

**Дополнительная общеразвивающая программа «Хореография» утверждена
приказом директора МБОУ «СОШ № 8 имени Бусыгина М. И.»
от «28» августа 2023 г. № 253-О.**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Танец – вид искусства, где художественный образ воплощается через музыкально - организованное движение. Дети усваивают хореографические знания и умения общечеловеческих ценностей. Это сложный процесс, в ходе которого осуществляется развитие личности. Знакомство с основными элементами танца, приобретение в процессе занятий специальных навыков развивает у детей художественный вкус, воспитывает у них благородство и изящество исполнения, формирует общую культуру. Занятия танцами учат детей красоте и выразительности движений, силе и ловкости, развивают и совершенствуют их мышечно-двигательный аппарат, дыхательную и сердечнососудистую системы. Кроме того, занятия танцами требуют от учащихся напряженных усилий и собранности, повышает их трудолюбие, закаляет волю, характер, способствует всестороннему развитию личности. Танцы - один из любимых и популярных видов искусства - дают широкие возможности в деле физического, эстетического и этического воспитания детей. Плановые систематические тренировки с постепенно возрастающей нагрузкой развивают мышцы, укрепляют связки, придают гибкость, подвижность суставов, помогают гармоничному росту. У них вырабатывается правильная осанка, походка, исправляются физические недостатки. Танцы развивают естественную грацию, музыкальную ритмичность. Занятия в танцевальном коллективе приучают детей к самодисциплине, ответственности, культуре внешнего вида. Занятия в кружке раскрывают индивидуальные возможности детей, их творческие способности.

Обучение танцевальному искусству осуществляется с помощью различных видов деятельности:

- Художественная деятельность развивает эстетическое мироощущение, потребность в прекрасном, способность к художественному мышлению и

тонким эмоциональным отношениям, стимулирующим художественную самостоятельность школьника.

- Познавательная деятельность, которая расширяет кругозор школьника.
- Трудовая деятельность, направленная на создание, сохранение, приумножение материальных ценностей в виде самообслуживающего общественно-полезного труда.
- Общественная деятельность, которая содействует социализации школьника, формирует его гражданскую позицию.
- Коммуникативная деятельность, осуществляемая как досуг школьника, когда содержанием целью его деятельности является общение с другим человеком как ценностью.

Цель программы: воспитание нравственно – эстетических чувств, формирование познавательного интереса и любви к прекрасному, раскрытие художественно – творческих, музыкально – двигательных способностей, творческой активности, самостоятельности, выносливости, упорства и трудолюбия, способствовать физическому развитию воспитанников.

Задачи программы:

1. Создать условия для развития творческой активности детей;
2. Совершенствовать артистические навыки в плане переживания и воплощения образа, а также их исполнительские умения;
3. Приобщить детей к танцевальной культуре, обогатить их танцевальный опыт: знания детей о танце, его истории, устрой танцевальных профессиях, костюмах, атрибутах, танцевальной технологии;
4. Развить у детей музыкальный слух, память, ритм;
5. Сохранить и укрепить здоровье у учащихся;
6. Формировать красоту и пластичность движений.

Программа рассчитана на учащихся 8-15 лет на 5 лет обучения. На реализацию программы отводится 136 часов в год (4 часа в неделю). Занятия проводятся по 40 минут в соответствии с нормами СанПин.

90% содержания планирования направлено на активную двигательную деятельность учащихся. Это упражнения и движения классического, народного и современного танцев, обеспечивающие формирование осанки воспитанников, правильную постановку корпуса, ног, рук, головы, развивающие физические данные, координацию движений, тренирующие дыхание, воспитывающие эмоции, вырабатывающие навык ориентации в пространстве.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ:

Личностные результаты.

У учеников будут сформированы:

- потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению членов коллектива;
- этические чувства, эстетические потребности, ценности и чувства на основе опыта исполнения танцевальных движений;
- осознание значимости занятий танцами для личного развития.

Метапредметными результатами изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

Обучающийся научится:

- понимать и принимать учебную задачу, сформулированную педагогом;
- планировать свои действия на отдельных этапах работы над танцем;
- осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности;
- анализировать причины успеха/неуспеха, осваивать с помощью учителя позитивные установки типа: «У меня всё получится», «Я ещё многое смогу».

