

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ  
СТАРООСКОЛЬСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА БЕЛГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ОДАРЕННОСТЬ»

**Рассмотрено**

на заседании  
методического совета  
МБУ ДО «ЦДО  
«Одаренность»  
протокол от  
«02» ноября 2020 г. №2

**Рассмотрено**

на заседании  
педагогического совета  
МБУ ДО «ЦДО  
«Одаренность»  
протокол от  
«10» ноября 2020 г. №2

**Утверждено**

приказом  
МБУ ДО «ЦДО  
«Одаренность»  
от «10» ноября 2020 г.  
№ 246-од

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

**«ОСНОВЫ ТАНЦА»**

ХУДОЖЕСТВЕННАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ

*Возраст обучающихся: 7-10 лет*  
*Срок реализации программы: 1 год*  
*Уровень - ознакомительный*

Авторы: Тельканова Екатерина Игоревна,  
педагог дополнительного образования,  
Симонова Дарья Витальевна,  
педагог дополнительного образования,

Старый Оскол  
2020

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа «Основы танца» (далее – Программа) предназначена для реализации в системе дополнительного образования.

**Направленность** – художественная, так как ориентирована на развитие творческих способностей детей, воспитание творческой личности, способствует раскрытию творческих способностей обучающихся, нравственному и художественно-эстетическому развитию личности ребёнка.

**Уровень программы** – ознакомительный. Направлена на формирование общих понятий и умений в области хореографии.

Программа может быть использована при работе со следующими категориями обучающихся:

- дети с ограниченными возможностями здоровья;
- дети с особыми образовательными потребностями (одаренные обучающиеся).

Программа может служить основой для разработки *индивидуального учебного плана* или индивидуального образовательного маршрута.

Программа может использоваться при реализации в *сетевой форме*. Программа может быть использована также для обучения детей с разным уровнем начальной подготовки.

**Новизна** заключается в том, что она направлена не только на формирование основ хореографии, ритмики, партерной гимнастики, но и развитие творческого аспекта личности ребёнка и формирование его активной жизненной позиции.

Сценическое движение и даются детям в игровой форме. Ее отличительными особенностями является активное использование игровой деятельности для организации творческого процесса.

**Актуальность.** Анализ образовательных запросов родителей в сфере дополнительного образования показывает высокую потребность в организации занятий предполагающих создание особой, развивающей образовательной среды, которая способствует не только формированию у учащихся комплекса знаний, умений и навыков в области хореографического искусства, но и направлена на воспитание и развитие у учащихся эстетических взглядов, потребности общения с духовными ценностями, вне зависимости от выбранного в дальнейшем направления профессионального роста.

**Педагогическая целесообразность** заключена во взаимодействии обучения и развития эстетического воспитания с ритмической и физической нагрузкой, способной развитию творческой активности, самостоятельности и трудолюбию.

Программный материал направлен на развитие ребенка, приобщение его к здоровому образу жизни и дает возможность социализации.

**Отличительные особенности программы.** Программа, наряду с развитием художественных способностей, обеспечивает эффективную тренировку всего тела, развивают пластику, координацию и чувство ритма, помогают формированию хорошей осанки, благотворно влияют на дыхательную систему, заряжают энергией. Такое развитие реализуется через организацию занятий в форме игры. Музыкальное сопровождение увеличивает эмоциональность занятия, задает ритм и темп выполняемых упражнений.

**Адресат программы** – обучающиеся 7-10 лет. Дети этого возраста очень подвижны, энергичны. Но их произвольное внимание непрочно: если появляется что-то интересное, то внимание переключается. Ребенок активно реагирует на все новое, яркое. Возраст благоприятен для развития как физических, так и умственных способностей. Идет довольно пропорциональное увеличение роста и веса, мышцы становятся более крепкими, происходит активное развитие функций головного мозга, что способствует его интенсивной работе. Дети способны осваивать разные танцевальные направления. В возрасте 7-10 лет происходит интенсивное развитие способностей к пространственной ориентировке, дифференцированного мышечного ощущения, что позволяет разучивать технически более сложные движения.

**Количество обучающихся в группе** – 10-15 человек без предъявления требований к начальному уровню подготовки.

**Уровень дополнительной общеразвивающей программы** – базовый.

**Срок реализации программы** – 108 часов.

**Форма обучения** – очная, групповая с постоянным составом детей.

**Цель программы** развитие индивидуальных возможностей и творческих способностей детей в области хореографического искусства средствами хореографии.

**Задачи:**

**образовательные:**

- развитие природных хореографических данных учащихся, овладение танцевальными навыками;
- знакомство с различными направлениями танца;
- развитие чувства ритма;
- развитие артистизма и эмоциональности;
- развитие умения согласовывать движения тела с музыкой;
- обучение технике хореографического исполнительства, профессиональной терминологии;
- обучение навыкам художественной выразительности исполнения;
- обучение навыкам сценического движения;
- привитие культуры, свободы выразительности движений;
- развитие музыкально-ритмических навыков;
- обучение выполнению требований безопасности на занятиях;
- знакомство с основами импровизации;

**личностные:**

- содействовать развитию способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию в творческой области;
- способствовать формированию творческого мировоззрения;
- формировать устойчивый интерес к музыке, потребность в активном общении с музыкальным искусством;
- воспитывать чувство ответственности перед коллективом;
- воспитывать умение общаться с аудиторией;
- воспитывать культуру сценического поведения.

