

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение г. Москвы  
школа № 201



УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГБОУ Школы № 201  
В.Подольская

31.08.2017

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
«СКВОРУШКА» - ТАНЦЫ НАРОДОВ МИРА»**

(ознакомительный уровень)

Возраст обучающихся: 6 – 16 лет

Срок реализации программы: 2 года

Педагог дополнительного образования:  
Скворцов Иван Петрович

МОСКВА 2017

**1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Хореография - один из древнейших видов искусства. Танец-это волшебный мир, в котором с помощью языка тела и музыки можно выразить любое чувство. Танец как литература и музыка раскрывает многогранность национальных традиций народа. С помощью танцевальной лексики можно раскрыть историю народа, его настоящее и будущее, показать добрые и злые стороны человеческой души. Танец повышает эмоциональное и физическое здоровье человека, т.е. гармоничное единство тела, разума и души, помогает раскрыть внутренний мир человека, сформировать в детях уверенность в себе, упорство и трудолюбие, помогает оценить красоту музыки и движения. Через изучения основ хореографии дети приобщаются к танцевальной и музыкально культуре, формируется эстетический вкус. Образовательная программа «Скворушка» относится к **художественной направленности**.

**Актуальность** данной программы обусловлена тем, что движение и музыка, одновременно влияя на ребенка, формирует его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействует на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память, учат благородным манерам. Обучающийся познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

**Практическая значимость** программы объясняется основными принципами, на которых основывается программа, это - принцип взаимосвязи обучения и развития; принцип взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей, дает детям возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности.

**Программа «Скворушка - танцы народов мира» является комплексной и состоит из тесно связанных между собой дисциплин:**

классический танец, народно-сценический танец, ритмика, партерная гимнастика и постановка танцев.

**Вид программы** – модифицированная.

**Отличительная особенность программы** заключается в заложенных в ней межпредметных связях.

Межпредметные связи, заложенные в программе, дают возможность формирования целостной личности, оказывают помощь и понимание общеобразовательных дисциплин:

- уроки музыки напрямую связаны с танцем;
- уроки ритмики – основа движения;
- уроки истории и этнографии подкрепляются в процессе обучения народного танца, изучения костюмов;
- уроки физики вспоминаются, когда в обучении хореографии упоминаются понятия центр тяжести, равновесие, амплитуда движения, скорость, инерция вращения и т. д.;
- уроки геометрии при разводке танцев – рисунки танца круг, линия, диагональ и т. д.;
- урок литературы связан с народным эпосом, сюжетами балетов, темы которых взяты из произведений народного творчества, художественной литературы;
- урок географии подкрепляется при изучении того или иного народного танца, когда манера и характер танца обусловлен местом проживания, климатом, рельефом;
- урок физкультуры и занятия танцем имеют общую задачу – физическое развитие.

**Цель программы** - развитие творческих способностей детей через приобщение к искусству хореографии.

**ЗАДАЧИ** программы:

Обучающие:

- Познакомить детей с искусством танца;

- Научить основным принципам понимания музыки;
- Формировать умение через пластику движения раскрывать заложенный в ней образ.

#### Воспитательные:

- Воспитать ребенка на лучших образцах мирового искусства.
- Воспитать эмоционально чуткого и сопереживающего человека.
- Воспитать дисциплину и собранность,
- Привить: ответственность за порученное, чувство коллективизма в достижении общей цели.

#### Развивающие:

- Развить общекультурные интересы.
- Развить физическую выносливость, исправить незначительные физические недостатки.
- Привить навыки культуры поведения и общения.

Программа имеет **ознакомительный уровень** и рассчитана на **2 года обучения**.

**Возраст обучающихся** – 6-16 лет.

#### **Форма и режим занятий.**

**Форма обучения** – групповая (наполняемость группы 12-15 человек). В программе заложен принцип развивающего обучения, предусматривающий последовательную методику преподавания от «простого к сложному» с учетом возрастных, физических особенностей ребенка, а также принцип преемственности обучения, предусматривающего переход от одного жанра хореографии к другому, более усложненному.

