

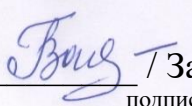
ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ
Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«ОБРАЗЦОВЫЙ АНСАМБЛЬ ТАНЦА «ЮНОСТЬ» Юниор

СОГЛАСОВАНО:

Заместитель

директора по УВР ЦХЭР  /Шмбаева П.Е./
подпись Ф.И.О.

Методист ЦХЭР

 /Заяц Г.А./
подпись Ф.И.О.

Составитель (составители) ДООП:

Позднякова Т.В.  педагог дополнительного образования

Заключение: Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа соответствует требованиям к разработке ДООП и рекомендована к реализации решением ИМС от «27» мая 2024 г., протокол № 3.

Министерство образования и науки Хабаровского края
Краевое государственное автономное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Центр развития творчества детей (Региональный модельный центр дополнительного
образования детей Хабаровского края)»
«Центр художественно-эстетического развития»

Рассмотрена

на заседании научно-
методического совета Центра
Протокол № 3
от «31» мая 2024 г..

Утверждаю

Генеральный директор
КГАОУ ДО РМЦ
 М.В. Капузний
от «30» августа 2024 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

«Образцовый ансамбль танца «ЮНОСТЬ» Юниор

Уровень освоения: базовый
Возраст учащихся: 9 – 12 лет
Срок реализации: 3 года

Составитель:
Позднякова
Татьяна Владиславовна,
педагог дополнительного
образования

г. Хабаровск
2024

Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Образцовый ансамбль танца «Юность» Юниор

1.1 Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Образцовый ансамбль танца «Юность» Юниор художественной направленности (далее - Программа) направлена на эстетическое воспитание учащихся, на развитие художественно-творческого потенциала личности посредством хореографии и разработана на основе нормативно-правовых документов:

– Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

– Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

– Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

– Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

– Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года».

– Устав краевого государственного автономного образовательного учреждения дополнительного образования «Центр развития творчества детей (Региональный модельный центр дополнительного образования детей Хабаровского края)».

Направленность: художественная.

Тип: комплексная.

Уровень: базовый.

Актуальность программы: танцевальное искусство - это мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов, то есть мир волшебного искусства. Особенно привлекателен и интересен этот мир детям. Танец обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Соединение движения, музыки и игры, формируют у ребёнка эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, делают его движения

естественными и красивыми. На занятиях танцами дети развивают слуховую, зрительную, мышечную память, учатся благородным манерам. Учащиеся познают многообразие танца: классического, народного, современного и др. Танцевальное искусство воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, оно развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Отличительными особенностями программы является: активное использование импровизации и актёрского мастерства для развития творческого потенциала детей.

Большое внимание уделяется постановочной, репетиционной работе, а также выделены часы для индивидуальных занятий, необходимых для создания малых форм и сольных номеров.

В образцовом ансамбле танца «Юность» Юниор проводится работа по наставничеству в формате «Учащийся – Учащийся».

Формы работы предусматривают:

- староста коллектива является помощником педагога в вопросах организации репетиций, посещения занятий (отмечает отсутствующих), следит за дисциплиной коллектива на репетициях, за кулисами, во время выездных мероприятий;

- учащиеся старшего возраста обучают младших: правилам обращения с костюмами, гримом; являются примером для младших в исполнительских навыках; проводят разминку; показывают пример во время репетиций и концертов.

Педагогическая целесообразность. Данная программа направлена на:

- приобщение детей к миру танца;
- развитие образного мышления, фантазии, памяти;
- решение задач по формированию начальных азов хореографического искусства, расширение знаний учащегося о мире и о себе;
- удовлетворение познавательного интереса к хореографическому искусству;
- оптимальное развитие личности учащихся на основе педагогической поддержки способностей, интересов в условиях специально организованной образовательной деятельности.

Адресат программы. Программа рассчитана на учащихся 9-12 лет. Рекомендуемый состав групп по программе «Образцовый ансамбль танца «Юность» Юниор: 12 человек.

Формы обучения – очная.

Форма организации занятий:

- групповая;
- индивидуальная;
- сводные репетиции.

Форма проведения занятий:

- беседа;
- сюжетно-образная игра;
- игры на импровизацию;

- подготовка к концертному выступлению;
- репетиции (сводные репетиции);
- концертное выступление.

Методы:

- словесные – (объяснение, беседа, рассказ, анализ музыкального и художественного произведения);
- наглядный - показ педагогом движений;
- практический - упражнения, тренинг, репетиция, концерт.

Объем и срок освоения, режим занятий

Период	Продолжительность занятия	Количество занятий в неделю	Количество часов в неделю	Кол-во недель	Кол-во часов в год
<i>Образцовый ансамбль танца «Юность». Юниор (9-12 лет)</i>					
1 год обучения	2 часа	3	6	41	248 час.
2 год обучения	2 часа	3	6	41	248 час.
3 год обучения	2 часа	3	6	41	248 час.
Итого:					248

Основной формой организации образовательного процесса по программе является занятие.

Продолжительность занятий – 45 минут с обязательным 10 - минутным перерывом между ними для отдыха детей и проветривания кабинета.

1.2 Цель и задачи программы

Цель: создать условия для развития творческих способностей учащихся средствами хореографии.

Задачи:

Личностные:

- воспитание понимания эстетической ценности искусства, уважительного отношения к хореографии;
- привитие сценической культуры;
- формирование творческой инициативы;
- формирование устойчивого интереса к хореографическому искусству;
- воспитание уважительного отношения к народной хореографической культуре;
- создание дружественной среды среди учащихся;
- воспитание дисциплинированности, ответственности, трудолюбия;
- воспитание чувства коллективизма, товарищества и взаимопомощи;
- развитие уверенности в себе, самостоятельности в принятии решений и способности нести за них ответственность;
- формирование активной жизненной позиции.

Метапредметные:

- формирование навыков выражать в танцевальном номере региональные особенности, характер танца, настроение;
- формирование навыков контактности и коллективности при решении творческих задач;
- формирование музыкально-ритмических навыков;
- обучение навыкам публичного выступления;
- способствование формированию опорно-двигательного аппарата, правильной осанки и навыков координации движений;
- развитие способности самостоятельно действовать, выбирать способ решения учебных задач и использовать полученные знания в практико-ориентированной деятельности.
- привитие бережного отношения к концертным костюмам и атрибутике.

Предметные:

- обучение базовым компетенциям хореографии (классический танец, народный танец, современный танец);
- формирование системы устойчивых знаний, умений и навыков по хореографическому искусству;
- обучение эстетично и технически грамотно выполнять элементы классического, народного, эстрадного танцев;
- обучение танцевальной лексике (в объемах программы);
- обучение использованию навыков актерского мастерства в танцевальных этюдах, номерах.

Задачи программы 1 года обучения

Личностные:

- воспитание понимания эстетической ценности искусства, уважительного отношения к хореографии;
- формирование творческой инициативы;
- привитие сценической культуры.

Метапредметные:

- формирование музыкально-ритмических навыков;
- развитие способности самостоятельно действовать, выбирать способ решения учебных задач и использовать полученные знания в практико-ориентированной деятельности;
- привитие бережного отношения к концертным костюмам и атрибутике.

Предметные:

- обучение танцевальной лексике (в объемах программы);
- обучение приёмам актерского мастерства;
- обучение базовым компетенциям хореографии: классический экзерсис у станка (лицом к станку) и на середине зала: деми-плие, батман тандю, батман тандю жете, положение стопы на кудепье, пассе, релеволян, гранд батман, соте по 6-ой, 2-ой позициям, 1-ый, 2-ой арабеск, вращение по диагонали – шене, сисон; упражнения в народном танце: постановка корпуса и рук в русском танце, припадание, гармошка, кавырялочка, простые дроби, простой ключ,

каблучные движения, танцевальные шаги, вращения по диагонали – подскоки в повороте, бегунок; упражнения в эстрадном танце: основные позиции ног (не выворотные), положение рук, изолированные движения головы плеч, бедер, перекаты.

Задачи программы 2 года обучения

Личностные:

- формирование устойчивого интереса к хореографическому искусству;
- воспитание уважительного отношения к народной хореографической культуре;
- создание дружественной среды среди учащихся;
- воспитание чувства коллективизма, товарищества и взаимопомощи.

Метапредметные:

- формирование навыков контактности и коллективности при решении творческих задач;
- обучение навыкам публичного выступления.

Предметные:

- обучение танцевальной лексике (в объемах программы);
- обучение использованию навыков актерского мастерства в танцевальных этюдах, номерах;
- формирование системы устойчивых знаний, умений и навыков по хореографическому искусству;
- обучение эстетично и технически грамотно выполнять элементы классического, народного, эстрадного танцев;
- обучение выполнять упражнения с пространством посредством хореографической пластики; выполнять упражнения классического экзерсиса у станка, держась одной рукой за станок, и на середине зала: гран плие, батман фондю, батман фραπε, 3-ий, 4-ый арабеск, па баляссе, соте по 1-ой, 2-ой, 3-ей позициям, эшапе, вращения по диагонали и по кругу – шене, тур пике; выполнять упражнения в народном танце: двойная дробь, ключ в комбинации с тройной дробью, веревочка, танцевальные шаги в вариантах, вращения по диагонали и по кругу – подскоки в повороте, бегунок; выполнять упражнения в эстрадном танце: движение «волна», пируэты на месте, скользящие шаги.