**метапредметные:**

- формировать и развивать умения и навыки исследовательского поиска;

- формировать навыки работы с информацией (сбор, систематизация, использование);
- формировать умение планировать совместную работу в группе, определять цели, функции участников, способы взаимодействия;
- формировать умение планировать, организовывать и контролировать свои действия;
- формировать умение учитывать выделенные педагогом ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с педагогом;
- формировать основные навыки бережливого производства: грамотная организация рабочего пространства, бережное отношение к вещам, рациональное использование материальных и временных ресурсов;
- развивать способность адекватно воспринимать предложения и оценку педагога, товарищей, родителей и других людей.

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	3	1	2	
2	Основы ритмики	27	4	23	Педагогическое наблюдение. Анализ результатов
3	Основы партерной гимнастики	27	4	23	Педагогическое наблюдение. Анализ результатов
4	Основы классического танца	24	4	20	Педагогическое наблюдение. Анализ результатов
5	Основы современного эстрадного танца	24	4	20	Педагогическое наблюдение. Анализ результатов
6	Итоговое занятие	3	-	3	Открытое занятие для родителей и педагогов
	<b>Итого</b>	<b>108</b>	<b>17</b>	<b>91</b>	

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### 1. Вводное занятие

**Теория:** Организационная беседа. Культура поведения на занятиях. Цель и задачи на предстоящий учебный год. Перспективы и требования. Правила поведения в хореографическом классе. Инструктаж по технике безопасности. Расписание.

**Практика:** Выполнение различных упражнений с целью определения уровня растяжки и выворотности ног учащихся, входной контроль.

### 2. Основы ритмики

**Теория:** Знакомство с направлениями, стилями и жанрами хореографии. Знакомство со средствами выразительности: темп, динамика движения, характер. Техника безопасности при выполнении упражнений.

**Практика:** В начале каждого занятия проводится разминка с целью подготовки учащихся к занятию. Ознакомление учащихся с танцевальной азбукой и выполнение элементарных упражнений: поклон, постановка корпуса, упражнения для рук, кистей, и пальцев, упражнения для плеч, упражнения для головы, упражнения для корпуса. Знакомство с поочередным вступлением.

Средства выразительности. Работа над выразительностью в разных музыкальных стилях. Выполнение упражнений на темп, динамику движения, характер. Знакомство учащихся с элементами танцевальных движений и их изучение: шаги, бег и прыжки в сочетании по принципу контраста, хлопки, положение рук во время выполнения упражнений.

Выполнение упражнений для рук, кистей и пальцев, плеч, головы и корпуса. Ритмические упражнения с хлопками и притопами, танцевальные игры: «Три хлопка», «Снежный ком», «Стирка», «Считалочка», «Зайка».

### 3. Основы партерной гимнастики

**Теория:** Цель партерной гимнастики – выработка выворотности и танцевального шага, развитие гибкости корпуса. Чтобы овладеть корпусом, надо ощутить каждую часть тела отдельно и научить ею владеть. Для этого дети, лежа на полу поочередно напрягают или двигают какой-либо частью тела, сохраняя неподвижность других. Знакомство с техникой и спецификой исполнения различных движений партерной гимнастики. Выполнение базовых упражнений на полу. Знакомство с понятием «Танцевальный шаг». Техника безопасности при выполнении упражнений.

**Практика:** Выполнение общеразвивающих упражнений. Разминка проводится на каждом занятии и основной упор делается на упражнения на развитие гибкости коленных суставов, упражнения для подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы, упражнения на улучшение гибкости позвоночника, упражнения для развития выворотности стоп и танцевального шага, формирование правильной осанки, упражнения на развитие пластичности. Выполнение упражнений на формирование правильной осанки. Выполнение упражнений на развитие пластичности. Выполнение различных шагов, переступаний, шаговых дорожек, маршрутов, махи ногами, растяжка. Выполнение элементов акробатики: «колесо», кувырки вперёд, «стойка», «мостик».

#### **4. Основы классического танца**

**Теория:** Классический танец – основа всех видов танца. Знакомство со специальной терминологией, свойственной классическому танцу. Знакомство с основными принципами исполнения экзерсиса у станка. Техника безопасности при выполнении упражнений.

**Практика:** Классический танец призван сделать тело подтянутым, подвижным, а мышцы тела эластичными. Непременным условием классического танца является выворотность ног, танцевальный шаг, гибкость, устойчивость, вращение, владение руками, четкая координация, выносливость и сила. Разучивание основных элементов классического танца. Все движения разучиваются лицом к станку. Позиции ног – I, II, III, V. Постановка корпуса лицом к станку. Preparation и положение рук у станка подготовительная, первая, вторая и третья. Разучивание экзерсиса у станка: demi-plie, grand-plie, battement tendu, battement tendu jete, preparation для rond de jambe par terre, перегибание корпуса назад и в сторону (лицом к станку).