Познавательные УУД:

Обучающийся научится:

- понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
- проявлять индивидуальные творческие способности подборе движений.

Коммуникативные УУД:

Обучающийся научится:

- включаться в диалог, в коллективное обсуждение, проявлять инициативу и активность;
- работать в группе, учитывать мнения партнёров, отличные от собственных;
- обращаться за помощью;
- формулировать свои затруднения;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;
- договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности, приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Предметные результаты:

Учащиеся научатся:

- Выразительно и ритмично двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, музыкальными образами;
- Передавать несложный музыкальный ритмический рисунок;
- Самостоятельно начинать движения после музыкального вступления;
- Выполнять различные упражнения с зеркального показа;
- Синхронно выполнять движения в танце;
- Слышать и чувствовать музыку, оценить себя в танце и т.д.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1 год обучения

1. Теоретические сведения.

Введение в предмет. Задачи 1-го года обучения. Правила поведения в коллективе. Права и обязанности воспитанников. Техника безопасности.

2. Партерная гимнастика и ритмика

Знакомство с простейшими элементами музыкальной грамоты, исполнение различных ритмических рисунков. Базовые упражнения на полу, готовящие детей к более сложным упражнениям у станка.

Разучивание разминки – разогрева. Упражнения развивающие силу ног, выворотность; правильную осанку; гибкость; подвижность суставов.

Разучивание батман тандю, плие, ронд, анлер и упражнений № 1-15.

Упражнения на развитие ориентации в пространстве: построение в колонну по одному, по два, расход парами, четвёрками, построение в круг, движение по кругу.

3. Классический танец.

Основа тренажа, постановка рук корпуса и головы. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата. Выработка выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов.

3.1. Упражнения у станка::

Позиции рук, ног; постановка корпуса по 1,2,5 позициям; батман тандю в сторону, вперёд и назад из 1-й позиции, лицом к станку, затем держась одной рукой за палку; деми и гранд плие по 1,2,5-й позициям; пассе партер; деми ронд де жамб партер, положение ноги на кудепье, батман тандю пурлепье, батман тандю сутеню, батман тандю жете.

3.2. Упражнения на середине зала:

Разминка: шаг с носка, шаг на полупальцах, бег выбрасывая прямые ноги вперёд и назад, бег сгибая ноги, наклоны корпуса в стороны, вперёд и назад, низкие выпады вперёд и в стороны.

Точки плана класса, эпальман; 1-е пор де бра; постановка корпуса по 1-й позиции; танцевальные движения.

4. Народно-сценический танец.

4.1. Русский народный танец.

Русский народный танец – часть национальной культуры русского народа.

В этот раздел входит знакомство с основными позициями и положениями рук и ног в русском танце, развитие координации движений, во время исполнения простейших элементов и движений на середине зала.

Лекция связи русского народного танца с песней, обычаями, обрядами, бытом, разнообразии народных игр, хороводов, плясок. Русские праздничные костюмы, их связь с бытом, танцами и природой. Традиции сложившиеся в исполнении русского народного танца.

Изучение разминки в характере русского танца;

Разучивание характерных движений: гармошка, бег молоточками, переменный ход, шаги с носка, с каблучка, моталочки, верёвочки, припадание. Поворот на месте «точка», бег в повороте, двигаясь по диагонали зала.

Сценические танцы: разучиваем на выбор педагога, в зависимости от возможностей обучающихся.

4.2. Белорусский танец.

Белорусский народный танец очень удобен для обучения детей по своему лексическому материалу.

Беседа «Характерные особенности белорусского танца».

Разучивание основных положений рук, элементов и движений белорусских танца «Лявониха»: притопы одинарные и тройные с наклоном, подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции, тройные подскоки, подскоки с продвижением вперёд и назад, выбрасывание ног на каблук, присядка на двух ногах по 1-й прямой позиции с продвижением в стороны и выносом ноги на каблук вперёд.

Разучивание танцевального этюда либо танца «Лявониха».

5. Импровизация и актёрское мастерство.

Раздел, помогающий развить в воспитанниках: внимание, воображение, ассоциативную память, чувство правды и навыки актёрского мастерства.

Игра развивающая артистичность «Крокодил», наблюдение за походками людей и копирование пластикой, пантомимические этюды на воображение «Во дворе», «Осень», «Домашние животные».

