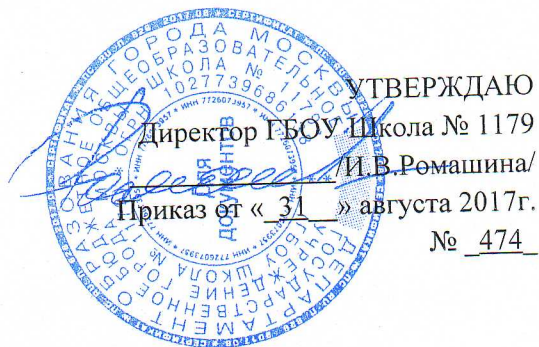


Департамент образования города Москвы
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
города Москвы «Школа № 1179»

ПРИНЯТА
на заседании педагогического совета
протокол от « 30 » августа 2017 года
№ 1



Дополнительная общеразвивающая программа
«Студия современного танца «Арт-квест»»

Направленность: художественная
Уровень программы: ознакомительный
Возраст учащихся: 7-17 лет
Срок реализации программы: 1 год

Педагог дополнительного образования
Давыдова Светлана Михайловна

Согласовано
методист ДОД
/ Кириенко Г.Н./

Москва
2017/2018 учебный год

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Детский хореографический коллектив – это особая среда, предоставляющая самые широчайшие возможности для развития ребенка: от изначального пробуждения интереса к искусству танца до овладения основами профессионального мастерства.

Хореография как вид искусства обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Это синтетический вид искусства, основным средством которого является движение во всем его многообразии. Высочайшей выразительности оно достигает при музыкальном оформлении. Музыка – это опора танца.

Движение и музыка, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Систематическая работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает детям понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях танцем, но и в повседневной жизни.

Танцевальное искусство обладает огромной силой в воспитании творческой, всесторонне развитой личности. Занятия хореографией приобщают ребенка к миру прекрасного, воспитывают художественный вкус. Соприкосновение с танцем учит детей слушать, воспринимать, оценивать и любить музыку. Хореографические занятия совершенствуют детей физически, укрепляют их здоровье. Они способствуют правильному развитию костно-

мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру. Эти занятия хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и, в целом, повышают жизненный тонус учащегося. В танце находит выражение жизнерадостность и активность ребенка, развивается его творческая фантазия, творческие способности: воспитанник учится сам создавать пластический образ. Выступления перед зрителями являются главным воспитательным средством: переживание успеха приносит ребенку моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувство ответственности, дружбы, товарищества. Поэтому *главная задача педагога* – помочь детям проникнуть в мир музыки и танца, а не подготовить их к профессиональной сцене.

Современный танец с каждым годом приобретает все большее распространение и популярность среди видов детского творчества. Он постоянно развивается, привнося все новые элементы, комбинации из различных направлений современной хореографии (модерн, джаз, хип-хоп, брейк и др.).

Особенность современного танца – достаточная свобода педагога в выборе лексического материала, что позволяет создать множество индивидуальных способов преподавания.

Сравнительно недавно возник термин *contemporary dance*, - направление танца, которое невозможно отнести к какому-либо стилю или системе. Это естественный процесс интеграции, поэтому сейчас не стоит ставить какие-то строгие рамки, главное - творчество.

Современный танец позволяет наиболее комплексно воспитать такие необходимые для танцора качества, как: координацию, силу и подвижность двигательного аппарата, ритмичность и свободу движения, что немаловажно в повседневной практике.

Современному танцу, как и всему искусству в целом, присуща быстрая реакция на явления жизни. Применение его широко и многообразно: театральная практика, варьете и эстрада, кино и шоу-бизнес.

Направленность данной программы – художественная, **уровень освоения** – ознакомительный.

Программа является модифицированной, переработанной, комплексной и составлена на основе программы Никитина В.Ю. «Модерн-джаз танец»

Актуальность и педагогическая целесообразность программы:

Актуальность данной программы характеризуется тем, что в настоящее время со стороны родителей и детей постоянно растет спрос на образовательные услуги в области хореографии. Очень часто дети начинают заниматься хореографией уже в раннем дошкольном возрасте, так как родители справедливо считают, что ребенок, который **умеет танцевать**, развивается быстрее и гармоничнее своих сверстников.

