|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Согласовано  Заместитель директора  МБОУ «СОШ №21»  Номоконова В.Ф. | **Рассмотрено**  на заседании  педагогического совета  Протокол от 30.08.2023 года №12 | **Утверждено**  Приказом директора  МБОУ «СОШ №21»  от 30.08.2023 №665 |

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ**

**(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА**

**«ХОРЕОГРАФИЯ»**

Возраст учащихся: 7 – 15 лет

Срок реализации: 1 год

Разработчик(и): Усачева Марина Евгеньевна,

педагог дополнительного образования

Старый Оскол

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Хореография» имеет художественную направленность и предназначена для обучающихся среднего школьного возраста от 7 до 16 лет.

Срок реализации данной программы: 1 год.

Содержание данной программы направлено на развитие личности каждого учащегося, обеспечение его социализации и носит деятельностный характер.

Программа разработана в соответствии в соответствии с Законом Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ; Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден приказом Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013 N 1008); Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242)**.**

**Актуальность** программы обусловлена образовательными потребностями конкретной категории учащихся. Эта объективная заинтересованность в определенных образовательных услугах субъективно выражена в обращенных к системе образования интересах и ожиданиях в отношении современного танца. Современный танец является одним из основных предметов, он развивает физические данные детей, укрепляет мышцы ног и спины, сообщает подвижность суставно-связочному аппарату, формирует технические навыки и основы правильной осанки, тренирует сердечно-сосудистую и дыхательную системы, корректирует физические недостатки строения тела – в этом его значение и значимость.

**Отличительной особенностью** является изучение нового направления в хореографии – современный танец. Это постоянно развивающееся, свободное от канонов и условностей направление. У педагога и учащихся есть возможность постоянно экспериментировать с новыми формами, музыкой и пространством.

**Цель:** развивать творческую и здоровую личность ребенка, способную быть успешной в современных условиях жизни, посредством обучения современному танцу.

**Задачи:**

Обучающие**:**

* обучить основам партерной гимнастики;
* поэтапное овладение основам классического экзерсиса у станка и на середине зала;
* обучить элементам классического и современного танца;
* обучить элементам музыкальной грамоты;
* познакомить детей с историей возникновения и развития танца.

Развивающие**:**

* способствовать снятию мышечного и психологического торможения посредством танцевального движения;
* формировать правильную осанку, корректировать фигуру ребенка;
* формировать интерес к танцевальному искусству;
* развить музыкальность, выразительность и осмысленность исполнения танцевальных движений;
* развить воображение, фантазию, умение находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки;
* развить познавательный интерес, любознательность и умение творчески мыслить;
* развивать художественный вкус.

Воспитательные**:**

* воспитать культуру поведения и общения;
* воспитать умение ребенка работать в коллективе;
* заложить основы становления эстетически развитой личности;
* воспитывать чувство ответственности, трудолюбия, конструктивности.

**Объем программы** – 144 часа

**Формы и режим занятий:** учебное занятие;беседа;игра;музыкальное соревнование;занятие-праздник;концерт.

**Основные формы и средства обучения:**

* метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения – образы,
* метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др.,
* метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям,
* метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.

**Формы организации детей:**

* фронтальная;
* в парах;
* групповая;
* индивидуально–групповая;
* ансамблевая.

**Оборудование для занятий**

* зал для занятий
* музыкальный центр
* зеркала
* хореографические станки
* коврики для партерной гимнастики

Набор детей в группы осуществляется на основе принципа добровольности.

Наполняемость групп составляет: 12-14 человек.

**Режим занятий:**

Занятия проводятся два раза в неделю по два учебных часа с перерывом 10 минут. Длительность одного учебного часа детей для детей 7 лет составляет 30 мин.

Общий объем учебных часов за время обучения составляет 144 часа.

Продолжительность учебных занятий установлена с учетом возрастных особенностей учащихся, допустимой нагрузки в соответствии с СанПиН 2.4.4.3172-14. «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», утвержденными Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014г. № 41.

**ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

**Прогнозируемые результаты программы.** В ходе реализации программы дети расширят знания в области танцевальной культуры, разовьют танцевальные способности, приобретут большой опыт межличностного общения в условиях практической деятельности, освоят и накопят танцевальный материал для осуществления собственных постановок.

В результате обучения по программе учащиеся будут **знать:**

* специальную терминологию;
* основные сведения по истории современного танца;
* основные стили и жанры современной хореографии.
* основы техники исполнения движений джаз танца, танца модерн, современных молодежных направлений танца;
* современные формы, стили и техники танца.

Учащиеся будут **уметь:**

* исполнять основные движения современного танца;
* грамотно подходить к изучению лексики разных жанров и стилей современного танца;
* использовать знания современного лексического материала в хореографических произведениях коллектива;
* отражать в танце особенности исполнительской манеры разных стилей современной хореографии;
* исполнять движения и комбинации артистично и музыкально.