Этюды под музыку на заданную тему: «Новогодняя сказка» (используя выученные движения изобразить Снеговика, Снегурочку, снежинку и. т.д.)

6. История хореографического искусства. Происхождение танца и хореографии. Танец эпохи первобытно-общинного строя. Танец в культуре древних цивилизаций.

Танцевальный фольклор. Народный танец – исток хореографической культуры народов. Беседа на тему русские праздники.

Бытовые танцы, салонные танцы, современные бальные танцы.

7. Репетиции и постановка танцев.

7.1. Постановка танцев.

Разучивание движений к танцу, постановка танцевального номеров: «Русский озорной», «Рок-н-ролл», «Хоровод» или других в зависимости от фантазии педагога и возможностей ребят.

7.2. Репетиции.

Отработка готовых номеров в танцевальном зале, подготовка к концертным выступлениям.

8. Сценическая практика.

Неотъемлемая часть учебного процесса в подготовке юного артиста, развивающая его смелость, выразительность и артистичность.

Первые выступления для родителей.

По окончании 1-го года обучения воспитанники должны:

знать основы музыкальной грамоты; уметь ориентироваться в пространстве; знать основные движения русского и белорусского танцев; уметь держать правильную осанку; уметь работать в группе.

2 год обучения.

1. Теоретические сведения.

Задачи 2-го года обучения. Правила поведения в коллективе. Права и обязанности воспитанников. Техника безопасности.

2. Партерная гимнастика и ритмика.

2.1 Ритмика.

Определение и передача в движении: характера музыки, темпа, метроритма, размеров 2/4; 3/4.

Упражнения на развитие ориентации в пространстве: положения в парах, свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну, построение из круга в одну шеренгу, в две, три, четыре.

Упражнения на развитие мышечного чувства и отдельных групп мышц: разведение рук в стороны с напряжением; напряжение и расслабление мышц шеи; напряжение и расслабление мышц плечевого пояса, корпуса.

2.2 Партерная гимнастика.

Разминка, повторение и закрепление упражнений 1-го года обучения.

Усложнение выученного (ускорение темпа исполнения упражнений, добавление более сложных элементов.). Большое количество упражнений развивающих гибкость.

Разучивание новых развивающих упражнений № 16-30.

3. Классический танец.

3.1 Упражнения у станка:.

Повторение и закрепление упражнений 1-го года обучения.

Простейшие комбинации упражнений, ускоренный темп исполнения.

Изучение батман фраппе, батман фондю, релевелян на 45 , батман тандю жете пике, тан релеве партер, батман дубль фраппе, релеве на полупальцы, пти батман, перегибы корпуса, гранд батман жете.

3.2 Упражнения на середине зала.

3-е пордебра; позы круазе, эфассе, экарте; батман тандю, плие, батман тандю жете, ронд де жамб партер, батман фраппе, батман фондю, релевелян на 45;

Прыжки соте, шанжман де пье.

3.3 Закрепление упражнений.

Повторение и закрепление выученного, работа над техникой исполнения.

4. Народно-сценический танец.

4.1 Русский танец.

Продолжение разучивания элементов и движений русского танца. Особое внимание уделяется движениям рук. На основе изученных элементов вводятся небольшие танцевальные комбинации, что способствует развитию координации движений.

Основные движения русского танца: простой шаг назад, переменный тройной шаг, переменный шаг с каблука, медленный русский ход, шаркающий шаг, припадание по 3-й позиции, тройные переступания, мужской шаг с каблука, присядка вперёд по 6-й позиции с выносом ноги на каблук, «мячик» - с одинарным хлопком впереди, быстрый бег в ритмическом разнообразии.

Танцевальный этюд из выученных движений.

Разучивание танцев «Перепляс» или «Кадриль» на выбор педагога, в зависимости от возможностей обучающихся.

4.2 Украинский танец.

Много на Украине танцев и игр, связанных с различными временами года.

К их числу относятся весенние – «Веснянки», летние – «Зелёный шум», зимние – «Метелица» и. т.д., все эти танцы близки к хороводному типу, но по характеру исполнения они различны. Тема труда получила в украинском танце яркое и убедительное выражение. Исполнение женских и мужских танцев резко отличается друг от друга. Женские – лиричные, мужские – отличаются динамикой исполнения, широтой движений, большими прыжками и вращениями.

