**Программа по хореографии**

**Составила:**

**Кононова Т. В. –**

**учитель хореографии**

**Пояснительная записка**

***Уметь ходить, уметь стоять, говорить, уметь быть вежливым – это не пустяк***

***А. С. Макаренко***

В эпоху технического прогресса все чаще идет разговор о сохранении классического наследия – отечественных и мировых культурных ценностей, об умении понимать и ценить их красоту и совершенство.

Только наши дети могут сохранить и передать потомкам накопленный опыт нашим поколениям.

Школа – это одна из начальных ступенек в развитии личности человека. И основная цель общеобразовательного учреждения – воспитание всесторонне развитой личности.

Занятия по танцу содействуют эстетическому воспитанию детей, оказывают положительное воздействие на физическое развитие и способствуют росту их общей культуры. Дети занимающиеся в танцевальных кружках, приобретают стройную осанку, начинают легко, стройно, свободно, грациозно двигаться, избавляются от таких физических недостатков, как сутуловатость, опущенная во время ходьбы голова, привычка ставить ноги носками во внутрь и т.п. У них улучшается координация движений . Гигиенисты и врачи считают, движение – это предупреждение разного рода болезней, особенно таких которые связаны с сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной системами. По этому мы рассматриваем В процессе работы над программой из всего многообразия практического материала, предлагаемого разными жанрами и направлениями хореографического искусства, я попыталась выделить движения детского бального, историко-бытового, спортивного бального танцев, а также танцев, поставленных на национальном материале разных народов, наиболее влияющие на разностороннее развитие личности и доступные для освоения детям, не обладающим хореографическими способностями.

хореографию как эффективнейшее лечебное средство, органическую часть системы дополнительного образования, воспитания и развития личности ребенка.

Данная программа предназначена для преподавания курса хореографии для двух возрастных групп учащихся. Первая – это ***младшая возрастная группа*** (1-4 классы). Программа для этой группы рассчитаны на 4 года обучения, Вторая – это ***старшая возрастная группа*** (5-8 классы). Занятия в старшей группе также рассчитаны на 4 года обучения. Срок реализации всей программы – 8 лет. Дети начинают заниматься хореографией с 7 лет и из младшей возрастной группы переходят в старшую возрастную группу.

***Основными*** в освоении программы хореографии ***являются принципы***

***для младшей возрастной группы:***

* от простого к сложному
* от медленного к быстрому
* посмотри и повтори
* вместе с учителем

***для старшей возрастной группы:***

* осмысли и выполни
* от эмоции к логике
* от логики к ощущению

***Основные задачи для младшей возрастной группы:***

* коррекция осанки,
* укрепление различных групп мышц
* развитие художественного воображения
* развитие ассоциативной памяти
* развитие творческих способностей.

. ***Основные цели для младшей возрастной группы:***

* научить ребенка передавать характер музыки, ее образное содержание через пластику движения под музыку
* научить правильно и красиво двигаться
* укрепить мышечный корсет и исправить недостатки осанки
* воспитать в детях чувство коллективизма, сопереживания, общения с друзьями

. познакомить с выдающимися мастерами, национальными танцами, тем самым приобщая их к танцевальной культуре

Программа для младшей возрастной группы дается по следующим разделам:

* Азбука танцевального движения
* Постановка корпуса
* Элементы классического танца
* Элементы народного, историко-бытового танца
* Танцевальная импровизация

***Раздел «Азбука танцевального движения»*** строиться на шаге и беге в различных рисунках, ориентируя детей в пространстве и времени, развивая музыкальость. Включены движения на развитие координации, движения по линии танца:

* на носках
* перекаты стоп
* перескок с захлестом ног назад
* перескок, высоко поднимая колени
* подскоки, подскоки с поворотом
* выпады
* хороводный шаг лицом и спиной
* бег с подскоками
* галоп лицом и спиной, в центр круга и обратно.

***Раздел «Постановка корпуса»*** основывается на общеукрепляющих упражнений лечебной физкультуры. На первом году обучения этому разделу уделяется большая часть времени от занятия (15 – 20 минут). Вся работа по созданию мышечного корсета, исправлению недостатков осанки, гибкость корпуса ведется в основном на занятиях в этом разделе.

***Раздел «Элементы классического танца»*** включает в себя знакомство с основами классического танца. Все упражнения выполняются около станка:

* позиции ног (1;2;6)
* позиции рук (подготовительная, первая, вторая, третья)
* «деми плие» по 1 и 2 позициям
* «батман тандю» 1 позиция
* «сотте» по 1 и 2 позициям
* «реллеве» в 1 и 2 позициях
* «пор де бра»
* «эшаппе» из 1 во 2 позицию и обратно

***Раздел «Танцевальная импровизация»*** включат упражнения, этюды на заданную и сводную темы. В заданиях на импровизацию включены темы, близкие детскому воображению: сюжеты и настроение, связанные с природой, сказочными героями любимых книг, мультфильмов. В этот раздел включены музыкально-двигательные игры.