**Иметь представление:**

* об основных направлениях и этапах развития современной хореографии;
* о тенденциях развития современного танца.

**Кроме того учащиеся**:

* приобретут теоретические знания и практические навыки в хореографии;
* повысят уровень развития абстрактно-логического и творческого мышления, памяти, внимания, воображения, интеллектуальных способностей, спортивной работоспособности.
* сформируют личностные качества – трудолюбие, дисциплинированность, сознательность, активность и потребность ведения здорового образа жизни.

В ходе освоения программного курса учащиеся приобретают универсальные учебные действия, соответствующие ключевым целям общего образования.

**Личностными результатами** является формирование следующих умений:

∙ Определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);

∙ В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

**Регулятивные УУД**:

∙ Определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно.

∙ Проговаривать последовательность действий.

∙ Учить высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, учить работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность.

∙ Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.

∙ Учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности на занятии. Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов.

**Познавательные УУД:**

∙ Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии.

∙ Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды. Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

**Коммуникативные УУД:**

∙ Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других.

∙ Совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им.

∙ Рост личностного, интеллектуального и социального развития ребёнка, развитие коммуникативных способностей, инициативности, толерантности, самостоятельности.

Конечным результатом обучения считается умение сыграть по правилам шахматную партию от начала до конца. Это предполагает определенную прочность знаний и умение применять их на практике.

**Формы подведения итогов:** участие обучающихся в концертной деятельности.

**Виды и формы контроля результатов освоения программного материала учащимися:**

* Входной контроль – собеседование.
* Текущий контроль – проверка усвоения и оценка результатов каждого занятия. Беседы в форме «вопрос – ответ», самостоятельная работа, демонстрация изученных упражнений у станка, на середине знала.
* Периодический – проверяет степень усвоения материала за длительный период: четверть, полугодие или материал по разделу в виде постановки развернутой композиции.
* Итоговый – (по окончанию срока реализации общеразвивающей программы) – основная форма подведения итогов обучения – постановка законченного танца.

**Промежуточный контроль:** по дополнительным общеразвивающим программам художественной направленности –контрольные просмотры, отчетные концертные публичные выступления (1 раз в полугодие или год). Оценочные материалы представлены в виде «Оценочного листа».

Способы организации контроля:

1. Индивидуальный.
2. Фронтальный.
3. Групповой.

В целях контроля и оценки результативности занятий проводятся: хореографические постановки, игровой контроль, беседы, презентации, открытые уроки. Итоги проведенных мероприятий анализируются и обсуждаются с учащимися и их родителями.

Диагностика результативности программы

Во время реализации программы большое внимание уделяется диагностике наращивания творческого потенциала учащихся: на вводных, заключительных занятиях и во время промежуточной аттестации с целью определения интересов учащихся, мотивации к занятиям, уровня развития знаний, умений и навыков.

В качестве диагностики используются:

* устный опрос;
* педагогическое наблюдение;
* беседы - обсуждения по пройденным темам;
* тестирование;
* промежуточная аттестация;
* конкурсы.

**Программа по хореографии рассчитана на 1 год обучения.**

На 1 год обучения предлагается определенный минимум умений, навыков по хореографии. На каждом этапе обучения дается материал по основным разделам хореографического искусства:

* азбука музыкального движения;
* общая физическая подготовка;
  + - * основы современного танца.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Название раздела | Количество часов | | |
| всего | теория | практика |
|  | Вводное занятие. Вводный инструктаж по технике безопасности. | 2 | 2 |  |
|  | Современный танец. Теория дисциплины. | 4 | 4 |  |
|  | Элементы партерной гимнастики. | 28 | 7 | 21 |
|  | Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов. | 14 | 4 | 10 |
| 5. | Ритмика. | 18 | 6 | 12 |
| 6. | Ориентационно-пространственные упражнения. | 8 | 2 | 6 |
| 7. | Подготовка репертуара | 50 | 7 | 43 |
| 8. | Интегрированные технологии. | 20 | 11 | 9 |
|  | Итого: | **144** | **43** | **101** |