В объединение принимаются все желающие, склонные к танцевальной деятельности и не имеющие противопоказаний к физическим нагрузкам. Группы формируются по возрастному принципу и особенностям ребенка.

Программа разработана в соответствии с СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации дополнительного

образования». Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 часу (из них 45 минут – занятие и 15 минут – перерыв с проветриванием).

Общее количество часов в год 72 ч.

## **ПРОГНОЗИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ И СПОСОБЫ ИХ ПРОВЕРКИ**

*К концу первого года* обучения обучающиеся должны:

- знать термины классического танца, позиции рук и ног;
- уметь выполнять движения классического танца;
- уметь танцевать 2-3 танцевальных этюда;
- выполнять гимнастические упражнения под музыку различного характера, темпа.

*К концу второго года* обучения обучающиеся должны:

- знать основные позиции и положения рук и ног, положение головы и корпуса;
- знать правила постановки рук, группировки пальцев в народном танце;
- освоить простейшие элементы народного танца у станка и танцевальные элементы на середине зала;
- справляться с несложными танцевальными комбинациями;
- приобрести навыки актерской выразительности;
- уметь исполнять простейшие элементы народно-сценического танца и танцевать 2 народных танца различного характера.

### **СПОСОБЫ ПРОВЕРКИ ОЖИДАЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ:**

Мониторинг педагогической деятельности помогает определить количество ожидаемых педагогических эффектов, достигнутых педагогом в процессе обучения, своевременно скорректировать свою работу в зависимости от количественных качественных показателей изменения личности ребенка.

Программой предусмотрены следующие формы педагогического мониторинга:

1. В начале обучения - вводный контроль знаний, умений и навыков кружковцев по сценическому танцу, который поможет увидеть уровень подготовленности ребят и сферу их интересов, тест на мотивацию эстетической деятельности.

2. В середине и конце учебного года – промежуточная и итоговая аттестации в форме отчетного концерта и итогового занятия-зачета.

3. Участие обучающихся в концертах и конкурсах в ГБОУ школы №201, на уровне округа.

## 2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

### 1 год обучения

Тема занятий		Количество часов		
		общее	теория	практика
1.	Вводное занятие	1	1	-
2.	Упражнения у станка	9	1	8
3.	Упражнения на середине зала	8	1	7
4.	Танцевальные упражнения по диагонали и кругу	8	1	7
5.	Притопы и дробные выстукивания	9	1	8
6.	Элементы танца «Крыжачок»	4	1	3
7.	Движения польки	3	0.5	2.5
8.	Танцевальные ходы	8	0.5	7.5
9.	Русский народный танец	6	1	5
10.	Присядки (для мальчиков)	1	0,5	0,5
11.	«Гармошка»	1	-	1
12.	Открывание и закрывание рук	2	0.5	1.5
13.	«Ковырялочка»	2	0.5	1.5
14.	Постановочная и репетиционная деятельность	8	1	7
15.	Концертная деятельность	1	-	1
16.	Итоговая аттестация	1	-	1
Всего		72	9.5	61.5

## 2 год обучения

Тема занятий		Количество часов		
		общее	теория	практика
1.	Вводное занятие.	1	1	-
2.	Упражнения у станка	8	1	7
3.	Упражнения на середине зала	8	1	7
4.	Танцевальные упражнения по диагонали и кругу	8	1	7
5.	Притопы и дробные выстукивания	9	1	8
6.	Элементы танца «крыжачок»	4	1	3
7.	Движения польки	3	0.5	2.5
8.	Танцевальные ходы	8	0.5	7.5
9.	Русский народный танец	6	1	5
10.	Присядки (для мальчиков)	1	-	1
11.	«Гармошка»	1	-	1
12.	Открывание и закрывание рук	2	0.5	1.5
13.	«Ковырялочка»	2	0.5	1.5
14.	Постановочная и репетиционная деятельность	8	1	7
15.	Концертная деятельность	2	-	2
16.	Итоговая аттестация	1	-	1
Всего		72	10	62

### 3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.

#### 1 год обучения

1. Вводное занятие. Знакомство с изучаемым предметом, его спецификой и правилами техники безопасности.