По окончании курса младшей возрастной группы, учащиеся должны через образное восприятие обогатить набор движений, развить координацию движений, разработать мышцы стоп, научиться ориентироваться в зале, выполнять команды педагога.

***Перед учащимися старшей возрастной группы ставиться задача – углубить и развить навыки, умения, которые были получены в младшей возрастной группе.***

Из основных элементов составляются более сложные вариации, осваиваются приемы эстрадного танца. Увеличивается количество часов с 2 до 3 часов в неделю, причем 1 час посвящен тренировочной работе (классический станок, партер на середине зала), а 2 часа отводятся на постановочно-репетиционную работу.

***Поклон***

Каждый урок в любой возрастной группе начинается с поклона. Поклон – это одна из форм приветствия, принятая у многих народов и выработавшаяся давно. Поклоном пользуется при встрече, знакомстве, расставании; он может быть ярким выражением благодарности, привета, глубокого чувства уважения.

***Младшая возрастная группа, 1 год обучения(1 класс)***

***Учебно-тематический план***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| темы | Количество часов | | |
| всего | теория | практика |
| 1.Организационная работа | 1 | 1 |  |
| 2.Азбука танцевального движения | 3 | 1 | 2 |
| 3.Постановка корпуса | 10 |  | 10 |
| 4.Элементы классического танца | 7 | 2 | 5 |
| 5.Элементы народного, историко-бытового танца | 9 | 2 | 7 |
| 6.Танцевальная импровизация | 4 |  | 4 |
| ***Итого: 34 часов*** | ***34*** | ***6*** | ***31*** |

***Задача –*** научить слушать и понимать команды педагога, музыку, разнообразить набор привычных движений, развивать координацию движения, чувство ритма, память, внимание, заинт. В том числе решаются воспитательные задачи, подготовка к уроку. Разучивание танцев: «Хоровод листьев», «Снежинки», «Давай дружить».

1. ***Организационная работа.***

Беседа с ребятами о целях и задачах курса хореографии, о правилах техники безопасности на уроках. Определение целей, задач на учебный год. Определение формы на занятиях.

1. ***Азбука танцевального движения:***

*Теория:*

* + Мелодия и движение
  + Музыкальные размеры: 4/4; 2/4; ¾
  + Контрастная музыка (быстрая, медленная, веселая, грустная)
  + Перестроение из одних рисунков в другие
  + Повороты вправо, влево

*Практические занятия:*

* Музыкально-пространственные упражнения (маршировка в темпе и ритме музыки; шаг на месте вокруг себя, вправо, влево; повороты на месте)
* Фигурная маршировка с перестроением (из колонны в шеренгу и обратно; из одного круга в два; звездочка)
* Танцевальные шаги: с носка на пятку, шаги в образах (олень, журавль, лиса, кошка, собачка, медведь, птичка)
* Выделение сильной доли

1. ***Постановка корпуса*** включает в себя общеразвивающие упражнения на укрепление мышц корпуса, на гибкость, на растяжку. Выполняются упражнения лечебной физкультуры.
2. ***Элементы классического танца:***

* Знакомство с позициями ног и рук (позиции ног - 1; 6; позиция рук – подготовительная, первая)
* Полуприседания (деми – плие) – по 1 позиции
* Подъем на полупальцы обеих ног (релеве) в 1; 6 позициях

***5. Элементы народного, историко-бытового танцев:***

* подскоки в движении
* пружинка на месте с хлопком
* прыжки с поочередной смены ног
* разучивание танца «Хоровод листьев»
* разучивание танца «Давай дружить» (пружинка с ровной спиной, подскоки, прыжок в сторону на одну ногу, подскоки по кругу, подскоки с поворотом)
* разучивание танца «Снежинки» (бег на носках, повороты на месте, перестроение на звездочки, перестроение на большой круг)

***6. .Танцевальная импровизация:***

* игра «Зайцы и волк» (придумать танец Зайчика на лесной полянке)
* игра «Лягушки и Аист» (изобразить Лягушку на болоте)
* игра «Волны бушуют» (создать образ,останавливаясь в придуманную фигуру)

В связи со спецификой курса разделы: Элементы народного, историко-бытового танца и танцевальная импровизация могут быть сглажены.

***К концу 1 года обучения (1 класса) учащиеся овладевают знаниями и навыками:***

* Правильно пройти в такт музыки, сохраняя осанку
* Иметь навык танцевального шага с носка на пятку
* Чувствовать характер марша (спортивного, строевого, походного)
* Уметь изобразить в танцевальном движении животных
* Выразить образ в разном эмоциональном состоянии – веселья, грусти (веселый котенок, грустный мышонок)
* Исполнить танцы «Хоровод листьев»; «Снежинки»; «Давай дружить!»
* Выступление на празднике «Прощание с 1 классом»

***Младшая возрастная группа, 2 год обучения(2 класс)***

***Учебно-тематический план***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| темы | Количество часов | | |
| всего | теория | практика |
| 1.Организационная работа | 1 | 1 |  |
| 2.Азбука танцевального движения | 3 | 1 | 2 |
| 3.Постановка корпуса | 10 |  | 10 |
| 4.Элементы классического танца | 7 | 2 | 5 |
| 5.Элементы народного, историко-бытового танца | 9 | 2 | 7 |
| 6.Танцевальная импровизация | 4 |  | 4 |
| ***Итого: 34 часов*** | ***34*** | ***6*** | ***28*** |

***Задача:*** Дальнейшее развитие чувства ритма, музыкальности, пластики, координации движения. Научить танцевать в паре. Разучить танцы: «Друзья», «Русский».