Разучивание основных элементов классического танца. Разучивание комбинации rond de jambe en l'air. Экзерсис на середине зала. Прыжки: по V и I позициям.

Упражнения по диагонали: прыжки, подскоки, галоп, бег, элементарное вращение (понятия: точка, линия, осанка при вращениях), шаг польки. Развитие навыка вытянутой ноги, подъема во время исполнения движений. Развитие координации тела. Выработка устойчивости на полупальцах.

#### **5. Основы современного эстрадного танца**

**Теория.** Современный эстрадный танец включает в себя много танцевальных направлений и течений. Отличие эстрадного танца от других направлений хореографии. Терминология современного танца. Знакомство с основными направлениями современного эстрадного танца. История появления джаз-танца. Техника безопасности при выполнении упражнений.

**Практика.** Работа над основными техническими приёмами современного танца. Работа над танцевальными элементами и композициями в стиле джаз танца. Выполнение упражнений для рук, скрещивание рук сзади в замке. Поочередный подъем одного и двух плеч. Выполнение упражнений на развитие подъема и шага. Пел вис. Кросс. Передвижение в пространстве. Знакомство со спецификой исполнения шага на месте и в сторону с приставкой. Прыжки по VI позиции, из I во II позицию. Знакомство с особенностями исполнения движений с элементами изоляции. Выполнение упражнений для ног в сторону на 90°. Особенности исполнения наклонов корпуса с разной амплитудой. Знакомство с круговыми движениями в суставах «локо-мотор». Разучивание и отработка этюда на основе изученных элементов.

#### **6. Итоговое занятие**

**Практика.** Итоговая аттестация учащихся. Анализ выполненной работы и рекомендации педагога на летний период.

### **ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

*образовательные:*

- получили развитие природные хореографические данные учащихся;

- познакомятся с техникой хореографического исполнительства,
- овладеют профессиональной терминологией;
- приобретут навыки художественной выразительности исполнения;
- приобретут навыки сценического движения;
- приобретут знания о различных направлениях танца;
- приобретут навык выполнять требования к безопасности на занятиях хореографией;
- приобретут навыки координации, чувства ритма, ориентации в сценическом пространстве;
- получают навыки согласовывать движения тела с музыкой.

*личностные:*

- приобретут самостоятельность, культуру общения, дисциплинированность, добросовестное отношение к труду, общественной собственности;
- получают развитие чувства товарищества и взаимопомощи, активной жизненной позиции;
- сформирована потребность в соблюдении правил гигиены и здорового образа жизни, укреплении здоровья, закаливании организма;
- сформировано творческое мышление через познание методик и техник ведущих направлений хореографии;
- получили развитие актерские способности учащихся;
- получили развитие эстетический вкус, творческое воображение, умение видеть красоту окружающего мира;
- сформированы навыки самообслуживания, самостоятельности, культуры общения, дисциплины, добросовестного отношения к труду, общественной собственности; чувства товарищества и взаимопомощи; выражения и отстаивания своей жизненной позиции;
- приобретены лидерские, морально-волевые качества, уважения к национальным традициям; умения отстаивать свое мнение.

**метапредметные результаты:**

- сформировано умение планировать и организовывать свою деятельность с учетом ее безопасности, распределять нагрузку;
- освоены универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные, коммуникативные), ключевые компетенции (ценностно-смысловые, общекультурные, учебно-познавательные информационные, коммуникативные, социально-трудовые);
- приобретены навыки аналитического мышления, умения объективно оценивать явления, события, собственные действия в ходе образовательного процесса; давать им и собственным действиям, результатам своего труда объективную оценку на основе полученных знаний и опыта.



## КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Начало учебного года	11 января
Окончание учебного года	28 декабря
Количество учебных недель	36
Сроки каникул	01 июня-31 августа
Сроки контрольных процедур (входного, рубежного и итогового контроля)	01-10 января 20-27 мая 25-31 декабря

## УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

*Требования к помещению для учебных занятий.*

Для полноценной реализации содержания и организации учебного процесса в соответствии с СанПин 2.4.4.3172-14 необходимо помещение из расчёта площади для занятий спортом – 3,0 м<sup>2</sup> на одного обучающегося.

При организации общего искусственного освещения обеспечиваются уровни освещённости люминесцентными лампами в спортивном зале (на полу) - не менее 300 лк. Помещение для занятий ежедневно проветривается во время перерывов между занятиями и в конце дня. Воздухообмен в помещении - не менее 80 м<sup>3</sup>/ч на одного обучающегося. Температура воздуха в помещении - + 17° до + 20°С. Помещение убирается влажным способом с применением моющих средств, при открытых фрамугах или окнах.