**Учебно-тематический план**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | № темы в разделе/ тема занятия | Количество часов | | |
| Теория | Практика | Всего |
| **1** | **Вводное занятие. Вводный инструктаж по технике безопасности.** | **2** |  |  |
| 1.1 | Вводный инструктаж по технике безопасности. Знакомство с коллективом. | 2 | 2 | - |
| **2** | **Современный танец. Теория дисциплины.** | **4** |  |  |
| 2.1 | История возникновения современного танца: эстрадный танец. | 1 | 1 | - |
| 2.2 | История возникновения современного танца: контемпорари. | 1 | 1 | - |
| 2.3 | История возникновения современного танца: хип-хоп. | 1 | 1 | - |
| 2.4 | История возникновения современного танца:  джаз-фанк. | 1 | 1 | - |
| **3** | **Элементы партерной гимнастики.** | **28** |  |  |
| 3.1 | Упражнения, укрепляющие мышцы спины. | 4 | 1 | 3 |
| 3.2 | Упражнения, развивающие подъем стопы. | 4 | 1 | 3 |
| 3.3 | Упражнения, развивающие гибкость позвоночника. | 4 | 1 | 3 |
| 3.4 | Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса. | 4 | 1 | 3 |
| 3.5 | Упражнения, развивающие подвижность тазобедренных суставов. | 4 | 1 | 3 |
| 3.6 | Упражнения, развивающие выворотность ног. | 4 | 1 | 3 |
| 3.7 | Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие устойчивости. | 4 | 1 | 3 |
| **4** | **Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов.** | **14** |  |  |
| 4.1 | Упражнения для развития шеи и плечевого пояса. | 4 | 1 | 3 |
| 4.2 | Упражнения для развития плечевого сустава и рук. | 4 | 1 | 3 |
| 4.3 | Упражнения на развитие поясничного пояса. | 2 | 1 | 1 |
| 4.4 | Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног. | 4 | 1 | 3 |
| **5** | **Ритмика.** | **18** |  |  |
| 5.1 | Изучение строения музыкального произведения. | 1 | 1 | - |
| 5.2 | Маршевая и танцевальная музыка. | 1 | 1 | - |
| 5.3 | Музыкально-ритмические упражнения, игры и фразировка. | 5 | 1 | 4 |
| 5.4 | Музыкально-ритмические упражнения, игры и темп. | 3 | 1 | 2 |
| 5.5 | Музыкально-ритмические упражнения, игры и динамика. | 4 | 1 | 3 |
| 5.6 | Музыкально-ритмические упражнения, игры и характер музыкального произведения. | 4 | 1 | 3 |
| **6** | **Ориентационно-пространственные упражнения.** | **8** |  |  |
| 6.1 | Изучение одноплановых и многоплановых рисунков и фигур: линейных-плоскостных (шеренга,колонна), объемных (круг, «цепочка»). | 4 | 1 | 3 |
| 6.2 | Перестроения из одноплановых рисунков и фигур в многоплановые и из многоплановых в одноплановые. | 4 | 1 | 3 |
| **7** | **Подготовка репертуара.** | **50** |  |  |
| 7.1 | Знакомство с музыкальным материалом постановки “Сияние” в стиле современного танца. | 1 | 1 |  |
| 7.2 | Разработка и обсуждение сценического образа. | 4 | 2 | 2 |
| 7.3 | Изучение танцевальных движений в стиле современного танца. | 4 | - | 4 |
| 7.4 | Соединение движений в танцевальные композиции. | 4 | - | 4 |
| 7.5 | Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах. | 4 | - | 4 |
| 7.6 | Отработка элементов. | 4 | - | 4 |
| 7.7 | Работа над музыкальностью исполнения. | 4 | - | 4 |
| 7.8 | Развитие пластичности. | 4 | - | 4 |
| 7.9 | Синхронность в исполнении. | 5 | 1 | 4 |
| 7.10 | Работа над техникой современного танца. | 5 | 1 | 4 |
| 7.11 | Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений. | 4 | - | 4 |
| 7.12 | Выразительность и эмоциональность исполнения. | 6 | 2 | 4 |
| 7.13 | Выступление. | 1 |  | 1 |
| **8** | **Интегрированные технологии** | **20** |  |  |
| 8.1 | Изучение основ музыкальной грамоты. | 4 | 4 | - |
| 8.2 | Изучение основ актерского мастерства. | 8 | 4 | 4 |
| 8.3 | Изучение основ правильного дыхания. | 4 | 2 | 2 |
| 8.4 | Ознакомление с анатомическим строением тела. | 4 | 4 | - |

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

1.  Вводное занятие. Вводный инструктаж по технике безопасности. Техника безопасности. Знакомство с коллективом - 2 часа  
2. Современный танец. Теория дисциплины - 4 часа

3. Элементы партерной гимнастики (выполняются на гимнастических ковриках) - 28 часов

4. Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов (исполняются на середине зала) - 14 часов

5. Ритмика - 18 часов

5.6. Музыкально-ритмические упражнения, игры и характер музыкального произведения.

Теория: знакомство с понятием характера музыкального произведения. Рассуждение об отличии музыкального темпа от характера музыкального произведения.   
Практика: игровое упражнение на определение музыкального характера “Мажорики-минорики”.  
6. Ориентационно-пространственные упражнения.

7. Подготовка репертуара - 50 часов

8. Интегрированные технологии - 20 часов

1. **Вводное занятие. Вводный инструктаж по технике безопасности. Техника безопасности. Знакомство с коллективом - 2 часа**

1.1 Вводное занятие. Вводный инструктаж по технике безопасности. Знакомство с коллективом.