***1. Организационная работа.*** Беседа с ребятами о целях и задачах на текущий год, о правилах техники безопасности на уроках хореографии. Ознакомление с репертуаром нового учебного года.

1. ***Азбука танцевального движения:***

*Теория:*

* + Включает весь материал 1 года обучения
  + Особенности музыки – марш, вальс. Быстрые и медленные хороводы, плясовые

*Практические занятия:*

* Закрепляется и исполняется материал 1 года обучения
* Акцентирование сильной доли такта в шагах
* Вступление и финал в танце
* Перестроение по линии танца

1. ***Постановка корпуса*** включает в себя общеразвивающие упражнения на укрепление мышц корпуса, на гибкость, растяжку, используя комплекс упражнений лечебной физкультуры.
2. ***Элементы классического танца:***

* Повторение и закрепление упражнений классического танца 1 года обучения
* Полуприседание (деми-плие) – по 1 и 2 позиции
* Вытягивание ноги на носок (батман тандю) – 1 позиция вперед, в сторону
* Медленное подминание ноги (Релевелан) вперед на 90 градусов
* Прыжки вверх с обеих ног (соте) – в 1 и 2 позициях
* Вытягивание ноги на носок (батман тандю) по 1 позиции
* Упражнения для рук, головы, корпуса (пор де бра)
* Каблук-носок (батман тандю «носок») в характере русского танца

1. ***Элементы народного, историко-бытового танцев:***

* Шаг с притопом, тройной притоп
* Подскок по кругу в парах
* Подскок на месте в повороте
* Качалка руками в парах
* Перестроение из одного круга в два и обратно
* Разучивание танца «Друзья» (основной шаг с носка; перестроение по двум колонкам; тройной шаг колонками вправо-влево; прыжок в парах друг к другу; крутка с остановкой)
* Разучивание танца «Русский» (шаг по кругу с захлестом; пружинка с плечиками; приставной шаг с пяткой и притопом; прыжки по 6 позиции из стороны в сторону)

6***. Танцевальная импровизация:***

* Массовая импровизация «Цветочек растет»; «Сказочный лес»
* Музыкально-двигательная игра «Жили дети озорные» (умение подрожать в танце животных)
* Музыкально-двигательная игра «Мячик» (уметь держать равновесие, сидя на корточках)

***К концу 2 года обучения (2 класса) учащиеся овладевают знаниями и навыками:***

* Знать позиции ног 1; 2; 6; позиции рук – подготовительная, первая, третья.
* Знать батман тандю «носок» в характере русского танца
* Уметь начинать движение после вступления
* Слышать сильные доли в тактах музыкального произведения
* Различать особенности музыки (марш, вальс – быстрый или медленный, хоровод, плясовая)
* Уметь танцевать в паре танец «Русский», танцы «Друзья» и «Сара барабу»
* Иметь навык вежливого отношения к партнеру в паре
* Исполнять импровизацию на заданную тему.
* Выступление на классных мероприятиях
* Выступление на общешкольных мероприятиях

***Младшая возрастная группа, 3 год обучения (3 класс)***

***Учебно-тематический план***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| темы | Количество часов | | |
| всего | теория | практика |
| 1.Организационная работа | 1 | 1 |  |
| 2.Азбука танцевального движения | 3 | 1 | 2 |
| 3.Постановка корпуса | 10 |  | 10 |
| 4.Элементы классического танца | 7 | 2 | 5 |
| 5.Элементы народного, историко-бытового танца | 9 | 2 | 7 |
| 6.Танцевальная импровизация | 4 |  | 4 |
| ***Итого: 34 часов*** | ***34*** | ***6*** | ***28*** |

***Задача:***

Последовательное повторение упражнений 1; 2 года обучения, с усложнением и добавлением темпа исполнения. Отработка техники движения, достигая музыкальности и ритмичности, развивая логическую и мышечную память.

***1.Организационная работа.*** Беседа с ребятами о целях и задачах на текущий год, о правилах техники безопасности на уроках хореографии. Ознакомление с репертуаром нового учебного года.

***2. Азбука танцевального движения:***

*Теория:*

* Динамические оттенки в музыке (форте – громко, пиано – тихо, крещендо – усиление звука, диминуэндо – ослабление звука)
* Ритмический рисунок в музыке
* Развитие музыкальности

*Практические занятия:*

* Разбираются ритмические рисунки, динамические оттенки на выученных танцах 1 и 2 года обучения
* Создание танцевальных образов в соответствии с музыкой

***3. Постановка корпуса*** включает в себя общеразвивающие упражнения на укрепление мышц корпуса, на гибкость, растяжку, используя комплекс упражнений лечебной физкультуры.

