

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ГОРОД СЕВЕРОБАЙКАЛЬСК»

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
"ЦЕНТР НАЦИОНАЛЬНОЙ КУЛЬТУРЫ "БАЯР"



«Утверждаю»
Директор МАОУДО «ЦНК «Баяр»
В.Б. Бадмацыренова
Приказ № 22 от
2021 года

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА**

«Студия танца «БАЯР»

Направленность: художественно-эстетическая

Возраст учащихся: 6-17 лет

Срок реализации: 3 года (324 часа)

Автор//разработчик:

Базаржапова Д.М.,
педагог дополнительного образования

г. Северобайкальск, 2021 год

Паспорт программы

| | |
|---|--|
| Название программы | Дополнительная общеразвивающая программа художественно-эстетической направленности Студия танца «БАЯР» |
| Ф.И.О. автора, где и кем работает | Базаржапова Д.М. педагог дополнительного образования МАОУДО «ЦНК «Баяр» |
| База эксперимента | МАОУДО «ЦНК « Баяр», г.Северобайкальск |
| Направленность образовательной деятельности | Художественно-эстетическая |
| Цель программы | Цель программы эстетическое развитие учащихся в процессе изучения основ хореографического искусства и развитие творческого потенциала ребенка, создание условий для личностного и профессионального самоопределения учащихся. |
| Тип программы | Модифицированный |
| Продолжительность обучения | 3 года |
| Возраст учащихся | 6-17 лет |
| Форма проведения занятий | Групповая |
| Режим занятий | 2 год обучения – 2 раза в неделю по 2 часа 1 раз в неделю 1 час 3 год обучения – 2 раза в неделю по 2 часа |
| Форма организации итоговых занятий | Контрольный урок, концертное выступление |
| Количество детей в группах | 10 |
| Дата утверждения: сентябрь 2021 год. | |

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящая дополнительная общеобразовательная программа составлена на основании федерального закона от 29 декабря 2012г. № 273 – РФ «Об образовании в Российской Федерации», **Приказа Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 года №196** «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам.

1. Основные характеристики программы

1.1. Дополнительная общеразвивающая программа Студия танца «БАЯР» реализуется в соответствии с художественно-эстетической направленностью образования.

Программа в соответствии с идеями и задачами Нацпроекта «Образование», проекта «Успех каждого ребенка» сориентирована на воспитание гармонично развитой и социально ответственной личности путем подключения каждого обучающегося к выстраиванию индивидуального маршрута по достижению целей самообразования, саморазвития, причем в самых разнообразных областях культуры и искусства.

1.2. Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется образованию, приобщению детей к здоровому образу жизни, укреплению психического и физического здоровья.

1.3. Отличительные особенности программы состоят в том, что в ней учтены и адаптированы к возможностям детей разных возрастов основные направления танца и пластики, включающие: гимнастику, ритмику, классический, национальный и современный танец. В программе суммированы особенности программ по перечисленным видам танца, что позволяет ознакомить обучающихся с танцевальными стилями и направлениями. Такой подход направлен на раскрытие творческого потенциала и темперамента детей, а также на развитие их сценической культуры.

Программа модифицированная.

1.4. Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что она основывается на постепенном развитии природных способностей детей, строгой последовательности в овладении лексикой танцевального искусства, техническими приемами, систематичностью и регулярностью занятий, целенаправленностью учебного процесса.

Программа основывается на следующих принципах:

1) Принцип наглядности – обязывает строить процесс физического воспитания с широким использованием наглядности при обучении и воспитании. Наглядность означает привлечение органов чувств человека в процессе познания.

- зрительная наглядность (демонстрация движений в целом или по частям с помощью ориентиров, наглядных пособий-фото, видеороликов)

- звуковая наглядность (создание определенного ритма по средствам звуковых сигналов)

- двигательная наглядность (проведение по движению).

2) Принцип доступности и индивидуализации. В физическом воспитании означает требование оптимального соответствия задач, средств и методов физического воспитания возможностями занимающихся. При реализации принципа должна быть учтена готовность занимающихся к обучению/выполнению той или иной тренировочной нагрузки и определена мера доступности заданий.

3) Принцип непрерывности процесса физического воспитания (основные положения):

- первое положение принципа непрерывности предполагает, что процесс физического воспитания является целостной системой, в которой предусматривается последовательность в проведении занятий.

- второе положение принципа непрерывности обязывает специалистов при построении системы занятий обеспечить полную постоянную преемственность эффекта занятий. Знания должны наслаиваться на эффект

предыдущих занятий с тем, чтобы в конечном итоге произошло накопление этих эффектов.

