

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования
«Центр развития творчества детей и юношества «Росток» города Чебоксары Чувашской
Республики



**Дополнительная общеобразовательная
программа по хореографии
хореографического коллектива «Солнышко»**

для детей 7-14 лет
срок реализации 4 года

автор: Михайлова Анастасия Андреевна
педагог дополнительного образования
первой квалификационной категории

Рассмотрено
на педагогическом совете МБОУДО
«ЦРТДиЮ «Росток» г. Чебоксары
Протокол №1 от 30.08.2016

Чебоксары, 2016

Пояснительная записка

Данная рабочая программа составлена на 2016-2017 учебный год.

Цель программы:

Приобщение учащихся к искусству хореографии, развитие их художественного вкуса, потребностей и интересов, имеющих общественно значимый характер.

У младшей возрастной групп стоит задача ознакомления с базовым уровнем умений и навыков в области хореографии на основе изучения основных позиций рук, ног и постановки корпуса.

Перед учащимися старшей возрастной группы ставится задача – углубить и развить навыки, умения, которые были получены в младшей возрастной группе

Задачи:

- **воспитание нравственно – эстетических чувств.**
- **формирование познавательного интереса и любви к прекрасному.**
- **раскрытие художественно–творческих, музыкально–двигательных способностей, творческой активности, самостоятельности, выносливости, упорства и трудолюбия воспитанников.**
- **знакомство детей с хореографическими терминами, основами классического и народного танца.**
- **укрепление костно-мышечный аппарат воспитанников**

Программа сочетает тренировочные упражнения и танцевальные движения классического, народного танца. Теоретические сведения по музыкальной грамоте даются непосредственно в процессе занятий и в ходе работы над движениями.

Программа дана по годам обучения. На каждом этапе обучения элементы и упражнения усложняются в соответствии с возрастными особенностями. Хотя программа разделена на отдельные тематические части, но в связи со спецификой занятий в хореографическом кружке, границы их несколько сглаживаются: на одном занятии могут изучаться элементы классического и народного танца.

Виды занятий:

- обучающее занятие;
- тренировочное занятие;
- коллективно – творческое занятие;
- индивидуальное занятие;
- беседы по истории танца;

Методы:

- словесный (объяснение, замечание);
- наглядный (личный показ педагога, видеоматериалы, просмотр выступлений детских танцевальных коллективов);
- практический (объяснение и показ педагогом движений, поз, переходов, рисунков танца с последующим повторением учениками; разучивание по частям; временное упрощение заданий, соединение отдельных комбинаций в фигуры танца).

Тематический план 7-14 лет

№ п/п	разделы	теория	практика	всего
1.	Вводное занятие	1	1	2
2.	Классический танец	4	46	50
3.	Народный танец	6	46	52
4.	Современная хореография	2	24	26
5.	Постановочная работа Программный танец	2	60	62
6.	Концертная деятельность		6	6
7.	Воспитывающая работа			10
8.	Индивидуальный модуль	2	8	10
	Итого:	17	1991	216

Прогнозируемая результативность

ожидаемый результат	метод	методика
Уметь: - импровизировать под музыку; - делать простейшие постановки по законам драматургии; - точно и технично выполнять упражнения по классическому, народному и современному танцу; - работать над собой;		
Знать: - законы драматургии; - терминологию классического, народного, современного танцев.		
Обладать навыками: - самостоятельной постановки композиций; - здорового образа жизни.		

Уровни и критерии ЗУН воспитанников

<i>Виды упражнений и движений</i>	<i>Высокий (8-10 баллов)</i>	<i>Средний (7-4 баллов)</i>	<i>Низкий (3-1 баллов)</i>
1. классический танец	Обладает высокой технической базой классического танца, выработана сила ног, выворотность, мягкость и точность движения.	Хорошо владеет изученным материалом, стремится повысить свой уровень.	Слабо владеет изученным материалом, нуждается в помощи педагога, при выполнении сложных упражнений.