***4.Элементы классического танца:***

* Повторение и закрепление упражнений 1 и 2 года обучения
* Полуприседание (деми-плие) – по 1 и 2 позициям, (гран-плие) по 1 позиции
* Подъем на полупальцы обеих ног (релеве) в 1; 6 позициях
* Вытягивание ноги на носок (батман тандю) по 1 позиции, вперед, в сторону
* Упражнения для рук, головы, корпуса (пор де бра)
* Медленное поднимание ноги (релевелян) вперед, в сторону
* Прыжки (эшаппе) из 1 позиции во 2 и обратно

***5.Элементы народного, историко-бытового танцев:***

* Хороводный шаг на полупальцах
* Тройной притоп
* Повороты на 3 шагах вправо, влево
* Тройной шаг с притопом вперед, назад
* Перескок с ноги на ногу
* Кружение в парах
* Разучивание танца «Русская плясовая» (шаг по кругу на полупальцах; пружинка с движением плечами; приставной шаг с пяткой и 3-м притопом; ковырялочка; «полочка» прыжки по 6 позиции из стороны в сторону)
* Разучивание танца «Дождик» (подскоки с противоходом; шаг с носка на пятку; пружинка с разным направлением рук; перестроение из круга в колонки; подскок с броском ноги вперед)

1. ***Танцевальная импровизация:***

* Использовать динамические оттенки музыки при создании этюда
* Массовая импровизация «Русская плясовая» (исполнение знакомых движений по желанию учащихся)
* Танцевальные этюды «Времена года»
* Музыкально-двигательная игра «Зоопарк» (научиться выполнять роль ведущего)

***К концу 3 года обучения(3 класса) учащиеся овладевают знаниями и навыками:***

* Правильно выполнять упражнения классического станка
* Выполнять движения в соответствии с характером музыки
* Знать порядок движений в разученных танцах
* Согласованно выполнять движения в выученных танцах
* Уметь показать выученные танцы перед зрителями «Дождик», «Русская плясовая»
* Выступление на общешкольных мероприятиях
* Выступление на празднике «Дни славянской письменности»

***Младшая возрастная группа, 4 год обучения (4 класс)***

***Учебно-тематический план***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| темы | Количество часов | | |
| всего | теория | практика |
| 1.Организационная работа | 1 | 1 |  |
| 2.Азбука танцевального движения | 3 | 1 | 2 |
| 3.Постановка корпуса | 10 |  | 10 |
| 4.Элементы классического танца | 5 | 1 | 4 |
| 5.Элементы народного, историко-бытового танца | 11 | 2 | 9 |
| 6.Танцевальная импровизация | 4 |  | 4 |
| ***Итого: 34 часов*** | ***34*** | ***5*** | ***29*** |

***Задача:***

Последовательное повторение упражнений 1; 2; 3 годов обучения, с усложнением и добавлением темпа исполнения. Отработка техники движения, достигая музыкальности и ритмичности, развивая логическую и мышечную память.

***1.Организационная работа.*** Беседа с ребятами о целях и задачах на текущий год, о правилах техники безопасности на уроках хореографии. Ознакомление с репертуаром нового учебного года о подготовке к «Выпускному начальной школы».

***2. Азбука танцевального движения:***

*Теория:*

* Динамические оттенки в музыке (форте – громко, пиано – тихо, крещендо – усиление звука, диминуэндо – ослабление звука)
* Ритмический рисунок в музыке
* Развитие музыкальности

*Практические занятия:*

* Разбираются ритмические рисунки, динамические оттенки на выученных танцах 1 и 2 года обучения
* Создание танцевальных образов в соответствии с музыкой
* Выполнение движений в соответствии с музыкой

***3. Постановка корпуса*** включает в себя общеразвивающие упражнения на укрепление мышц корпуса, на гибкость, растяжку, используя комплекс упражнений лечебной физкультуры.

***4.Элементы классического танца:***

* Повторение и закрепление упражнений 1 и 2 года обучения
* Полуприседание (деми-плие) – по 1 и 2 позициям, (гран-плие) по 1 позиции
* Подъем на полупальцы обеих ног (релеве) в 1; 6 позициях
* Вытягивание ноги на носок (батман тандю) по 1 позиции, вперед, в сторону по 4 раза
* Упражнения для рук, головы, корпуса (пор де бра)
* Медленное поднимание ноги (релевелян) вперед, в сторону на 90 градусов
* Прыжки (эшаппе) из 1 позиции во 2 и обратно с паузами и без пауз.