4) Принцип системного чередования нагрузок и отдыха. В процессе физического воспитания является важным положением, от которого в конечном итоге зависит суммарный эффект занятий. Систематическое повторение нагрузок на фоне недовосстановления приведет к снижению работоспособности организма в результате истощения ресурсов.

5) Принцип возрастной адекватности направлений физического воспитания. Этот принцип обязывает последовательно изменять направленность физического воспитания и объем нагрузок в соответствии с возрастными этапами. Периоды возрастного физического развития организма: дошкольный, младший, средний, старший.

1.5. Цель программы эстетическое развитие учащихся в процессе изучения основ хореографического искусства и развитие творческого потенциала ребенка, создание условий для личностного и профессионального самоопределения учащихся.

1.6. Задачи:

Обучающие:

- изучение танцевальной культуры;
- художественное просвещение детей, привитие им интереса к искусству танца;
- формирование необходимых исполнительских знаний, умений и навыков;
- формирование знаний о здоровом образе жизни (сохранение здоровья, режим дня, гигиена).

Воспитательные:

- формирование духовно-нравственных основ качества личности на основе традиций культуры народов Бурятии, России;
- привитие сценической культуры, воспитание культуры поведения и общения;

- воспитание внимания, дисциплинированности, воли, самостоятельности;
- воспитание чувства дружбы, товарищества и взаимовыручки в сотрудничестве;

Развивающие:

- развитие творческих способностей обучающихся;
- развитие умений сотрудничать и работать в коллективе ;
- развитие выразительности и музыкальности исполнения (умение передать характер, стиль и манеру исполнения различных народных танцев);
- развитие эмоционально-волевых качеств.

Разработанная программа дает обучающимся знания, умения и навыки, которые образуют прочный фундамент для дальнейшего обучения, готовит детей к самореализации в жизнедеятельности.

1.7. Возраст учащихся

Данная программа предназначена для обучающихся на хореографическом отделении МАОУДО «ЦНК «Баяр» и рассчитана на детей от 6 до 17 лет.

Группы формируются по возрасту и в зависимости от смен в школе.

Набор детей в объединение осуществляется в установленные учреждением сроки при наличии медицинской справки и по личному заявлению родителей (лиц их заменяющих).

1.8. Форма занятий

Обучение по программе предполагает использование приоритетных форм занятий: репетиции (индивидуальные и коллективные). В репетиционно-постановочные занятия педагоги включают необходимое количество разделов программы самостоятельно, комбинируя их в зависимости от тематики танца и сложности его постановки.

Программа также включает разные виды занятий:

учебное занятие;

занятие – игра;

открытое занятие;

Формы проведения занятий:

- коллективная, в которой обучающиеся рассматриваются как целостный коллектив, имеющий своих лидеров (при самостоятельной постановке хореографических композиций);

- групповая, в которой обучение проводится с группой воспитанников (три и более), имеющих общее задание и взаимодействующих между собой;

парная, предполагающая общение с двумя воспитанниками при постановке дуэтных танцев;

- индивидуальная, используемая для работы с воспитанником по усвоению сложного материала и подготовки к сольному номеру.

Продолжительность одного занятия – не более 45 мин с 10 минутным перерывом после каждого занятия.

2. Объем программы:

2.1. Объем программы

Количество часов на весь период обучения по программе:

- 2 год обучения, младшая группа – 180 ч/год;

- 3 год обучения, старшая группа – 144 ч/год.

Итого: 324 ч/год.

2.2. Срок реализации программы

Для реализации «Образовательной программы хореографического отделения» образовательный процесс организован в рамках двух этапов:

1 этап – накопление базовых знаний и навыков.

2 этап – применение накопленных знаний в рамках урока и концертно-сценических мероприятий.

По окончании каждого из этапов ребенок может перейти на следующий уровень обучения, либо закончить обучение по данной программе.

Каждое занятие строится по следующему плану:

- разминка;
- упражнения на середине зала;
- танцевальные движения;
- индивидуальные упражнения;
- упражнения на расслабление.

2.3. Режим занятий:

В студии танца «БАЯР» 2 смены:

I смена – 8³⁰ – 10¹⁰;

II смена – 18⁰⁰ – 19⁴⁰.

2 год обучения – 2 раза в неделю 2 часа;

1 раз в неделю 1 час;

3 год обучения – 2 раза в неделю 2 часа;

3. Планируемые результаты

3.1. Ожидаемые результаты:

За период обучения учащиеся получают определенный объем знаний и умений.

