – порядковые образные упражнения: зверята	Импровизация детей. Разучивание ритмических движений подражая различным зверей: зайчики, медвежата, котята, орлята.	0.5
2	Элементы эстрадного танца	Основные положение рук, ног, головы, корпуса.	0.5
3	Музыкальные игры: «Кукла и мишка», «Коршун и цыплята».	Образные игры. Шаг польки. Ставить ногу на носок и на пятку, ритмично хлопать в ладоши, выполнять навыки движения из круга в рассыпную и обратно, подскоки	1
4	Изучение основных танцевальных элементов эстрадного танца.	Разучивание выученных движений с рисунком танца.	0.5
6	Упражнения на ориентирование в пространстве.	Перестроение из круга в колонну и обратно. Ходьба по кругу. Перестроение из шахматного порядка в круг и обратно. Работа над техникой исполнения.	0.5
7	Партерная гимнастика на полу.	«Тик-так», «мячик», «змейка».	0.5
8	«Танцуем все!»	Подготовка танца к концерту	0.5
<b>М/с</b>	<b>Апрель</b>		<b>4</b>
1	Коллективно-порядковые упражнения: «Часики», «Мячики». Упражнения с предметами.	Разминка с мячами. Разнообразное упражнение с мячами. Наклоны вперед, назад и в сторону.	1

2	Танцевальные элементы бального танца:	«Змейка», «рука в руке»	0.5
3	Музыкальные игры: «Займи домик»	Образные игры. Перестроение из круга в «птичку» и обратно.	0.5
4	Эстрадный танец. Поклоны	Прыжки на ногах. Пружинка-легкое приседание, приставной шаг, кружение и шаг цепочкой. Основные положение рук, ног, головы, корпуса. Происхождение танца.	0.5
5	Основные элементы эстрадного танца с музыкальными предметами.	Положение в паре, поворот. Рука в руке, волчок, повороты в паре. Основной шаг, движение рук.	0.5
6	Упражнения на ориентирования в пространстве	Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Шаги танцевальные с носка, приставной шаг. Ходьба по разметкам. Построения в цепочку, круг. Работа над техникой исполнения	0.5
7	Постановка современного этюда.	Синхронизировать танцевальных движений с рисунком танца.	0.5
8	«Танцуем все!»	Подготовка танца к концерту.	0.5
<b>М/с</b>	<b>Май</b>		<b>4</b>
1	Коллективно-порядковые упражнения: «Чайник», «Машинки»	Повороты в стороны, наклоны в сторону, вперед и назад. Подъем и опускание рук, плеч, поднимание и опускание руки вместе.	0.5
2	Танцевальные элементы	Шаг с ударом, кружение. Прыжки на ногах. Пружинка-легкое приседание, приставной шаг, кружение и шаг цепочкой, прямой галоп, пружинка, подскоки	0.5
3	Музыкальные игры: «Ловушка»	Перестроение из круга в шахматный порядок и обратно. Перестроение из круга в диагональ.	0.5
4	Общеразвивающие	Упражнение на укрепление мышц	0.5

	упражнения с предметами.	спины, ног, рук, корпуса с мячами.	
5	Партерная гимнастика на полу.	«Лягушка», «велосипед»	0.5
6	Повторение пройденных тем	Закрепление и повторение пройденных тем	0.5
7	«Танцевальная шкатулка»	Подготовка к концерту.	0.5
8	Открытый урок для родителей	Выступление.	0.5

### Тематический план 02 класса

32 часа (1 ч в неделю)

Занятия **02 класса** значительно усложняются. Наиболее существенной частью занятий становится танцевальная подготовка детей. В это время дети проявляют достаточную организованность, их движения становятся более точными, выразительными. Занятия проводят так, чтобы развить у детей основные танцевальные навыки и помочь им понять и полюбить искусство танца. Продолжительность занятия 30 минут.

№	Тема занятия	Содержание занятия	Кол. часов
<b>М/с</b>	<b>сентябрь - ноябрь</b>		<b>12</b>
1	Давайте познакомимся!	Знакомство с детьми. Что такое танец? Основные правила поведения в танцевальном зале, правила техники безопасности. Постановка корпуса, рук ног и головы. Положение рук на талии.	3
2	Азбука танца	Положение рук на талии, позиции ног и рук: 1-я свободная, 2-я, 3-я свободная.	2