беседа о роли искусства в жизни человека. Краткие исторические сведения об эволюции танцевального искусства. Сведения о современной хореографии. Вводный инструктаж по технике безопасности. Знакомство с коллективом.  
**2.** **Современный танец. Теория дисциплины - 4 часа**

2.1. История возникновения современного танца: эстрадный танец.

*Теория*: Понятие эстрада, эстрадный танец. История развития и становления эстрадного танца.

2.2. История возникновения современного танца: контемпорари.

*Теория*: Понятие контемпорари. История развития и становления танцевального стиля контемпорари.

2.3. История возникновения современного танца: хип-хоп.

*Теория*: Понятие хип-хоп. Особенности хип-хоп культуры. История развития и становления танца в стиле хип-хоп.

2.4. История возникновения современного танца: джаз-фанк.

*Теория*: Понятие джаз, джаз-фанк. История развития и становления танцевального стиля джаз-фанк.

**3. Элементы партерной гимнастики (выполняются на гимнастических ковриках) - 28 часов**

3.1. Упражнения, укрепляющие мышцы спины.

*Теория:* Беседа о важности гармоничного развития мышц спины. Объяснение техники выполнения упражнений.

*Практика:* Упражнения, укрепляющие мышцы спины: «Лодочка», «Группировка».

3.2. Упражнения, развивающие подъем стопы.

*Теория*: беседа о значимости развития подъема стопы. Объяснение техники выполнения упражнений.

*Практика:* разворот стопы из VI позиции в I позицию.

3.3. Упражнения, развивающие гибкость позвоночника.

*Теория*: беседа о важности гармоничного развития гибкости позвоночника. Объяснение техники выполнения упражнений.

*Практика:* упражнения, развивающие гибкость позвоночника. «Корзиночка», «Полумостик», «Мостик».

3.4. Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса.

*Теория*: беседа о важности гармоничного развития мышц брюшного пресса. Объяснение техники выполнения упражнений.

*Практика:* упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса. «Плуг», «Уголок».

3.5. Упражнения, развивающие подвижность тазобедренных суставов.

*Теория*: беседа о важности гармоничного развития подвижности тазобедренного сустава. Объяснение техники выполнения упражнений.

*Практика:* упражнения, развивающие подвижность тазобедренных суставов. «Неваляшка», «Passe с разворотом колена».

3.6. Упражнения, развивающие выворотность ног.

*Теория*: понятие выворотность. Объяснение техники выполнения упражнений.

*Практика:* упражнения, развивающие выворотность ног. «Лягушка» во всех положениях, «Солнышко».

3.7. Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие устойчивости.

*Теория*: беседа о важности растягивания мышц, связок, развития устойчивости. Объяснение техники выполнения упражнений.

*Практика:* «шпагат» вперед с обеих ног, «шпагат» поперечный.

**4. Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов (исполняются на середине зала) - 14 часов**

4.1. Упражнения для развития шеи и плечевого пояса.

*Теория*: беседа о здоровьи шеи, развитии плечевого пояса. Устный опрос. Объяснение техники выполнения упражнений.

*Практика:* повороты головы в положении «направо», «прямо», «налево»; наклоны и подъемы головы в положениях «прямо», «направо», «налево»; круговые движения головой по кругу и целому кругу; поднимание и опускание плеч; поочередное поднимание и опускание плеч.

4.2. Упражнения для развития плечевого сустава и рук.

*Теория*: понятие растяжки мышц рук, ее необходимость для гармоничного развития суставов и здоровья. Объяснение техники выполнения упражнений.  
*Практика:* 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; сгибание рук в локтях в направлении: вверх–вперед и вниз–вперед; сгибания кистей в подготовительном положении: в стороны, вперёд, назад; 22 сгибание кистей с руками, раскрытыми в стороны: вверх–в стороны–вниз, вперёд – в стороны - назад; сгибание кистей с руками, поднятыми вверх: в стороны–вверх–в стороны, вперед– вверх– назад; вращение кистями (наружу, внутрь) в подготовительном положении; вращения кистями во II позиции; вращения кистями с руками, поднятыми вверх.

4.3. Упражнения на развитие поясничного пояса.

*Теория*: понятие поясничный пояс. Беседа о важности поддержания здоровья поясницы. Объяснение техники выполнения упражнений.

*Практика:* перегибы корпуса назад; повороты корпуса вокруг вертикальной оси; круговые движения корпуса.

4.4. Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног.

*Теория*: понятие подвижности суставов ног. Беседа о важности развития силы мышц и суставов ног. Объяснение техники выполнения упражнений.