*Требования к оборудованию.*

Для реализации программы необходимо следующее оборудование:

- Портативная акустика JBL (1 шт.);
- Ноутбук HP Pro Book 450 G2 (1 шт.);
- Передвижная интерактивная доска Panasonic UB-T 880(1 шт.);
- Гимнастические коврики (10 шт.).

*Требования к оснащению учебных занятий.*

Для реализации программы необходимо следующее оснащение:

- Спортивная форма (лосины, шорты, велосипедки, футболка, носки, кроссовки) – у каждого обучающегося личная.

## ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

В процессе реализации программы используются следующие виды контроля:

– **входной контроль** (срок проведения – сентябрь, форма проведения – педагогическая диагностика).

– проводится в первые дни обучения и имеет своей целью выявить исходный уровень подготовки обучающихся, скорректировать учебно-тематический план, определить направления и формы индивидуальной работы, получить необходимую информацию для анализа и совершенствования образовательной программы.

– **текущий контроль** (формы контроля знаний, умений и навыков, обучающихся в процессе обучения – анализ результатов, педагогическое наблюдение).

– позволяет определить степень усвоения обучающимися учебного материала, повысить ответственность и заинтересованность обучающихся в усвоении материала, своевременно выявлять отстающих, а также опережающих обучение с целью наиболее эффективного подбора методов и средств обучения.

– **итоговый контроль** (срок проведения – май, форма проведения – педагогическая диагностика).

– проводится с целью определения степени достижения результатов обучения, закрепления знаний, ориентации обучающихся на дальнейшее обучение.

*Формы и критерии оценки учебных результатов по программе*

С целью выявления уровня развития обучающихся проводится педагогическая диагностика. Система оценивания – бальная.

### ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Реализация программы предполагает открытый показ образовательной деятельности для родителей (законных представителей) обучающихся с целью демонстрации техники выполнения основных базовых танцевальных шагов, применяя их в танцевальной деятельности (2 раза за весь период обучения). Сроки проведения – январь, май. (Приложение 1.)

#### Педагогическая диагностика учебных результатов по программе

№	ФИО обучающегося	Критерии оценивания учебных результатов				Общий балл
		Степень заинтересованности в танцевальной деятельности	Уровень владения техникой основных базовых танцевальных шагов	Умение самостоятельно изменять движения в соответствии со сменой темпа музыки	Уровень качества танцевальных движений, координация движений	
1						
2						
3						
						Н - __ чел. С - __ чел. В. - __ чел.

#### Технология оценивания учебных результатов по программе

**Степень заинтересованности в танцевальной деятельности:**

«1» - Не сформирован - проявляет поверхностный интерес к музыке, танцу, движению.

«2» - Находится в стадии формирования - интерес к занятиям достаточно устойчив, но характеризуется частым переключением внимания.

«3» - Сформирован - заинтересованность занятиями систематическая и устойчивая.

**Уровень владения техникой основных базовых танцевальных шагов:**

«1» - Не сформирован – не справляется с заданием, движения не соответствуют музыке, отсутствие эмоций при движении.

«2» - Находится в стадии формирования - движения соответствуют характеру музыки, но недостаточная эмоциональность при выполнении движений.

«3» - Сформирован – выполнение основных базовых танцевальных шагов соответствуют характеру музыки, эмоциональное выполнение движений.

**Умение самостоятельно изменять движения в соответствии со сменой темпа музыки:**

«1» - Не сформирован – смену движений производит с запаздыванием;

«2» - Находится в стадии формирования – производит смену движений с запаздыванием (по показу других обучающихся), движения соответствуют характеру музыки;

«3» - Сформирован – ребёнок самостоятельно, чётко производит смену движений, движения соответствуют характеру музыки.

**Уровень качества танцевальных движений, координация движений:**

«1» - Не сформирован – не чувствует характер музыки, движения не соответствуют музыке;

«2» - Находится в стадии формирования – чувствует общий ритм музыки, повторяет движения за другими, движения соответствуют характеру музыки;

«3» - Сформирован – ребёнок чувствует характер музыки, ритм, передаёт это в движении; самостоятельно использует знакомые базовые шаги или придумывает свои; движения выразительны.

«Низкий уровень» - от 0 до 5 баллов;

«Средний уровень» - от 6 до 9 баллов;

«Высокий уровень» - от 10 до 12 баллов.

**Методы выявления результатов воспитания: педагогическое наблюдение**

- интерес к заданию;
- готовность свободно включиться в танцевальную импровизацию;
- не стереотипность танцевально-ритмической импровизации.

**Методы выявления результатов развития: педагогическое наблюдение.**

## МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Во время проведения занятий педагог учитывает физические возможности учащихся данного возраста и весь процесс физического воспитания дошкольников и учащихся младшего школьного возраста подчиняет интересам нормального развития растущего организма. В связи с особенностями развития скелета, мышц, внутренних органов, нервной системы необходимы простейшие виды физических упражнений – общеразвивающие упражнения, ходьба, бег, прыжки, равновесие, а также простейшие упражнения художественной гимнастики. Педагог воспитывает у учащихся дисциплину и прививает навыки организованного поведения в коллективе.

