

Муниципальное автономное образовательное учреждение
дополнительного образования центр детского творчества Найхинского сельского
поселения Нанайского муниципального района Хабаровского края

Утверждена на
Педагогическом совете

Протокол № 1 от 7 сентября 2005 г

Программа
«Хореография»
(для детей 6-17 лет)

Срок реализации – 5 лет обучения

Составила: Бельды Любовь Петровна
педагог дополнительного образования

Найхин.
2005 год.

Пояснительная записка

Подлинная демократизация жизни, подъём материальной и духовной культуры, нравственности, развития личности, реализация творческого потенциала людей, воспитание ответственного отношения к труду, зрелого экологического сознания - всё это невозможно вне русла общечеловеческой культуры.

Социальный заказ в области обучения хореографии выдвигает задачу развития духовной сферы детей, повышения всестороннего развития детей, более полную реализацию воспитательно-образовательно-развивающего потенциала предмета применительно к индивидуальности каждого ребёнка.

Программа предусматривает необходимый объем знаний по хореографии. Программа хореографии составляется на богатой музыкальной основе: на классической, фольклорной и современной мировой музыке – блюзе, кантри, рок-н-ролле, роке, диско, новой волне и других стилях.

Целью обучения хореографии является развитие личности ребёнка, способной и желающей участвовать в изучении богатства мировой культуры, приобретение знаний, умений, навыков для реализации хореографической деятельности.

Указанная цель раскрывается в единстве четырёх взаимосвязанных компонентов; воспитательного, развивающего, образовательного и практического.

- *Воспитательный* компонент цели включает в себя:
 - формирование у детей интереса и уважения к мировой культуре, приобщение к миру танца;
 - реализацию духовных, эстетических и творческих способностей у детей,
 - поддержание интереса и формирование познавательной активности, знакомство с различными направлениями хореографии, историей, географией танца
 - развитие социальной активности
- *Развивающий* компонент цели предусматривает развитие фантазии, воображения, изобретательности, образной памяти, самостоятельного мышления, эмоциональной отзывчивости, сценического обаяния.
 - Снятие закомплексованности, неуверенности в собственных силах
 - Укрепление здоровья, воспитание физической культуры в единстве с интеллектуальным и духовным развитием.
- *Образовательный* компонент цели выражается в расширении эрудиции детей, расширении знаний по истории и географии танца.
 - Повысить знания в области музыкальной культуры.
- *Практический* компонент цели заключается в формировании умений самостоятельно двигаться под музыку и составлять свои композиции по заданной теме.
 - Развитие необходимых двигательных навыков и умений чувствовать и ощущать музыкальный ритм.
 - Совершенствование гибкости тела, пластики движений

Занятия должны воспитывать у детей коллективизм, развивать чувство «товарищеского локтя», уважение к партнёру, к зрителю, ценить красоту дружбы, требовательность к себе и другим.

Программа «Хореография» рассчитана на детей в возрасте от 6 до 16 лет на пять лет обучения. Занятия проводятся в форме упражнений, репетиций к танцам, подвижных игр, бесед. Занятия проводятся 2 раза в неделю. Занятия проводятся группами и индивидуально.

Важной задачей педагога является дальнейшее раскрытие дарования и таланта у детей. Вселить уверенность в своих силах.

Принципиально новым для программы является комплексный подход к развитию различных способностей детей посредством дифференцированного обучения.

Для занятия хореографией имеется помещение с деревянным некрашеным полом, оборудованное специальным станком и зеркалами.

Программой обозначен общий объем знаний, умений, навыков для каждого года обучения.

Итогом обучения является участие в концертах и фестивалях.

Информационная справка

1. Обучающимися в объединении могут стать дети в возрасте от 6 до 16 лет.
2. Работа в объединении организуется следующим образом:
При количестве 36 недель в году:
 - первый год обучения – 36 часов, занятия 1 раз в неделю по 1 часу
 - второй год обучения – 36 часов, занятия 1 раз в неделю по 1 часу
 - третий год обучения - 216 часов, занятия 2 раза в неделю по 3 часа
 - четвертый год обучения – 144 часа, занятия 2 раза в неделю по 2 часа
 - пятый год обучения - 216 часов, занятия 2 раза в неделю по 3 часа
3. Количественный состав в группах:
 - первый год обучения – 12 человек
 - второй год обучения – 10 человек
 - третий год обучения – 8 – 10 человек
 - четвертый год обучения – 8 - 10 человек
 - пятый год обучения – 8 - 10 человек
4. Занятия проводятся на базе Центра детского творчества с использованием материально-технической базы Центра.