2. народный танец	Хорошо владеет знаниями и умениями в народном танце. Технично исполняет комбинацию из танцевальных шагов, обладает большим танцевальным шагом, умеет применять знания на практике.	Владеет знаниями и умениями в народном танце, на данном уровне исполняет комбинацию из танцевальных шагов. Пытается применять знания на практике.	Слабо владеет изученным материалом, не умеет применять знания на практике.
3. Современный танец	Обладает высоким техническим уровнем исполнения танцевальных композиций. Различает танцевальный стили и направления. Самостоятельно составляет этюды на основе изученного материала.	Хорошо исполняет танцевальные композиции. Различает танцевальные стили и направления. Пытается самостоятельно составлять этюды, импровизировать.	Слабо исполняет танцевальные композиции. Не различает танцевальные стили и направления. Не может самостоятельно составлять этюды. Не обладает импровизацией.
4. постановочная работа. Программный танец.	Хорошо знает законы драматургии. Самостоятельно работает над образом в танце. Самостоятельно составляет композиции и танцы. Хорошо знает и исполняет программный танец, передает характер и сюжетную линию танца.	Знает законы драматургии. Пытается самостоятельно работать над образом в танце, при самостоятельной работе нуждается в помощи педагога. Знает и исполняет на своем уровне программный танец, передает сюжетную линию танца, но нуждается в работе над характером и образом.	Плохо знает законы драматургии, не умеет их использовать на практике. Пытается работать самостоятельно, но нуждается в помощи педагога, при работе над образом. Слабо знает и исполняет программный танец. Не передает характер и сюжетную линию танца.
5. концертная деятельность.	Постоянно и с удовольствием участвует в концертах, фестивалях, конкурсных программах. Выступает инициатором идей.	Участвует в концертах, фестивалях, конкурсных программах. Активен – помощник педагога.	Участвует в концертной деятельности коллектива. Малоактивен.

6. личностные качества.	Есть чувство патриотизма. Стремится к здоровому образу жизни, умеет видеть красоту окружающего мира. Обладает нравственными ценностями.	Ответственный. Стремится к здоровому образу жизни. Умеет видеть красоту окружающего мира.	Стремится к здоровому образу жизни. Умеет видеть красоту окружающего мира.
-------------------------	---	---	--

Учебно-тематический план группа 10-11 лет

№	Тема	Количество часов		
		теория	практика	всего
1	Вводное занятие. Игра «Давайте познакомимся». Разучивание разминки. Партерная гимнастика.	1	1	2
2	Что такое танец? Зачем мне танцевать? Разучивание разминки. Партерная гимнастика.	1	1	2
3	Танцевальный этикет на сцене, за кулисами, в танц.классе. Партерная гимнастика.	1	1	2
4	Возникновение танца в первобытном обществе. Партерная гимнастика.	1	1	2
5-8	Обрядовые танцы, их значение и особенности у разных народов. Партерная гимнастика.	4	4	8
9-12	Танцы-имитации. Подражание животным, растениям, явлениям природы. Партерная гимнастика.		8	8
13-14	Темп, ритм, настроение музыки. Ее значение для передачи смысла танца. Партерная гимнастика.	2	2	4
15-18	Репетиционно-постановочная работа. Партерная гимнастика.		8	8
19-20	Чувство партнерства на сцене и в жизни. Партерная гимнастика.	2	2	4
21-24	Репетиционно-постановочная работа. Партерная гимнастика.		8	8
25-26	Роль мимики и жестов в передаче образа в танцевальном искусстве. Партерная гимнастика.	2	2	4
27-32	Репетиционно-постановочная работа. Партерная гимнастика.		12	12
33-36	Обрядовые хороводы. Партерная гимнастика.	4	4	8
37-38	Положение корпуса и головы. Партерная гимнастика.		4	4
39-44	Танцевальные шаги. Партерная гимнастика.		12	12
45-46	Положение рук и ног в хороводе. Партерная гимнастика.		4	4
47-50	Построения и перестроения. Партерная гимнастика.		8	8
51-53	Репетиционно-постановочная работа. Партерная гимнастика.		6	6
54-55	Ориентирование в пространстве сцены и зала.		4	4

	Точки. Партерная гимнастика.			
56-57	Продвижение и перестроение по точкам зала. Партерная гимнастика.		4	4
58-62	Репетиционно-постановочная работа. Партерная гимнастика.		10	10
63-64	Танцевальные подскоки. Партерная гимнастика.		4	4
65-70	Репетиционно-постановочная работа. Партерная гимнастика.		12	12
71-72	Повороты. Партерная гимнастика.		4	4
Итого		18	126	144

Учебно-тематический план, группа 12-14 лет.

№	Тема	Количество часов		
		теория	практика	всего
1	Вводное занятие. Повторение – мать ученья. Партерная гимнастика.	1	2	3
2-3	Единство в балетном спектакле сценарной, музыкальной, сценографической и хореографической драматургии. Партерная гимнастика.	2	4	6
4-5	Ронд де жамб пар тер. Партерная гимнастика.		6	6
6-7	Положение ку де пье и пасса. Партерная гимнастика.		6	6
8-9	Балетный театр эпохи Романтизма. Танцовщицы эпохи Романтизма. Партерная гимнастика.	2	4	6
10-13	Балансе. Партерная гимнастика.		12	12
14	Пор де бра. Партерная гимнастика.		3	3
15-18	Репетиционно-постановочная работа. Партерная гимнастика.		12	12
19-20	Конные балеты во Франции. Партерная гимнастика.	2	4	6
21-24	Репетиционно-постановочная работа. Партерная гимнастика.		12	12
25-26	Па шассе. Партерная гимнастика.		6	6
27-28	Тур. Партерная гимнастика.		6	6
29-32	Репетиционно-постановочная работа. Партерная гимнастика.		12	12
33-34	Истоки русского балета. Партерная гимнастика.	2	4	6
35-36	Начало хореографического образования в России. Партерная гимнастика.	2	4	6
37-38	Глиссад. Партерная гимнастика.		6	6
39-40	Позы: экарте, круазе. Партерная гимнастика.		6	6
41-42	Русский балетный театр конца 18 начала 19 века. Партерная гимнастика.	2	4	6
43-44	Эшапе. Партерная гимнастика.		6	6
45-46	Балет второй половины 19 века. Партерная гимнастика.	2	4	6