В современном обществе всегда высока потребность в услугах танцевально-хореографических коллективов: без хореографических композиций любое культурно-массовое мероприятие, будь то концерт, шоу, конкурс, фестиваль выглядят блекло. Красочные танцевальные композиции уместны всегда и в любом мероприятии любого формата (развлекательном, познавательном, патриотическом и т.п.).

Программа направлена на формирование и развитие у воспитанников таких физических данных, как подвижность, выносливость, сила, ловкость, на развитие танцевальных данных: гибкости, пластичности, танцевальной выворотности, танцевального шага и т. п. Развивается также и познавательный интерес. Умело подобранные упражнения, игры, воспитывают у детей правильное отношение к окружающему миру, углубляют представление о жизни и труде взрослых, различных явлениях природы.

Современный социальный заказ на дополнительное образование обусловлен и задачами художественного образования детей, которые выдвигаются в концепции модернизации российского образования. В ней подчеркивается важность художественного образования, использования познавательных и воспитательных возможностей предметов художественной

направленности, формирующих у обучающихся творческие способности, чувство прекрасного, эстетический вкус, нравственность.

В основу разрабатываемых в настоящее время образовательных стандартов второго поколения положен системно-деятельностный подход. Данная разработана с целью внедрения в практику работы студии принципов личностно-ориентированного и **компетентностного** подходов. Суть последнего заключается в приоритете вне предметных, личностно-значимых знаний и умений над предметными знаниями. Эта деятельность направлена на развитие ключевых **компетенций** обучающихся:

- на формирование ключевых компетенций, требующих понимания выдвигаемой цели;
- на умение использовать адекватные ситуации средства;
- на создание психолого-педагогических условий для личностных достижений обучающихся.

В целях развития учебно-познавательной компетенции вся система обучения детей по этой программе строится на стимулировании различными способами интереса к познавательной и оздоровительной деятельности. Много времени уделяется развитию предметной и личностной компетенций. То есть приобретению и усвоению по этой программе разнообразных знаний по хореографическому искусству и в области сохранения и укрепления здоровья.

Компетентностный подход очень ярко проявляется в оценке результатов обучения, позволяющий объективно оценить уровень компетентности обучающегося, достигнутый им в результате осуществления образовательной деятельности. Опора на современные образовательные технологии: информационно-коммуникативные (ИКТ), развивающие, здоровьесберегающие, исследовательские позволяют осуществить:

- индивидуальный подход к каждому ребенку, учитывая его реальные природные данные;
- развитие интереса в области новых жанров и направлений танцевальной культуры;

- воспитание, в первую очередь, гармонично развитой личности, любителя и ценителя хореографического искусства в любых его проявлениях, и только потом – раннюю профессиональную ориентацию и создание условий для эффективного развития детей с высоким уровнем способностей (см. Приложение № 1)

Педагогическая целесообразность программы студии определена тем, что ориентирует воспитанника на приобщение к танцевально-музыкальной культуре, применение полученных знаний, умений и навыков хореографического творчества в повседневной деятельности, улучшение своего образовательного результата, на создание индивидуального творческого продукта.

Благодаря систематическому хореографическому образованию и воспитанию обучающиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию хореографического искусства – в этом и заключается **педагогическая целесообразность** разработанной образовательной программы по обучению хореографии.

Кроме того, педагогическую целесообразность образовательной программы можно отметить и в формировании у обучающегося чувства ответственности в исполнении своей индивидуальной функции в коллективном процессе (общий танец), с одной стороны, и формировании самодостаточного проявления всего творческого потенциала при выполнении индивидуальных партий ребенка в коллективном постановочном процессе формирования танцевального номера, с другой стороны.

Цель программы: создание условий, способствующих раскрытию и развитию природных задатков и творческого потенциала каждого ребенка в процессе приобщения его к искусству хореографии.

Задачи программы:

Обучающие:

- ознакомление детей с терминологией и жанрами хореографии;
- научить понимать музыкальные фразы, выразительно и легко двигаться;
- ознакомление детей с основами классического и народного танца, с различными направлениями современного танца;
- расширение знаний, знакомство с историей танца;
- ознакомление детей с азами актерского мастерства.

Развивающие:

- выявление и развитие природных задатков и способностей детей, способствующих успеху в освоении искусства танца;
- содействие развитию и укреплению опорно-двигательного аппарата, развитию пластики;
- развитие творческих способностей детей средствами современной хореографии;
- обучение детей приемам самостоятельной и коллективной работы, самоконтроля и взаимоконтроля.