Задачи программы 3 года обучения

Личностные:

- развитие уверенности в себе, самостоятельности в принятии решений и способности нести за них ответственность;
- формирование активной жизненной позиции.

Метапредметные:

- формирование навыков выражать в танцевальном номере региональные особенности, характер танца, настроение;
- привитие бережного отношения к концертным костюмам и атрибутике;
- обучение навыкам публичного выступления.

Предметные:

- обучение танцевальной лексике (в объемах программы);

- обучение использованию навыков актерского мастерства в танцевальных этюдах, номерах;
- обучение выполнять упражнения классического экзерсиса у станка и на середине зала в полном объеме: прыжки: соте по позициям, глиссад, сисон форме, гранд жете, вращения по кругу: шене, тур пике, жете антурнан, вращение на середине зала по 5-ой позиции;
- обучение выполнять упражнения в народном танце: двойные дроби в комбинациях, веревочку в комбинации с каблучными движениями, танцевальные шаги в комбинациях, вращения по кругу: бегунок, ковырялочка в повороте, вращение на середине зала по 6-ой позиции, обертас;
- обучение выполнять упражнения в эстрадном танце: пируэты в продвижении, скользящие шаги с прыжками, партнеринг.

1.3 Содержание программы Учебный план 1 года обучения

№	Содержание	Количество часов			Формы аттестации\ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	4	2	2	Собеседование
2	Партерная гимнастика	36	2	34	Освоение элементов партерной гимнастики
2.1	Упражнения на развитие гибкости суставов	18	1	17	
2.2	Упражнения на развитие гибкости мышц и связок	18	1	17	
3	Классический танец	36	1	35	Освоение элементов классического танца
3.1	Экзерсис у станка	18	1	17	
3.2	Экзерсис на середине зала	18	-	18	
4	Народный танец	36	1	35	Освоение элементов народного танца
4.1	Экзерсис на середине зала	18	1	17	
4.2	Танцевальные комбинации	18	-	18	
5	Эстрадный танец	36	1	35	Освоение элементов классического танца
5.1	Экзерсис на середине зала	18	1	17	
5.2	Диагональ. Кроссы	18	-	18	
6	Импровизация. Актёрское мастерство.	18	2	34	Умение создавать хореографический образ
7	Подготовка творческих номеров	36	2	34	Участие в концертах, конкурсах, фестивалях
7.1	Отработка танцевальных комбинаций	18	1	17	
7.2	Отработка номера в целом	18	1	17	
8	Концертная деятельность	22	1	21	Участие в концертах, конкурсах, фестивалях
8.1	Репетиции	12		12	
8.2	Выступления	10	1	9	
9	Финансовая грамотность	4	2	2	Освоение элементов финансовой грамотности
10	Итоговая аттестация	2	-	2	Тестирование. Участие в итоговом концерте
11	Досугово-образовательная деятельность	18	-	18	Участие: беседы; викторины; игровые программы; посещение концертов хореографических коллективов; мастер-классы.
11.1	Экскурсии в музеи, театры, филармония.	6	-	6	
11.2	Участие в мастер-классах	4	-	4	
11.3	Участие в викторинах.	4	-	4	
11.4	Участие познавательно-развлекательных конкурсах.	4	-	4	
	ИТОГО:	248	11	237	

Содержание учебного плана 1 года обучения

1. Вводное занятие (4 час.).

Теория: Ознакомление с содержанием учебной деятельности. Здоровьесбережение. Правила внутреннего распорядка. Общий инструктаж по технике безопасности.

Практика: Проведение тренировочной квест-игры: по правилам пожарной безопасности, по мерам по противодействию терроризму и экстремизму.

2. Партерная гимнастика (36 час.).

2.1 Упражнения на развитие гибкости суставов.

Теория: Объяснение понятий: партерная гимнастика. Инструктаж по виду деятельности.

Практика: Отработка техники выполнения упражнений для развития выворотности тазобедренных суставов. Отрабатывается комплекс упражнений для стоп и заканчивается упражнениями на гибкость и растяжки. Используются упражнения на сгибание и разгибание ног, положение лёжа на животе и спине, наклоны корпуса вправо, влево и вперед, упражнения для гибкости позвоночника («Лодочка» «Кошечка», «Корзиночка», и т. д.).

2.2 Упражнения на развитие гибкости мышц и связок.

Теория: Техника безопасности при исполнении упражнений на развитие гибкости мышц.

Практика: Отработка упражнений на улучшение эластичности мышц и связок, изолированных движений отдельных групп мышц, головы, ног, бедер, плеч. Отработка упражнений «Березка», «Кобра», «Лодочка», «Корзинка», «Качели», «Кольцо».

3. Классический танец (36 час.).

3.1 Экзерсис у станка.

Теория: Техника безопасности исполнения движений.

Практика: Отработка упражнений экзерсис у станка. Простой станок (деми плие, батман тандю, батман тандю жете, ронд де жамб партер, батман фондю, батман фраппе, адажио, гран батман). Отработка комбинированных движений между собой: деми плие с релеве, гран плие с позами рук, батман тандю с деми плие, с пассае, с релеве и т.д. Повороты: сотеню, позы экартэ, эффассе.

3.2 Экзерсис на середине зала.

Практика: Упражнения на середине зала. Деми плие, батман тандю, батман тандю жете, адажио, прыжки (соте, шажман, эшапе) па балянсе, сисоны. Обучение большим прыжкам: ферме, гранд жете. Вращения по диагонали: шене, тур ан дедан (в чистом виде), вращения на середине зала: сотеню, пируэты.

4. Народный танец (36 час.)

4.1 Экзерсис на середине зала.

Теория: Техника исполнения движений в народном танце.

Практика: Отработка техники выполнения упражнений для рук, припадание в сторону, на месте, в повороте. Отработка техники «Дробь» – двойная с двух ног, двойная с одной ноги, простой ключ двойной ключ, дробь с продвижением. Вращения по диагонали: шене, бегунок, подскоки в повороте (в чистом виде), по кругу, на середине зала: пируэт по 6-ой позиции, обертас, поджатые. Усложнения простой верёвочки с дробными выстукиваниями.

4.2 Танцевальные комбинации.

Практика: Разучивание танцевальных комбинаций. Работа над комбинациями танцевальных проходов с другими движениями. Каблучные комбинации, ковырялочка в повороте, танцевальные шаги.

5. Эстрадный танец, современный танец (36 час.).

5.1 Экзерсис на середине зала.

Теория: Эстрадный танец – нагрузка на различные группы мышц в эстрадной хореографии.

Практика: Комбинирование движений разных центров: голова – плечи, грудная клетка – руки, руки – ноги, cftch step – перенос веса тела с одной ноги на другую, kick («пинок»), lay out – отклонение торса от работающей ноги, demi и grand plie по параллельным и выворотным позициям, возможно изменение динамики движения, а также сочетание с движением торса (спираль, поклон) battment tendu и battment tendu jebe по параллельным позициям, а также с сокращенной стопой и координацией рук.

5.2 Диагональ. Кроссы.

Практика: Разучивание основных элементов джазового танца: положение корпуса, рук, стопы, особенности вращения на середине зала, положение ноги в пируэтах, кроссы с продвижением по диагонали или по прямой линии с применением различных прыжковых движений, вращений, батманов. Введение элементов современной хореографии: знакомство с партерной техникой, разучивание простых свингов, перекатов, использование классических прыжков в современной технике (сисон, сисон ферме, сисон уверт и т. д.). Основы техники хип-хопа (положение корпуса, ног, раскачивание корпуса, скользящие движения стоп). Отработка упражнений по диагонали. Кроссы.

6. Импровизация. Актёрское мастерство. (18 час.).

Теория: Правила безопасности при выполнении сложных движений, разбор музыкального произведения, понятие импровизации.

Практика: Упражнения на освоения пространства в различных предлагаемых обстоятельствах: произвольная ходьба по залу, бег боком, спиной, медленно, быстро, с паузами. Импровизация в партере, построение цепочки в пространстве. Упражнение на эмоциональное развитие, актерское мастерство: Отработка упражнений «Зеркало». Зеркальное отражение движений других людей является основой импровизации. Движение в унисон с другими – это особое удовольствие, возможно, потому что порождает чувство согласия и поддержки. Отработка упражнения «Цепочка имен».

7. Подготовка творческих номеров (36 час.).

7.1 Отработка танцевальных комбинаций.

Теория: Техника исполнения движений, разбор музыкального произведения, разбор характера и особенностей готовящегося номера.

Практика: Работа над постановкой отдельных комбинаций. Отработка движений, танцевальных комбинаций.

7.2 Отработка номера в целом.

Теория: Инструктаж по виду деятельности.

Практика: Работа над соединением отдельных комбинаций в номер. Работа над образом в номерах, выразительностью исполнения движений.

8. Концертная деятельность (22 час.).

8.1 Репетиции.

Практика: Для участия в концертах различного уровня, проводятся постоянные репетиции отдельных номеров. Репетиции проходят на сцене художественно-эстетического развития.