Элементы украинского танца: позиции и положения ног и рук, положения рук в парном массовом танце, подготовка к началу движения, простые поклоны на месте без рук и с руками, притоп, «верёвочка», «дорожка проста»

(припадания), «дорожка плетена» (припадание в перемещённом положении), «выхиласник» (ковырялочка), «бегунец», «голубец» на месте и с продвижением.

Разучив основные движения, комбинируем их и составляем танцевальный этюд, либо готовый сценический номер.

4.3 Итальянский танец.

Изучение итальянского сценического танца строится на движениях «Тарантеллы», которая обрела определённую форму, и в то же время довольно близка к народной. Исполнение этого танца требует высокой техники, яркой выразительности корпуса, чёткой координации движений.

Элементы и движения танца «Тарантелла»: положения рук и ног, движения с тамбурином; шаг с ударом носка по полу, с одновременным подскоком на опорной ноге на месте и с продвижением назад, бег на

месте с продвижением вперёд, перескоки с ноги на ногу, шаг с подскоком и одновременным броском и сгибанием ноги в колене, подскоки в полуприседании на полупальцах по 3-й позиции на месте и в повороте, соскок двумя ногами во вторую позицию с подниманием ноги перед собой накрест другой, маленькие броски с поочерёдными ударами носком и каблуком по полу. Разучив движения, комбинируем их и составляем этюд или танцевальный номер.

5. Импровизация и актёрское мастерство.

Разучивание игры «Угадай что?», развивающей умение импровизировать и работать в группе дружно и сплочённо.

Продолжаем играть в игру «Крокодил», развивающую воображение ребят. Пантомимические этюды на заданные темы, с использованием выученных движений под музыку: «Ну, погоди!», «Кошка и мышка», «Весенние цветы».

6. История хореографического искусства. Первые балеты и их назначение. Ведущие хореографы. Единство в балетном спектакле сценарной, музыкальной, сценографической и хореографической драматургии.

Термин – либретто.

Видеопросмотр известных балетов, сравнение лексики балета с либретто, дискуссия после просмотра.

7. Репетиции и постановка танцев.

Пополнение репертуара новыми постановками: «Эстрадный», «О войне», «Звездочки» - на выбор педагога, из перечисленных либо другими в зависимости от фантазии педагога и возможностей детей.

8. Сценическая практика.

Выступления на различных сценических площадках города, применение умений и навыков, полученных в коллективе, на практике.

По окончании 2-го года дети должны:

уметь передавать в движении характер и темп музыки; уметь перестраиваться в простые рисунки танца (круг, линии, колонны); знать основные движения украинского и итальянского танцев; иметь правильную осанку; уметь правильно выполнять основные упражнения классического танца у станка.

3 год обучения.

1. Теоретические сведения.

Задачи 3-го года обучения. Права и обязанности воспитанников. Правила поведения в коллективе. Техника безопасности.

2. Партерная гимнастика и ритмика.

2.1 Ритмика.

Определение и передача в движении: структуры музыкального произведения (период, предложение, фраза), размера 4/4.

Упражнения на развитие ориентации в пространстве. Перестроение группы из круга в квадрат, из круга в рассыпную и снова в круг. Построение двух концентрических кругов: «воротца», «звёздочка», «карусель», «змейка». Упражнения на развитие мышечного чувства и отдельных групп мышц, в сочетании с танцевально-тренировочными.

2.2 Партерная гимнастика.

Повторение выученного за 2-й год обучения, усложнение упражнений.

Разучивание новых упражнений, развивающих выворотность, танцевальный шаг, гибкость, силу и выносливость; подвижность стоп, тазобедренного и голеностопного суставов. Упражнения № 31-45.

3. Классический танец.

3.1 Упражнения у палки.

Повторение и закрепление выученного за 2-й год обучения. Основные правила движений у станка, координация рук, ног, головы в движении.

Упражнения: ронд де жамб анлер, батман релеве лян на 90, батман сутеню на 45, ронд де жамб партер на плие андеор и андедан, гранд батман жете пике, батман девлоппе. Упражнения на полупальцах: пти батман, батман фондю, батман фраппе и дубль фраппе.

3.2 Упражнения на середине зала.

Повторение и закрепление выученного за 2-й год обучения.