*Практика:* отведение ноги в сторону на носок с полуприседанием ; отведение ноги вперед на носок с полуприседанием; отведение ноги вперед на каблук с полуприседанием; отведение ноги в сторону с чередованием: позиция – носок – каблук – носок – позиция с полуприседанием; отведение ноги вперед с чередованием: позиция – носок – каблук – носок – позиция с полуприседанием; подъем согнутой в колене ноги в сторону; отведение ноги назад на носок с полуприседанием; отведение ноги назад с чередованием: позиция – носок ноги в сторону на каблук; – каблук – позиция; отведение ноги назад с чередованием: позиция – носок – каблук, позиция с полуприседанием; назад с чередованием: позиция – носок – выпад – носок – позиция; отведение ноги назад с чередованием: – позиция – носок – выпад – носок – позиция с полуприседанием; прыжки на одной ноге (не более 4-х раз); прыжки на двух ногах с переменой позиций (напр. чередование VI и II позиций); перескоки с ноги на ногу с отведением работающей ноги в сторону на носок; перескоки с ноги на ногу с отведением работающей ноги в сторону на каблук; подъемы на полупальцы опорной ноги с одновременным подведением натянутой стопы согнутой в колене работающей ноги к колену опорной; поочередные подскоки с подведением натянутой стопы согнутой в колене работающей ноги к колену толчковой; бег с подъёмом согнутых в коленях ног вперёд.

**5. Ритмика - 18 часов**

5.1. Изучение строения музыкального произведения.

*Теория*: знакомство со строением музыкального произведения. Понятия: вступление, части, музыкальная фраза. Взаимосвязанность движения и музыкальной части.

5.2. Маршевая и танцевальная музыка.

*Теория*: лекция об особенности танцевальных жанров: вальса, польки, галопа, марша.

5.3. Музыкально-ритмические упражнения, игры и фразировка.

*Теория*: изучение понятия музыкальной фразировки, музыкального предложения, музыкального периода.

*Практика: игры на* соотношение движений с музыкальной фразой в муз. размере 2\4, 3\4, 4\4; соотношение движений с музыкальным предложением муз. размере 2\4, 3\4, 4\4; соотношение движений с музыкальным периодом в муз. размере 2\4, 3\4, 4\4):

5.4. Музыкально-ритмические упражнения, игры и темп.

*Теория*: знакомство с понятием музыкального темпа, ускорение и замедление темпа движения.  
*Практика: игры на сохранение темпа движения во время музыкальной паузы; соотношение темпа движения с постепенно изменяющимся темпом музыки; соотношение резко меняющегося темпа музыки с хореографическим движением; упражнение на ускорение и замедление темпа движения в 2 раза при неизменном музыкальном темпе;*

5.5. Музыкально-ритмические упражнения, игры и динамика.

*Теория*: беседа о динамике музыкального произведения.  
*Практика:* упражнение на соотношения резко меняющейся силы музыкального звучания с хореографическим движением; соотношение усиления и ослабления силы звучания музыки с хореографическим движением; динамическая игра “явления природы”.

5.6. Музыкально-ритмические упражнения, игры и характер музыкального произведения.

*Теория*: знакомство с понятием характера музыкального произведения. Рассуждение об отличии музыкального темпа от характера музыкального произведения.   
*Практика:* игровоеупражнение на определение музыкального характера “Мажорики-минорики”.  
**6. Ориентационно-пространственные упражнения.**

6.1. Изучение точек зала. Изучение одноплановых и многоплановых рисунков и фигур: линейных-плоскостных (шеренга,колонна), объемных (круг, «цепочка»).

*Теория:* изучение одноплановых и многоплановых рисунков и фигур: линейных — плоскостных (шеренга, колонна), объемных (круг, « цепочка»).

*Практика:* построение в линейно-плоскостные рисунки и фигуры - 2 шеренги («в затылок», «в шахматном порядке»); 2 вертикальные колонны. Построение в объемные фигуры и рисунки - 2 горизонтальные колонны; 2 круга; «круг в круге»; 2 «цепочки».

6.2. Перестроения из одноплановых рисунков и фигур в многоплановые и из многоплановых в одноплановые.

*Теория:* изучение приемов перестроения из одноплановых рисунков и фигур в многоплановые. Изучение приемов перестроения из многоплановых рисунков и фигур в одноплановые.

*Практика:* изучение перестроения:

- из линейных в линейные: из шеренги в 2 шеренги; из шеренги в 2 колонны; из колонны в 2 шеренги; из колонны в 2 колонны; из 2 шеренг в 2 горизонтальные колонны; из 2 шеренг в 2 вертикальные колонны; из 2 шеренг в 2 диагональные колонны.

− из линейных в объемные: из шеренги в 2 круга; • из колонны в 2 круга; • из шеренги в 2-е «цепочки»; • из колонны в 2-е «цепочки»; из 2-х колонн горизонтальных в 2-а круга; из 2-х шеренг горизонтальных в 2-а круга.

- из объемных в объемные: из 2-х кругов в 2-е «плетня»; − из 2-х «плетней» в 2-а круга.

- из объёмных в линейные: из 2-х «плетней» в 2-е горизонтальных колонны; из 2-х кругов в 2-е горизонтальных шеренги.