Основной формой образовательного процесса является занятие (состав группы не менее 10 человек). Состав группы смешанный (девочки и мальчики).

Для достижения поставленной цели и реализации задач данной программы используются следующие методы обучения:

- наглядный (наглядно-слуховой, наглядно-двигательный) – личный пример педагога, так как невозможно объяснить словами движение, не показав его правильного исполнения, а так же видеопросмотр выступлений профессиональных коллективов;

- словесный (объяснение, беседа, рассказ) – подача нового материала, беседа о коллективе, выпускниках и т.д., дискуссия о прошедшем выступлении на концерте;

- практический (упражнения и комбинации) – самый важный. Это работа у станка, общеразвивающие и тренировочные репетиции, упражнения;

- аналитический (сравнение и обобщение разученного материала);

- метод стимулирования деятельности и поведения – соревнование, поощрение, создание ситуации успеха.

Вспомогательные корригирующие упражнения, дыхательная гимнастика выполняются из разных положений: на спине и животе, сидя, стоя, на коленях, стоя в полный рост. Упражнения, которые выполняются лежа на полу, разгружают позвоночник, приучают детей сосредотачивать внимание на суставно-мышечных ощущениях и учат сознательно управлять мышцами своего тела. Дети осваивают также правила полного расслабления тела. В результате выполнения упражнений увеличивается гибкость суставов, эластичность мышц и связок, что позволяет ребенку уверенней чувствовать себя в выполнении танцевальных движений. Дети развиваются физически, совершенствуются двигательные навыки, развивается способность самовыражения посредством танца.

На практических занятиях:

- объясняются назначение упражнения и правила его исполнения;

- обращается внимание учащихся на особенность упражнения, определяющего его сходство или различия с другими;

- равномерно распределяется физическая нагрузка в течение всего занятия, соотношение статических и динамических нагрузок;

- чередование работы различных групп мышц, развитие внимания и осознанного контроля за работой мышц;

- соотношение темпа выполнения отдельных упражнений;

- воспитание самостоятельности в выполнении заданий педагога.

При организации и проведении занятий необходимо реализуются следующие принципы:

- сознательности и активности, который предусматривает воспитание осмысленного овладения техникой танца; заинтересованности и творческого отношения к решению поставленных задач;

- наглядности, который предусматривает использование при обучении комплекса средств и приемов; личная демонстрация приемов, видео и фотоматериалы, словесное описание нового приема и т.д.

- доступности, который требует, чтобы перед учащимися ставились посильные задачи, иначе у учащихся снижается интерес к занятиям. От педагога требуется постоянное и тщательное изучение способностей учащихся, их возможностей в освоении конкретных элементов, оказание помощи в преодолении трудностей;

- систематичности, который предусматривает разучивание элементов для расширения активного арсенала приемов, чередования работы и отдыха в процессе обучения с целью сохранения работоспособности и активности учащихся.

Занятия хореографией делятся на несколько видов:

1.Обучающие занятия: детально разбирается движение. Раскладка и разучивание упражнений в медленном темпе. Объяснение приема его исполнения.

2.Закрепляющие занятия: повтор движений или комбинаций не менее 3-4 раз. Первые повторы исполняются вместе с педагогом. При повторах выбирается кто-то из ребят, выполняющих движение правильно, лучше других, или идет соревнование – игра между второй и первой линиями. И в этом, и в другом случае дети играют роль солиста или как бы помощника педагога.

3.Итоговые занятия: учащиеся практически самостоятельно, без подсказки выполняют все заученные ими движения и танцевальные комбинации, демонстрируют знания и владения основной терминологией.

4.Импровизационная работа: на этих занятиях дети танцуют придуманные ими вариации или сочиняют танец на тему, данную им педагогом. Такие задания развивают фантазию. Ребенок через пластику своего тела пытается показать, изобразить, передать свое видение образа.

Занятия на каждом этапе обучения строятся по следующей схеме: подготовительная часть, основная часть, заключительная часть.

При обучении и разучивании танцев важное место на занятиях отводится тренажу –системе тренировочных упражнений, которые помогают учащимся легче разучить и усвоить танцевальный репертуар. Построенные по степени усложнения, упражнения подготавливают к более сложным движениям, и физической нагрузке, укрепляют мышцы спины и ног, способствуют координации движений. Каждый элемент танца раскладывается на ряд более простых движений. По мере усвоения схемы движения добавляются детали, постоянно доводящие данный момент до его законченной формы.

Педагог показывает и объясняет движения, проделывает их совместно с детьми сначала в медленном темпе, со счетом вслух, без музыкального сопровождения; затем с музыкой – в спокойном темпе, пока они не будут усвоены учащимися.

В ходе образовательного процесса учащимся прививается умение слышать и понимать музыку. Нельзя допускать, чтобы музыкальное сопровождение являлось «фоном» занятия, т.к. это приводит к безразличию музыкального восприятия. Правильно подобранный музыкальный материал помогает осваивать хореографический материал, соответствуя его характеру, ритмическому рисунку, темпу.