Особенности методики обучения

Методы обучения – это способы совместной работы обучающего и обучаемого, организации познавательной деятельности ребёнка, ведущего последнего от незнания к знанию, от неумения к умению и позволяющие ему усвоить конкретное содержание образования.

В процессе обучения используются:

1. Методы организации учебно-познавательной деятельности:

словесно-наглядные и практические, репродуктивные и проблемно-поисковые, индуктивные и дедуктивные, самостоятельная работа учащихся.

2. Методы стимулирования и мотивации учебно-познавательной деятельности: познавательные игры, концерты, фестивали

Словесные – объяснение, беседа.

Наглядные – объяснительно иллюстративные, просмотр видео выступлений других коллективов

Практические – составление танцев, различных упражнений.

Репродуктивные – словесное и деятельное повторение упражнений и танцев

Индуктивный (от частного к общему), дедуктивный (от общего к частному)

Самостоятельная работа – наблюдение, групповая, индивидуальная, самостоятельная выработка новых упражнений, совершенствование навыков, самостоятельное закрепление и совершенствование усвоенных умений и навыков, самостоятельная подготовка к восприятию нового танца самостоятельное усвоение нового материала.

Межпредметные связи.

Предмет «Хореография» содержит богатые возможности для формирования общеучебных навыков обучающихся, что создаёт основу для целостного развития личности. Показателем этого являются раскрытые ниже межпредметные связи, которые влияют на успешное прохождение этого курса и усвоение других учебных дисциплин.

Настоящий курс опирается на некоторые понятия и навыки, которые обучающиеся получают на других занятиях в общеобразовательной школе. Он является яркой иллюстрацией применения тех или иных знаний на практике.

Непосредственная связь ритмики с музыкой прослеживается на всём этапе, так как мы танцуем под музыку и выражаем характер музыки танцем. Обучающиеся должны усвоить понятия «ритм», «счёт», «размер» и узнать, что музыка состоит из тактов и музыкальных фраз, при этом дети должны уметь различать вступление и основную часть мелодии, вступать в танец с начала музыкальной фразы.

Каждый танец, который включён в программу, имеет определённые исторические корни и географическое происхождение. Приступая к изучению того или иного танца, обучающиеся знакомятся с историей его создания, узнают в какой стране, у какого народа он произошёл, в какую страну он переместился. Уклад и обычаи, характер и темперамент народа отражаются в танце, и наоборот, изучая танец, обучающиеся узнают о тех или иных народах, странах.

Начиная с разминки, имея кульминацию в середине и спад физической и эмоциональной нагрузки к концу, каждое занятие имеет конкретную цель – натренировать те или иные группы мышц для выполнения различных движений. Регулярные занятия танцами создают и укрепляют мышечный корсет, улучшают работу сердца, нервной системы, укрепляют психику.

Программа «Хореография» 1 год обучения

Цели:

Цель начального этапа обучения состоит в формировании у обучающихся интереса к культуре танца. Знакомить детей с элементами сценической грамоты.

Задачи:

- В процессе занятий воспитывать волю, выдержку, выносливость, ловкость, решительность, смелость, взаимовыручку.
- С помощью упражнений закалять и укреплять здоровье.
- Развитие необходимых двигательных навыков и умений чувствовать и ощущать музыкальный ритм
- Снять у детей неуверенность в собственных силах

Тематический план первого года обучения

| № | Наименование темы | Количество часов | | |
|----|------------------------------|------------------|--------|----------|
| | | Всего | Теория | Практика |
| 1. | Вводное занятие | 1 | 1 | - |
| 2. | Общеразвивающие упражнения | 10 | - | 10 |
| 3. | Азбука музыкального движения | 7 | - | 7 |
| 4. | Партер | 7 | - | 7 |
| 5. | Репертуар | 7 | - | 7 |
| 6. | Показательные занятия | 1 | - | 1 |
| 7. | Концертные выступления | 2 | - | 2 |
| 8. | Итоговое занятие | 1 | - | 1 |
| | Итого: | 36 | 1 | 35 |