2. Упражнения у станка.

Теория: правила постановки корпуса у станка, понятие выворотности, рабочая и опорная нога.

Практика: постановка корпуса, постановка ног и рук в разных позициях.

3. Упражнения на середине зала.

Теория: правила постановки корпуса на середине (голова, руки, ноги) в различных позициях.

Практика: выполнение упражнений на середине.

4. Танцевальные упражнения по диагонали круга.

Теория: правила и техника исполнения движений.

Практика: вращательные и бегущие комбинации, различные танцевальные ходы.

5. Притопы и дробные выстукивания.

Теория: правила и техника исполнения движений.

Практика: притопы одинарные, притопы тройные, перетопы тройные, повторение всех притопов и перетопов.

6. Элементы танца «Крыжачок»

Теория: знакомство и история происхождения белорусского танца.

Практика: притопы одинарные, подскоки на двух ногах, основной ход «Крыжачка», присядка на двух ногах для мальчиков.

7. Движения польки.

Теория: история возникновения польки, правила исполнения и его особенности.

Практика: простые подскоки польки на месте, вокруг себя, галоп в сторону, простые подскоки с хлопками и поклонами.

8. Танцевальные ходы.

Теория: познакомить с разнообразием танцевальных ходов в народном танце, показать различные сочетания шагов и их манеру в зависимости от народности.

Практика: выполнение комплекса различных танцевальных шагов.

9. Русский народный танец.

Теория: история, специфика, характерные особенности.

Практика: простой сценический ход на всей стопе и на полупальцах, переменный ход с фиксированием в воздухе ног поочередно в точке на 30-450 , на полупальцах - этот же ход, переменный ход с фиксированием ноги



сзади на носке на полу, переменный ход с plié на опорной ноге и вынесением работающей ноги на воздух через 1 позицию ног, тройной шаг на полупальцах с ударом на четвертый шаг всей стопой в пол, шаг с мазком каблуком и вынесением сокращенной стопы на воздух на 30-450, комбинации из основных шагов.

Припадания, значения рук в танце, этюды.

10. Присядка (для мальчиков).

Теория: история присядки.

Практика: подготовка к присядке, плавное опускание вниз, резкое опускание вниз.

11. «Гармошка»

Практика: позиция ног в «Гармошке», положение рук, движения «гармошки».

12. Открывание и закрывание рук.

Практика: открывание и закрывание одной руки в сторону, поочередное открывание и закрывание рук, обращение с платочком, открывание и закрывание рук в русском народном танце, закрепление изученного материала.

13. «Ковырялочка»

Практика: ковырялочка на месте, ковырялочка с подскоками.

14. Постановочная и репетиционная деятельность.

Теория: объяснение образа и сюжетного замысла номера

Практика: постановка и отработка номеров.

15. Концертная деятельность.

Участие в концертах.

16. Итоговая аттестация

В форме открытого занятия, отчетного концерта с заполнением карточек освоения программы обучающимися.

## **2 год обучения**

1. Вводное занятие. Знакомство с изучаемым предметом, его спецификой и правилами техники безопасности.

2. Упражнения у станка.

Теория: правила техники исполнения движений у станка, освоение терминологии и значение выворотности, постановки корпуса, рук, ног и головы.

Практика: повторение материала, изученного в 1 г.о., выполнение классического экзерсиса, партерная гимнастика.

Port de bras в сторону, назад в сочетании с движениями рук и выносом ноги на каблук вперед и в сторону, на plié, с полурастяжками и растяжками.

3. Упражнения на середине зала.

Теория: правила техники исполнения упражнений и комбинаций.

Практика: развитие устойчивости, танцевальности и выворотности на середине зала.

4. Танцевальные упражнения по диагонали, кругу.