Разучивание упражнений: тан лие, 4-е и 5-е пордебра. Позы классического танца на 45, а затем на 90 градусов: аттитюды, арабески. Элементарное адажио, падебуре. Прыжки: па эшаппе на 2-ю позицию, па ассамбле, па балансе, сиссон семпль, па жете.

3.3 Закрепление упражнений.

Повторение и закрепление упражнений, работа над техникой.

4. Народно-сценический танец.

4.1 Русский танец.

Повторение выученного за 1-2-й годы обучения. Различия между понятиями: народный танец, народно-сценический танец и стилизация.

Разучивание стилизованных движений и комбинаций.

Разучивание танцевального этюда на основе выученных движений, либо танцевального номера («Чернобровые ребята не давали погулять», «Горница» или другой, на выбор педагога).

4.2 Немецкий танец.

Обычаи и обряды немцев их неразрывная связь с народным творчеством, в том числе и с хореографией. Основные движения народного немецкого танца:

подскоки, галоп, каблучки, бегунец, полька вперёд и назад, полька в паре, в повороте, «циркуль», вальсовая дорожка, вальс в повороте и. т. д.

Разучивание народных танцев: «Большой круг», «Штерн-полька».

Разучивание сценических немецких танцев: «Праздничный немецкий танец», «Праздник фиалки», «Баварские игры», «Роза Христа» (на выбор педагога).

4.3 Греческий танец.

Особенности греческого народного танца.

Просмотр видеозаписи выступления ансамбля Игоря Моисеева. Разучивание движений и комбинаций греческого танца. Разучивание танца «Олимп».

5. Импровизация и актёрское мастерство.

Упражнения на развитие художественно-творческих способностей: «ветерок и ветер», «клоуны», «жонглёры», «кузнецы».

Танцевальные импровизации на музыку выбранную педагогом.

Сочинение этюдов под музыку на темы: «под дождём», «трусливый заяц», «на речке» и. т. д.

6. История хореографического искусства.

Танец и пантомима. Виды современного сценического танца: классический, народно-сценический, историко-бытовой, эстрадный, свободная пластика и. т. д.

Беседа о художественных фильмах о танцах («Анна Павлова», «Кармен», «Она танцевала одно лето»... На выбор педагога.)

Развитие танца от фольклора к современной пластике. Просмотр видеоматериалов и обсуждение.

7. Современный танец.

7.1 Основы джаз-танца.

Владение техникой джазового танца позволяет глубже выражать эмоциональные и социальные переживания, использовать в танце естественные движения человека.

Партер-джаз. Проработка на полу всех основных положений ног и корпуса.

Закрепление мышечных ощущений, не свойственных при исполнении классического и народного танцев. Положение контракции и релаксации в положении лёжа и сидя, маленькие мостики и разножки. Сокращения и круговая работа стоп по 6-й и 5-й позициям. Растяжки лёжа и сидя. Проработка выхода на большой «мостик» из положения стоя.

7.2 Упражнения на середине

Упражнения на середине: проучивание основных позиций ног в джаз-танце: «вторая параллель», «четвёртая параллель», «перпендикуляр». Работа корпуса, плеч, рук, ног и головы в положении стоя. Тяговые пор де бра, проработка торсовых смещений, работы боков.

7.3 Хип-хоп стиль.

Рановидность современного танца. Разучиваем основные движения и комбинируем их. Сочиняем танцевальный номер.

8. Индивидуальные занятия.

Индивидуально занимаются солисты танцевальной группы. На занятиях разучиваем сольные партии концертных номеров, индивидуальные танцы, отрабатываем их.

9. Репетиции и постановка танцев.

Пополнение концертного репертуара группы новыми постановками: «Троица», «Прогулочная», «Огонь памяти», «Волшебный сон» и др.(на выбор педагога, в зависимости от возможностей воспитанников).

Работа над техникой исполнения номеров в танц-зале и на сценической площадке.

10.Сценическая практика.

Применение полученных знаний умений и навыков на практике.

Привитие сценической культуры (внешний вид, поведение на сцене и за кулисами). Развитие «сценической» смелости.

По окончании 3-го года дети должны:

уметь определять структуру музыкального произведения; уметь ориентироваться в пространстве перестраиваться в любые рисунки; владеть методикой исполнения упражнений классического танца у станка и на середине зала; знать и уметь исполнять движения немецкого и греческого танца, имея представление о характере и манере исполнения данных танцев; знать основы овладения техникой джаз-танца; владеть культурой движения рук; иметь представление о выразительных средствах хореографии; знать происхождение изучаемых танцев.