Основное содержание программы «Хореография» 1-ый год обучения

1. Вводное занятие

Знакомство. Форма. Расписание занятий. Техника безопасности в ЦДТ

Тема 1. Общеразвивающие упражнения

Упражнения для головы

Упражнения для плечевого сустава

Упражнения для локтевого сустава и кистей

Упражнения для торса

Упражнения для тазобедренных суставов

Упражнения для ног

Дополнительные упражнения

Тема 2. Азбука музыкального движения

Перестроение фигур в зале. Музыкально-пространственные перестроения. Марш. Повороты вправо, влево. Перевоплощение в героев сказок.

Тема 3. Партер

Постановка корпуса. Развитие выворотности бедра. Эластичность и сила ног. Выработка натянутости всей ноги в колене, подъёме, пальцах.

Тема 4. Репертуар

Разучивание танцев.

Тема 5. Показательные занятия

Открытый урок

Концертные выступления

Итоговые занятия

Ожидаемые результаты

К концу учебного года обучающие должны уметь:

- Правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку.
- Иметь навык лёгкого шага с носка на пятку
- Уметь вовремя начать движение и закончить его с концом музыкального сопровождения
- Иметь навыки актёрской выразительности

Программа «Хореография» 2-й год обучения

Цели:

Формирование интереса к культуре танца, создания творческого коллектива, знакомство с элементами сценической грамоты. Приобретение знаний, умений, навыков для реализации хореографической деятельности.

Задачи:

- Развитие необходимых двигательных навыков и умений чувствовать и ощущать музыкальный ритм
- Углубление знаний детей по истории и географии танца, быту, обычаям, традициям того народа, танцы которого танцуют.
- Развитие учебных и практических навыков и умений (создание репертуара, построенных на характерных шагах).
- Развивать творческие способности у детей.

Тематический план второго года обучения

| № | Наименование темы | Количество часов | | |
|----|------------------------------|------------------|--------|----------|
| | | Всего | Теория | Практика |
| 1. | Вводное занятие | 1 | 1 | - |
| 2. | Общеразвивающие упражнения | 10 | - | 10 |
| 3. | Азбука музыкального движения | 7 | - | 7 |
| 4. | Партер | 7 | | 7 |
| 5. | Репертуар | 7 | - | 7 |
| 6. | Показательные занятия | 1 | - | 1 |
| 7. | Концертные выступления | 2 | - | 2 |
| 8. | Итоговое занятие | 1 | - | 1 |
| | Итого: | 36 | 1 | 35 |

Основное содержание программы «Хореография» 2-ой год обучения

Вводное занятие

Знакомство. Форма. Расписание занятий. Техника безопасности в ЦДТ

Тема 1. Партер

Постановка корпуса. Развитие выворотности бедра. Эластичность и сила ног. Выработка натянутости всей ноги в колене, подъеме, пальцах. Развивается упругость ног, легкость и подвижность тазобедренного сустава, ловкость, быстрота и подвижность колена. Растяжки.

Тема 2. Станок

Позиции ног - 1, 2, 3, 4, 5, 6.

Деми плие по 1, 2 позициям.

Батман тандю по 1, 2 позициям.

Деми рон де жамб пар тэр с 1-й позиции по точкам

Тема 3. Экзерсис на середине зала.

Позиции рук – подготовительная, 1, 2, 3.

Деми плие по 1, 2 позициям ан фас, в сторону, вперёд (руки в подготовительном положении)

Релеве на полупальцах по 1 позиции ан фас.

Деми рон де жамб пар тэр, ан деор и ан дедан.

Тема 4. Репертуар

Повторение танцев: Бабки-Ёжки, Лягушачья ламбада, Восточный.

Разучивание и исполнение танцев:

- Задоринка;
- Танец птичек;
- Сюрприз;
- Современный (Румас, Биг-бит).