Теория: правила и техника исполнения движений.

Практика: вращательные и бегущие комбинации, различные танцевальные ходы.

5. Притопы и дробные выстукивания.

Теория: правила и техника исполнения движений.

Практика: повторение всех притопов и перетопов.

6. Элементы танца «Крыжачок»

Теория: все о белорусских танцах.

Практика: притопы одинарные, подскоки на двух ногах, основной ход «Крыжачка», присядка на двух ногах для мальчиков.

### 7. Движения польки.

Теория: повторение пройденного в 1 г.о.

Практика: усложненные элементы танца.

### 8. Танцевальные ходы.

Теория: разнообразие танцевальных ходов в народном танце

Практика: выполнение комплекса различных танцевальных шагов.

### 9. Русский народный танец.

Теория: история, специфика, характерные особенности.

Практика: простой переменный ход на полупальцах, тройной шаг на полупальцах с приседанием и без него на опорной ноге и приведением другой ноги на щиколотку или у колена, шаг-удар по 1 прямой позиции (вперед и боковой приставной с ударом), шаг-удар с небольшим приседанием одновременно, шаг-мазок каблуком через 1 прямую позицию, то же самое с подъемом на полупальцах, ход с каблочки с мазком каблуком, ход с каблочки простой, ход с каблочки с проведением рабочей ноги у щиколотки, или у икры, или через положение у колена - все на пружинистом полуприседании, простой бег по 1 прямой позиции с отбрасыванием ног назад, тройной акцентированный бег по 1 прямой позиции с отбрасыванием ног назад, бег с высоким подъемом колена вперед по 1 прямой позиции, такой же бег с различными ритмическими акцентами, комбинации с использованием изученных ходов.

### 10. Присядка (для мальчиков).

Практика: повторение пройденного в 1 г.о.

### 11. «Гармошка»

Практика: позиция ног в «Гармошке», положение рук, движения «гармошки» в стороны, движения «гармошки» по кругу.

12.Открывание и закрывание рук.

Практика: открывание и закрывание одной руки в сторону, поочередное открывание и закрывание рук, обращение с платочком, открывание и закрывание рук в русском народном танце, закрепление изученного материала.

13. «Ковырялочка»

Практика: ковырялочка на месте, ковырялочка с подскоками, в повороте.

14.Постановочная и репетиционная деятельность.

Теория: объяснение образа и сюжетного замысла номера

Практика: постановка и отработка номеров.

15.Концертная деятельность.

Участие в концертах.

16. Итоговая аттестация

В форме открытого занятия, отчетного концерта с заполнением карточек освоения программы обучающимися

## **4. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ.**

### **4.1. Формы и методы работы.**

Содержание программы строится на приоритетном использовании игровых методов и приемов, обеспечивающих ситуацию успеха для каждого воспитанника, что способствует интеллектуальному, эмоциональному и индивидуальному развитию учащегося. Все движения выполняются под высокохудожественную музыку (классическую, народную), а также

использованные современные композиции и сюжетно-тематические произведения, что позволяет развить в детях эстетическое выражение чувства и сущность нравственного воспитания.

Осмысление, переживание и воспроизведение художественного образа активизирует процесс творческого и духовного развития. Поэтому при организации учебной деятельности важный аспект - опора на эмоциональную среду:

- увлекательный и эмоциональный рассказ (наглядность, образность, занимательность)
- вызов удивления и восхищения;
- вызов заинтересованности и изучения языка танца;
- использование игр и игровых приемов, музыки.