4 год обучения.

1. Теоретические сведения.

Задачи 4-го года обучения. Права и обязанности воспитанников. Правила поведения в коллективе. Техника безопасности.

2. Партерная гимнастика.

Повторение и закрепление выученных упражнений за 1-3-й годы обучения. Разучивание новых более сложных упражнений № 45-60

3. Классический танец.

3.1 Упражнения у станка.

Все упражнения повторяются в ускоренном темпе. Изучается уровень подъёма ног, добавляются полупальцы опорной стопы.

Разучивание упражнений: ронд де жамб ан лер на полупальцах, полуповорот в 5-й позиции на полупальцах, пор де бра с ронд де жамб пар тер на плие, плие-релеве на 45 с деми ронд де жамб, батман девлоппе, тан релеве на 45 ан деор и ан дедан, ватман девлоппе расе на 90, деми ронд де жамб на 90, маленькие позы, заключающие упражнения.

3.2 Упражнения на середине зала

Поворот в 5-й позиции на полупальцах на середине зала, позы классического танца на 45, затем на 90 градусов, аттитюды, арабески на 45 затем на 90 градусов, элементарное адажио, тан лие вперёд и назад, па де буре без перемены ног в сторону, и на ефассе.

Прыжки: па эшаппе на одну ногу, гранд шанжман де пье, пти шанжман де пье, па глиссад, жете в маленьких позах, па ассамблее в позах,

3.3 Закрепление упражнений.

Работа над техникой исполнения упражнений.

4. Народно-сценический танец.

4.1 Цыганский танец.

Особенности кочевого образа жизни цыган, характер и манера исполнения цыганских танцев. Основные положения и движения рук в цыганском танце, перегибы корпуса, флик-фляки, отбрасывания ног в сторону, броски вперёд, тряска плечами, мужские «хлопушки» и. т. д.

Разучивание цыганского танца «Песня цыганки» (или др. на выбор педагога.)

4.2 Венгерский танец.

Венгерские танцы интересны своей ритмичностью, координацией танцевальных движений, темпераментом.

Элементы венгерского сценического танца: положения рук и ног, «ключ» - удар каблуками (одинарный и двойной), шаг в сторону с двумя переступаниями, «верёвочка», «голубец», поворот на обеих ногах по 5-й открытой позиции, пружинистые удары, вращение с отбрасыванием ног назад, пируэт на каблуках и. т. д.

Разучиваем этюд или танцевальный номер в характере венгерского танца.

5. История хореографического искусства.

Истоки западноевропейского балетного театра. Турниры, процессии, карнавалы, маскарады. Зарождение придворного балета.

Драматургия и хореография. Музыкальное и хореографическое решение спектаклей, их идейное содержание.

Развитие техники танца. Эволюция выразительных средств хореографических форм. Реформы в балетном театре. Перспективы развития балетного театра.

Просмотр видеоматериала «Балетная школа».

6. Современный танец.

6.1 Модерн-танец.

На уроках танца модерн дети обучаясь основным движениям, учатся взаимодействовать с окружающим их пространством, учатся использовать в танце силу земного притяжения. Работа с пространством даёт неограниченные возможности в сочетании с высоким техническим уровнем подготовки.

Основные понятия: контракция, кёф, арка. Учимся правильно дышать. Падения и быстрый подъём.

Разучивание тренажа на полу: плие, батман тандю, жете, ронд, фондю, гранд батман жете и адажио в стиле модерн.

Разучивание танцевальных комбинаций на середине зала и в продвижении.

6.2 Джаз танец.

Повторение и закрепление выученного за 3-й год обучения.

Развёрнутая разминка у палки на материале современного джаза,

Характерно использование чередования темпоритмов, синкоп, смещённого ритма, свойственных джазовому танцу. Фиксация всех основных положений и позиций проученного материала в эстетических позициях и использование простейших танцевальных комбинаций.

6.3 Контактная импровизация.

Используя основы техники release, учимся: совмещать в единое целое танцевальную пластику и окружающее пространство, чувствовать партнёра, коллектив, себя в коллективе как одно целое.

7. Индивидуальные занятия.