**7. Подготовка репертуара - 50 часов**

7.1. Знакомство с музыкальным материалом постановки “Сияние” в стиле современного танца.

*Теория:* знакомство с музыкальным материалом постановки.

7.2. Разработка и обсуждение сценического образа.

*Теория:* беседа о выбранном сценическом образе, его детальное описание.

*Практика:* изучение манеры поведения, характера выбранного образа. “Примерка” образа на участников танцевального произведения.

7.3. Изучение танцевальных движений в стиле современного танца.

*Практика:* разучивание танцевальных движений без музыкального сопровождения.

7.4. Соединение движений в танцевальные композиции.

*Практика:* разучивание танцевальных движений под музыкальное сопровождение.

7.5. Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах.

*Практика:* отработка техники рисунков, переходов в образе и манере исполнения.

7.6. Отработка элементов.

*Практика:* работа с отдельными элементами танцевальной композиции.

7.7. Работа над музыкальностью исполнения.

*Практика:* проходка танцевальных движений четко под музыку и под счет.

7.8. Развитие пластичности.

*Практика:* игра на развитие пластики в танце “Пластилин”.

7.9. Синхронность в исполнении.

*Теория:* знакомство с понятием синхронности при исполнении танца.

*Практика:* работа над синхронностью исполнения движений участников коллектива.

7.10. Работа над техникой современного танца.

*Теория:* обсуждение понятия техники в танцевальном произведении.

*Практика:* отработка технических особенностей стиля современного танца.

7.11. Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений.

*Практика:* отработка правильного исполнения движений, построения и перестроений.

7.12. Выразительность и эмоциональность исполнения.

*Теория:* знакомство с понятием выразительности и эмоциональности в хореографии.

*Практика:* индивидуальная работа участников коллектива перед зеркалом для развития эмоционального и выразительного исполнения танцевальной композиции.

7.13. Выступление.

*Практика:* выступление на школьном концерте.

**8. Интегрированные технологии - 20 часов**

8.1. Изучение основ музыкальной грамоты.

*Теория:* знакомство с понятием музыкальная грамотность. Ознакомление с характером звучания контрастных регистров: слуховое освоение высоких, низких и средних звуков. Освоение постепенного и скачкообразного движения мелодии. Освоение минорного и мажорного окраса звука. Изучение понятия такт, ритм.

8.2. Изучение основ актерского мастерства.

*Теория:* знакомство с понятием актерского мастерства.

*Практика:* изучение и выполнение гимнастики для лица; упражнение на скоростное и правильное прочтение скороговорок; упражнение на технику речи - выразительное чтение небольших стихотворений; упражнения на ритмопластику движений под музыку; подвижные игры на внимательность.

8.3. Изучение основ правильного дыхания.

*Теория:* знакомство с понятием правильного дыхания, диафрагмы. Лекция о типах

дыхания: ключичное, грудное, глубокое или диафрагменное. Изучение теории дыхательных техник - дыхание йогов или медитативное дыхание. Польза правильного дыхания.

*Практика:* применение теоретических знаний о дыхании на практике. Упражнения для дыхания:

- “медитация” или дыхание животом из положения сидя со скрещенными ногами;

- чтение текста с открытым ртом для тренировки диафрагмы;

- чередование вдоха и выдоха через нос с втягиванием живота;

- “обнять себя” - на выдохе коснуться ладонями лопаток.

- “дровосек” - делаем вдох, на выдохе резко нагибаемся вниз будто рубим дрова, затем сначала.

- махи руками и дыхание как при плавании брассом.

8.4. Ознакомление с анатомическим строением тела.

*Теория:* знакомство с понятием анатомия, строение тела. Лекция об эволюционных отличиях человека от животных. Рассказ о работе и строении скелета, мышц, суставов, органов, поясах и осях тела. Рассказ о влиянии режима дня на здоровье организма. Беседа о здоровом образе жизни. Устный опрос об образе жизни.

**ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ**

На начальном этапе преобладают **игровой, наглядный** и **репродуктивный методы**. Они применяются:

1. При знакомстве с лексикой современного танца.
2. При изучении пространства и точек зала.
3. При изучении правильной техники выполнения движений.
4. При визуализации полученных знаний.

Большую роль играют общие принципы исполнения танцевальных движений, где основным методом становится **продуктивный**. Для того чтобы реализовать замысел учителя, учащийся овладевает теорией и лексикой танца. Продуктивный метод играет большую роль и в дальнейшем при выполнении этюдов разного жанра

При изучении современного танца основным методом восприятия является **наглядный.** Наиболее эффективно изучение осуществляется в том случае, когда некоторую часть работы ребенок проделывает самостоятельно.

На более поздних этапах в обучении применяется **творческий метод**, для совершенствования творческого мастерства учащихся (самостоятельное составление композиций, предусматривающих определенные типы движений, учитывая темп и характер музыкального произведения и т.д.).