Воспитательные:

- создание базы для творческого мышления детей;
- развитие у детей активности и самостоятельности общения;
- формирование общей культуры личности ребенка;
- развитие чувства ответственности, уважения к своим товарищам по коллективу, дисциплинированности.

Отличительной особенностью данной программы является преобладание жанра хип-хоп танца, а также привнесение различных направлений джазового танца и микстовых техник (брэдвейский джаз, джаз-фанк, стрит-джаз и т.п.).

Программа рассчитана на детей в возрасте 7–17 лет. Количественный состав 10-15 человек.

Срок реализации программы – 1 год. (вводная ступень).

По структуре программа является ступенчатой, в которой учебный материал представлен так, чтобы каждая ступень была основана на пройденном материале и сама служила основанием для дальнейшей «ступени» по принципу «от простого к сложному».

Формы проведения занятий

Занятия проходят в групповой и индивидуальной формах, а также, для облегчения усвоения материала, занятия могут проводиться по подгруппам.

Кроме того, программа предусматривает следующие формы работы с детьми:

1. Занятие-тренинг (общая физическая и хореографическая подготовка).
2. Занятие-игра (знакомство с основами актерского мастерства).
3. Беседа (курсы теоретических дисциплин).
4. Репетиция.
5. Концерт.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 45 минут для одной группы.

Возрастные особенности детей

Хореография – средство умственного, эстетического, нравственного и физического воспитания широкого профиля, ее специфика определяется разносторонним воздействием на человека. Тренировка тончайших двигательных навыков, которая проводится в процессе обучения хореографии, связана с мобилизацией и активным развитием многих физиологических функций человеческого организма: кровообращения, дыхания, нервно-мышечной деятельности. Понимание физических возможностей своего тела способствует воспитанию уверенности в себе, предотвращает появление различных психологических комплексов. В связи с этим, важно учитывать возрастные особенности обучающихся, чтобы реализация программы проходила наиболее успешно.

Дети 7-8 лет. Возросли их физические возможности: движения стали значительно более уверенными и разнообразными. Учащиеся начальной школы испытывают острую потребность в движении. В случае неудовлетворения этой потребности, ограничения активной двигательной деятельности они быстро перевозбуждаются, становятся непослушными, капризными. Поэтому особенно важно наладить разумный двигательный режим, насытить жизнь детей разнообразными подвижными играми, игровыми заданиями, танцевальными движениями под музыку, хороводными играми.

Дети среднего дошкольного возраста отличаются высокой эмоциональностью, ярко и непосредственно выражают свои чувства. Эмоционально окрашенная деятельность становится не только средством физического развития, но и способом психологической разгрузки детей данного возраста.

У детей в возрасте ***8 – 12 лет*** возникают и закрепляются важные личностные характеристики, которые становятся устойчивыми, определяют успехи индивида в различных видах деятельности. Формируются трудолюбие и самостоятельность, которые складываются из достигнутых успехов, которые должны поощряться - тогда дети начинают верить в свои успехи, получать положительные эмоции в труде. В этом возрасте дети больше общаются со взрослыми, складывается своя внутренняя позиция к добру и злу, к плохому и хорошему. Надо помнить, что ребенок в своем поведении и поступках подражает взрослым и нужно стараться подавать ему хороший личный пример. Личный показ движений педагогом наиболее эффективен, поскольку в этом возрасте обладают в основном наглядно-образным характером запоминания. Дети начинают контролировать свое поведение, формируются волевые

качества, появляется настойчивость как волевая черта характера. Для этого возраста характерны богатство воображения, эмоциональность и непосредственность реакций. Однако из-за относительно слабой устойчивости внимания дети на занятиях быстро теряют темп и ритм. Этот возраст характеризуется как период активного развития двигательных функций, в котором дети могут сравнительно хорошо управлять своими движениями. Совершенствование двигательных способностей должно совпадать с периодом усиленного развития двигательных функций и тем повышать и ускорять ход этого развития.