5. Концертные выступления

6. Итоговые занятия

Ожидаемые результаты

По окончании второго года обучения дети должны уметь:

- Правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку.
- Иметь навык лёгкого шага с носка на пятку
- Уметь вовремя начать движение и закончить его с концом музыкального сопровождения
- Иметь навыки актёрской выразительности
- В конце второго года обучения дети должны овладеть рядом знаний и навыков, дающих возможность создания репертуара, построенных на характерных шагах.

Программа «Хореография» 3-ий год обучения

Цели:

Развитие личности ребёнка, способной и желающей участвовать в изучении богатства мировой культуры, приобретение знаний, умений, навыков для реализации хореографической деятельности.

Задачи:

- Расширение эрудиции детей, углубление знаний по истории и географии танца.
- дальнейшее раскрытие дарования и таланта у детей. Вселить уверенность в своих силах.
- Повысить знания в области музыкальной культуры.
- Развитие учебных и практических навыков и умений (Составление танцев, различных упражнений. Деятельное повторение упражнений и танцев).

Тематический план третьего года обучения

| № | Наименование темы | Количество часов | | |
|----|--|------------------|--------|----------|
| | | Всего | Теория | Практика |
| 1. | Вводное занятие | 2 | 1 | 1 |
| 2 | Тема 1. Станок | 48 | - | 48 |
| 3. | Тема 2. Экзерсис на середине зала | 20 | - | 20 |
| 4. | Тема 3. Движения народно-сценического танца (основные элементы русского национального танца, нанайского национального танца) | 48 | 3 | 45 |
| 5. | Тема 4. Прослушивание аудио и просмотр видеофильмов | 2 | - | 2 |
| 6. | Тема 5. Репертуар | 90 | 5 | 85 |
| 7. | Тема 6. Концертные выступления | 4 | - | 4 |
| 8. | Итоговые занятия | 2 | - | 2 |
| | Итого | 216 | 9 | 197 |

Основное содержание программы «Хореография» 3-ий год обучения

Вводное занятие.

Форма. Расписание занятий. Техника безопасности в ЦДТ

Тема 1. Станок

Деми плие по 1, 2, 5-й позициях (держась одной рукой)
Батман тандю с 1-й позиции, в сторону, вперёд, назад.
Батман тандю жете - натянутые движения с броском.

Деми рон де жамб пар тэр - держась одной рукой.
Подготовительные пор де бра.
Батман фраппэ

Тема 2. Экзерсис на середине зала

Позиции рук – подготовительная, 1, 2, 3.
Деми плие по 1, 2 позицияман фас, в сторону, вперёд (руки в подготовительном положении)
Релеве на полупальцах по 1 позиции ан фас.
Деми рон де жамб пар тэр, ан деор и ан дедан.
Прыжок: шажман де пье

Тема 3. Движения народно-сценического танца

Припадание
Ковырялочка
Позиции рук – 1, 2, 3 – на талии
Выведение ноги на каблук из свободной 1-й позиции.
Вращение.
Присядки – комбинации из полуприсядок и полных присядок.

Тема 4. Прослушивание аудио и просмотр видео

Тема 5. Репертуар.

Повторение танцев: Задоринка, Танец птичек, Сюрприз, Современный (Румас, Биг-бит).

Разучивание танцев:

- Валенки;
- Китайский с лентами;
- Большой хоровод;
- Нанайский танец со стружками.

Концертные выступления

Итоговые занятия

Ожидаемые результаты

По окончании третьего года обучения дети должны уметь:

- Иметь навыки актёрской выразительности
- Уметь исполнять простейшие дроби русского танца
- Знать правила исполнения движений народно-сценического танца
- Научиться работать в паре
- Знать положение стопы, колена, бедра – открытое, закрытое

- В конце третьего года обучения дети должны овладеть рядом знаний и навыков, дающих возможность создания репертуара, построенных на характерных шагах.

Программа «Хореография» 4 год обучения

Цели:

Развитие личности ребёнка, способной и желающей участвовать в изучении богатства мировой культуры, приобретение знаний, умений, навыков для реализации хореографической деятельности.