Иными словами, для реализации программы используются следующие методы обучения и воспитания:

- Слово – универсальный метод. С его помощью раскрывается содержание музыки правила исполнения движения, национальные особенности. Формы этого метода: рассказ, беседа, объяснение, обсуждение, словесное сопровождение движений под музыку и т.д.
- Наглядность – применяется при неоднократном исполнении движения, этюда, танцевальной композиции, когда обучающиеся освоили предъявляемые к ним требования. Оценка объявляется сразу, что помогает учесть замечания и мобилизует обучающихся на более точное, музыкально выверенное исполнение. Здесь же демонстрация видеофильмов, слайдов, иллюстраций и т. д. Данный метод используется всегда перед изучением нового материала и после его освоения, что дает возможность сверить достигнутое с тем, как близко обучающийся подошел к эталону исполнения. Этот метод повышает мотивацию к обучению, самообразованию и самопознанию.
- Практический - в форме игры на начальном этапе обучения способствует повышению интереса к занятиям, ответственности каждого за

достижение конечного результата всей команды. Этот метод повышает эмоциональность обучения. Занятие может проводиться в форме состязания, импровизации, когда одно задание для всех. Выполнение программных движений и их связь в единую цепочку – этюдная форма. Метод воспитывающих ситуаций особенно хорошо использовать на уроках народного танца.

- Метод расчленения - широко используется на уроках хореографии, когда любое движение можно приостановить в любой его фазе исполнения для уточнения, шлифовки. Этот метод является основным при изучении сложных движений как физически, так и музыкально - ритмических.

#### **4.2. Материально-технические условия реализации программы.**

Для занятий хореографии необходимы; тренировочная обувь и специальная форма, магнитофон.

#### **4.3. Методическое обеспечение.**

<b>Название материала</b>	<b>Форма материала</b>	<b>Когда используется</b>
«Положение стоп и рук»	Презентация в Power Point	Тема 2, 4
«Особенности костюма»	Подборка иллюстраций	Тема 9, 14
«Характер и манера исполнения различных народностей»	Видеофильм	Тема 6,7, 13
«Позы классического танца»	Плакат	Тема 3 Тема 5
«Хореографическое искусство в современном мире»	Презентация в Power Point	Тема 4, 8, 14
«Обряды и традиции славянских народов»	Литературный обзор с просмотрами слайдов	Тема 6, 9, 13
«Танцевальное творчество ведущих ансамблей народного танца»	Видеофильм	Тема 9, 14

«Выразительность и эмоциональность - как неотъемлемая часть исполнительского мастерства»	Презентация в Power Point	Тема 14
--	---------------------------	---------

### Репертуарный план

#### 1 год

Русский танец «Елочки-сосеночки»

Белорусский танец «Крыжачок»

Русский танец «Комаринская плясовая»

#### 2 год

Шотландская полька

Кантри

Белорусский танец «Крыжачок»

Русский танец

### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Шуркова Н.Е. М.-1998 г. «Воспитание детей в школе»
2. М.АКАДЕМА 1999 г. «Практическая педагогика»
3. Мотков О.И. М.- 1993 г. «Психология самопознания личности»
3. Базарова Н. Л: искусство, 1983 г. «Азбука классического танца»
4. Захаров В. М.- Сов. Россия 1986 г. «Радуга русского танца»
5. Климов А. М.- Искусство, 1981 г. «Основы русского народного танца»
6. Ткаченко Т. М.- Искусство, 1975 г. «Народные танцы»
7. Пасютинская В. М, 1985 г. «Волшебный мир танца»
8. Руднева С. Фиш А.М, 1972 г. «Ритмика музыкально – ритмические движения»

9. Боголюбская М, 1982 г. Учебное пособие. «Учебно-воспитательная работа в детских самодеятельных хореографических коллективах».
10. Голезовский К.Н.- М. Искусство, 1964 г. «Образы русской народной хореографии».
11. Давыдов В.- М., 2004 г. «Проблемы развивающего обучения»
12. Смирнов И.- М. Просвещение, 1986 г. «Искусство балетмейстера»
13. «Балеты Григоровича и проблемы хореографии» М. – Искусство, 1968 г.
14. Сборник «Программа общеобразовательных школ с хореографическим направлением». Национальный институт образования, 2008 г.
15. «Ритм и пластика» Санкт-Петербург 2009 г.
16. Г.Ф. Богданов Москва-2014 г. «Традиционная русская народная хореография: жанры, формы, композиции».