В подростковом возрасте (*13 – 17 лет*) наступает период полового созревания, когда в организме происходят резкие эндокринные сдвиги, меняется функциональное состояние, что характеризуется избытком энергии и потенциальной конфликтностью подростка с взрослыми и самим собой. Предметом осмысления для подростка становится его ближайшее окружение и общество, как феномен культуры во всех его проявлениях. Полностью развиваются двигательные способности детей. Подростки много учебного и внеучебного времени работают самостоятельно. При выполнении самостоятельной работы обучающиеся выходят на самый высокий уровень обучения – творчество.

Стартовые знания, умения и навыки детей

Состав группы неоднороден по уровню физического и интеллектуального развития, большинство детей на начало обучения не имеют хореографической подготовки.

Прием в объединение детей осуществляется на общих основаниях (без конкурсного отбора), возможен также конкурсный отбор.

Прием детей в группу *второго и последующего годов обучения* возможен на основе собеседования.

Ожидаемые результаты и способы их проверки

Обучающиеся за период освоения программы должны приобрести не только танцевальные знания и навыки, но и научиться трудиться в художественном коллективе, добиваясь высоких результатов.

Ожидаемый результат определяется в зависимости от года обучения и этапа освоения программы (см. Приложение № 2):

- Развитие творческого мышления, памяти, воображения, нестандартного мышления, умения выразить чувства;
- Приобретения и развития коммуникативных способностей, активности, сообразительности, умения импровизировать, двигаться под музыку;
- Формирование общей культуры;
- Овладение основными танцевальными навыками и умениями;
- Формирование представлений о танцевальной культуре и ее деятелях;

· Приобретение, закрепление и совершенствование теоретических знаний и практических умений.

Программа педагогического мониторинга воспитанников

Мониторинг - неотъемлемая часть образовательного процесса, так как позволяет оценить реальную результативность деятельности детей.

Цель педагогического мониторинга – выявление уровня развития способностей и личностных качеств ребёнка и их соответствия прогнозируемым результатам образовательных программ.

Задачи:

- определение уровня теоретической подготовки воспитанников в конкретной образовательной области;
- выявление степени приобретения воспитанниками практических умений и навыков в выбранном ими виде творческой деятельности, их воспитанности и развития;
- анализ полноты реализации образовательной программы детского объединения;
- соотнесение прогнозируемых и реальных результатов учебно-воспитательной работы;
- выявление причин, способствующих или препятствующих полноценной реализации образовательной программы;
- внесение необходимых корректив в содержание и методику образовательной деятельности детского объединения.

Педагогический мониторинг обучающихся строится на следующих ***принципах:***

- научность,
- учёт индивидуальных и возрастных особенностей воспитанников;
- адекватность специфике деятельности детского объединения и периоду обучения;
- необходимость, обязательность и открытость проведения всех процедур педагогического мониторинга;
- свобода выбора методов и форм проведения и оценки результатов;
- обоснованность критериев оценки результатов;
- открытость результатов.

В образовательном процессе мониторинг выполняет целый ряд функций:

- учебных, так как создаёт дополнительные условия для обобщения и осмысления воспитанником полученных теоретических и практических знаний, умений и навыков;
- воспитательных, так как является стимулом к расширению познавательных интересов и потребностей ребёнка;
- развивающих, так как позволяет детям осознать уровень их актуального развития и определить перспективы;

- коррекционных, так как помогает педагогу своевременно выявить и устранить объективные и субъективные недостатки учебно-воспитательного процесса;
- социально-психологических, так как даёт каждому воспитаннику возможность пережить «ситуацию успеха».

Организация и алгоритм проведения педагогического мониторинга

Алгоритм педагогического мониторинга воспитанников проводится в течении всего периода реализации программы по каждому учебному году (см. Приложение № 3). Педагогический мониторинг – это не что иное, как сравнительный анализ результатов выявленных при помощи различных методов и видов диагностической и аналитической деятельности.

Форма проведения мониторинга - сравнение результатов первичной, промежуточной и итоговой диагностики, что позволяет определить психолого–физиологические и интеллектуальные особенности каждого ребенка, построить его индивидуальный путь развития.

Программа педагогического мониторинга позволяет индивидуализировать образовательный процесс, повысить его эффективность, качество, доступность.

Благодаря педагогическому мониторингу есть возможность выявить следующие параметры:

- воспитанность;
- обученность;
- развитие общее и профессиональное.

Способы проверки результатов

- ежегодные открытые или аттестационные занятия (форму оценивания выбирает педагог);
- контрольные точки;
- тестирование;
- участие в конкурсах и фестивалях (см. Приложение № 4);
- концертные выступления.