8.2 Выступления.

Теория: Правила поведения на сцене, в гримёрных комнатах, уход за сценическими костюмами. Правила поведения на выездных концертах.

Практика: Учащиеся принимают участие в международном фестивале «Ритмы планеты», в региональном конкурсе балетмейстеров, в ежегодном конкурсе «Танцевальный калейдоскоп». Участвуют в городских и краевых концертах, в мероприятиях центра художественно-эстетического развития: новогодние представления, 8 марта, День Победы, отчетный концерт и т.д.

9. Финансовая грамотность (4 час.).

Теория: Понятие денег как инструмента обмена благами. История возникновения денег. Метод накопления. Учимся оценивать финансовое поведение свое финансовое поведение. Учимся считать семейные доходы и расходы. Как сформировать семейный бюджет.

Практика: Учебные мини-проекты «Доходы и расходы семьи», «Семейный бюджет». Игры.

10. Итоговая аттестация (2 час.)

Теория: Тестирование учащихся по пройденным темам. Правила исполнения движений, позиций.

Практика: Итоговое занятие. Отчетный концерт.

Промежуточная и итоговая аттестация.

11. Досугово-образовательная деятельность (18 час.)

11.1 Экскурсии в музеи, театры, филармония.

Практика: Выезды на представления в КГАУК «Хабаровский краевой музыкальный театр», Хабаровская краевая филармония, экскурсии в музеи.

11.2 Участие в мастер-классах.

Практика: Участие в мастер-классах с артистами Хабаровской краевой филармонии. Просмотры представлений. Разбор.

11.3 Участие в викторинах.

Практика: Проведение и участие в викторинах, посвящённых знаменательным датам: День матери, День космонавтики, День России, День Земли и другие. Участие в краевых викторинах.

11.4 Участие познавательно-развлекательных конкурсах.

Практика: Познавательные-развлекательные программы готовит не только педагог, но и дети и родители. «По страницам истории нашей», «Игровая семейная программа «Здравствуй, праздник, Новый год!», «Есть такая профессия Родину защищать», «Мама, папа, я – дружная семья!».

Учебный план 2 года обучения

№	Содержание	Количество часов			Формы аттестации\ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	4	2	2	Собеседование
2	Партерная гимнастика	36	2	34	Освоение элементов партерной гимнастики
2.1	Суставная гимнастика	18	1	17	
2.2	Упражнения на развитие гибкости	18	1	17	
3	Классический танец	36	1	35	Освоение элементов классического танца
3.1	Экзерсис у станка	18	1	17	
3.2	Экзерсис на середине зала	18	-	18	
4	Народный танец	36	1	35	Освоение элементов народного танца
4.1	Экзерсис на середине зала	18	1	17	
4.2	Танцевальные комбинации	18	-	18	
5	Эстрадный танец	36	1	35	Освоение элементов классического танца
5.1	Экзерсис на середине зала	18	1	17	
5.2	Диагональ. Кроссы	18	-	18	
6	Импровизация. Актёрское мастерство.	18	2	34	Умение создавать хореографический образ
7	Подготовка творческих номеров	36	1	35	Участие в концертах, конкурсах, фестивалях
7.1	Отработка танцевальных комбинаций	18	1	17	
7.2	Отработка номера в целом	18	-	18	
8	Концертная деятельность	22	1	21	Участие в концертах, конкурсах, фестивалях
8.1	Репетиции	12		12	
8.2	Выступления	10	1	9	
9	Финансовая грамотность	4	2	2	Освоение элементов финансовой грамотности
10	Итоговая аттестация	2	-	2	Участие в итоговом концерте
11	Досугово-образовательная деятельность	18	-	18	Беседы. Викторины. Игровые программы. Посещение концертов хореографических коллективов. Мастер-классы
11.1	Экскурсии в музеи, театры, филармония.	6	-	6	
11.2	Участие в мастер-классах	4	-	4	
11.3	Участие в викторинах	4	-	4	
11.4	Участие познавательных-развлекательных конкурсах.	4	-	4	
	ИТОГО:	248	10	238	

Содержание учебного плана 2 года обучения

1. Вводное занятие (4 час.).

Теория: Ознакомление с содержанием учебной деятельности. Здоровосбережение. Правила внутреннего распорядка. Общий инструктаж по технике безопасности.

Практика: Проведение тренировочной квест-игры: по правилам пожарной безопасности, по мерам по противодействию терроризму и экстремизму.

2. Партерная гимнастика (36 час.).

2.1 Суставная гимнастика.

Теория: Инструктаж по виду деятельности.

Практика: Задачей этого этапа является не только повышение общего уровня развития активной и пассивной подвижности в суставах, но и укрепление самих суставов, а также тренировка мышечно-связочного аппарата с целью улучшения эластических свойств и достижения прочности мышц и связок.

2.2 Упражнения для развития гибкости.

Теория: Инструктаж по виду деятельности.

Практика: Отрабатываются упражнения для развития гибкости, которые подразделяются на следующие основные группы: пассивные (для растягиваемой группы мышц) движения, выполняемые за счет усилия других групп мышц (например - наклоны); растягивающие движения; Маховые или пружинные движения. Эти упражнения связаны с увеличением силы мышц, осуществляющих движение, но не настолько, чтобы причислять их к упражнениям, развивающим активную подвижность; маховые или пружинные растягивающие движения с отягощениями, способствующие движению; расслабленные висы; удержание положения тела, в котором мышцы наиболее растянуты.

3. Классический танец (36 час.).

3.1 Экзерсис у станка.

Теория: Техника безопасности при правильном исполнении движений экзерсиса у станка.

Практика: Усложнение экзерсиса у станка. Введение в комбинации элементов: полупальцы в комбинации на деми плие, батман фондю, батман фραπε, адажио, позы: экарте, арабески, аттитюды и т.д., повороты на 180° и 360°.

3.2 Экзерсис на середине зала.

Теория: Техника безопасности при правильном исполнении движений на середине зала.

Практика: Усложнение комбинаций на середине зала: деми плие с использованием позы – арабеск: 1-ый, 2-ой, 3-ий, батман тандю – пируэтов со 2-ой позиции, батман тандю жете – с элементами прыжков соте, шажман, па бальясе. Введение: большие прыжки, форме на середине зала и по диагонали, гран жете и т.д. Составление комбинаций из выученных движений. Вращения на месте, по диагонали, по кругу.

4. Народный танец (36 час.).

4.1 Экзерсис на середине зала.

Теория: Правила исполнения движений. Техника безопасности. Разбор предлагаемых движений.

Практика: Выучивание сложных комбинаций для рук, притопов, наклонов корпуса, деми плие, проходов, усложнение простой верёвочки дробными выстукиваниями, усложнение дробных комбинаций каблучными движениями, комбинации танцевальных проходов, повороты, каблучные движения, дробные выстукивания на месте и в продвижении, ковырялочка в повороте, как в чистом виде, так и с использованием элементов вращений,

комбинации танцевальных проходок с другими движениями, вращения по диагонали, по кругу, шане, бегунок, подскоки в повороте, на середине зала: тур по 6-ой позиции, обертас, поджатые.

4.2 Танцевальные комбинации.

Теория: Правила исполнения движений. Техника безопасности. Разбор предлагаемых движений.

Практика: Отработка упражнений «Русский поклон»: простой поясной на месте; простой поясной с движением правой руки к левой стороне груди, затем в 3 позицию, левая рука в подготовительном положении. Основные положения и движения рук: ладони, сжатые в кулачки, на талии (подбоченившись); руки скрещены на груди; одна рука, согнутая в локте, поддерживает локоть другой, указательный палец которой упирается в щёку. Отработка упражнений положения рук в парах: держась за одну руку; за две руки; под руку; «воротца». Отработка упражнений положения рук в круге: держась за руки; «корзиночка»; «звёздочка».

5. Эстрадный танец. Современный танец (36 час.).

4.1 Экзерсис на середине зала.

Теория: Беседа «Эстрада в нашей жизни».

Практика: Разучивание движений эстрадного и современного танца. Следим за техникой исполнения элементов. Усложняем экзерсис на середине, добавляем элементы проходок, прыжков, продолжаем проучивать элементы вращений по невыворотным позициям (пируэты по 2-ой, 4-ой позициям), соединения пируэтов с элементами проходок, вращений на деми-плие.

4.2 Диагональ. Кроссы.

Практика: Продолжается освоение упражнений кроссы по диагонали и по прямой линии, добиваясь четкого исполнения характера движения. Диагональные выпады, которые представляют собой комбинацию классического выпада и поворота туловища. Сначала делается обычный шаг вперёд, а затем поворачиваешься в сторону той ноги, которая находится впереди. Например, если правая нога впереди, то ты поворачиваешься вправо, а если левая, то влево. Это упражнение прекрасно развивает боковые мышцы бёдер и ягодицы, помогая придать им красивую форму. Отработка перекрёстных выпадов: перекрещиваются ноги, делая шаг назад с одной ноги и перенося тело вперёд и вниз между ногами. Затем возвращение в исходное положение и повторяется с другой ногой.

6. Импровизация. Актёрское мастерство (18 час.).

Теория: Основы актёрского мастерства.