Знания:

- основы постановочной и концертной деятельности;
- различные направления в хореографии;

Умения:

- выполнять классический экзерсис у танцевального станка;
- уметь выполнять классику на середине зала;
- применять на практике правила постановки корпуса рук, ног и головы в хореографии;
- выполнять основные ориентиры (рисунки) по инструкции педагога;

- выполнять комплекс акробатических упражнений;
- применять актерское мастерство и сценическое перевоплощение, и выразительность в хореографических композициях;

- использовать специальную хореографическую терминологию на занятиях;

Иметь навыки:

- выразительности и техники выполнения движений в хореографических композициях.

Иметь представление:

- о постановке хореографической композиции.

3.2. Способы и формы проверки результатов

Проводится мониторинг знания 1-ое, 2-ое полугодие; исследуется маршрут развития индивидуально на каждого ребенка.

II. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

2-ый год обучения

«Гимнастика. Танец»

| № | Танцевальные направления, разделы, темы | из них | | Всего |
|------------|--|--------|----------|-----------|
| | | теория | практика | |
| | ГИМНАСТИКА | | | 46 |
| I. | Теория дисциплины. | | | |
| | Партерная гимнастика – подготовка к классическому экзерсису. | 1 | 1 | 2 |
| II. | Элементы партерной гимнастики (исполняются на гимнастических ковриках). | | | |
| | Упражнения, укрепляющие мышцы спины. | | 4 | |
| | Упражнения, развивающие подъем стопы. | | 4 | |

| | | | | |
|-------------|--|---|----|-----------|
| | Упражнения, развивающие гибкость позвоночника. | | 4 | |
| | Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса. | | 4 | |
| | Упражнения, развивающие подвижность тазобедренных суставов. | | 4 | |
| | Упражнения, развивающие выворотность ног. | | 6 | |
| | Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага. | | 6 | |
| III. | Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов (исполняются на середине зала). | | | |
| | Упражнения для развития шеи и плечевого пояса. | | 2 | |
| | Упражнения для развития плечевого сустава и рук. | | 2 | |
| | Упражнения на развитие поясничного пояса. | | 4 | |
| | Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног. | | 4 | |
| | ТАНЕЦ | | | 34 |
| I. | Теория дисциплины. | | | |
| | Музыкально-хореографическая, образная выразительность. | 2 | | |
| II. | Ориентационно-пространственные упражнения. | | | |
| | Изучение одноплановых и многоплановых рисунков и фигур: линейных-плоскостных (шеренга, колонна), объемных (круг, «цепочка»). | | 8 | |
| III. | Танцевальные элементы. | | | |
| | Танцевальные шаги и ходы. | | 10 | |
| | Реверанс для девочек и поклон для мальчиков на 2/4. | | 4 | |
| | Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства. | | 10 | |

| | | | | |
|-----------|-----------------------------|--|--|------------|
| IV | Постановочная работа | | | 28 |
| | Всего часов: | | | 108 |

«Основы классического танца»

| № | Направления, разделы, темы | из них | | Всего |
|-------------|---|--------|----------|-----------|
| | | теория | практика | |
| | ОСНОВЫ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА | | | 72 |
| I. | Теория дисциплины. | | | |
| | Правильное произношение французских терминов и перевод названий классических рас. | 2 | | |
| | Предназначение, правила выполнения и музыкальные раскладки элементов классического танца. | 2 | | |
| II. | Экзерсис у станка | | | |
| | Постановка корпуса (в полувыворотных позициях). | | 6 | |
| | Позиции ног: I, III, II, V | | 4 | |
| | Позиции и положения рук: подготовительное положение, I, III, II, V позиции. | | 4 | |
| | Разучивание элементов классического танца у станка. | | 18 | |
| III. | Экзерсис на середине зала | | | |
| | Постановка корпуса (в полувыворотных позициях). | | 6 | |
| | Позиции ног: I, III, II, V | | 6 | |
| | Позиции и положения рук: подготовительное положение, I, III, II, V позиции. | | 6 | |
| | Разучивание элементов классического танца на середине зала | | 14 | |
| IV. | Allegro | | | |
| | Temps levés sautés в I и II свободной позиции ног – лицом к станку. | | 1 | |
| | Трамплинные прыжки в I и II свободной позиции ног – на середине зала. | | 3 | |
| | Всего часов: | | | 72 |

Учебно-тематический план по предмету «Классический танец»