Формы подведения итогов реализации программы:

Итогом реализации данной программы к концу обучения станет демонстрация полученных детьми знаний, умений и навыков на выпускном аттестационном занятии, а также демонстрация подготовленных танцевальных номеров.

II. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

(1-й год обучения)

№ п/п	Тема	Общее количество часов	В том числе		Примечания
			Теори я	Практ ика	
1.	Вводные занятия	2	2		<ul style="list-style-type: none"> - ознакомление с правилами поведения на занятиях (техника безопасности), - инструктаж по ТБ, - лекция о хип-хоп культуре (история создания), - заполнение танцевального дневника учащегося.
2.	Учебно-тренировочная работа				
	<u>«Элементы классического танца»</u> - Основные позиции ног, рук	6	1,5	4,5	<ul style="list-style-type: none"> - 5 позиций ног, - 5 позиций рук, - плие, па (шаг), - апломб (равновесие), - батман.

<p><u>«Музыкально-ритмическая деятельность»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - ориентировка в пространстве; - построения (круг: широкий, узкий, двойной; колонна: одна, две, четыре; шеренга; линия; шахматный порядок) - музыкально ритмические игры. 	28	4	24	<ul style="list-style-type: none"> - изучение музыкальных рисунков (ритм, метр, сильная и слабая доля, ноты и т.д.) - изучение канонов и закономерностей, - развитие слышимости музыки для чистоты ее передачи в танце (развитие собственной манеры – подачи).
<p><u>«Общая физическая подготовка»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - разминка - упражнения на середине зала - укрепление и развитие мышц - упражнения на растяжку 	36	6	30	<ul style="list-style-type: none"> - хатха йога, - кросс фит, - суставная гимнастика, - спортивная гимнастика.

	<p><u>«Современный танец»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - разминка - ритмопластика на середине зала; - партерная гимнастика; - танцевальные движения и комбинации 	36	6	30	<ul style="list-style-type: none"> - Хип-хоп (базовые составляющие стиля - основа): <ol style="list-style-type: none"> 1. шаги (кросс степ, ту степ, бокс и т.д.), 2. качи (корпус-роккинг, колени-баунс), - Хип-хоп (полное изучение базы) <ol style="list-style-type: none"> 1. старая школа, 2. средняя школа, 3. новая школа. - владение базой в импровизации (растанцовка на базе изученного материала) - поверхностное обучение и знакомство со стилями: <ol style="list-style-type: none"> 1. Хаус, 2. Локинг, 3. Поппинг, 4. Вог, 5. Ваккинг, 6. Брейк-данс. - изучение комбинаций (связов) с использованием базы различных стилей.
--	--	----	---	----	--

	<u>«Творческая деятельность»</u> а) постановка танцевальных композиций	18	18	- участие на концертных мероприятиях, - внутригрупповые соревнования (баттлы), - выезд на конкурсы, фестивали и чемпионаты.
3.	Индивидуальная работа с детьми	18	18	- коррекционная работа с детьми; - работа с одаренными детьми (+ материал для домашней отработки); - постановка танцев (солисты, малые формы) - танцевальные психо-тренинги на снятие зажимов и скованности

Итого: 144 часа

III. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Содержание программы распределено таким образом, что в каждом учебном году воспитанники овладевают определенным минимумом хореографических знаний, умений, и навыков и решают определенные задачи для достижения основной цели.

Структура программы предполагает постепенное (спиральное) расширение и углубление знаний, развитие умений и навыков учащихся.

Программа состоит из **четырёх** разделов:

- I. Вводные занятия.
- II. Учебно-тренировочная работа.
- III. Индивидуальная работа с детьми.
- IV. Теоретическая часть.

Раздел **«Вводные занятия»** включает в себя беседы о правилах поведения на занятиях, в ДДТ и в общественных местах, о технике

безопасности, о соблюдении Правил дорожной безопасности, о требованиях к воспитанникам в ходе учебного процесса и пр.

Раздел **«Учебно-тренировочная работа»** состоит из следующих *подразделов*: музыкально – ритмическая деятельность, классический танец, основы народно-сценического танца, общая физическая подготовка, современный танец, творческая деятельность. В процессе обучения дети получают теоретические знания и практические навыки, которые включают в себя: терминологию классического и современного танца, комплекс учебно-тренировочных упражнений для развития опорно-двигательного аппарата, изучение основ классического, народного и современного танцев, закладывание основ актерского мастерства, постановочную и репетиционную работу, выступления.