Практика: Соединение движений пластики и актерского мастерства (плоды на дереве – кислые, сладкие, горькие, отражение в зеркале – грустное, строгое, веселое). Показ учащимися пластических этюдов. Слежение за предметом в предлагаемом образе: в замкнутом пространстве, один и тот же танцевальный этюд, но в разном характере (грустном, веселом, злом и т.д.).

Контактная и бесконтактная импровизация в малых группах, в парах и в больших группах. Применение различных танцевальных техник, каждый в своем образе и характере.

7. Подготовка творческих номеров (36 час.).

7.1 Отработка танцевальных комбинаций.

Теория: Объяснение выполнения движений, разбор комбинаций. Знакомство с историей, характером, особенностями предлагаемых постановок.

Практика: Отработка сложных танцевальных элементов, комбинаций. Репетиция как отдельных элементов танца, так и номера в целом. Подготовка танцевальных комбинаций для постановочной работы.

6.2 Отработка номера в целом.

Практика: Творческий номер соединяется отдельными элементами хореографии. Отрабатывается номер в целом. Происходит работа над новыми номерами.

8. Концертная деятельность (22 час.).

8.1 Репетиция.

Практика: Для участия в концертах различного уровня, проводятся постоянные репетиции отдельных номеров. Репетиции проходят на сцене художественно-эстетического развития.

8.2 Выступления.

Теория: Правила поведения на сцене, в гримёрных комнатах, уход за сценическими костюмами. Правила поведения на выездных концертах.

Практика: Концертная деятельность: участие в международном фестивале «Ритмы планеты», проводимом раз в два года; участие в региональном конкурсе балетмейстеров, проводимом раз в два года; участие в конкурсе «Игры воображения»; участие в фестивалях, организованных некоммерческой организацией «Салют талантов» и другие; участие в мероприятиях, проводимых центром художественно-эстетического развития: новогодние представления, концерт к 8 марта, концерт ко Дню Победы, отчетный концерт и т.д.

9. Финансовая грамотность (4 час.).

Теория: Беседа «Что мы знаем о Деньгах».

Практика: Просмотр обучающего видео «Уроки тетушки Совы «Что такое деньги?». Игровой тест «Найди пару». «Назови профессии».

10. Итоговая аттестация (2 час.).

Теория: Тестирование учащихся по пройденным темам.

Практика: Открытое занятие. Итоговая и промежуточная аттестация. Отчетный концерт.

11. Досугово-образовательная деятельность (18 час.).

11.1 Экскурсии в музеи, театры, филармония.

Практика: Выезды на представления в КГАУК «Хабаровский краевой музыкальный театр», Хабаровская краевая филармония, экскурсии в музеи.

11.2 Участие в мастер-классах.

Практика: Участие в мастер-классах с артистами Хабаровской краевой филармонии. Просмотры представлений. Разбор.

11.3 Участие в викторинах.

Практика: Проведение и участие в викторинах, посвящённых знаменательным датам: День матери, День космонавтики, День России, День Земли и другие. Участие в краевых викторинах.

11.4 Участие познавательно-развлекательных конкурсах.

Практика: Познавательно-развлекательные программы готовит не только педагог, но и дети и родители. «По страницам истории нашей», «Игровая семейная программа «Здравствуй, праздник, Новый год!», «Есть такая профессия Родину защищать», «Мама, папа, я – дружная семья!».

Учебный план 3 года обучения

№	Содержание	Количество часов			Формы аттестации\ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	4	2	2	Собеседование
2	Партерная гимнастика	34	2	32	Освоение элементов партерной гимнастики
2.1	Суставная гимнастика	17	1	16	
2.2	Упражнения на развитие гибкости	17	1	16	
3	Классический танец	36	1	35	Освоение элементов классического танца
3.1	Экзерсис у станка	18	1	17	
3.2	Экзерсис на середине зала	18	-	18	
4	Народный танец	36	1	35	Освоение элементов народного танца
4.1	Экзерсис на середине зала	18	1	17	
4.2	Танцевальные комбинации	18	-	18	
5	Эстрадный танец	36	1	35	Освоение элементов классического танца
5.1	Экзерсис на середине зала	18	1	17	
5.2	Диагональ. Кроссы	18	-	18	
6	Импровизация. Актёрское мастерство.	18	2	34	Умение создавать хореографический образ
7	Подготовка творческих номеров	36	1	35	Участие в концертах, конкурсах, фестивалях
7.1	Отработка танцевальных комбинаций	18	1	17	
7.2	Отработка номера в целом	18	-	18	
8	Концертная деятельность	22	1	21	Участие в концертах, конкурсах, фестивалях
8.1	Репетиции	12		12	
8.2	Выступления	10	1	9	
9	Финансовая грамотность	4	2	2	Освоение элементов финансовой грамотности
10	Итоговая аттестация	4	2	2	Участие в итоговом концерте
11	Досугово-образовательная деятельность	18	-	18	Беседы. Викторины. Игровые программы. Посещение концертов хореографических коллективов. Мастер-классы
11.1	Экскурсии в музеи, театры, филармония.	6	-	6	
11.2	Участие в мастер-классах	4	-	4	
11.3	Участие в викторинах	4	-	4	
11.4	Участие познавательно-развлекательных конкурсах.	4	-	4	
	ИТОГО:	248	12	236	

Содержание учебного плана 3 года обучения

1. Вводное занятие (4 час.).

Теория: Ознакомление с содержанием учебной деятельности. Здоровьесбережение. Правила внутреннего распорядка. Общий инструктаж по технике безопасности.

Практика: Тренировочная квест-игра: по правилам пожарной безопасности, по мерам по противодействию терроризму и экстремизму.

2. Партерная гимнастика (36 час.).

2.1 Суставная гимнастика.

Теория: Инструктаж по виду деятельности.

Практика: Отработка упражнений «Иголочка», «Утюжок», направленных на сгибание и вытягивание стоп, на укрепление голеностопа, растяжки ахиллова сухожилия, вытянутости ног в коленях и в стопах, укреплению мышц спины. Эти упражнения способствует профилактике плоскостопия. Отработка упражнения «Солнышко», направленное на растяжение связок голеностопа, в будущем позволяет добиться выворотности I позиции. (Круговые движения стопами). Выполнение упражнения «Лягушка», способствует выворотности бедра. Упражнение может выполняться сидя, а также лежа на животе.

2.2 Упражнения на развитие гибкости.

Теория: Инструктаж по виду деятельности.

Практика: Отработка упражнений на развитие гибкости. «Складочка», наклон корпуса вперед. Упражнение способствует развитию гибкости корпуса вперед, вытянутости ног в коленях. Упражнение «Рыбка», «Лодочка», способствует укреплению мышц спины.

3. Классический танец (36 час.).

3.1 Экзерсис у станка.

Теория: Техника безопасности при выполнении движений.

Практика: При выполнении экзерсиса у станка происходит усложнение выполняемых, элементов. Упражнения выполняются в комбинациях, в хорошем темпе, с использованием классических поз и поворотов: деми плие с пор де бра, сотеню, батман тандю с деми плие, соте, с пируэттами; ронд де жамб партер с релевелянтом, использованием полупальцев.

3.2 Экзерсис на середине зала.

Практика: При выполнении упражнений на середине зала добавляются в комбинации прыжки, пируэты, увеличивается темп исполнения. Составляются комбинации из разученных движений. Выполняется вращение на месте, по диагонали, по кругу комбинируются: тур пике с фуэте, тур пике с шене.

В дальнейшем классическое занятие направлено больше на разогрев, т.е. на подготовку мышц для дальнейшей работы.

4. Народный танец (36 час.).

3.1 Экзерсис на середине зала.

Теория: Разбор предлагаемых движений, определяется их характер. Правила исполнения движений. Техника безопасности.

Практика: Отработка движения рук: подчеркнутые раскрытия и закрытия рук; раскрытия рук в сторону (ладонями вверх в III позицию); взмахи с платочком, хлопки в ладоши. Отработка техники исполнения дробей, веревочки, моталочки. Работа над отработкой различных танцевальных проходок: простой сценический ход на всей стопе и на полупальцах; 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 сокращённой стопы на воздух на 30-450; комбинации из основных шагов. Отработка упражнения «Припадание»: по I прямой позиции; вокруг себя.

3.2 Танцевальные комбинации.

Практика: на проученных движениях составляются танцевальные комбинации с использованием рисунка танца, дробных выстукиваний, проходов, вращений.

5. Эстрадный танец (36 час.).

5.1 Экзерсис на середине зала.

Теория: Эстрадный танец – и джазовые ритмы. Беседа «Что такое джаз?»

Практика: Оттачивается техника исполнения движений, увеличивается темп исполнения. Все упражнения даются в комбинированном виде. Прыжковые комбинации с танцевальными элементами на развитие координации. Диагональ. Наклоны. Пассэ-батман. Подскоки. Гранд-жете. Колесо. Вращения (шэнэ). Продолжаем освоение элементов хип-хопа. Основные движения рук, движения ног, скользящие движения стоп.