Занятиям классическим танцем придаётся особое значение, т.к. классический танец является фундаментом обучения для всего комплекса танцевальных дисциплин, ориентирован на развитие физических данных учащихся, на формирование необходимых технических навыков, является источником высокой исполнительской культуры, знакомит с высшими достижениями мировой и отечественной хореографической культуры.

Одной из форм обучения и подведения итогов усвоения программы является участие учащихся в различных мероприятиях и программах.

Современные педагогические технологии, применяемые на занятиях:

- лично-ориентированные – обучение строится на основе учета индивидуальных особенностей учащихся, где во главе угла ставится самобытность ребенка, его самооценку, т.е. развитие личностных особенностей учащегося, раскрытие его природного дара;

-здоровьесберегающие – система мер, включая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья учащегося на всех этапах его обучения и развития. Забота о здоровье – важнейший труд педагога. От здоровья и жизнедеятельности детей зависит их духовная жизнь, умственное развитие, прочность знаний и вера в свои силы. Интеллектуальное здоровье: учащиеся приспосабливаются правильно понимать поведение окружающих людей и друг друга. Эта способность необходима для эффективного межличностного взаимодействия и успешной социальной адаптации. Интеллект – особый «социальный дар», обеспечивающий гладкость в отношениях с окружающими людьми, продуктом которого является социальное приспособление, а не глубина понимания. Уровень интеллекта у учащихся повышается за счет употребления профессиональной терминологии на французском и английском языках. Также и физическая активность способствует повышению работоспособности головного мозга;

- игровые (игры на развитие пространственного мышления, физической памяти, воображения). С позиции личностного подхода игра представляет поле, в рамках которого происходит самоопределение и идет процесс «вращения» личности. Личностное самоопределение – это не что иное, как попытка самому себе ответить на вопрос «что есть «Я» в этом мире?». Лишь воспринимая себя в соответствии с другими, можно сформироваться как личность. Роль игры в обществе исторически менялась, но она всегда была фактором творческого развития личности.

Игровое качество по-разному раскрывается во всех формах танца. Наиболее отчетливо его можно наблюдать, с одной стороны в хороводе и в фигурном танце с другой – в сольном танце, одним словом, там, где танец есть зрелище или же ритмический строй и движение;

- технология дыхательной гимнастики – составная часть занятий хореографией, которая ставит своей целью тренировку дыхательного аппарата и повышение эффективности дыхания. Дыхательные упражнения способствуют насыщению каждой клеточки организма кислородом. Умение управлять дыханием способствует умению управлять собой. Кроме того правильное дыхание стимулирует работу сердца, головного мозга и нервной системы, улучшает пищеварение.

Структура проведения занятий:

1. Подготовительная часть (разминка);
2. Основная часть (разучивание нового материала);
3. Заключительная часть (закрепление выученного материала).

Дополнительное образование детей, хотя и не имеет единых стандартов, в соответствии с которыми можно было бы проверить уровень обученности детей, подчиняется общим требованиям педагогической деятельности (имеет цели и задачи, определяемое ими содержание, взаимодействие педагога с детьми, результат обучения, воспитания и развития ребенка).

Все это актуализирует необходимость системного выявления результативности и критериев оценки образовательной деятельности. При этом учебные показатели фиксируют приобретенные ребенком в процессе освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы предметные и общие знания, умения и навыки. Личностные показатели выражают изменения

личностных качеств ребенка под влиянием занятий в данном объединении по данной образовательной программе; Творческие показатели фиксируют уровень реализации творческого потенциала учащихся, а, следовательно, и уровень реализации программы.

В качестве **методов** отслеживания результативности обучения используются: педагогическое наблюдение; педагогический анализ по итогам каждой изученной темы; участие в концертной деятельности, конкурсах и фестивалях, творческих отчетных концертах и открытых занятиях.

В работе над репертуаром важным моментом является развитие у учащихся танцевальной выразительности.

В процессе обучения следует учитывать физическую нагрузку, не допуская перенапряжения учащихся, не злоупотребляя партерной гимнастикой и прыжковыми движениями. В каждой группе танцев, предложенных для изучения в программе, даны несколько однотипных, что дает возможность выбора подходящего материала в зависимости от условий. Во время проведения занятий используются этюды, как составленные самим педагогом, так и учащимися. Очень полезна этюдная работа над небольшими сюжетными танцами, отражающими школьную жизнь, сказочные сюжеты, образы животных, птиц, явления природы.

## ЛИТЕРАТУРА

для педагога:

1. Базарова Н. Классический танец.- Л.: Искусство 2015г.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. «Респект Люкс» СП.: 2016г
3. Васильева Е. Танец.- М.: Искусство, 2013г.
4. Волконский С.М. Выразительный человек. Сценическое воспитание жеста (по Дельсатру). – 2012г.
5. Захаров Р. Искусство балетмейстера.- М.: Искусство, 2014г.
6. Захаров Р. Сочинение танца.- М.: Искусство, 2014г.