Воспитывать у детей коллективизм, развивать чувство «товарищеского локтя», уважение к партнёру, к зрителю, ценить красоту дружбы, требовательность к себе и другим.

Задачи:

- Повысить знания в области музыкальной культуры..
- Совершенствование гибкости тела, пластики движений
- Углубление знаний детей по истории и географии танца, быту, обычаям, традициям того народа, танцы которого танцуют.
- Развитие учебных и практических навыков и умений (создание репертуара, построенных на характерных шагах).
- Развивать творческие способности у детей.
- Воспитывать активную жизненную позицию.

Тематический план четвёртого года обучения

| № | Наименование темы | Количество часов | | |
|----|---|------------------|--------|----------|
| | | Всего | Теория | Практика |
| 1. | Вводное занятие | 2 | 1 | 1 |
| 2. | Тема 1. Станок | 34 | - | 34 |
| 3. | Тема 2. Экзерсис на середине зала | 20 | - | 20 |
| 4. | Тема 3. Движение народно-сценического танца (основные элементы народного танца, нанайского национального танца) | 36 | - | 36 |
| 5. | Тема 4. Джаз-модерн-танец | 12 | 1 | 11 |
| 6. | Тема 5. Просмотр видеофильмов | 2 | 2 | - |
| 7. | Тема 6. Репертуар | 30 | 1 | 29 |
| 8. | Концертные выступления | 6 | - | 6 |
| 9. | Итоговые занятия | 2 | - | 2 |
| | Итого | 144 | 5 | 139 |

Основное содержание программы «Хореография» 4-ый год обучения

Вводное занятие.

Форма. Расписание занятий. Техника безопасности в ЦДТ

Тема 1. Станок

Рон де жамб пар тэр исполняется с остановками на 4-й позиции впереди и сзади

Батман фраппэ исполняется по трём направлениям (крестом)

Релеве лян на 90.

Гран батман крестом.

Перегибание (боком к станку) вперёд и назад.

Подъём на полупальцы по 5-й позиции (лицом к станку).

Батман тандю в положении круазе вперёд.

Поза 1-й и 3-й арабесков без отделения от пола.

Тан лие вперёд.

Прыжки: сиссон простое (семпль), шанжман-де-пье, ассамблее в сторону.

Тема 2. Движения народно-сценического танца.

Танцевальные ходы.

Верёвочки.

Ковырялочка.

Голубец.

Дробные движения.

Моталочки.

Присядочные движения.

Хлопушки.

Вращения и повороты.

Комбинации со стружками.

Тема 3. Джаз-модерн-танец.

Танцевальные ходы, прыжки, комбинации.

Тема 4. Просмотр видеофильмов

Тема 5. Репертуар.

Повторение танцев прошлого года обучения

Разучивание танцев.

Концертные выступления

Итоговые занятия

Ожидаемые результаты

По окончании четвёртого года обучения дети должны уметь:

- Уметь трудиться в художественном коллективе, подчинять свои личные интересы деятельности коллектива, иметь чувство «товарищеского локтя», уважение к партнёру, к зрителю, ценить красоту дружбы, быть требовательным к себе и к другим.
- Уметь самостоятельно выработать новые упражнения, самостоятельно закреплять и совершенствовать усвоенные умения и навыки.
- Овладеть основными навыками азбуки классического танца.
- Исполнять движения, сохраняя танцевальную осанку, выворотность, владеть движениями стопы.

Программа «Хореография» 5-ый год обучения

Цели:

Развитие способностей детей путём освоения богатства мировой культуры. Приобретение знаний, умений, навыков необходимых для реализации хореографической деятельности.

Реализация духовных, эстетических и творческих способностей у детей. Развитие личности ребёнка, способной и желающей участвовать в изучении богатства мировой культуры, приобретение знаний, умений, навыков для реализации хореографической деятельности.

Задачи:

- Развивать умственные, художественные и творческие способности детей
- Совершенствование гибкости тела, пластики движений
- Углубление знаний детей по истории и географии танца, быту, обычаям, традициям того народа, танцы которого танцуют.
- Воспитывать активную жизненную позицию.
- Изучение нанайских танцев со старшими детьми помогает решать задачи возрождения национальной культуры, чтобы не потерять вековое наследие народа, сохранить для будущих поколений национальные танцы и ее своеобразие.