В современный танец включаем элементы акробатики: выход на большой мостик из положения стоя, стойка на лопатках «березка», кувырки вперед-назад, продолжаем осваивать свинги, перекаты. В кроссы по диагонали и по прямой линии включаем комбинирование движений: прыжковые движения с батманами, с применением вращений, проходов, партера. Составляются танцевальные комбинации с использованием разученных движений.

5.2 Диагональ. Кроссы.

Практика: Введение в диагональ поворотов по 1-й и 2-й позициям. Повторение и закрепление разученных комбинаций на середине зала, в продвижении по диагонали и по кругу.

6. Импровизация и актерское мастерство (18 час.).

Теория: Правила импровизации.

Практика: Импровизация на тему современного танца. Соединение движений пластики и актерского мастерства. Использование контактных и бесконтактных импровизаций в малых группах, в парах и в больших группах. Применение различных танцевальных техник с использованием пространства. Показ учащимися пластических этюдов, например, «Утро в лесу», «Я в космосе» и другие. Упражнения на развитие пространственного мышления (выстраивание цепочки в пространстве, ходьба в различных направлениях).

7. Подготовка творческих номеров (36 час.).

7.1 Отработка танцевальных комбинаций

Теория: Разбор комбинаций, правила исполнения упражнений, техника безопасности.

Практика: Отработка техники выполнения отдельных фрагментов номеров. Работа над эмоциональной составляющей. Постановочная работа как

для всего состава, так и для малых форм, сольных номеров, работа над выразительностью исполнения движений, над передачей образа в танце.

7.2 Отработка номера в целом.

Практика: После отработки танцевальных композиций, происходит работа над соединением отдельных фрагментов в хореографический номер, происходит отработка номера в целом.

8. Концертная деятельность (22 час.).

8.1 Репетиция.

Практика: Для участия в концертах различного уровня, проводятся постоянные репетиции отдельных номеров. Репетиции проходят на сцене художественно-эстетического развития.

8.2 Выступления.

Теория: Правила поведения на сцене, в гримёрных комнатах, уход за сценическими костюмами. Правила поведения на выездных концертах.

Практика: Концертная деятельность: участие в международном фестивале «Ритмы планеты», проводимом 1 раз в два года; участие в региональном конкурсе балетмейстеров, 1 раз в два года; участие в конкурсе «Игры воображения»; участие в фестивалях, организованных некоммерческой организацией «Салют талантов» и другие; участие в мероприятиях, проводимых центром художественно-эстетического развития КГАОУ ДО РМЦ: новогодние представления, концерт к 8 марта, концерт ко Дню Победы, отчетный концерт и т.д.

9. Финансовая грамотность (4 час.).

Теория: Беседа «Откуда в семье берутся деньги?» Доходы. (Клады лотереи и наследство).

Практика: Подготовка и проведение «Мини - ярмарка» (Дети делают небольшие поделки из бумаги и продают их за игровые деньги).

10. Итоговая аттестация (4 час.)

Теория: Тестирование учащихся по пройденным темам.

Практика: Открытое занятие. Промежуточная и итоговая аттестация. Отчетный концерт.

11. Досугово-образовательная деятельность (18 час.)

11.1 Экскурсии в музеи, театры, филармония.

Практика: Выезды на представления в КГАУК «Хабаровский краевой музыкальный театр», Хабаровская краевая филармония, экскурсии в музеи.

11.2 Участие в мастер-классах.

Практика: Участие в мастер-классах с артистами Хабаровской краевой филармонии. Просмотры представлений. Разбор.

11.3 Участие в викторинах.

Практика: Проведение и участие в викторинах, посвящённых знаменательным датам: День матери, День космонавтики, День России, День Земли и другие. Участие в краевых викторинах.

11.4 Участие познавательно-развлекательных конкурсах.

Практика: Познавательно-развлекательные программы готовит не только педагог, но и дети и родители. «По страницам истории нашей», «Игровая

семейная программа «Здравствуй, праздник, Новый год!», «Есть такая профессия Родину защищать», «Мама, папа, я – дружная семья!».

1.4. Планируемые результаты

К концу 1-го года обучения учащиеся

Личностные:

- будут выражать свои эмоции к произведениям искусства;
- научатся делиться своими впечатлениями через импровизацию.

Метапредметные:

- будут владеть навыками работы в пространстве;
- освоят навыки актёрского мастерства, импровизации;

Предметные:

- будут знать правила техники безопасности во время занятий и в центре;
- будут знать (в объемах программы) танцевальную лексику;
- будут уметь выполнять упражнения классического экзерсиса у станка (лицом к станку) и на середине зала: деми-плие, батман тандю, батман тандю жете, положение стопы на кудестье, пасса, релеволян, гранд батман, соте по 6-ой, 2-ой позициям, 1-ый, 2-ой арабеск, вращение по диагонали – шене, сисон;
- будут уметь выполнять упражнения в народном танце: постановка корпуса и рук в русском танце, припадание, гармошка, кавырялочка, простые дроби, простой ключ, каблучные движения, танцевальные шаги, вращения по диагонали – подскоки в повороте, бегунок;
- будут уметь выполнять в эстрадном танце: основные позиции ног (не выворотные), положение рук, изолированные движения головы плеч, бедер, перекаты.

К концу 2-го года обучения учащиеся

Личностные:

- будут использовать творческий потенциал в процессе коллективного хореографического творчества;
- будут проявлять творческую импровизационную инициативу через игру;
- будут проявлять уважение к хореографической народной культуре.

Метапредметные:

- освоят навыки актёрского мастерства, импровизации.

Предметные результаты освоения программы:

- будут знать правила техники безопасности во время занятий и в центре;
- будут знать (в объемах программы) танцевальную лексику;
- будут работать с пространством посредством хореографической пластики;
- будут уметь выполнять упражнения классического экзерсиса у станка, держась одной рукой за станок, и на середине зала: гран плие, батман фондю, батман фραπε, 3-ий, 4-ый арабеск, па балянсе, соте по 1-ой, 2-ой, 3-ей позициям, эшапе, вращение по диагонали и по кругу – шене, тур пике;

– будут уметь выполнять упражнения в народном танце: двойная дробь, ключ в комбинации с тройной дробью, веревочка, танцевальные шаги в вариантах, вращения по диагонали и по кругу – подскоки в повороте, бегунок;

– будут уметь выполнять упражнения в эстрадном танце: движение «волна», пируэты на месте, скользящие шаги.

К концу 3-го года обучения учащиеся

Личностные:

– смогут проявлять творческую инициативу;

– будут проявлять уважительное отношение к народной хореографической культуре.

Метапредметные:

– будут выражать в танцевальном номере региональные особенности, характер танца, настроение.

Предметные результаты освоения программы:

– будут знать правила техники безопасности во время занятий и в центре;

– будут знать правила бережного отношения к концертным костюмам и атрибутике;

– будут знать (в объемах программы) танцевальную лексику;

– будут уметь использовать навыки актерского мастерства в танцевальных этюдах, номерах;

– будут уметь выполнять упражнения классического экзерсиса у станка и на середине зала в полном объеме: прыжки: соте по позициям, глиссад, сисон форме, гранд жете, вращения по кругу: шене, тур пике, жете антурнан, вращение на середине зала по 5-ой позиции;

– будут уметь выполнять упражнения в народном танце: двойные дроби в комбинациях, веревочку в комбинации с каблучными движениями, танцевальные шаги в комбинациях, вращения по кругу: бегунок, ковырялочка в повороте, вращение на середине зала по 6-ой позиции, обертас;

– будут уметь выполнять упражнения в эстрадном танце: пируэты в продвижении, скользящие шаги с прыжками, партнеринг.

Раздел II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график

Год обучения	Кол-во учебных недель	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Даты начала обучения	Дата окончания обучения
1 год обучения	41	124	248	01.09.2024г.	30.06.2025г.
2 год обучения	41	124	248	01.09.2024г.	30.06.2025г.
3 год обучения	41	124	248	01.09.2024г.	30.06.2025г.

Календарный учебный график для каждой группы размещен в **Приложение № 6, № 7, № 8.**

В соответствии с календарным учебным графиком начало учебного года начинается 1 сентября.

В программу включены мероприятия по досуговой деятельности: игровые и праздничные мероприятия, квесты, экскурсии, посещение концертов, спектаклей.

На период летних каникул в программу включены познавательно-развлекательные мероприятия, для развития творческих способностей каждого ребёнка, для сохранения и укрепления коллективных отношений в детском объединении.

2.2. Условия реализации программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Образцовый ансамбль танца «Юность». Юниор реализуется на базе центра художественно-эстетического развития КГАОУ ДО РМЦ.

Особенности организации учебного процесса в центре художественно-эстетического развития:

- занятия по программам дополнительного образования проводятся в соответствии с утвержденным расписанием центра художественно-эстетического развития;

- по окончании обучения учащийся получает свидетельство об окончании обучения по данной программе и имеет возможность выбрать другую образовательную программу в центре художественно-эстетического развития;

- занятия в группе по программе «Образцовый ансамбль танца «Юность». Юниор проводится с разновозрастным составом.

Занятия по программе проводятся в зале центра художественно-эстетического развития, оборудованном в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.3648-20 к организации образовательного процесса. Имеется возможность организации занятий с использованием дополнительного оборудования – фотоаппараты, видеокамеры, микрофоны и другое.