3 год обучения

| № | Разделы, темы | из них | | Всего |
|---|---------------|--------|----------|-------|
| | | теория | практика | |
| | | | | |

| | КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ | | | |
|-------------|---|---|----|-----------|
| I. | Теория дисциплины. | | | 2 |
| | Русская школа классического танца | 1 | | |
| | Отличительные черты русского классического балета и его школы | 1 | | |
| II. | Экзерсис у станка | | | 16 |
| | Подготовительные движения рук (и) – préparations. | | 2 | |
| | Закрытие рук(и) в подготовительное положение на два заключительных аккорда. | | 2 | |
| | Координация ног, рук и головы в движении – temps relevé par terre. | | 4 | |
| | Разучивание элементов классического танца у станка. | | 10 | |
| III. | Экзерсис на середине зала | | | 14 |
| | Подготовительные движения рук (и) – préparations. | | 1 | |
| | Закрытие рук (и) в подготовительное положение на два заключительных аккорда. | | 1 | |
| | Координация ног, рук и головы в движении – temps relevé par terre. | | 1 | |
| | Разучивание элементов классического танца на середине | | 10 | |
| | Понятие épaulement | | 1 | |
| IV. | Allegro | | | 4 |
| | Прыжки – с двух ног на две. Разные этапы прыжка (temps levé sauté): подготовка к взлету, толчок, взлет. | | 4 | |
| | Всего часов: | | | 38 |

«Современный и Бурятский танец»

| № | Разделы, темы | из них | | Всего |
|------------|---|--------|----------|-----------|
| | | теория | практика | |
| | СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ | | | 33 |
| I. | Теория дисциплины | | | |
| | Стили современного танца. Их отличительные особенности. | 1 | | |
| II. | Экзерсис на середине зала | | | |
| | Повторение пройденного материала | | 2 | |
| | Изучение новых танцевальных элементов | | 4 | |
| | Создание сценического образа | | 2 | |
| | Изучение танцевальных движений | | 4 | |

| | | | | |
|-------------|---|--|----|------------|
| | Соединение движений в танцевальные композиции | | 4 | |
| | Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах | | 2 | |
| | Отработка элементов | | 4 | |
| | Работа над музыкальностью | | 2 | |
| | Развитие пластичности | | 2 | |
| | Синхронность в исполнении | | 4 | |
| | Выразительность и эмоциональность исполнения | | 2 | |
| | БУРЯТСКИЙ ТАНЕЦ | | | 35 |
| | Поклон | | 1 | |
| | Позиции и положения рук | | 4 | |
| | Постановка корпуса | | 2 | |
| | Припадания по III и V позиции ног | | 4 | |
| | Приставные шаги с плие по VI позиции | | 4 | |
| | Диагональ, полупальцы выворотная позиция | | 4 | |
| | Основные элементы Ёхора | | 16 | |
| III. | ПОСТАНОВОЧНАЯ РАБОТА (РЕПЕРТУАР) | | | 38 |
| | Всего часов: | | | 106 |

2.2 СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ ПРОГРАММЫ

2-ый год обучения

«Гимнастика. Танец»

ГИМНАСТИКА

I. Теория дисциплины.

Партерная гимнастика – подготовка к классическому экзерсису.

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

II. Элементы партерной гимнастики.

Повторение и закрепление материала 1 года обучения. Более сложные комбинации движений. Четкое воспроизведение всех элементов в характере музыкального сопровождения

Упражнения, укрепляющие мышцы спины: «Группировка» «Карандаш»

Упражнения, развивающие подъем стопы

Разворот стопы из VI позиции в I позицию

Упражнения, развивающие гибкость позвоночника

- «Корзиночка»;
- «Полумостик»;
- «Мостик».

Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса

- «Плуг»;
- «Уголок».

Упражнения, развивающие подвижность тазобедренных суставов

- «Неваляшка»;
- «Passe' с разворотом колена».

Упражнения, развивающие выворотность ног

- «Лягушка» во всех положениях;
- «Солнышко».

Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага

- «Шпагат» вперед с обеих ног;
- «Шпагат» поперечный.

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

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

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

Упражнение для развития плечевого сустава и рук в ускоренном разведении рук в стороны

- подъёмы рук вперёд на высоту 90°
- отведение рук назад;
- подъёмы рук вверх и опускания вниз через стороны;
- подъёмы рук вверх–вперёд и опускания вниз–вперёд;
- сгибание рук в локтях в направлении: вверх – в стороны и вниз – в стороны;
- сгибание рук в локтях в направлении: вверх–вперёд и вниз–вперёд;
- сгибания кистей в подготовительном положении: в стороны, вперёд, назад;

- 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, вперёд– вверх–назад;
- вращение кистями (наружу, внутрь) в подготовительном положении;
- вращения кистями во II позиции;
- вращения кистями с руками, поднятыми вверх.

Упражнения на развитие поясничного пояса

- перегибы корпуса назад;
- повороты корпуса вокруг вертикальной оси;
- круговые движения корпуса.

Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног:

- отведение ноги в сторону на носок с полуприседанием
- отведение ноги вперёд на носок с полуприседанием;
- отведение ноги вперёд на каблук с полуприседанием;
- отведение ноги в сторону с чередованием: позиция – носок – каблук – носок – позиция с полуприседанием;
- отведение ноги вперёд с чередованием: позиция – носок – каблук – носок – позиция с полуприседанием;
- подъёмы 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;
- 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;
- подъёмы 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.