Тематический план пятого года обучения

| № | Наименование темы | Количество часов | | |
|----|--|------------------|--------|----------|
| | | Всего | Теория | Практика |
| 1. | Вводное занятие | 2 | 1 | 1 |
| 2 | Тема 1. Станок | 48 | - | 48 |
| 3. | Тема 2. Экзерсис на середине зала | 20 | - | 20 |
| 4. | Тема 3. Движения народно-сценического танца (основные элементы русского национального танца, нанайского национального танца) | 48 | 3 | 45 |
| 5. | Тема 4. Прослушивание аудио и просмотр видеофильмов | 2 | - | 2 |
| 6. | Тема 5. Репертуар | 90 | 5 | 85 |
| 7. | Тема 6. Концертные выступления | 4 | - | 4 |
| 8. | Итоговые занятия | 2 | - | 2 |
| | Итого | 216 | 9 | 197 |

Основное содержание программы «Хореография» 5-ый год обучения

Вводное занятие.

Форма. Расписание занятий. Техника безопасности в ЦДТ

Тема 1. Станок

Повторение пройденного в более быстром темпе:

Рон де жамб пар тэр исполняется с остановками на 4-й позиции впереди и сзади

Батман фраппэ исполняется по трём направлениям (крестом)

Релеве лян на 90.

Гран батман крестом.

Перегибание (боком к станку) вперёд и назад.

Подъём на полупальцы по 5-й позиции (лицом к станку).

Батман тандю в положении круазе вперёд.

Поза 1-й и 3-й арабесков без отделения от пола.

Тан лие вперёд.

Прыжки: сиссон простое (семплы), шанжман-де-пье, ассамблее в сторону.

Релеве лян с 5-й позиции – во всех направлениях

Релеве по 1, 2-й позициям, на полупальцах

Деми рон де жамб ан деор и ан дедан на 45.

Гран батман жете вперёд, в сторону, назад.

Тема 2. Экзерсис на середине зала

Проходится поза эфасе и поза 4 арабеска без отделения ноги от пола.

Упражнения, разученные у станка. Исполняются в положении круазэ и эфасэ.

Адажио.

Прыжки: ассамбле большое (с глиссад и падебурре).

Тема 3. Движение народно-сценического танца.

Вращения по диагонали.

Разножка.

Подбивки.

Дробь с подскоками.

Верёвочка двойная.

Работа с бубнами.

Тема 4 Джаз-модерн-танец

Танцевальные ходы, прыжки, комбинации

Тема 5. Репертуар.

Повторение танцев прошлого года обучения

Разучивание танцев.

**Концертные выступления.
Итоговые занятия**

Ожидаемые результаты

По окончании пятого года обучения дети должны уметь и знать:

- Уметь свободно чувствовать себя на сцене.
- Никогда не подводить друзей, заменять заболевших на выступлениях и на репетициях.
- Исполнять движения в характере музыки – чётко, сильно, медленно, плавно.
- Полюбить музыкально-хореографическое профессиональное искусство, уметь разбираться в его специфике, уметь оценить хореографические произведения с позиции содержательности и художественности.
- Понимать и интересоваться фольклором, народными танцами и костюмами, связывать характер танца с образом жизни народа и окружающей природой.

Список рекомендуемой литературы.

1. Программа для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. М. «Просвещение» 1997 г.
2. Программы для общеобразовательных учреждений. «Ритмика и бальные танцы». М. «Просвещение». 1997 г.
3. Сборник образовательных программ для учреждений дополнительного образования. 1 часть. Хабаровск. 2000 г.
4. Журналы: «Молодёжная экстрада», «Внешкольник», «Дополнительное образование».
5. История и культура нанайцев. Историко-этнографические очерки. Санкт-Петербург. «Наука».2003 г.
6. Сборник образовательных программ 6 краевого конкурса образовательных программ дополнительного образования детей. Часть 2 Хабаровск. 2004 г.
7. Т.М. Фисанович. «Танцы для девочек». Москва. Астрель. АСТ 2000 г.