Занятия с солистами группы, на которых разучиваются сольные номера или сольные партии к массовым номерам. Работа над техникой исполнения сольного номера и артистичностью солиста.

8. Репетиции и постановка танцев.

Пополнение концертного репертуара новыми сценическими постановками: «Свадебный хоровод», «Иван Купала», и. т. д.

Работа над техникой исполнения номеров, характером и манерой.

9. Сценическая практика.

Применение на практике полученных знаний, умений и навыков, их закрепление.

По окончании 4-го года обучения дети должны:
владеть методикой исполнения движений классического танца; владеть соответствующей координацией и силовой нагрузкой в исполнении танцевального номера; чувствовать национальный характер и ритм; иметь понятие о балетном спектакле; знать законы общей координации тела, рук, ног, головы, законы равновесия; знать основы овладения техниками джаз и модерн танца.

5 год обучения.

1. Теоретические сведения.

Задачи 5-го года обучения. Права и обязанности воспитанников. Правила поведения в коллективе. Техника безопасности.

2. Партерная гимнастика.

Повторение и закрепление выученного за 1-4-й годы обучения.

Ускоряем темп исполнения упражнений. Добавляем более сложные элементы, развивающие гибкость, танцевальный шаг, выворотность.

3. Классический танец.

Закрепление освоенной хореографической азбуки. Чистота исполнения, закрепление устойчивости в упражнениях на середине зала. Развитие танцевальности. Изучение элементов художественной окраски движений.

3.1 Упражнения у станка.

Разучивание упражнений: батман дубль фондю, батман сутеню на 90, поворот на 360, гранд ронд де жамб ан деор и ан дедан на 90, па купе, полуповороты с подменой ноги на полупальцах, подготовительные упражнения для туров из 5-й позиции.

3.2 Упражнения на середине зала.

6-е пор де бра, подготовительные упражнения к турам, па де бурее де су де сю, туры ан деор и ан дедан со 2-й позиции.

Прыжки: па эшаппе в 4-ю позицию на круазе и на эфассе, сиссон уверт и сиссон ферме в позах, сиссон томбе, па баллоне, па купе, па де ша, эшаппе батю.

3.3 Закрепление упражнений.

Работа над техникой исполнения упражнений.

4. Народно-сценический танец.

4.1 Испанский танец.

Танцевальное искусство Испании многообразно и неповторимо. Характер испанского танца страстный, огненный. Существует несколько групп танцев различного характера: трагико-драматического – «хондо», шуточного, с танцами под общим названием «чуфлас» и. т. д.

Основные движения испанского танца: позиции рук и ног, движения рук, ход - удлинённые шаги на полуприседании, ход – удлинённый шаг на всю стопу в полуприседании с двумя последующими переступаниями, «сапатеадо» - выстукивания по 6-й позиции, па балансе, па глиссад, круговое перегибание корпуса, соскоки.

Разучивание танцевального этюда или сценического номера.

4.2 Испанский танец Арагонская хота.

Особенности Арагонской хоты. Основные движения танца: положения рук и ног, основной ход (разновидность па де баска), движение из стороны в сторону, «голубец» на прыжке, «верёвочка», «ковырялочка», опускание на колено, «винт», повороты на месте.

Разучивание танцевального этюда, либо сценического номера.

5. История хореографического искусства.

Ансамбли народного танца. Народный танец в современной жизни. Современный танцевальный фольклор. Анализ народной хореографии.

Государственный ансамбль народного танца под руководством И. Моисеева.

Эволюция репертуара. Анализ программ. Ансамбль на современном этапе.

Просмотр видеозаписей концертов ансамбля.

6. Современный танец.

6.1 Джаз танец.

Овладение системой растяжки «стретч», характером и особенностями классического традиционного джаза.

Вращения: простейшее вращение из релаксационного раскрытия до 2-й позиции в контракцию по 6-й, «штопор», туры с подменой ног и одновременной работой корпуса «восьмёркой», по диагонали: тур шене и тур лян.

Прыжки: педальный (жете вниз), гранд жете вперёд, в сторону, назад через пассе, сиссон ферме, ранверсе.

Танцевальные шаги: па томбе ипа де буре. «Стретч» - скручивание и раскручивание корпуса. Постигание основ джазового танца на середине зала. Проработка стопы на позициях «параллель» через чередование выворотных и параллельных позиций с одновременной усложнённой работой корпуса через контракцию, закрытием и раскрытием корпуса с постоянной сменой работы рук в позициях «джаз».