**Метод проблемного обучения**. Разбор партий танцовщиков разных направлений, творческое их осмысление помогает ребенку выработать собственную манеру выражения в танце.

Использование этих методов предусматривает, прежде всего, обеспечение самостоятельности детей в поисках решения самых разнообразных задач.

Теоретическая работа с детьми проводится в форме лекции, беседы, занятия-экскурсии, демонстрации видеоматериалов с комментариями и анализом, сбора-анализа занятий.

Практические занятия также разнообразны по своей форме – зеркальное повторение движений преподавателя, игровые занятия, упражнения для улучшения общей физической подготовки, творческие задания на развитие воображения, выразительности исполнения движений и другое.

Результаты работы определяются степенью освоения практических умений на основе полученных знаний. Критерии успешности определяются результатом участия учащихся объединения в конкурсах различного ранга.

Учебно-тематический материал по теории и практике современного излагается в развитии, частями. Связь между учебно-тематическими и практическими вопросами прослеживается через анализ наблюдения за своими движениями в зеркале.

Методический анализ: самостоятельное комментирование или с педагогом - основной путь совершенствования. Учить на практических занятиях воспитанника - это значит корректировать его реальные жизненные ситуации.

На уровне аналитической работы происходит:

• процесс взаимного обогащения - педагог учит и учится сам от ученика;   
• понимание того, что нужно сейчас ученику (конкретно) в плане продвижения вперед.

При этом необходимо учитывать индивидуальный темп развития, осуществлять индивидуальный подход к каждому ученику. Юных танцоров надо учить одному и тому же. Но по-разному. Такой подход обеспечивает овладение важнейшими практическими навыками.

**Методика обучения (формы, приемы)** - постоянно разнообразные.

* **Наглядный**:

- показ педагогом движений под счет и под музыку;

- показ правильного исполнения на конкретном ребенке;

- просмотр видеоматериала о хореографическом искусстве, обучение на основе видеоматериала эстрадной и современной хореографии.

* **Словесный**: обращение к сознанию ребенка, добиваясь не автоматического, а осмысленного выполнения и исполнения.
* **Мотивации и стимулирования.**
* **Формирования сознания.**

Для отслеживания результатов предусматриваются в следующие **формы контроля**:

**Текущий:**

* оценка усвоения изучаемого материала осуществляется педагогом в форме наблюдения;
* прогностический, то есть проигрывание всех операций учебного действия до начала его реального выполнения;
* пооперационный, то есть контроль за правильностью, полнотой и последовательностью выполнения операций, входящих в состав действия;
* рефлексивный, контроль, обращенный на ориентировочную основу, «план» действия и опирающийся на понимание принципов его построения;

**Итоговый** контроль в формах

* тестирование;
* практические работы;
* творческие работы обучающихся;

**Самооценка и самоконтроль** определение ребенком границ своего «знания - незнания», своих потенциальных возможностей, а также осознание тех проблем, которые ещё предстоит решить в ходе осуществления деятельности.

**Дидактические игры и задания:**

**1. Игры на знакомство с коллективом**

1. “Разные встречи” (Такие разные времена). Все участники перемещаются свободно, периодически встречаясь с другими. По команде ведущего меняется вводные («дни»). Соответственно с вводными меняются и поведение людей. 1-й день – на фоне «плохой» музыки (грустной, злой) – плохое настроение. 2 день – на фоне «плохой» музыки – хорошее настроение. (дальше можно чередовать "хорошая" музыка - плохое настроение, хорошая музыка - хорошее настроение. Можно задавать эмоцию: радость, гнев, мечтательность и так далее). 3 день – 20 век (приветствия через рукопожатие). 4 день – 16 век (приветствия через реверансы и церемониальные фразы). 5 день – 21 век (стремительно, не замечая других, быть может, сталкиваясь или отталкивая их, или может «Трям, здравствуйте!»,"Пройдемте в мой аэромобиль?" и так далее). В конце дни быстро меняются - нужно успевать перестраиваться. Каждый по очереди здоровается из центра круга со всеми. Условие: нужно, не повторяя, придумывать новые способы приветствий.
2. “Назовись! ”Все стоят в кругу, держа вытянутые руки перед собой. Начинающий игру бросает мяч через центр круга одному из участников и называет при этом своё имя. После броска он опускает руки. После того, как мяч обойдет всех, и все опустят руки, игра начинается по второму кругу. Каждый из участников бросает мяч тому человеку, которому он бросал в первый раз, и снова называет своё имя. После проведения этой игры (на ее проведение затрачивается 10-15 минут) вполне реально запомнить до 20 имен. Можно называть не имя, а прилагательное, характеризующее себя, свое хобби, любимую книгу и так далее - так все познакомятся и узнают друг о друге побольше.
3. “5 вещей”. Выполняется в парах. Пары расходятся на пять минут и молча жестами показывают друг другу пять самых важных для себя вещей. Затем пара рассказывает о себе то, что поняла. При этом первый человек рассказывает о втором, а второй о первом. (Варианты: цели на тренинг, пять самых страшных для меня вещей, самых любимых и т.п.)