3	Упражнения на развитие музыкально-ритмических навыков.	Разновидности танцевальной ходьбы и бега, поскоки с ноги на ногу.	4
4	Упражнение с предметами	Ходьба с высоким подниманием бедра, с различным положением рук Танцевальный шаг с носка, переменный шаг, шаг на носок одновременно с различными положениями рук.	3
<b>М/с</b>	<b>Декабрь</b>		<b>4</b>
1	Азбука танца	Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Танцевальные шаги с носка. Приставной хороводный шаг. Ходьба по разметкам. Построения в цепочку, в круг.	0.5
2	Упражнения на развитие музыкально-ритмических навыков.	Упражнения для пластики рук. Пскоки с ноги на ногу, притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед.	0.5
3	Танцевальные элементы и композиции.	Под музыку исполняют движения ладонями: «хлопки», «удары» образуя при этом круг, линию, стойка в паре. Дети образуют круг и делают движения «Встреча», по парам делают движение «Ворота».	0.5
4	Постановка танца- этюда: «Танцуем все».	Разучивание положение рук, ног, головы и корпуса, основные движение.	0.5
5	Знакомство с движениями современного танца	Разучивание положение рук, ног, головы и корпуса, основные движения.	0.5
6	Упражнение для развития чувства ритма	Притопы по одному удару ногой, по 2, 3, 4. Хлопки руками и вместе с предметами.	0.5
7	Упражнение на ориентирование в пространстве «Рисунок танца»	Построение круга из шеренги и обратно. «Круг», шахматный порядок, «птичка», «колонна» и обратно.	0.5

8	«Танцуем все!»	Подготовка танца к концерту.	0.5
<b>М/с</b>	<b>Январь</b>		<b>4</b>
1	Коллективно – порядковые упражнения: «Зеркало».	Разминка в круг. Упражнения для пластики рук. Партнеры стоят напротив друг друга и выполняют упражнения. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Движения рук, ног, головы.	0.5
2	Танцевальные движения с воображаемым предметом: «Мячики», «Достаем яблоки»,	Прыжки на ногах, на одной ноге. Пружинка-легкое с приседанием, приставной шаг с выставлением ноги вперед, кружение по парам и шаг цепочкой. Импровизация: «Мы мячи» с различным положением рук, «Чайник»	0.5
3	Музыкальные ролевые игры: «Пойдем в гости»	Дети подражают разных птиц и зверей.	0.5
4	Изучения движения эстрадного танца	Знакомство с танцем: основные положение рук, ног, головы, корпуса	0.5
5	Основные движения	Положение в паре. Изучение основных прыжков и танцевальных шагов. Танцевальные движения с продвижением из «круга» в «птичку», из «колонны» в шахматный порядок и из линии в «круг».	0.5
6	Упражнения на расслабления мышц.	Прыжки вокруг себя, с продвижением вперед, назад. Прыжки с переменной ног. Подскоки.	0.5
7	Постановка танца «Танцуем все!»	Перевязка танцевальных движений с рисунком танца.	0.5
8	«Танцуем все!»	Подготовка танца к концерту. Работа над техникой исполнения танца.	0.5
<b>М/с</b>	<b>Февраль</b>		<b>4</b>
1	Коллективно – порядковые	Поклоны в страдном танце в умеренном	0.5

	упражнения	и быстром темпе.	
2	Постановка эстрадного танца: «Стиляги»	Основные элементы танца	0.5
3	Пространственные упражнения.	Бодрый шаг, обыкновенный шаг, спокойный, пружинящий, мягкий шаг. Прыжки: подпрыгивания на двух ногах с продвижением по кругу.	0.5
4	Элементы современного танца	Подскоки с ноги на ногу	0.5
5	Прыжки и шаги	Изучение рисунка танца с движениями. Синхронизировать движений.	0.5
6	Упражнения для развития чувства ритма с предметами: «Флажки»	Упражнения для мышц рук, туловища, шеи.	0.5
7	Постановка танца «Стеляги»	Повторение изученных движений	0.5
8	«Стиляги»	Работа над техникой исполнения танца.	0.5
<b>М/с</b>	<b>Март</b>		<b>4</b>
1	Упражнение с музыкальными инструментами	Погремушка, бубен, колокольчик.	0.5
2	Элементы танцевальных движений	Основные положение рук, ног, головы, корпуса. Выпады, выстукивание, хлопки.	0.5
3	Музыкальные игры:	«Зайди в домик»	0.5
4	«Стиляги»	Положение в паре, поворот Основные элементы (основной ход, движение рук) Постановка танца. Основные движения для мальчиков. Основные элементы танца	0.5
5	Изучение элементов эстрадного танца.	Разучивание выученных движений с рисунком танца.	0.5
6	Рисунок танца.	Перестроение из круга в колонну и обратно. Ходьба по кругу.	0.5

		Перестроение из шахматного порядка в круг и обратно. Работа над техникой исполнения	
7	Постановка танца.	Постановочная работа	0.5
8	«Стиляги»	Закрепление готовых элементов танца	0.5
<b>М/с</b>	<b>Апрель</b>		<b>4</b>
1	Коллективно-порядковые упражнения: «Часики», «Мячики»	Разминка с мячами. Упражнение с мячами.	0.5
2	Танцевальные элементы:	«Змейка», «рука в руке»	0.5
3	Музыкальные игры: «Займи домик»	Образные игры. Перестроение из круга в «птичку» и обратно.	0.5
4	Азбука танца.	Положение рук в паре, перегибы корпуса вперед и в сторону	0.5
5	Основные элементы	Положение в паре, поворот, повороты в паре. Основной шаг, движение рук.	0.5
6	Упражнения на ориентирования в пространстве с предметами.	Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Шаги танцевальные с носка, приставной хороводный шаг. Ходьба по разметкам. Построения в цепочку, круг. Работа над техникой исполнения. Мяч, обруч.	0.5
7	Постановка этюда	Синхронизировать танцевальных движений с рисунком танца.	0.5
8	«Стиляги»	Повторение и закрепление изученного	0.5
<b>М/с</b>	<b>Май</b>		<b>4</b>
1	Коллективно-порядковые упражнения:	Повороты в стороны, наклоны в сторону, вперед и назад. Подъем и опускание рук, плеч, поднимание и опускание руки вместе.	0.5