- *Подраздел «Музыкально-ритмическая деятельность»:*

является основным предметом в группе первого года обучения, включает в себя развитие музыкально-ритмической выразительности, пространственной ориентации. Ритмическое воспитание проходит непосредственно на элементах танцевальных движений в процессе урока по хореографии.

- *Подраздел «Классический танец»:*

является обязательным предметом, так как знание и владение школой классического танца является основой для различных направлений танцевального искусства, в том числе народно-сценического. Формирует у детей хорошую осанку, гибкость и координацию. Предмет включает в себя танцевально-тренировочные упражнения у станка и на середине зала, а также танцевальные комбинации. Кроме того, по желанию обучающихся предусмотрен факультативный цикл занятий по пальцевой технике (для обучающихся, достигших возраста 10 лет).

- *Подраздел «Народно-сценический танец»:*

является не обходимым предметом программы, так как танец напрямую связан с совершением обрядов, трудовой деятельностью и бытом любого народа. Предполагает изучение богатства хореографической лексики народных танцев. Дети получают представление о народном танце (о русском народном, белорусском, украинском и других), как об одном из распространённых и давних видов творчества народов мира.

- *Подраздел «Общая физическая подготовка»:*

является обязательным предметом, развивает силу, выносливость, гибкость, тренирует и укрепляет дыхательную и сердечно-сосудистую системы. Предмет включает в себя танцевально-тренировочные упражнения, силовую подготовку, прыжковую часть, акробатическую часть.

- *Подраздел «Современный танец»:*

является ведущим обязательным предметом, так как знание и владение основами современного танца является приоритетной и профильной задачей деятельности. Предмет включает в себя разогревочную работу, тренаж на различных уровнях, упражнения у станка, кроссы по диагоналям, горизонталям и вертикалям зала, танцевально-тренировочные упражнения тренажа, различные танцевальные комбинации.

- Подраздел «Творческая деятельность»:

содержание данного подраздела предполагает изучение основ актерского мастерства, основы наложения грима, работу над постановкой концертных номеров, репетиции, выступления, показы открытых занятий. Осуществляется знакомство со сценой, изучается культура поведения на сцене.

Раздел **«Индивидуальная работа с детьми»** включает в себя индивидуальные занятия с одаренными детьми, коррекционную работу с детьми, постановку танцев (солисты, малые формы, при необходимости – подгруппа детей, участвующих в определенном танце).

Раздел **«Теоретическая часть»** вносится в программу с пятого года обучения и включает в себя беседы об искусстве танца, прослушивание музыкальных отрывков из известных балетов, знакомство с биографией и творчеством виднейших деятелей русской классической хореографии, беседы об истории классического и современного танца, способствующие формированию культуры личности. Кроме того, изучаются основы композиционного построения танца и дается понятие об основах импровизационной деятельности.

1 год обучения

I. Организационное занятие.

- 1.1 Форма для занятий в объединении современного танца;
- 1.2 Правила поведения на занятии;
- 1.3 Инструктаж по технике безопасности.

II. Основы современного танца

2.1 . Разминка:

– упражнения для рук: скрещение прямых рук перед собой и сбоку; руки сзади скрещены в замке (при этом наклон вперед); ноги «деми плие» по II позиции, руки от плеч поднимаются вверх-вниз.

– наклоны: в сторону (рука над головой); вперед (руки в положении «мельница»).

– упражнения для ног: вперед; по диагонали; в сторону на 90 0 (влево и вправо).

2.2 Изоляция.

– голова: наклоны вперед, назад; наклоны вправо, влево; повороты вправо, влево.

– плечи: подъем одного, двух плеч вверх; движение плеч вперед, назад; твист плеч.

– грудная клетка: движение из сторон в сторону.

– таз (бедра): движение из стороны в сторону; hip lift.

– руки: движения прямыми руками вверх-вниз; круговые движения «локомотор»; движения с согнутыми локтями.

– ноги: движения стопы (релевэ); позиция ног

– I параллельная, I аут, II параллельная, II аут.

2.3 Кросс. Передвижение в пространстве.

- шаги: шаг на месте; шаг в сторону с приставкой.
- прыжки: по I параллельной; из I-ой во II параллельную.