ТАНЕЦ

I. Теория дисциплины.

Музыкально-хореографическая, образная выразительность.

II. Ориентационно – пространственные упражнения.

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

Повторение материала 1 год обучения

Изучение многоплановых рисунков и фигур

линейных (плоскостных):

- 2 шеренги («в затылок», «в шахматном порядке»);
- 2 вертикальные колонны;
- 2 горизонтальные колонны;

объемных:

- 2 круга;
- «круг в круге»;
- 2 «цепочки».

Изучение приёмов перестроения из одноплановых рисунков и фигур в многоплановые

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 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» и т.д.

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

Изучение приёмов построения из многоплановых рисунков и фигур в многоплановые рисунки

из линейных в линейные:

- из 2 шеренг в 2 горизонтальные колонны;
- из 2 шеренг в 2 вертикальные колонны;
- из 2 шеренг в 2 диагональные колонны.

из объемных в объемные:

- из 2-х кругов в 2-е «плетня»;
- из 2-х «плетней» в 2-а круга и т.д.

из линейных в объемные:

- из 2-х колонн горизонтальных в 2-а круга;
- из 2-х шеренг горизонтальных в 2-а круга и т.д.

из объемных в линейные:

- из 2-х «плетней» в 2-е горизонтальных колонны;
- из 2-х кругов в 2-е горизонтальных шеренги и т.д.

Повторение различного вида шагов темы 2. Изучение шагов на полупальцах с руками, находящимися во II позиции.

III. Танцевальные элементы.

Танцевальные шаги и ходы

- скользящий шаг (pas glisse');
- па польки вперед и боковое;
- pas chasse' вперед, назад
- русский переменный ход.
- русский дробный ход (по 1/8).
- реверанс для девочек и поклон для мальчиков на 2/4.
- в ритме полонеза;
- в ритме польки.

Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства.

IV. Постановочная работа (репертуар)

Мы маленькие звезды

Тоб тобороб

На прекрасном голубом озере

Мир без войны

Лялечка

Содержание по предмету «Основы классического танца»

I. Теория дисциплины

Правильное произношение французских терминов и перевод названий классических pas.

Предназначение, правила выполнения и музыкальные раскладки элементов классического танца. Наиболее типичные (распространенные) ошибки при исполнении того или иного элемента или упражнения классического танца у станка и на середине зала.

II. Экзерсис у станка

Постановка корпуса (в полувыворотных позициях).

Позиции ног: I, III, II.

Позиции и положения рук: подготовительное положение, I, III, II позиции.

После освоения на середине зала и лицом к станку.

Разучивание элементов классического танца у станка.

- Demi-pliés. Изучается лицом к станку в I, II, III позициях. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение (по мере усвоения – 2 такта).
- Battements tendus. Повторяются изученные элементы темы 2. Затем изучаются лицом к станку из I позиции назад. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение.
- Battements tendus с demi-pliés. Изучается из I позиции в сторону, вперед, назад. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение.
- Demi-rond de jambe par terre en dehors et en dedans (по четверти круга). Изучается лицом к станку с I позиции по точкам – вперед в сторону, в сторону вперед. Затем назад в сторону, в сторону назад. Музыкальный

размер 4/4 – 2 такта на каждое движение и 8 тактов, если музыкальный размер – 2/4.

- *Battement passé par terre*. Изучается из I позиции. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение.
- Подготовительное *port de bras*. Изучается как вступление и заключение к различным упражнениям. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение, затем 1.

III. Экзерсис на середине зала

Повторение элементов темы Постановка корпуса (в полувыворотных позициях),

Повторение элементов темы Позиции ног: I, II, III изученные в упражнениях у станку.

Повторение элементов темы Позиции и положения рук: подготовительное положение, I, III, II позиции.

Разучивание элементов классического танца на середине зала. Повторение элементов темы 2.

IV. Allegro

Temps levés sautés в I и II свободной (полувыворотной) позиции ног – лицом к станку.

Трамплинные прыжки в I и II свободной (полувыворотной) позиции ног – лицом к станку, затем на середине зала.

Репертуар:

Тоб тобороб

На прекрасном голубом озере

Лялечка

Мы маленькие звезды

Флешмобы для растанцовки

3 год обучения

КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

I. Теория дисциплины

Становление русской школы классического танца.

Отличительные черты русского классического балета и его школы (содержательность, многонациональный характер репертуара балетных спектаклей и школы классического танца, осмысленность и выразительность исполнительской техники, не смотря на высокую техничность исполнения, воспитание исполнителей-индивидуумов, педагогов, балетмейстеров).