2.2.1. Материально-техническое обеспечение программы:

- занятия проводятся в специально оборудованном классе хореографии (оборудованном вентиляционной системой, зеркалами и станками);

- оборудованная и оснащенная сцена;

- комната для хранения реквизита, костюмов;

- компьютерное оборудование (ноутбук, проектор, экран, камера);

- музыкальное оборудование (музыкальный центр, колонки, микрофоны);

- флеш-карты, CD-диски с современной, народной, классической музыкой;

- реквизит: бубны, платки, зонтики, гимнастические ленты;

- специальная форма одежды: джазовки, балетки, мягкая и жёсткая обувь.

- имеются гримерные комнаты.

2.2.2. Информационное обеспечение реализации программы.

- информация о деятельности объединения отражается на сайте <http://kcdod.khb.ru/>, VK, Telegram.

2.3. Формы аттестации (контроля)

- тестовые задания, зачеты, опрос;

- викторины;
- этюды, импровизации, сценки;
- проектная деятельность, открытые занятия, отчетный концерт.

2.4. Оценочные материалы

Система отслеживания результатов включает в себя:

- диагностика промежуточного (итогового) контроля (Приложение № 1);

2.5. Перечень методических материалов

необходимых для реализации программы (в расчете на количество учащихся):

- глоссарий (Приложение № 2);
- структура занятий (Приложение № 3);
- УМК (Приложение 4);
- игры, упражнения на развитие танцевальных способностей, образного мышления, пространственного восприятия (Приложение № 5);
- воспитательная работа и массовые мероприятия (Раздел 2.6.);
- видеозаписи выступлений объединения, профессиональных ансамблей, выступления других хореографических коллективов, хореографических училищ на флеш-носителях, дисках;
- методическая литература (Раздел 2.7.).

2.6. Календарный план воспитательной работы.

№ п/п	Название мероприятия/события	Форма проведения	Сроки проведения
1	* Родительское собрание	- пресс-конференция	сентябрь 2024
2	* Посещение Краевого цирка	- просмотр представления	октябрь 2024
3	* Создание видеоролика «Лучшее слово – МАМА» * «Мама, нет дороже слова!»	- презентация видеоролика, посвящённого Дню матери; - участие в концерте ЦХЭР	ноябрь 2024
4	* «Здравствуй, праздник, Новый год» * Игровая семейная программа * «Новогодний КВИЗ, плиз!»	- познавательно-развлекательная игра для детей стартового уровня, - познавательно-развлекательный конкурс для детей базового и продвинутого уровня	декабрь 2024
5	* Информационные уроки * Урок мужества - «День полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады» * «Я знаю свои права» * Катание на коньках	- беседа на тему толерантности, недопущения межнациональной вражды и экстремизма; - игра по правовой грамотности, - литературно-музыкальная композиция, - соревнование	январь 2025
6	* Информационные уроки * «День защитника Отечества»	- беседа на тему толерантности, недопущения межнациональной вражды и экстремизма, - викторина	февраль 2025
7	* Информационные уроки * Посещение Музыкального театра * «Мама и я – мы друзья!»	- беседа на тему толерантности, недопущения межнациональной вражды и экстремизма, - просмотр Мюзикла, - концертно-развлекательная программа для детей и родителей	март 2025
8	* «Первые»	- викторина, посвящённая Дню	апрель

	*«День Земли»	космонавтики, - экологическая игра	2025
9	*Информационные уроки * «Этот День Победы...» * Мы весёлые девчата»	- беседа на тему толерантности, недопущения международной вражды и экстремизма, викторина, - отчётный концерт	май 2025
10	* «По страницам истории нашей Родины» * «Международный день семьи»	- квест-игра, - викторина	июнь 2025
11	* День памяти «Нам 41-й не забыть...»	- литературно-музыкальная композиция	Июнь 2025

2.6. Список литературы для педагогов:

1. Л.Н. Алексеева. «Сюжетные и народные танцы», 1978, Москва, изд. «Советская Россия».
2. А.А. Борзов «Народно-сценический танец», 1987, Москва.
3. Т. Барышникова «Азбука хореографии», 1999, Москва, Айрес-Пресс.
4. А.Я. Ваганова «Основы классического танца», 2000, изд. «Лань» Санкт-Петербург.
5. А. Климов «Основы русского танца», 1981, изд. «Искусство», Ленинград.
6. И.В. Смирнов «Искусство балетмейстера», 1986, изд. «Просвещение», Москва.
7. Т. Ткаченко «Народно-сценический танец», 1967, изд. «Искусство», Москва.

Литература по психологии и воспитанию:

1. Е.Н. Арбузова, А.И. Анисимов, О.В.Шатрова «Практикум по психологии общения», 2010, Москва, «Аист».
2. Д. Валяев «То, чего не видит зритель», 2012, «Век информации», Москва.
3. О. Гончукова, И. Авидон «Тренинги формирования команды», 2009, Москва, «Астрель».
4. В. Доско «Простые правила для успеха вашего ребенка», 2009, Москва, Айрес «Пресс».
5. М. Забылин «Праздники, обряды и обычаи на Руси», 2005, изд. «Белый город», Москва.
6. О.Н. Капшук «Русские праздники и обряды», 2010, Ростов-на-Дону, «Феникс».
7. С. Пичуричкин «Имидж творческого коллектива», 2012, Вер-изд. «Век информации». Москва.
8. Э. Сарабьян «Актерский тренинг по системе Станиславского «Как быть максимально естественным и убедительным», 2011, изд. «Астрель».
9. М. Соколова, А.Некрылова «Воспитание ребенка в русских традициях», 2003, Москва, «Айрес Пресс».

Информационные источники:

1. Н. Никитин «Мастер-класс по джаз танцу».
2. А. Назаретян «Мастер-класс «Бродвей».
3. В. Шершнева «Мастер-класс по народному танцу».
4. www. Bookovka.ru.
5. Ваганова «Балет. Академия, Классика», 2 класс.

6. Е. Дружинин «Искусство танца, как искусство мыслить».
7. Видео-лекция.
8. К. Шишкарёва «Современный танец» - видео-лекция.

Приложение № 1

**Диагностическая карта
промежуточный контроль**

№ п/п	Ф.И. учащегося	Партнерная гимнастика	Ритмика	Основные элементы классич. танца	Основные элементы эстрадного танца	Навыки импровизации	Элементы актер. мас-ва	терминологии	Всего баллов	Всего %
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										

Приложение №2

ГЛОССАРИЙ

Exercice у станка и на середине зала.

PREPARATION [препарасьон] - подготовительное движение, выполняемое перед началом упражнения.

DEMI PLIE [деми плие] – неполное, маленькое «приседание», полуприседание, при котором пятки не отрываются от пола.

GRAND PLIE [гранд плие] - глубокое, полное «приседание».

BATTEMENT TENDU [батман тандю] – отведение и приведение вытянутой ноги в нужное направление, не отрывая носка от пола.

BATTEMENT TENDU JETÉ [батман тандю жете] - «бросок», взмах вытянутой ноги в положение 25°, 45° в нужное направление.

RONDE DE JAMB PAR TERRE [ронд де жамб пар тер] - круг носком по полу, круговое движение носком по полу.

BATTEMENT SOUTENU [батман сотеню] – выдерживать, поддерживать; движение с подтягиванием ног в пятой позиции, непрерывное, слитное движение.

BATTEMENT FONDU [батман фондю] - «мягкое», «тающее», плавное движение, состоящее из одновременного сгибания коленей, в конце которого "рабочая" нога приходит в положение sur le cou-de-pied спереди или сзади опорной ноги, а затем следует одновременное вытягивание коленей и "рабочая" нога открывается вперед, в сторону или назад.

BATTEMENT FRAPPE [батман фραπε] - «удар», движение, состоящее из быстрого, энергичного сгибания и разгибания ноги, стопа приводится в положение sur le cou-de-pied в момент сгибания и открывается носком в пол или на высоту 45° в момент разгибания вперед, в сторону или назад

BATTEMENT DOUBLE FRAPPE [батман дубль фραπε] – движение с двойным ударом.

PETIT BATTEMENT [пти батман] - «маленький удар» - поочередно мелкие, короткие удары стопой в положение ку де пье спереди и сзади опорной ноги.

BATTERIE [батри] – барабанный бой; нога в положении sur le cou-de-pied проделывает ряд мелких ударных движений.

BATTU [ботю] - «бить» непрерывно, мелкие, короткие удары по голеностопному суставу только впереди или сзади опорной ноги.

ROVD DE JAMBE EN L'AIR [рон де жамб анлер] - круговое движение нижней части ноги (голеностопа) при фиксированном бедре, отведенном в сторону на высоту 45° или 90°

АДАЖИО [адажио] - медленно, плавно включает в себя гранд плие, девлопе, релеве лян, все виды равновесий, пируэты, повороты. Слитная связка на 32, 64 счета.

BATTEMENT RELEVE LENT [релеве лян] - «поднимать» медленно, плавно медленно на счет 1-4 1-8 поднимание вытянутой ноги вперед, в сторону или назад на 90° и выше.