***5.Элементы народного, историко-бытового танцев:***

* Хороводный шаг на полупальцах
* Тройной притоп
* Повороты на 3 шагах вправо, влево
* Тройной шаг с притопом вперед, назад
* Перескок с ноги на ногу
* Кружение в парах
* Разучивание танца «Московская кадриль» (пружинка с движением плечами; приставной шаг с пяткой и 3-м притопом; ковырялочка; тройной шаг вперед, в сторону с раскрытием и закрытием рук; крутка на 4 счета вправо и влево).
* Разучивание танца «Косолапый дождь» (основной шаг с носка; перестроение по двум колонкам; тройной шаг колоннами; прыжок в парах друг к другу; крутка вправо, влево)

1. ***Танцевальная импровизация:***

* Использовать динамические оттенки музыки при создании этюда
* Массовая импровизация «Русская плясовая» (исполнение знакомых движений по желанию учащихся)
* Танцевальные этюды «Времена года», «На лесной полянке»
* Музыкально-двигательная игра «Зоопарк» (научиться выполнять роль ведущего), «Пешеходы и автомобиль» (слышать динамические оттенки и характер музыки)

***К концу 4 года обучения (4 класса) учащиеся овладевают знаниями и навыками:***

* Правильно выполнять упражнения классического станка
* Выполнять движения в соответствии с характером музыки
* Знать порядок движений в разученных танцах
* Согласованно выполнять движения в выученных танцах «Московская кадриль», «Косолапый дождь»
* Исполнение танца «Лявониха» на районном конкурсе «Россыпи талантов»
* Выступление на общешкольном празднике «Выпускной начальной школы»

***Старшая возрастная группа, 5 год обучения(5 класс)***

Для старшей возрастной группы программа рассчитана также на 4 года обучения. Занятия проводятся 1 раза в неделю. В программу (на каждый учебный год) включены разделы, посвященные организационной, учебно-тренировочной, постановочной и репетиционной работе, посещение выставок, театров, концертов.

На занятиях в старшей возрастной группе разучиваются эстрадные танцы: «Кошачий рок-н-ролл», «Здравствуй Столица», «Сладкий подарок», «Просто мы маленькие звезды», «Птичий двор», «Медленный вальс»; также разучиваются народные танцы: «Подружки», «Березы», «Скоморохи».

***Учебно-тематический план***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Темы | Количество часов | | |
| всего | теория | практика |
| 1. Организационная работа | 1 | 1 |  |
| 2. учебно-тренировочная работа | 15 | 4 | 11 |
| 3. Постановочная и репетиционная работа | 16 | 4 | 12 |
| 4. Посещение концертов | 2 |  | 2 |
| ***Итого 34 часа*** | ***34*** | ***6*** | ***28*** |

1. **Организационная работа**

Беседа с ребятами о целях и задачах на новый учебный год. Беседа с учащимися о правилах поведения, о технике безопасности на уроках хореографии, определение формы. Беседа о различных видах танца.

***Учебно-тренировочная работа:***

* Шаг с носка по кругу
* Перестроение по 2 человека, 4 и в колонну по 4 человека
* Повторение и разучивание позиций ног (1, 2, 3, 4, 5, 6);
* Повторение позиций рук - подготовительная (1, 2, 3).
* Упражнения классического станка: деми плие в 1, 2 и 3 позициях; батман тандю с 1 позиции вперед, в сторону, позднее – назад; батман жете с 1 позиции крестом; батман фроппе крестом; гран батман в сторону; соте

1. **Постановочная и репетиционная работа**

* Танец «Кошачий рок-н-ролл» (бег по кругу, движение «перекати поле»; прыжки по 6 позиции с выносом ноги вперед и в сторону на воздух 250; боковые шаги с поднятием рук и пр.).
* Танец «Здравствуй Столица» (бег с высоким поднятием ноги; подскоки; выпады; шаг с пятки; работа с зонтиком; повороты в парах на высоких полупальцах и пр.).
* Танец «Сладкий подарок» (основной шаг – вальсовый поворот; подебуре; болансе; комбинации для рук и пр.).

***4. Посещение концертов*** предполагает всем коллективом посещение значительных выступлений известных хореографических коллективов.

***К концу 5 года обучения (5 класс) учащиеся овладеваю знаниями и навыками:***

* Уметь ориентироваться в пространстве, перестраиваясь по заданию преподавателя
* Знать основные позиции ног, рук классического танца. Уметь выполнять изученные упражнения классического танца для укрепления мышечного корсета
* Исполнять танцы «Кошачий рок-н-ролл», «Здравствуй Столица», «Сладкий подарок»
* Создавать образ шуточного и грустного героя
* Выступление на районном конкурсе «Россыпи талантов»

***К концу 5 года обучения (5 класс) учащиеся овладеваю знаниями и навыками:***

* Уметь ориентироваться в пространстве, перестраиваясь по заданию преподавателя
* Знать основные позиции ног, рук классического танца. Уметь выполнять изученные упражнения классического танца для укрепления мышечного корсета
* Исполнять танцы «Кошачий рок-н-ролл», «Здравствуй Столица», «Сладкий подарок»
* Создавать образ шуточного и грустного героя
* Выступление на районном конкурсе «Россыпи талантов»

***Старшая возрастная группа, 6 год обучения (6 класс)***

***Учебно-тематический план***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Темы | Количество часов | | |
| всего | теория | практика |
| 1. Организационная работа | 1 | 1 |  |
| 2. учебно-тренировочная работа | 15 | 2 | 13 |
| 3. Постановочная и репетиционная работа | 16 | 3 | 13 |
| 4. Посещение концертов, хореографических конкурсов | 2 |  | 2 |
| ***Итого 34 часа*** | ***34*** | ***6*** | ***28*** |

1. ***Организационная работа***

Беседа с ребятами о целях и задачах на новый учебный год. Беседа с учащимися о правилах поведения, о технике безопасности на уроках хореографии, определение формы.