II. Экзерсис у станка

Подготовительные движения рук (и) – *préparations*. Закрытие рук (и) в подготовительное положение на два заключительных аккорда.

Координация ног, рук и головы в движении – *temps relevé par terre*.

Закрытие рук (и) в подготовительное положение на два заключительных аккорда. Разучивание элементов классического танца у станка.

В ускоренном темпе повторяются упражнения, указанные в теме 2, держась, за станок одной рукой и усложняются за счет увеличения темпа и добавления V позиции.

Дополнительно изучается: положение работающей ноги на уровне щиколотки опорной ноги (sou de pied), икры и колена.

Demi-pliés в V позиции. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение.

Battements tendus из V позиции. Изучается вначале в сторону, вперед, в конце года – назад. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение (по мере усвоения – 1 такт).

- Battements tendus с demi-pliés из V позиции в сторону, вперед, назад. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение.
- Demi-rond de jambe par terre en dehors et en dedans (по четверти круга) с I позиции – с préparation и заключением. Музыкальный размер 4/4 – 1 такт, а при музыкальном размере 3/4 – 4 такта.
- Rond de jambe par terre en dehors et en dedans с I позиции – с préparation и заключением. Музыкальный размер 4/4 – 1 такт, а при музыкальном размере 3/4 – 4 такта.
- Battements tendus jetés. Изучается из I, V позиций. Изучаются, стоя лицом к станку (в сторону 2-й позиции), затем – вперед, назад. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт.
- Battements frappés в сторону, вперед, назад (вначале изучается – носком в пол, во втором полугодии – на 30°). Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт, 1/4.
- Battements tendus pour les pieds или battements doubles tendus или battements tendus с нажимом. Изучается из I и V позиций: а) с опусканием пятки во II позицию; б) с опусканием пятки во II позицию на demi-pliés.
- Relevés (подъемы) на полупальцы в I, II и V позициях – с вытянутых ног и с demi-pliés. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт, 1/4.
- Battements fondus. Исполняется в сторону, вперед, назад. Вначале изучается носком в пол, во втором полугодии – на 45°. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение или 4 такта – при музыкальном размере 3/4, по мере усвоения, при музыкальном размере 2/4 и 3/4 – 2 такта.
- Battements relevés lents на 45° из V позиции, стоя боком к станку (в сторону, позднее вперед и назад). Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4.
- Перегибы корпуса назад и в сторону в I позиции лицом к станку – исполняются в конце экзерсиса у станка. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4; по мере усвоения, соответственно – 1 такт или 4 такта.

- Grands pliés. Изучается в I, II позициях (лицом к станку). Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4 по мере усвоения, соответственно – 1 такт или 4 такта.
- Préparations к ronds de jambe par terre en dehors et en dedans. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4 по мере усвоения,
- Battements retirés «до колена». Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение.
- 1-е port de bras. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4; по мере усвоения, соответственно – 1 такт или 4 такта.

III. Экзерсис на середине зала

Подготовительные движения рук (и) – préparations.

Закрытие рук (и) в подготовительное положение на два заключительных аккорда.

Координация ног, рук и головы в движении – temps relevé par terre.

Повторяются упражнения, разученные в теме 2.

Дополнительно изучается понятие

- épaulement
- Épaulement croisé (с ногой на полу)
- épaulement effacé (с ногой на полу)

IV. Allegro

Прыжки – с двух ног на две. Разные этапы прыжка (temps levé sauté): подготовка к взлету, толчок, взлет. Фиксация положения ног, приземление, положение ног после прыжка.

Temps levé sauté. Изучается по I, II, V позициям. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение.

Ras écharré. Изучается из V позиции во II позицию. Музыкальный размер 2/4 – 8 тактов на каждое движение.

СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ

I. Теория дисциплины

Стили современного танца. Их отличительные особенности.

II. Экзерсис на середине зала

Повторение пройденного материала. Усложнение движений за счет увеличения темпа исполнения и соединения работы 2х и более центров.

Изучение новых танцевальных элементов.

- слайд из стороны в сторону
- слайд вперед назад
- кик-степ-степ
- кик слайд в сторону
- Plie

Создание сценического образа – обговариваем костюмы, работа с лицом перед зеркалом, принять характер и манеру хореографию, восприятие музыки.

Изучение танцевальных движений – припадания, отработка четкости рук и всех движений.

Соединение движений в танцевальные комбинации – повторяем сначала под счет, затем музыкально.

Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах

Отработка элементов – самостоятельно повторяют и отрабатывают весь изученный материал.

Работа над музыкальностью.