BATTEMENT DEVELOPPE [батман девлоппе] – вынимание, раскрывание ноги вперед, назад или в сторону скольжением "рабочей" ноги по опорной в нужное направление.

GRAND BATTEMENT [гранд батман] - «большой бросок, взмах» на 90° и выше вытянутой ноги в нужное направление.

BALANCOIRE [балансуар] – «качели», применяется в grand battement jete.

Положения, направления, позы, дополнительные движения.

A LA SECONDE [а ля сгон] - положение, при котором исполнитель располагается en face, а "рабочая" нога открыта в сторону на 90° .

ALLONGEE [алонже] – от гл. удлинить, продлить, вытянуть; движение из адажио, означающее вытянутое положение ноги и скрытую кисть руки, завершающее движение рукой, ногой, туловищем, положение удлиненной руки.

APLOMB [апломб] – устойчивость.

ARABESQUE [арабеск] – поза классического танца, при которой вытянутая нога отводится назад на 45°, 60° или на 90°, положение торса, рук и головы зависит от формы арабеска.

ATTITUDE [аттитюд] – поза, положение тела; поднятая вверх нога полусогнута.

BALANCE [балансе] – «качать, покачиваться»; покачивающееся движение. Исполняется с продвижением из стороны в сторону, реже - вперед-назад.

BATTEMENT [батман] – размах, биение.

COUPE [купе] - подбивание; отрывистое движение, короткий толчок, быстрая подмена одной ноги другой, служащая толчком для прыжка или другого движения.

CROISEE [круазе] – поза, при которой ноги скрещены, одна нога закрывает другую.

DEMI [деми] – средний, небольшой

DEMI ROND [деми ронд] - неполный круг, полукруг (носком по полу, на 45° и выше).

DESSUS-DESSOUS [десю-десу] – верхняя-нижняя часть, над-под, вид pas de bourree.

DÉVELOPPE [девелопе] - «раскрывание», «развернутый», из стойки на левой, правую скользящим движением до положения согнутой (носок у колена) и разгибание ее в любом направлении (вперед, в сторону, назад) или выше.

DOUBLE [дубль] - «двойной», • battement tendu - двойной нажим пяткой • battement fondu - двойной полуприсед • battement frapper - двойной удар.

ECARTE [экарте] - поза классического танца (a la seconde), при которой вся фигура повернута по диагонали вперед или назад.

EFFACE [эфасэ] – развернутое положение корпуса и ног.

EN DEDANS [ан дедан] - направление движения или поворота к себе, вовнутрь, в круг.

EN DEHORS [ан деор] - круговое движение от себя, круговое движение наружу в тазобедренном или коленном суставе, а также повороты

EN FACE [ан фас] – прямо; прямое положение корпуса, головы и ног.

EN TOURNANT [ан турнан] – от гл. «вращать»; поворот корпуса во время движения.

EPAULMENT [эпольман] - положение танцовщика, повернутого в 3/4 в т. 8 или т. 2; различается epaulement croise (закрытый) и epaulement efface (стертый, открытый)

GRAND [гранд] – большой.
JETE [жете] – бросок ноги на месте или в прыжке.
PAS COURU [па куро] – пробежка по шестой позиции.
PAS DE BOURREE [па де буре] – чеканный танцевальный шаг, переступание с небольшим продвижением.
PAS DE DEUX [па де де] – танец двух исполнителей, обычно танцовщика и танцовщицы.
PAS DE QUATRE [па де карт] – танец четырех исполнителей.
PAS DE TROIS [па де труа] – танец трех исполнителей, чаще двух танцовщиц и одного танцовщика.
PASSE [пассе] - «проводить», «проходить», положение согнутой ноги, носок у колена: впереди, в стороне, сзади.
PETIT [пти] – маленький.
PIQUE [пике] - легкий укол кончиками пальцев "рабочей" ноги об пол и подъем ноги на заданную высоту.
PLIE [плие] – приседание.
PLIE RELEVE [плие релеве] - положение ног на полупальцах с согнутыми коленями.
POINT [пойнт] - вытянутое положение стопы.
PORDEBRAS [пор де бра] - «перегибы туловища», наклон вперед, назад, в сторону, то же самое в растяжке. Упражнение для рук, корпуса, головы; наклоны корпуса, головы.
POUNTE [пуанте] - «на носок», «касание носком» из стойки на левой, правая вперед, в сторону или назад на носок взмах в любом направлении с возвращением в ИП.
RELEVÉ [релеве] - «поднимать, возвышать», подъем на пальцы или полупальцы
Rond [ронд] – «круг, круглый»
SOUTENU [сотеню] – от гл. «выдерживать, поддерживать, втягивать».
SOUTENU EN TQURNANT [сутеню ан турнан] - поворот на двух ногах, начинающейся с втягивания "рабочей" ноги в пятую позицию.
SUR LE COU DE PIED [сюр ле ку де пье] - положение ноги на щиколотке (в самом узком месте ноги), положение согнутой ноги на голеностопном суставе.
TEMPS LIE [тан лие] - маленькое адажио, 1 - полуприсед на левой, 2 - правую вперед на носок, 3 - перенести центр тяжести на правую, левую назад на носок, 4-ИП, 5, то же самое в сторону и назад.
TOMBÉE [томбэ] – - падение, перенос тяжести корпуса на открытую ногу вперед, в сторону или назад на demi-plie.

Прыжки.

ALLEGRO [аллегро] – быстро; «веселый», «радостный»; часть урока, состоящая из прыжков, выполняемая в быстром темпе.

ASSEMBLE [ассамбле] - от гл. соединять, собирать; прыжок с одной ноги на две выполняется с отведением ноги в заданном направлении и собиранием ног во время прыжка вместе в воздухе.

ECHAPPE [эшаппэ] – прыжок с раскрытием ног во вторую позицию и собиранием из второй в пятую.

EMBOITE [амбуате] - последовательные переходы с ноги на ногу на полупальцах, пальцах и с прыжком. Прыжки emboite - поочередное выбрасывание согнутых в коленях ног вперед или на 45°, при этом происходит смена полусогнутых ног в воздухе.

GLISSADE [глиссад] - партерный скользящий прыжок без отрыва от пола с продвижением вправо-влево или вперед-назад.

GRAND JETE [гранд жете] - прыжок с одной ноги на другую с продвижением вперед, назад или в сторону. Ноги раскрываются максимально и принимают в воздухе положение "шпагат".

JETE FERME [жете фермэ] – закрытый прыжок

PAS CHASSE [па шассе] – партерный прыжок, во время которого одна нога подбивает другую. с продвижением во всех направлениях, при исполнении которого одна нога "догоняет" другую в высшей точке прыжка.

PAS DE CHAT [па де ша] – кошачий шаг; скользящий прыжок с ноги на ногу, когда в воздухе одна нога проходит мимо другой.

PAS FAILLI [па файи] - связующий шаг, состоящий из проведения свободной ноги через проходящее demi plie по I позиции вперед или назад, затем на ногу передается тяжесть корпуса с некоторым отклонением от вертикальной оси.

SAUTE [соте] - прыжок классического танца с двух ног на две ноги по I, II, IV и V позициям.

SISSONNE [сисон] – вид прыжка, разнообразного по форме и часто применяемого.

SISSON OUVERTE [сиссон уверт] - прыжок с отлетом вперед, назад или в сторону, при приземлении одна нога остается открытой в воздухе на заданной высоте или в заданном положении.

SISSONNE FERMEE [сиссон ферме] – закрытый прыжок.

SISSONNE SIMPLE [сиссон симпл] – простой прыжок с двух ног на одну.

SISSONNE TOMBEE [сиссон томбе] – прыжок с падением.

Вращения.

FOUETTE [фуэте] – от гл «стегать, сечь»; вид танцевального поворота, быстрого, резкого; открытая нога во время поворота сгибается к опорной ноге и резким движением снова открывается.

PIROUETTE [пируэт] - «юла, вертушка»; вращение исполнителя на одной ноге en dehors или en dedans, вторая нога в положении sur le cou-de-pied.

TOUR [тур] – поворот.

TOUR CHAINES [тур шене] - «сцепленный, связанный»; быстрые повороты, следующие один за другим, исполняемые на двух ногах по диагонали или по кругу на высоких полупальцах.

Приложение №3

Структура занятий:

Структура классического занятия

1. Экзерсис у станка – базовые обязательные упражнения, могут исполняться как в чистом виде, так и в комбинациях с другими движениями:
 - demi-plie, grand-plie – в комбинации с port de bras;
 - Battment tendu – в комбинации с plié и с reteve;
 - Battment tendu jete;
 - Battment fondu;
 - Battment frappe;
 - Battment developpe в комбинации с arabesques;
 - Grand battment jete.

Экзерсис на середине зала:

- demi- plié grand- plié;
- Battment tendu;
- Battment tendu jete;
- Grand battment jete.

Прыжки:

- Changement de pieds по 1, 2, 5 позициям;
- Pas echappe;
- Pas assemble;
- Pas jete – маленькое.

Сисоны:

- Sissonne Fondue;
- Sissonne Formee.
- Grand jete.

Вращения:

- шане - на одном месте, по диагонали, по кругу;
- андедан - по диагонали, по кругу;
- тур по V, VI позиции на месте;
- фуэте – на одном месте.