для детей:

- 1.Аркина Н. Балет и литература.- М.; Знание, 2015г.
- 2.Балет: Энциклопедия.- М.: Сов. Энциклопедия, 2016г.
- 3.Карп П. Младшая муза. – М.: Дет. лит., 2014г.
- 4.Никитин В. Модерн-джаз танец: начало обучения. – М.,2015.
- 5.Страна волшебная – балет: Очерки. – М.: Дет. лит.,2015г.
- 6.Журнал - Хореография 2014год

### Вводная диагностика

Данное тестирование проводится при приеме ребенка в объединение. Перед тестированием необходимо выполнить комплекс упражнений для разогрева суставно-связочного аппарата, прыжки и гимнастические упражнения на середине зала.

Цель: выявление уровня физического, музыкального и эмоционального развития ребенка.

Задачи: выявить уровень развития специальных физических данных: выворотность ног, подъем стопы, балетный шаг, гибкость тела, прыжок, координация движений, музыкальный слух и уровень творческого развития. На основе полученных данных начать ведение тетради достижений.

Форма диагностики: индивидуальное тестирование.

#### **Тест «Моё тело».**

Показать на плакате и на себе где находится:

- позвоночник;
- кисть;
- колено;
- локоть;
- стопа.

#### **Тест «Уровень физических данных» (физическое развитие)**

##### 1. Выворотность ног.

Поставить ребенка к станку в I позицию. Попросить глубоко присесть, отрывая постепенно пятки так, чтобы бедра как можно больше раскрылись в стороны. Обратить внимание: легко или с трудом он это делает.

##### 2. Подъем стопы.

Попросить ребенка из I позиции выдвинуть ногу в сторону, колено выпрямить. Осторожными усилиями рук проверить эластичность и гибкость стопы. При наличии подъёма стопа податливо изгибается, образуя в профиль месяцеобразную форму.

##### 3. Балетный шаг.

Ребенок становится боком к станку, держась за него одной рукой. Из I позиции работающую ногу, выпрямленную в коленном суставе и с вытянутым подъёмом поднимают в сторону, до той высоты, до какой позволяет это делать бедро. Норма выше 90 градусов.

##### 4. Гибкость тела.

Ребенка поставить так, чтобы ноги были вытянуты, стопы сомкнуты, руки разведены в стороны. Ребенок перегибается назад до возможного предела, при этом его обязательно подстраховать, придерживая за руки. При прогибе вперед ребёнок должен медленно наклонить корпус, сильно вытянув позвоночник, стараясь достать животом, грудью и головой ноги и одновременно обхватить руками щиколотки ног. При хорошей гибкости корпус обычно свободно наклоняется вперед

##### 5. Прыжок.

Проверяется высота прыжка в свободном положении ног с предварительным коротким приседанием. Прыжки выполняются несколько раз подряд.

##### 6. Координация движений.

Попросить ребенка повторить несложную комбинацию 2-3 движений.



Тест «Уровень творческого развития»

Музыкальный слух.

Игра «Повторяй за мной». Попросить ребенка повторить ритмический рисунок за педагогом. Педагог молча хлопает в ладоши какой-нибудь ритм, примерно 5-7 секунд, ребенок старается воспроизвести этот ритм как можно точнее, выдерживая все паузы и длительность. Повторить так 5 раз, постепенно усложняя рисунок.

Эмоциональность.

Игра «Попробуй, повтори». Предложить ребенку рассмотреть изображение и повторить эмоциональное состояние.

Радость Недовольство Злость Грусть Усталость

Воображение. Игра «Расскажи без слов». Предложить ребенку «рассказать» стихотворение «Идет бычок качается» без слов. Уточнить у ребенка, требуется ли время для подготовки.

## ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ

### Занятие-превращение «Образ в движениях»

*Цель:* проверить уровень знаний и умений обучающихся за полугодие, динамику физического и творческого развития. (Физическое развитие оценивается через наблюдение в ходе занятия).

*Задачи:* формировать навыки перевоплощения, развивать творческую фантазию, воспитывать отзывчивость.

*Форма диагностики:* занятие превращение

*Оборудование:* музыкальное сопровождение – фортепиано, музыкальный центр, CD-диски с записанной фонограммой, конверт с письмом.

### Методические рекомендации по подготовке и проведению занятия

Для того, чтобы он состоялся, необходимо провести подготовительную работу:

1. *Выучить и отрепетировать* танцевальные комбинации
2. *Подготовить* необходимые атрибуты и музыкальный материал, соответствующий возрасту и тематике заданных упражнений.
3. *Подготовить* технические средства.

### *Ход:*

*Педагог:* Ребята, перед тем, как мы начнем занятие, я бы хотела вам сообщить, что сегодня утром в танцевальный класс прилетело письмо. Оно для вас. Сейчас мы его откроем и прочитаем.