Развитие пластичности – кач корпусом в плие, ноги в широкой II позиции, волна (руки, корпус), упражнения на стопы.

Синхронность в исполнении.

Работа над техникой исполнения.

Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений.

Выразительность и эмоциональность исполнения.

БУРЯТСКИЙ ТАНЕЦ

Поклон V позиция ног с шагами и с работой рук.

Позиции и положения рук – руки подняты в стороны между второй и третьей позициями. Локти почти прямые, кисти слегка приподняты, ладони направлены вверх. Обе руки вверх и вниз, на полупальцах продвигаемся вперед (лебеди), поочередно руки вверх и вниз и руки во II позиции, ладони вниз - волна руками, не опуская руки.

Постановка корпуса – представить, что на голове стоит хрустальная ваза, подбородок вверх, лопатки сзади собрали, спина прямая – продвигаемся обычным шагом вперед, не уронив вазу. Наклоны корпуса в стороны, не опуская головы и подбородка.

Припадания по III и V позиции ног – с продвижением вперед и назад, на правую и на левую ногу.

Приставные шаги с плие по VI позиции – в сторону, по диагонали, вперед и назад.

Диагональ, полупальцы выворотная позиция – вращения с поднятым руками, прыжки «Лань».

Основные элементы Ёхора.

«Ёхор» - это танец-хоровод, и танцуют его только по кругу слева направо, т.е. за направлением движения Солнца. У многих народов нашей большой Родины существуют похожие танцы. Это и эвенкийская пляска, и якутский танец «осуохай».

В современном бурятско-русском словаре слово «ёхор» означает «бурятский хоровод». Слово «ёхор», по мнению фольклористов, возникло из словосочетания «ерогодэхэ» (двигаться вприпрыжку) и «ерд-хорд гэлдэхэ» (говорить отрывисто, резко), либо из более древнего тюрко-монгольского корня «ягаруухаянаадан» (водить хоровод).

Ёхор состоит из трех частей: медленное кружение, быстрое кружение с эффектом пульсации круга и кружение с подскоками и прыжками вверх. Движение танца происходит по ходу Солнца и начинается с правой ноги.

Переходим к первой части ёхора - медленное кружение. Переступите правой ногой влево к левой ноге и сделайте левой ногой шаг влево, после чего повторите сначала. Это основное движение первой части ёхора, которое выполняется с легким покачиванием из стороны в сторону.

Переходим ко второй части ёхора – быстрое кружение. При переходе от медленного кружения к убыстренному, усложняем перемещение движением рук влево и вправо. Согните руки под углом 90 - 100° так, чтобы при опущенных локтях кисти находились примерно на уровне пояса. При шаге левой ногой, разведите руки в стороны, а при шаге правой - притяните к груди. Для соседей справа и слева движения рук будут происходить в обратную сторону по отношению к шагу той или иной ногой. Сделайте шаг правой ногой вперед в левую сторону. Поднимите кисти к плечам через сгибание рук в локтях и чуть наклонитесь назад. Приставьте к правой ноге левую ногу, сохраняя при этом положение рук и туловища. Отставьте левую ногу назад влево и приставьте к ней правую ногу. При этом можно сделать скользящий удар по земле подушечкой ступни правой ноги. Руки свободно опустите по сторонам и слегка наклоните корпус вперед. Участники, двигаясь по кругу, то сходятся, то расходятся.

Переходим к третьей части ёхора. Кружение перескоками и прыжки. Когда звездообразное движение ног второй части Ёхора становится помехой для еще большего убыстрения темпа, его изменяют на скачки влево-вверх. При совершении скачков исполнители помогают себе руками, то отводя их за спину, то поднимая. Поставьте правую ногу влево накрест перед левой ногой. Поднимитесь на носок на левой ноге и, оттолкнувшись, совершите прыжок в бок по ходу танца. При приземлении изначальная позиция ног сохраняется.

РЕПЕРТУАР

Ёхор

Этнический танец «Эхо»

Современный танец «Mend amar»

Танец «Красотки».

III. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ И ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

3.1. Методическое обеспечение программы:

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 – это определённая система тренировочных упражнений, которые помогают обучающимся 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, постепенно доводящие данный элемент до его законченной формы.

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

На последнем занятии повторяются и закрепляются эти движения, постепенно совершенствуя их и сочетая с элементами танца.

Параллельно с отработыванием движений ног, рук и корпуса, идет работа над выразительностью мимики лица, выражением глаз. Чувствуя и пропуская через себя образ, который дети воплощают в танце, они с большим удовольствием работают над артистичностью исполнения танца.