1. ***Учебно-тренировочная работа:***

* На шестом году обучения экзерсис на середине зала значительно усложняется.
* Усложняются упражнения для развития техники танца.
* Усложняются упражнения классического танца (деми плие из 1, 2, 5 позиции; батман тандю из 1, 5 позиции крестом и с деми плие в 5 позицию; батман жете из 1 и 5 позиции крестом и с пике в сторону, рон де жамб партер из 1 позиции по половине круга, а затем полностью на полный круг; батман фраппе крестом; гран батман жете в сторону и на круазе, соте, эшапе). Диагональ на середине зала - повороты (шене).

1. ***Постановочная и репетиционная работа:***

* Танец «Осени не будет никогда» (крутка по 6 позиции; простой шаг с носка; ключ простой; бег по кругу; крутка; дробь и пр.).
* Танец « Подружки» (беговой шаг; работа над образностью в исполнении; различные виды прыжков и пр.).
* Танец «Просто мы маленькие звезды» (основной шаг с носка; работа над пластикой в движениях и пр.).

***4. Посещение концертов*** предполагает всем коллективом посещение выступлений местных, приезжих (проффесиональных) хореографических коллективов.

***К концу 6 года обучения (6 класс) учащиеся овладевают знаниями и навыками:***

* Знать правила исполнения основных движений классического танца
* Знать выразительные средства музыки и танца
* Выполнять движения танцев в соответствии с музыкой
* Уметь исполнять танцы «Осени не будет никогда», «Три подружки», «Просто мы маленькие дети»
* Выступление на районном конкурсе «Дарындар шашуы»

***Старшая возрастная группа, 7 год обучения (7 класс)***

***Учебно-тематический план***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Темы | Количество часов | | |
| всего | теория | практика |
| 1. Организационная работа | 1 | 1 |  |
| 2. учебно-тренировочная работа | 15 | 2 | 13 |
| 3. Постановочная и репетиционная работа | 16 | 3 | 13 |
| 4. Посещение концертов | 2 |  | 2 |
| ***Итого 34 часа*** | ***34*** | ***6*** | ***28*** |

***Организационная работа***

Беседа с ребятами о целях и задачах на новый учебный год. Беседа с учащимися о правилах поведения, о технике безопасности на уроках хореографии, определение формы.

***Учебно-тренировочная работа:***

* На седьмом году обучения повторяются и отрабатываются упражнения классического танца в более ускоренном темпе
* Дополнительно изучаются упражнения: ронде жамб партер; релеве лан крестом на 900
* Выполняются упражнения классического станка на середине зала
* Добавляются прыжки на диагонали

***Постановочная и репетиционная работа:***

* Танец «Гусаров» (переменный шаг; простой шаг с носка; припадание по кругу и диагонали; работа с руками; перестроение по линии танца и пр.)
* Танец «Медленный вальс» (танец построен на вальсовых комбинациях; идет набор движений для рук и ног, которые выполняются одновременно; правая и левая переменная по квадрату; Поворот по квадрату; выход на круг; положение в паре и пр.)

***4. Посещение выставок, театров, концертов*** предполагает всем классом посещение значительных выступлений известных хореографических коллективов, выставки в выставочных центрах, балетные постановки театральных коллективов.

***К концу 7 года обучения (7 класса) учащиеся овладевают знаниями и навыками:***

* Знать правила исполнения основных движений классического танца
* Знать выразительные средства музыки и танца
* Различать стили танцевального искусства
* Уметь исполнять танцы «Гусары», «Медленный вальс»
* Выступление на спортивных праздниках
* Выступление на конкурсе массового танца «Флешмоб»

***Старшая возрастная группа, 8 год обучения (8 класс)***

***Учебно-тематический план***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Темы | Количество часов | | |
| всего | теория | практика |
| 1. Организационная работа | 1 | 1 |  |
| 2. Учебно-тренировочная работа | 15 | 2 | 13 |
| 3. Постановочная и репетиционная работа | 16 | 1 | 15 |
| 4. Посещение концертов | 2 |  | 2 |
| ***Итого 34 часа*** | ***34*** | ***4*** | ***30*** |

1. ***Организационная работа***

Беседа с ребятами о целях и задачах на новый учебный год. Беседа с учащимися о правилах поведения, о технике безопасности на уроках хореографии, определение формы.