2	Танцевальные элементы с предметами	Шаг с ударом, кружение. Прыжки на ногах. Пружинка-легкое приседание, приставной шаг, кружение и шаг цепочкой	0.5
3	Музыкальные игры: «Ловушка»	Перестроение из круга в шахматный порядок и обратно. Перестроение из круга в диагональ.	0.5
4	Общеразвивающие упражнения с предметами.	Упражнение на укрепление мышц спины, ног, рук, корпуса с мячами, с лентами.	0.5
5	Партерная гимнастика на полу.	«Лягушка», «Тик-так», «мячик», «змейка».	0.5
6	Повторение пройденных тем	Закрепление и повторение пройденных тем	0.5
7	«Стиляги»	Подготовка к отчетному занятию	0.5
8	Участие в Отчётном концерте	Отчетный концерт. Выступление.	0.5

## Заключение

Как известно, двигательные навыки человека формируются и развиваются с первых дней его жизни: вначале ребёнок учится ходить, затем бегать, прыгать и т.д. Любое движение представляет собой рефлекс, и на овладение любым танцевальным движением требуется время. Таким образом, танцевально – двигательный навык вырабатывается не сразу, а постепенно и процесс усвоения материала предполагает поэтапность с учётом возрастных особенностей.

Хореографическая тренировка (экзерсис) – это достаточно длительный процесс выработки большого числа всё усложняющихся музыкально – двигательных навыков. Позы, положения, движения и их комбинации в различных вариантах – это новые для организма двигательные навыки, новая психологическая и физическая нагрузка. При этом следует всё время помнить, что овладение двигательными навыками всегда должно сопровождаться определённым эмоциональным настроем, что нельзя учить только движениям, а эмоциональную выразительность откладывать на более поздний срок.

В хореографии существует несколько способов развития физических способностей у детей. В данном пособии рассматриваются два из них: ритмический комплекс, в том числе партерный экзерсис, классический экзерсис и только потом изучение движений эстрадного и современного танцев.

Ритмика – первая неотъемлемая часть хореографических дисциплин, с которой должен познакомиться ребенок, как с точки зрения обще эстетического развития, так и с точки зрения специального обучения.

Материал данной дисциплины доступен, интересен и понятен детям дошкольного и младшего школьного возраста, развивает их в различных направлениях: физическом, обще эстетическом, музыкально-ритмическом и т.д.

Партерный экзерсис на уроках ритмики играет ведущую роль в развитии физических способностей.

Упражнения на полу, или партерный экзерсис, позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трёх целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Эти упражнения способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают вырабатывать выворотность ног, развивать гибкость, эластичность стоп.

Партерный экзерсис или партерная гимнастика - это всего лишь часть основного занятия по современному танцу.

Комплекс движений эстрадных и современных танцев – это первая ступень обучения.

Признанной и наиболее эффективной системой развития физических способностей у детей является, конечно же, классический экзерсис. Его обязательное использование на

занятиях хореографии не оставляет никаких сомнений.

И это закономерно, поскольку классический танец и его школа являются единственной всеобъемлющей системой профессионального воспитания человеческого тела, существующей уже более четырехсот лет. Экзерсис, основанный на классическом танце, давно доказал право на первое место в освоении танцевального искусства.

Классический экзерсис является стержнем, на основе которого развиваются другие танцевальные экзерсисы. Этот комплекс наиболее правильно и гармонично формирует тело, активно исправляет физические недостатки, создавая прекрасную манеру танца и осанку.

В экзерсисе разносторонне развивается мускулатура ног, их выворотность, шаг и plie (приседание); постановка корпуса, рук и головы, координация движений. В результате систематических занятий фигура приобретает подтянутость, вырабатывается устойчивость.

Современный танец для детей может стать тем занятием, которое дает богатое эмоциональное развитие, вводит в мир современной музыки, пластических образов, психологически совершенствует каждого ребенка, совершенствует физически: тело становится послушным, укрепляются мышцы, воспитывается осанка, развивается координация. Лишь все вместе обогащает жизнь ребенка, приносит радость и одухотворенность.

## Список использованной литературы

- Кульпевич С. В., Иванченко В.Н.. Педагогика новой времени «Дополнительное образование детей дошкольного возраста» Методическая служба. Издательство «Учитель» - 2005;
- Конова Ф.В. Хореографическая работа с дошкольниками - Л., Просвещение, 1999;
- Конова Ф.В. Хореографическая работа с дошкольниками – Л., 1994;
- Ткаченко Т.С.. Детский танец – М., 1990