47-50	Репетиционно-постановочная работа. Партерная гимнастика.		12	12
51-52	Асамбле. Партерная гимнастика.		6	6
53-54	Аттитюд. Партерная гимнастика.		6	6
55-56	Советский балет. Партерная гимнастика.	2	4	6
57-60	Репетиционно-постановочная работа. Партерная гимнастика.		12	12
61-62	Арабеск. Партерная гимнастика.		6	6
63-66	Репетиционно-постановочная работа. Партерная гимнастика.		12	12
67-68	Ронд де жамб ан лер. Партерная гимнастика.		6	6
69-70	Тур шене. Партерная гимнастика.		6	6
71-72	Сисонуверт. Партерная гимнастика.		6	6
Итого		17	199	216

Критерии оценки танцевальных способностей

(с использованием методик А.И.Бурениной, М.С.Боголюбовской):

Критерий	Высокий уровень (5 баллов)	Средний уровень (2-4 балла)	Низкий уровень (0-1 балл)
1. Музыкальность – способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, тем-пом и ритмом. Оценивается соответствие исполнение движений музыке (в процессе самостоятельного исполнения – без показа педагога).	Движения выражают музыкальный образ, совпадают с тонкой нюансировкой, фразами.	Движения передают только общий характер, темп, метроритм музыки.	Движения не совпадают с темпом, ритмом, ориентированны только на начало и конец звучания, а также на счет и показ педагога.
2. Эмоциональность - Выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в позе, жестах разнообразную гамму чувств, исходя из музыки и содержания композиции (радость, страх, восторг и т.д.), умение выразить свои чувства не только в движении, но и в слове.	Дети эмоциональны, подпевают во время движений, мимика богата и выразительна.		Ребенок неэмоционален, мимика бедна, движения невыразительны, занимает место в отдалении от педагога, оценка которого его не интересует.
3. Волевая сфера - Волевые качества,	Ребенок преодолевает	Ребенок не всегда	Ребенок может пропустить

<p>определяющие творческую активность: решительность, настойчивость, инициативность, смелость, выдержка и самообладание.</p>	<p>трудности (быструю утомляемость и болевые ощущения), не теряется в непривычных сценических условиях, в момент прекращения музыкального сопровождения, смены направления, скорости, характера движений, смены партнеров.</p>	<p>справляется с трудностями, из предложенных педагогом повторов движений выполняет не все (больше половины повторов).</p>	<p>половину повторов движений, жалуется на усталость (при хорошем состоянии здоровья), теряется в непривычных условиях исполнения.</p>
<p>4. Воображение и творческие проявления - умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные, оригинальные «па». Творческая одаренность проявляется в особой выразительности движений, нестандартности пластических средств и увлеченности ребенка самим процессом движения под музыку.</p>	<p>Ребенок способен к импровизации, созданию новых, оригинальных образов и движений.</p>	<p>Способность к импровизации с использованием знакомых образов и движений.</p>	<p>Способности к импровизации нет, исполняет движения только по показу педагога.</p>
<p>5. Память - способность запоминать музыку и движения. В данном виде деятельности проявляются разнообразные виды памяти – музыкальная, зрительная, двигательная.</p>	<p>Ребенок запоминает композицию после 3-5 исполнений по показу.</p>	<p>Детям необходимо для запоминания 6-7 повторений композиции вместе с педагогом.</p>	<p>Потребность в большом количестве повторений – более 9 раз.</p>
<p>6. Внимание – способность сосредотачиваться, не отвлекаться от музыки и процесса движения. При воплощении элементов танца у исполнителей возникают следующие объекты внимания: танец, музыка,</p>	<p>Ребенок правильно выполняет ритмическую композицию от начала до конца самостоятельно.</p>	<p>Ребенок выполняет композицию с некоторыми «помарками», иногда отвлекается, упускает «нить движения», ему требуются подсказки.</p>	<p>Ребенок испытывает затруднения в исполнении композиции из-за рассеянности внимания.</p>