1. ***Учебно-тренировочная работа:***

* На восьмом году обучения повторяются и отрабатываются упражнения классического танца в более ускоренном темпе и различных небольших комбинациях.
* Дополнительно изучаются упражнения: ронде жамб партер; релеве лан крестом на 900; девлюпе крестом на 450, а затем на 900; дубль флик.
* Выполняются упражнения классического станка на середине зала
* Добавляются прыжки на диагонали

***Постановочная и репетиционная работа:***

* Танец «Русские узоры» (переменный шаг; простой шаг с носка; припадание по кругу и диагонали; работа с руками; перестроения в хороводе и пр.).
* Башкирский народный танец «Цветущий курай» (танец построен на сложных комбинациях; идет набор движений для рук и ног, которые выполняются одновременно;трилисник, дроби, шаги с щелчками пальцев; боковые шаги с поднятием рук по кругу и пр.).
* Танец «Свой танец» (Самостоятельно создать танец на основе приобретенных умений и навыков).

***4. Посещение выставок, театров, концертов*** предполагает всем коллективом посещение значительных выступлений известных хореографических коллективов, выставки в выставочных центрах, балетные постановки театральных коллективов.

***К концу 8 года обучения (8 класса) учащиеся овладевают знаниями и навыками:***

* Знать правила исполнения основных движений классического танца
* Знать выразительные средства музыки и танца
* Различать стили танцевального искусства
* Уметь исполнять танцы «Русские узоры», «Цветущий курай»
* Самостоятельно создать «Свой танец»
* Выступление на Районном «Дарындар шашуы», городском танцевальном конкурсе «Флешмоб»

***В Ы В О Д***

За 8 лет занятий в хореографическом коллективе учащиеся должны овладеть основами хореографического образования, знаниями, умениями и навыками, позволяющими исполнять танцы, построенные на движениях разных жанров и стилей. Знать правила исполнения движений народно-сценического танца. Овладеть навыками красивой осанки, исправить недостатки осанки, создавая мышечный корсет, развить координацию движений, грамотностью и выразительностью движений. Уметь исполнять грамотно и музыкально все основные движения классического танца. Проявлять интерес к хореографической культуре, народной и классической хореографии.

Понимать художественные связи всех жанров хореографии. Знать историю происхождения изученного танцевального репертуара.

Научиться самостоятельно создавать новые танцы на основе приобретенных умений и навыков. Уметь импровизировать на свободную тему.

Научиться исполнять хореографические танцы перед зрителями (выступая на конкурсах, КВНах, классных и школьных мероприятиях). Знать критерии хорошего исполнения танца и уметь самостоятельно оценивать его, что дает возможность правильно судить об идейно-художественных качествах произведений хореографического искусства.

Учащиеся должны развить в себе коммуникабельность, взаимовыручку, научиться культуре общения в коллективе, с преподавателем, со зрителями.

***МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ***

Занятия хореографического коллектива могут проводиться в разных формах: игровой (для младшей возрастной группы); в форме беседы, посещения концертов детских и профессиональных коллективов; открытого урока; выступления перед другими художественными коллективами и воспитанниками детских садов и пр.

Для организации занятий хореографического коллектива необходимо: просторное, светлое, чистое помещение; магнитофон или музыкальный центр; записи используемых композиций; реквизит для подготовки выступлений.

К участникам хореографического коллектива предъявляются требования по определенной форме одежды (футболка; велосипедки; носки; тапки) и внешнему виду (волосы убраны в кичку).

ЛИТЕРАТУРА

1. *Богаткова Л.Н.* «Танцы для детей». – М., 1959.
2. *Богаткова Л.Н.* «Танцы разных народов». – М., 1958.
3. *Бондаренко Л.* «Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях». – Киев, 1985.
4. Классический танец. Методическая разработка для учащихся КПУ хореографической ориентации/Сост. *М.В. Смирнова*. – М., 1988.
5. Народный танец. Методическая разработка для учащихся и преподавателей хореографической специализации КПУ/Сост. *М.И. Шляпникова*. – М., 1988.
6. *Пасютинская В.М*. Волшебный мир танца: Кн. для учащихся. – М., 1985.
7. *Ткаченко Т.С.* «Работа с танцевальным коллективом». – М., 1958.

***Приложение:***

***Комплекс упражнений лечебной физкультуры на занятиях хореографии.***

***В результате регулярных занятий с использованием упражнений лечебной физкультуры:***

* ***Уменьшается плоскостопие***
* ***Создается мышечный корсет***
* ***Исправляются недостатки осанки***

***Решается задача общего укрепления и физического развития ребенка.***

***Упражнения для стоп:***

* *Исх. пол. - сидя на коврике, ноги вытянуты, руки за спиной*

*На счет 1 – носки стоп натянуть на себя;*

*На счет 2 – носки стоп вытянуть вниз.*

* *Исх. пол. - сидя на коврике, ноги вытянуты, руки за спиной*

*На счет 1 – одна стопа вытянута вниз, другая натянута на себя;*

*На счет 2 – поменять положение стоп.*

* *Исх. пол. - сидя на коврике, ноги вытянуты, руки за спиной*

*На счет 1 – круговые движения стоп от центра*

*На счет 2 – круговые движения стоп к центру.*

***Упражнения на создание мышечного корсета:***

* *Исх. пол. - сидя на коврик,) ноги вытянуты, руки за спиной*

*На счет 1 – мах правой ногой (нога крепко вытянута, носок острый)*

*На счет 2 – нога опускается в исходное положение*

*На счет 3 – мах левой ногой (нога крепко вытянута, носок острый)*

*На счет 4 – нога опускается в исходное положение.*

* *(«Ножницы») Исх. пол. - сидя на коврике, ноги вытянуты, руки за спиной*

*На счет 1 – две ноги (крепко вытянутые) поднимаются и делают движение на крест*

На счет 2 - две ноги (крепко вытянутые) Раскрываются в стороны

* *(«Уголок») Исх. пол. - сидя на коврике, ноги вытянуты, руки за спиной*

*На счет 1 .2 .3 - крепко вытянутые ноги (носки острые) поднимаются на 45 градусов, руки раскрываются в стороны*