6.2 Модерн танец.

Развёрнутая разминка у палки на материале танца модерн : батман тандю, плие, жете, ронд, адажио, гранд жете (простейшие комбинации).

Разучивание различных танцевальных комбинаций на середине зала.

Импровизация под музыку используя технику release, создание определённого образа.

6.3 MTV-стиль.

Разновидность современного клубного танца. В комбинациях сочетание мелких быстрых движений и медленных более широких. Основа движений

MTV-стиля джаз танец.

Разминка на середине зала: работа головы, плеч, средней части корпуса и бедер, коленей, стоп, паховые и боковые растяжки.

Разучивание танцевальных комбинаций и составление танцевального номера.

7. Индивидуальные занятия.

Проводятся с солистами группы, для разучивания сольных номеров и сольных партий в массовых танцах, а так же для работы над техникой исполнителей и эмоциональностью.

8. Репетиции и постановка танцев.

Пополнение репертуара новыми концертными постановками: «Кавказский», «В твоих снах», «Арагонская хота» и. т. д. на выбор педагога

Работа над техникой и эмоциональностью исполнения концертных номеров, в танцевальном зале и на сценической площадке.

9. Сценическая практика.

Применение полученных знаний, умений и навыков на практике.

Основные требования к знаниям и умениям обучающихся:

знать хореографическую азбуку школы классического танца; понимать и интересоваться фольклором, народными танцами и костюмами, связывать характер танца с образом жизни народа, с окружающей природой; знать сложные технические движения народно-сценического танца; знать репертуар ведущих профессиональных коллективов страны, творчество балетмейстеров этих коллективов; уметь анализировать балетные спектакли, определять их жанр; исполнять танцы, построенные на движениях разных жанров, стилей; иметь красивую осанку, грамотность и выразительность движений; уметь выражать в пластике общее содержание музыки, её образные ассоциации; уметь свободно импровизировать в новых молодёжных стилях и направлениях; уметь сочинять небольшие миниатюры, этюды.

Организация проведения занятий

Занятие состоит из трех частей. В первой части (разминка) ставится задача подготовить организм ребенка к выполнению более сложных и интенсивных упражнений в последующей (основной) части занятия. В содержание разминки входят упражнения игровой ритмики, танцевальные упражнения, упражнения на внимание, координацию движений.

Во второй (основной) части занятия дети обучаются новым движениям, элементам, закрепляют старые. Постепенно изученные движения объединяются в танец.

В третьей (заключительной) части занятия решаются задачи постепенного перехода организма ребенка к другим видам деятельности, проводятся игровые танцы под знакомую детям музыку. Выполнение простых танцевальных движений в игровой форме расширяет двигательные навыки детей, приучает их координировать свои движения согласно музыке, создает дополнительный положительный фон и настрой. Помимо игровых танцев проводятся танцевально-театральные игры, позволяющие активизировать действия детей, развивать их внимание, артистизм.

Заканчиваются занятия подведением итога стараний детей, после чего они прощаются с преподавателем.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Е.А. Грушко, Ю.М. Медведев - Русские легенды и предания. Иллюстрированная энциклопедия., М.: "Эксмо", 2004 - 208 стр.
2. Васильева Т.К. «Секрет танца» С-П Диамант 1997
3. Климов А. «Основы русского народного танца» М Искусство 1981
4. Пасютинская В. Волшебный мир танца. – М., 1985.
5. 3. Череховская Р. Танцевать могут все. – Мн., 1973.
6. <http://barynya.com/RussianDance/russian-dance-russian.htm>
7. <http://slavyanskaya-kultura.ru/slavic/tradition/ruskie-narodnye-tancy.html>
8. <http://danceeurope.narod.ru/sites/europa.planetaru.com/ru/dancehist/text.html>
9. http://www.youtube.com/watch?v=ukc3gaZhMWk&feature=player_detailpage
10. <http://www.youtube.com/watch?v=G1IEj-AAcu8>
11. <http://www.youtube.com/watch?v=jIaAXksrsrU>
12. <http://www.youtube.com/watch?v=InfEab2AoYc>
13. <http://www.youtube.com/watch?v=Iohit2CW6c8>
14. <http://www.youtube.com/watch?v=rPUy7lFMmNw>