«Здравствуйте, ребята! Пишут вам сказочные герои из разных сказок. Нас заколдовал злой волшебник, и теперь мы не можем танцевать. Злые чары развеются, как только вы изобразите нас в танце. Вы занимаетесь танцами! Помогите нам, пожалуйста!».

Ну, что же ребята, поможем?

Для того чтобы узнать кому нужна помощь, вы должны разгадать загадку

Платья носит, есть не просит, всегда послушна, и с ней не скучно? (кукла).

Правильно – это кукла.

*Звучит музыкальное произведение «Ожившая кукла» (по ниточке, по ниточке ходить я не желаю!). Дети танцуют, изображая кукол. Оценивается координация движений, музыкальный слух, артистизм, умение перевоплощаться, дыхание при движении.*

*Педагог:* Но кукла бывает не только деревянная или пластмассовая, еще бывают тряпичные куклы.

*Звучит музыкальное произведение «Новая кукла». Дети танцуют, изображая тряпичных кукол. Оценивается координация движений, музыкальный слух, артистизм, умение перевоплощаться, дыхание при движении.*

*Педагог:* Чик-чирик! К зернышкам прыг! Клюй, не робей! Кто это? Воробей.

*Звучит музыкальное сопровождение - «Воробей» дети, танцуют, изображая воробья. Оценивается координация движений, музыкальный слух, артистизм, умение перевоплощаться, дыхание при движении.*

*Педагог:* Ем я уголь, пью я воду, Как напьюсь – прибавлю ходу.

*Везу обоз на сто колес и называюсь... (Паровоз)*

*Звучит музыкальное сопровождение «Паровозик». Дети изображают движение поезда, перемещаясь в заданном направлении (по кругу) имитационными движениями. Оценивается координация движений, подъем стопы, музыкальный слух, артистизм, дыхание при движении, знание танцевальных этюдов.*

*Педагог:* Даже по железной крыше ходит тихо, тише мышки.

*На охоту ночью выйдет и, как днем, она все видит.*

*Часто спит, а после сна умывается она (кошка).*

*Дети изображают кошку под музыкальное сопровождение «Котенок». Оценивается выворотность ног, балетный шаг, гибкость тела, координация движений, подъем стопы, музыкальный слух, артистизм, дыхание при движении, фантазия, эмоциональность.*

*Стихи С.В.Михалкова, которые читает педагог, становятся основой дальнейшей танцевальной игры – превращения.*

*Педагог:*

*Зимой и летом круглый год журчит в лесу родник.*

*В лесной сторожке здесь живет Иван Кузьмич – лесник.*

*Стоит сосновый новый дом: крыльцо, балкон, чердак.*

*Как – будто, мы в лесу живем, мы поиграем так.*

*Под музыкальное сопровождение дети изображают прогулку по лесу. Оценивается фантазия, музыкальный слух, ориентация в пространстве.*

*Педагог:* Пастух в лесу трубит в рожок, пугается русак,

*Сейчас он сделает прыжок...*

*Дети отвечают вместе:* мы тоже можем так!

*(дети выполняют комбинацию, в основе которой движения, имитирующие пляску испуганного зайца). Оценивается прыжок, координация движений, музыкальный слух, артистизм, фантазия.*

*Педагог:* Чтоб стать похожим на орла и напугать собак,

*Петух расправил 2 крыла...*

*Дети:* мы тоже можем так!

*(выполняют танцевальный этюд «Петушок»). Оценивается подъем стопы, координация движений, музыкальный слух, артистизм, ориентация в пространстве, знание танцевальных этюдов.*

*Педагог:* Сначала шагом, а потом, сменяя бег на шаг,

*Конь по мосту идет шажком...*

*Дети:* мы тоже можем так!

*(выполняют танцевальный этюд «Лошадка») Оценивается подъем стопы, координация движений, музыкальный слух, артистизм, ориентация в пространстве, знание танцевальных этюдов, дыхание при движении.*

*Педагог: Идет медведь, шумит в кустах, спускается в овраг,*

*На 2 ногах, на 2 руках...*

*Дети: мы тоже можем так!*

*(исполняют танцевальный этюд «Медведь») Оценивается координация движений, музыкальный слух, артистизм, ориентация в пространстве, знание танцевальных этюдов, дыхание при движении.*

*Педагог: Ну, что ж, ребята, потанцевали на славу. Кого мы сегодня спасли? (ответ детей). Злые чары развеялись, мы выручили из беды сказочных героев и сами получили массу удовольствия*

## **МАТЕРИАЛЫ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ**

### **Открытое занятие «Мир танца»**

*Цель:* проверить уровень усвоения знаний, умений обучающихся, динамику физического и творческого развития.

*Задачи:* развивать двигательную память, фантазию, логическое мышление, формировать коллективные отношения.

*Форма диагностики:* общественный смотр знаний (концертная программа для родителей).

*Оборудование:* музыкальный центр, CD диск с записью музыкального материала, цветные ленточки (по 50см.: зелёные, желтые, синие) и цветные шары по количеству детей.