*На счет 4 – ноги возвращаются в исходное положение*

***Упражнения растяжки:***

* *Исх. пол. - сидя на коврике, ноги поджаты к себе, колени вместе, руками держаться за носочки*

*На счет 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 – переступая пятками, ноги вытягиваются вперед, корпус ложиться на ноги. В положении лежа, ребенок находиться на 4 счета*

* *Исх. пол. - сидя на ковриках, ноги широко раскрыты, крепко вытянуты, руки тянутся наверх, спина – прямая*

*На счет 1 – лечь на правую ногу*

*На счет 2 – исходное положение*

*На счет 3 – лечь на левую ногу*

*На счет 4 – исходное положение*

*На счет 5, 6, 7 – лечь вперед, руки поставить на локти, голову положить на руки*

*На счет 8 – исходное положение*

* *(«Лягушка») Исх. пол. - сидя на коврике, ноги сложены стопа к стопе, поджатые к корпусу, руки кладутся на колени)*

*На счет 1, 2, 3 – руками нажимать на колени, стараясь положить колени на пол*

*На счет 4 – вернуться в исходное положение*

* *Исх. пол. - лежа на спине, ноги крепко вытянуты на полу*

*На счет 1,2 – поднять крепкие, прямые ноги.*

*На счет 3, 4, 5, 6 – раскрыть крепкие ноги в стороны (шпагат лежа)*

*На счет 7 – ноги собрать вместе*

*На счет 8 – вернуться в исходное положение****Упражнения на гибкость корпуса:***

* *(«Кошечка 1») Исх. пол. – стоя на четвереньках, колени вместе*

*На счет 1, 2 – прогиб спины (ямка), голова поднята вверх*

*На счет 3, 4 – Спина выгибается в другую сторону (горка), голова опускается вниз*

* *(«Кошечка 2») Исх.пол. – стоя на четвереньках, колени вместе*

*На счет 1, 2 – сесть на ноги*

*На счет 3, 4, 5, 6, 7, 8 – лечь на пол (изображая как кошечка пролезает под забором), голова поднимается назад*

*На счет 1, 2, 3, 4, 5, 6 – возвращение в положение сидя по той же траектории*

*На счет 7, 8 – встать в исходное положение*

* *(Упр. – отдых «Дельфин и русалка») Исх. пол. – лежа на животе, ноги вытянуты, стопы раскрыты в первую позицию («рыбий хвостик»), руки перед собой*
* *Исх. пол. – лежа на животе ноги вытянуты, носки и пятки вместе, руки согнуты в локтях*

*На счет 1, 2, 3, 4 – подняться на вытянутые руки и прогнуться назад, голова тянется назад*

*На счет 5, 6, 7, 8 – медленно вернуться в исходное положение*

* *(«Лодочка») Исх. пол. – лежа на животе, носки, пятки – вместе, руки вытянуты по полу вперед*

*На счет 1, 2, 3, 4 – напрягая мышцы, поднять крепкие руки и вытянутые ноги, голова остается прижата к коврику*

*На счет 5, 6, 7, 8 – вернуться в исходное положение*

* *(«Самолет») Исх. пол. - лежа на животе, носки, пятки – вместе, руки вытянуты по полу в стороны*

*На счет 1, 2, 3, 4 - напрягая мышцы, поднять крепкие руки (в стороны) и вытянутые ноги (вместе)*

*На счет 5, 6, 7, 8 - вернуться в исходное положение*

* *(«Корабль») Исх. пол. - лежа на животе, носки, пятки – вместе, руки вытянуты вдоль корпуса*

*На счет 1, 2, 3, 4 - напрягая мышцы, поднять крепкие руки (скрепленные в замок за спиной) и вытянутые ноги (вместе)*

*На счет 5, 6, 7, 8 - вернуться в исходное положение*

* («Корзиночка») Исх. пол. – лежа на животе, руками взять ноги за щиколотки

На счет 1, 2, 3, 4, - поднять руками ноги вверх, изображая корзиночку

На счет 5, 6, 7, 8 - вернуться в исходное положение

* («Колобок») Исх. пол. – сидя на ковриках, обхватить руками колени, голу прижать к коленям

На счет 1, 2 – оттолкнуться ногами и качнуться назад, положение корпуса остается сгруппированным

На счет 3, 4 - вернуться в исходное положение