Теоретическая часть даётся по ходу занятий в соответствии с содержанием нового материала (историческая справка, сведения о жизни и творчестве выдающихся танцоров, характере музыкальных произведений в сочетании с танцевальными движениями, этике поведения и сценической культуре).

Практическая часть зависит от уровня навыков, желания ребёнка (особенно на начальном этапе), сложности отдельных элементов танца.

Основная часть занятия – разучивание танца. Сначала даётся общее представление о цели – показ танца в законченной форме. Приступая к разбору и разучиванию танца, сначала прослушивается музыка к нему, определяется характер, стиль, разучиваются отдельные движения танца и

лишь затем вся композиция. Главным приёмом в работе над танцем является развитие самостоятельности и инициативы у ребят, подчёркивание их индивидуальности.

Основные методы работы с обучающимися:

- словесный (устное изложение материала)
- иллюстрированный (просмотр видео и наглядных материалов)
- репродуктивный (практическое изучение материала по образцу педагога)

Методы обучения по источнику знаний:

- объяснительно-наглядный (репродуктивный) - (подробно объясняю правила выполнения тех или иных упражнений, элементов танца с одновременной демонстрацией, задача детей – понять и воспроизвести)

- словесный метод - донести до обучающихся эмоциональный характер танца задача непростая, поэтому через объяснения, беседы имеется возможность сообщить большое количество материала.

- практический метод - источником знания является практическая деятельность обучающихся в активной работе над исполнительской техникой, которая позволяет развивать профессиональные навыки, в проученных движениях, а в дальнейшем и в танце.

Большое место в осуществлении данной программы принадлежит наглядным и словесным методам, так как увлечение детей творческим процессом возможно в том случае, если во время демонстрации приемов работы действия будут комментироваться доступным для восприятия детьми языком.

Основные формы работы с обучающимися по количественному составу:

- индивидуальная;
- по подгруппам;
- групповая;

- фронтальная.

3.2. Условия реализации программы

Для успешной реализации программы Центром обеспечены условия необходимые для реализации программы в течение всего периода:

- помещение в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН;

- танцевальный станок;

- зеркальная стена;

- репетиционная форма;

- танцевальная обувь;

- музыкальный центр;

- коврики;

По мере необходимости планируется усовершенствование материально-технического оснащения:

- пошив новых комплектов костюмов (в соответствии с тематикой постановки);

Методическое обеспечение программы содержит необходимые информационные ресурсы для ведения качественного образовательного процесса и представлено в виде фоно- и видео - медиатеки, тематической литературы, методических разработок занятий, фотоальбомов. Методическое обеспечение программы регулярно пополняется.

Финансовое обеспечение программы

Финансирование программы дополнительного образования осуществляется за счет средств заложенных в смете учреждения.

Обеспечение безопасности жизни и здоровья обучающихся

Общие правила техники безопасности:

В творческое объединение (ТО) допускаются обучающиеся ознакомившиеся и выполняющие требования техники безопасности;

Обо всех неисправностях, поломках, утечках необходимо сообщать

руководителю ТО и не приступать к занятиям до устранения их нарушений.

До и после занятий необходимо проветривать помещение.

Бережно относиться к имуществу Центра.

В Центре находиться в сменной обуви, без головного убора.

3.3. Список литературы

1. ФЗ от 29.2012г. № 273 – РФ « Об образовании в Российской Федерации»
2. Приказа Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013г № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам.
3. Базарова Н.П., Мей В.П. Азбука классического танца. – М., 2006
4. Барышкинова Т. Азбука хореографии. – М., 1999
5. Бочаров А.И., Лопухов А.В., Ширлев А.В. Основы характерного танца. – М., 2006
6. Гергесова, Т. Е. Бурятские народные танцы / Т. Е. Гергесова. - Улан-Удэ, 2002
7. Звездочкин В.А. Классический танец. – Ростов-на-Дону 2005
8. Золотарева А.В. Дополнительное образование детей.
9. Интегрированные занятия с детьми 6-8 лет: Книга для педагогов дополнительного образования и учителей начальных классов/Под ред. Т.С.Комаровой. – 2-е изд. – М.: АРКТИ, 2003. – 96 с. (Развитие и воспитание дошкольника).
10. Иванов, Ф. С. Бурятские танцы / Ф.С.Иванов. - Улан-удэ, 1984
11. Тарасов Н. Классический танец. – СПб., 2005
12. Шипилова С.Г. Танцевальные упражнения. – М., 2004
13. https://docviewer.yandex.ru/view/0/?*=
14. <https://infourok.ru/programma-dopolnitelnogo-obrazovaniya-sovremennaya-horeografiya-1539572.html>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575820

Владелец Бадмацыренова Вероника Бимбаевна

Действителен с 09.04.2021 по 09.04.2022