**2. Игры на развитие актерского мастерства.** 1. “Крокодил”. Участники делятся на две команды. Первая команда загадывает слово и сообщает его представителю соперников. Это – избранный, который должен изобразить слово с помощью пантомимы своей команде. Изображающий говорить не может, но участники его команды могут задавать ему вопросы, перечислять появляющиеся варианты. Кивать головой «да» или «нет» изображающему слово разрешается – но не больше! В это время команда, загадавшая слово, может просто покатываться со смеху, видя усилия противников, часто долгое время безрезультатные. Если слово угадано, команды меняются ролями. Конечно, для изображения каждый раз выставляется новый игрок.

2. “Повтори”.Любому начинающему актеру необходим свой ориентир, пример для подражания. В отличие от времен Станиславского, сейчас в нашем распоряжении огромное количество разнообразных примеров отечественного и зарубежного актерского искусства, легко доступных в Интернете. Нужно просто открыть youtube, запросить видео с нужным нам персонажем и попытаться повторить его эмоции, речь. По возможности, копируйте голос, интонации, речь. Старайтесь быть как можно более похожими: обращайте внимание на все детали, типичную манеру исполнения, испытываемые эмоции.

**2.1 Упражнения на развитие актерского мастерства**1. Упражнение “Меняй”**.** Ведущий задает условия происходящего на площадке, объясняет каким образом и в рамках каких обстоятельств студенты взаимодействуют друг с другом. В любой момент ведущий может выкрикнуть слово «меняй», и студенты обязаны мгновенно сменить действия, слова и манеру поведения по отношению друг к другу.

2. “Ассоциации”***.*** Игроки по очереди произносят слова, пришедшие на ум, в ответ на слово, произнесенное другим игроком. Играть надо быстро, в случае если ассоциация не понятна, желательно объяснять ее или добиваться объяснения.  
3. “Разные человечки”***.*** Детям дается задание подвигаться по комнате, если бы они были сделаны из песка, из стекла, из соломы, из снега, на шарнирах.

**3. Игры на развитие внимания.**

1. “Зеркало”. Играть в эту игру можно в парах или вдвоем. Игроки садятся или встают друг напротив друга. Один из них совершает разные движения: поднимает руки, двигает ими в разные стороны, чешет нос. Другой - "зеркало" первого.

Для начала можно ограничиться движениями рук, но постепенно усложнить игру: строить рожицы, поворачиваться и т.д. Время игры ограничивается 1-2 минутами.

2. “Помехи”**.** Одному из участников упражнения вручают какой-нибудь сложный текст.

Участвующий в течение минуты должен прочесть этот текст, а затем пересказать его или ответить на вопросы. В то время, пока он читает, остальные участники должны активно ему мешать: шуметь, смеяться, задавать вопросы и т.д.

**4. Игры на развитие выразительности движений, мимики, жестов.**

1. “Волшебники”. Педагог предлагает детям вообразить, что они стали волшебниками и могут заглянуть в любую сказку. Дети тихонько передвигаются по комнате. “- Посмотрите, куда мы попали. Видите, как все дружно тянут репку, поможем им, улыбнёмся им. Пойдём в другую сказку. Вот Красная Шапочка встретилась с Волком. Испугались за нее, погрозили Волку пальчиком. Но мы знаем, что всё кончится хорошо. Посмотрим вот сюда. Как страшно! Баба Яга в ступе пролетела – мы испугались, замахали руками. Вернулись в группу.”

2. “Изобрази эмоцию”. Предложить детям угадать и изобразить предложенное эмоциональное состояние (можно использовать графическое изображение, фотографии, репродукции и т.д.) В процессе выполнения задания необходимо побуждать детей к развернутому описанию демонстрируемых педагогом эмоциональных состояний человека:

- Вот так вы радуетесь.

- Вы грустите, сердитесь.

- Сейчас вы удивились.

- Давайте вместе попробуем задуматься (погрустить, обрадоваться).

**Методика проведения занятий**

\\

СТРУКТУРА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Часть занятия | Содержание занятия | Продолжительность части |
| Подготовительная | Упражнения у станка и на середине зала. Изучаются упражнения для развития выворотности ног, увеличения амплитуды движения, развития гибкости корпуса и правильной осанки | 10 – 15 минут |
| Основная | Разучивание отдельных элементов, работа над техникой исполнения разнообразных танцевальных, гимнастических упражнений без предмета и с различными предметами. | 20 – 25 минут |
| Заключительная | Музыкально – танцевальные игры, образные движения | Оставшееся время |

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Дени Г., Дассвиль Л. Музична Украина. под ред. Л.Онищенко – К., 1983