<p>перемещение в сценическом пространстве и общение с партнерами.</p>			
<p>7. Артистизм (особенности сценического поведения и самочувствия). Понятие «артистизм» включает в себя яркую эмоциональность, фантазию и чувство меры. В хореографии артистизм - это:</p> <ul style="list-style-type: none"> • способность к восприятию танцевальных композиций в целом; • способность воспринимать и откликаться танцевальным движением на все музыкальные нюансы; • способность выразить пластикой движений настроения, заложенные в музыке. 	<p>Исполняя танцевальный номер на сцене, дети ярко проявляют и музыкальность, и выразительность пластики и мимики. Выступают спокойно и уверенно, эмоционально заразительно.</p>		<p>Дети исполняют танец скованно, робко, неэмоционально, иногда неритмично (ускоряют или замедляют движения), - что является следствием воздействия на них обстановки сцены, чувства неуверенности в себе.</p>
<p>8. Специальные хореографические данные - (Выводится средний балл по всем измерениям). <i>Координация</i> (согласованность движений тела): <i>Шаг</i> (При вертикальном положении корпуса): <i>Прыжок</i> (Во время прыжка с натянутыми стопами):</p>	<p>Исполняют заданную комбинацию без ошибок, уверенно.</p> <p>Нога свободно поднимается на любую высоту выше 90°</p> <p>Расстояние от пяток до пола значительно выше размера</p>	<p>Исполняют комбинацию с небольшими недочетами, не достаточно уверенно, но исправляются после 3-5 повторов. Поднимание ноги на 90° свободно, без напряжения. Расстояние от пяток до пола не менее размера стопы.</p>	<p>Исполняют комбинацию неуверенно, ошибки при исполнении каждого второго движения.</p> <p>Поднимание ноги ниже 90°</p> <p>Расстояние от пяток до пола меньше размера стопы, при этом топы не вытягиваются во время прыжка.</p> <p>Расстояние от</p>

<p><i>Подъем (В положении стоя при открывании ноги в сторону носком в пол):</i></p> <p>Гибкость (В положении стоя лицом к опоре во время прогиба назад угол между частью позвоночника от поясницы вверх (торсом) и опорой, от которой корпус отклоняется назад):</p> <p>Выворотность (В положении лежа на спине, поясница прижата к полу, ноги согнуты в коленях, стопы соединены):</p>	<p>стопы.</p> <p>Расстояние от пятки до пола не менее 1/2 расстояния от носка до пятки по проекции стопы.</p> <p>Угол 90⁰ и больше.</p> <p>Колени свободно лежат на полу.</p>	<p>Расстояние от пятки до пола равно или немного меньше 1/2 расстояния от носка до пятки по проекции стопы.</p> <p>Угол – не менее 45 градусов.</p> <p>Расстояние от пола до коленей не более 10 см</p>	<p>пятки до пола намного меньше 1/2 расстояния от носка до пятки по проекции стопы.</p> <p>Угол – менее 45 градусов.</p> <p>Расстояние от пола до коленей не более 10 см, поясница не прижата к полу.</p>
---	--	---	---

36.	Вводное занятие Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	1	
	<i>Ритмика и музыкальная грамота</i>	8	
37.	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.	1	
38.	Элементы партерной гимнастики (выполняются лежа на спине, на животе и сидя на полу);	1	
39.	Элементы партерной гимнастики (выполняются лежа на спине, на животе и сидя на полу);	1	
40.	Понятие о рабочей и опорной ноге.	1	
41.	Понятие «шаг» 45°, 90°, 180°. Растяжка	1	
42.	Постановка корпуса. Движения плечами, руками	1	
43.	Шахматный порядок. Основные танцевальные элементы.	1	
44.	Полька	1	
	<i>Азбука классического танца</i>	13	
45.	Demi-plis u grand-plis (полуприседания и полные приседания)	1	
46.	Battements tendus (скольжение стопой по полу)	1	
47.	Battements tendus jets (маленькие броски)	1	
48.	Grand battements jets (большие броски)	1	
49.	Grand battements jets (большие броски)	1	
50.	Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу)	1	
51.	rond de jambe par terre на demi-plie (круговые движения по полу в полуприседании)	1	
52.	Battements fondus в сторону, вперед, назад носок в пол	1	
53.	Battements fondus в сторону, вперед, назад на 45°	1	
54.	Battements frappes в сторону, вперед, назад носок в пол	1	
55.	Battements frappes в сторону, вперед, назад на 45°	1	
56.	Temps leve saute по I, II, V позициям	1	
57.	Glissade (прыжок с продвижением)	1	
	<i>Народный танец</i>	13	
58.	Ковырялочка с притопом	1	
59.	«Гармошка», «Елочка».	1	
60.	Упражнения с ненапряженной стопой (флик- фляк).	1	