IV. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Методы и приемы организации учебно-воспитательного процесса:

Учитывая специфику данного направления творческой деятельности возможно применение следующих методов и приемов:

- Словесные методы (объяснение, беседа, постановка мотивации, установление требований, поощрения);
- Практические методы (упражнения, репетиции);
- Наглядные методы (показ движений педагогом, просмотр видеозаписей, фотографий, иллюстраций, выступлений различных танцевальных коллективов);
- Игровые методы (игры на развитие внимания, памяти, глазомера, координации, воображения);
- Метод целостного разучивания – движение разучивается целиком в замедленном темпе. Применяется при разучивании простых движений или движений, которые невозможно разложить на отдельные части.
- Метод пошагового разучивания – движение при разучивании разбивается на отдельные части, которые затем соединяются в одно целое.
- Прием использования минимума танцевальных элементов при максимуме их всевозможных сочетаний.

Дидактический материал: наглядный материал (рисунки, таблицы с основными позициями рук и ног, фотографии), различные справочные материалы по искусству, хореографии.

Техническое оснащение занятий:

1. Хореографический зал, оборудованный зеркальной стенкой
2. Аудиоаппаратура с аудиозаписями (фонограммы).
3. Инвентарь (коврики, скакалки, скамейки, грузы, обручи, гантели...).
4. Специальная тренировочная одежда, обувь для учащихся.

ЛИТЕРАТУРА

1. Балет. Уроки: Иллюстрированное руководство по официальной балетной программе. – М., 2003.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии – М.: Айрис пресс, 2001.

3. Ваганова А.Я. Основы классического танца. – СПб.: Издательство «Лань», 2003.
4. Горшкова Е.В. От жеста к танцу. Методика и конспекты занятий по развитию у детей 5 – 7 лет творчества в танце. Пособие для музыкальных руководителей детских садов. – М.: Издательство «Гном иД», 2004.
5. Доровских Я.А., Шифанова Р.А. Дидактический материал к междисциплинарной программе «Здоровье». – Томск, изд-во: Пеленг, 2003.
6. Джозеф С. Хавилер. Тело танцора. Медицинский взгляд на танцы и тренировки. М., Издательство «Новое слово», 2004.
7. Звездочкин В.А. Классический танец. Учебное пособие для студентов средних и высших учебных заведений искусств и культуры. – Ростов-на-Дону: «Феникс», 2003.
8. Костровицкая В.С. 100 уроков классического танца. – Л.: Искусство, 1972.
9. Костровицкая В.С. Школа классического танца. – Л.: Искусство, 1976
10. Матвеев В.Ф. Русский народный танец. Теория и методика преподавания: Учебное пособие. - СПб.: Издательство «Лань»; «Издательство ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2010. – 256с.
11. Мориц В.Э., Тарасов Н.И., Чекрыгин А.И. Методика классического тренажа. – СПб.: Издательство «Лань»; «Издательство ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2009. – 384с.: ил.
12. Народно – сценический танец. Ч.1-я. Учеб.-методич. пособие для средних спец. и высших учебных заведений искусств и культуры. – М., «Искусство», 1976.
13. Никитин В. Модерн-джаз танец: методика преподавания – М., 2002 - («Я вхожу в мир искусств»; №12).
14. Никитин В. Модерн-джаз танец: начало обучения – М., 1998 – («Я вхожу в мир искусств»; №4).
15. Никитин В. Модерн-джаз танец: продолжение обучения – М., 2001 - («Я вхожу в мир искусств»; №4).

16. Облап С.М. Методика преподавания народно-сценического танца. Учеб.-методич. пособие для средних спец. и высших учебных заведений искусств и культуры. – Томск, 2012.
17. Образовательные программы по эстетическому воспитанию детей – М.,2000 – («Я вхожу в мир искусств»; № 9).
18. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать: Учебное пособие для учреждений среднего профес. образования. - М.: Гуманит. изд.центр ВЛАДОС, 2003.

ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ ДЕТЕЙ

1. Барышникова Т. Азбука хореографии – М.: Айрис пресс, 2001.
2. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать: Учебное пособие для учреждений среднего профес. образования. - М.: Гуманит. изд.центр ВЛАДОС, 2003.

3. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей. – СПб.: «Музыкальная палитра», 2006.