2. Ход занятия.

На середине зала:

1. Комбинации для рук.
2. Перевод рук через 1, 2 и 3 позиции с demi-plie, с каблучным движением.
3. Припадание. С продвижением в сторону, на месте, в повороте.
4. Комбинация. Веребочка с притопами, с выдвиганием ноги на каблук.
5. Комбинация на моталочки с притопами, с простой дробью (горох) с ковырялочками.
6. Танцевальные шаги: простой шаг, шаг с выводом ноги вперед через 1-ю позицию, шаг с ударом каблука, переменный шаг.

Вращения:

На середине зала:

- обертас;
- туры с переменной ног по VI позиции;
- поджатые;
- обертас с фуэте;

По диагонали, по кругу:

- шане;
- бегунок;
- тур андедан с шане;
- тур андедан с фуэте.

Приложение №4

УМК

1. Видео-лекции:

- Вебинар Любовь Рюгалева. «Стилизация народного танца»;
- Лекция. Шершнева В. «Проблемы композиции и постановки танца»;
- Егор Дружинин. «Искусство танца, как искусство мыслить»;
- Лекции Александра Андрияшкина. «Современный танец».

2. Видео уроки:

- урок «диско» - в ансамбле «Пульс»;
- урок «Хип-Хоп» - в ансамбле «Пульс»;
- урок «Князева»;
- урок «Контемпорари» - в ансамбле «Пульс»;
- урок Алиса Чеботарева – «Контспорари»;
- танцевальная школа «Арабеск» - открытый урок «Гимнастика»;
- Залунин – «Джаз-класс»;
- Свид комбинаций и движений русского танца;
- Актерское мастерство в хореографическом коллективе;
- ансамбль «Алиса» - открытый урок.

3. Видео концерты:

- отчетный концерт ансамбля «Алиса»;
- китайские танцы;

- гала концерт победителей Всероссийского конкурса фестиваля «Радуга талантов,2020»;
- Государственный ансамбль Белоруссии;
- Государственный академический хор им. Пятницкого;
- концерт ансамбля «Дружба»;
- Гала-концерт «Красная дорожка»;
- концерт детского театра-студии эстрадного танца «Хорошки»;
- музыкальный театр «Браво»;
- отчетный концерт ансамбля «Каблучок»;
- отчетный концерт шоу-театра «Колибри»;
- фильм-балет «Озорные частушки»;
- Гала-концерт «Танцуй и пой Россия молодая»-2019;
- конкурс Вирского;
- балет-фольклорный «Переход, 2019»;
- Поет и танцует «Нургэнэк»;
- Петербургская метелица, 2020 – фестиваль;
- образцовый хореографический коллектив России «Импульс».

Приложение №5

Игры на импровизацию

Упражнение «Увеличительное стекло»

Материалы: музыкальные записи разных стилей с чередованием быстрых и медленных ритмов.

Описание проведения: Участники группы разбиваются на пары. Пары могут быть сформированы случайным образом. Задача одного из участников – двигаться спонтанно и свободно, задача другого – отражать его движения в несколько преувеличенном, гипертрофированном виде, то есть так, как если бы между ними находилось увеличительное стекло. Через 10-15 минут участники меняются ролями. По окончании упражнения проводится обсуждение полученного опыта в парах.

Упражнение «Индивидуальный танец»

Материалы: музыкальное сопровождение по выбору участников.

Описание проведения: Участники садятся в круг. Звучит музыка. Один из членов группы выходит в центр круга и начинает спонтанно танцевать, выражая в индивидуальном танце свои чувства. Он может вступать во взаимодействие с кем-либо из членов группы, если возникнет такое желание. Участники, наблюдающие за индивидуальным танцем члена группы, также могут присоединиться к нему. Упражнение продолжается до тех пор, пока каждый желающий не исполнит свой индивидуальный танец.

Игры на развитие детского творчества

«Магазин игрушек»

Один ребенок — покупатель, остальные сами придумывают, какой игрушкой они будут, на вступление они замирают, покупатель обходит каждую игрушку и заводит ключиком, игрушка оживает и начинает двигаться, в конце покупатель покупает понравившуюся ему игрушку, которая потом становится покупателем. Музыкальное сопровождение каждый раз меняется.

Игра «Доведи меня и не потеряй»

Дети строятся в пары. Один закрывает глаза, а второй, держа его за руку, старается перевести на другую сторону зала, при этом не столкнувшись ни с какой другой парой. Очень хорошо развивается ориентация в пространстве, взаимопомощь и внимательное отношение к партнеру.

«Добрая волшебница» (Этюд)

Предложите учащимся послушать вариацию феи Сирени из балета П. И. Чайковского «Спящая красавица». Пусть они, двигаясь под музыку, попытаются создать соответствующий пластический образ («открытый» корпус, движения свободные, мягкие,

даже воздушные). У феи светлое лицо, излучающее доброту и любовь. Все, к чему она ласково и бережно прикасается, расцветает, оживает, преображается, радуется жизни. В борьбе со злом фея проявляет твердость, и тогда в ее движениях чувствуется властная сила. Чтобы ребенок лучше представлял добрую фею, обсудите с ним ее характер, какие волшебства она может совершить, во что она одета и т. д. Затем вернитесь к упражнению. Пусть ребенок попытается найти дополнительные выразительные средства, чтобы выразить это содержание.

«Злая волшебница»

Упражнение выполняется аналогично предыдущему. В случае необходимости подскажите ребенку, что пластика у злой волшебницы иная («закрытый» корпус, движения угловатые, резкие; лицо мрачное, брови нахмурены). Когда волшебнице удастся сделать что-нибудь гадкое, она злорадно, криво улыбается. В борьбе с добром — очень агрессивна, коварна, пытается добиться своего любыми средствами. Чтобы ребенок лучше представил образ злой волшебницы, дайте ему прослушать фрагмент из «Пролога» к балету П. И. Чайковского «Спящая красавица» (появление феи Карабос). Пусть попробует под музыку изобразить злоую волшебницу.

«Сад»

Каждому учащемуся предлагается свое собственное задание — станцевать какое-то животное, растение или часть пейзажа. Для создания некоторых образов (скажем, ручья или облака) детки могут объединяться по несколько человек.

Карточки вы можете придумать сами, но вот Вам несколько примеров: Пчела, ромашка, яблоня, розовый куст, лилия, кузнечик, кролик, котенок, солнце, ручеек, вишня, куст сирени, воробей, ласточка, тучка и т.д.

После этого танца предложить детям усложнить задание – станцевать всем вместе один общий Сад. Для этого нужно объяснить им, что такое общий, групповой танец, что общая картина сильно зависит от стараний каждого.

Потом происходит постепенное встраивание образов в общую картину танца. То есть, начинает танцевать одна группа людей, скажем, деревья. Затем к ним подстраиваются животные, цветы... И так – до последнего участника.

«Танец природы»

Все детки разбиваются на пары и тройки (при желании — группы побольше), а затем под одну и ту же музыку группы готовят каждая свой танец на общую тему (к примеру – танец восхода Солнца, морской прибой, облака, звезды, огонь, фонтан).

Необходимо посмотреть не только «процесс» танцевания каждой группы детей, но и устроить общий «просмотр» того, что получилось. Пусть все дети сядут в одной части зала, как в зрительном зале, а затем каждая команда по очереди покажет свой танец.

«Птица в клетке»

Все учащиеся берутся за руки и образуют круг — «клетку». Кто-то один остается в центре. Он становится Птицей, попавшей в клетку. Ему нужно станцевать свой танец так, чтобы клетка его выпустила. Круг детей может подыгрывать Птице, поднимая и опуская руки, открывая иногда выход. Задача клетки – не помешать Птице вырваться, а наоборот, помочь. Но и танец должен быть достоин Свободы!

«Зеркало»

Учащиеся разбиваются на пары и садятся друг напротив друга. Один из них под музыку медленно начинает задавать движения. Другой становится «зеркалом», и его задача – точно отражать все движения задающего. Он должен настолько отрешиться от себя и почувствовать себя отражением, чтобы со стороны нельзя было различить – кто задает движения, а кто их повторяет. Затем дети меняются ролями.

«Танец-ситуация»

Ведущий игры готовит карточки с ситуациями, которые нужно будет разыграть в танце. Учащиеся разбиваются на команды по два-пять человек и получают свою карточку. После чего ставится музыка и командам дается время на подготовку. Задача детей –

распределить роли, подготовить и показать перед всеми танец-ситуацию, словно маленькую сценку.

Зрители смотрят, у кого что получилось, а затем пробуют угадать и пересказать, что именно, по их мнению, разыгрывалось.

Карточки для примера: Жрица разводит огонь в Храме, Девушка собирает цветы в лесу, Путешественник взбирается на гору, Пожар, и т.д.

«Танец Огня»

Все играющие садятся по кругу. Они представляют собой Огонь и их общая задача – станцевать танец Костра. Движения могут быть у каждого свои, или их может «задавать» один человек, а лучше всего – каждый из танцующих по очереди. Это – предварительная подготовка к игре, после чего детям можно предложить ее усложнить.

Весь круг становится просто путешественниками, которые отдыхают у Костра (дикарями или пиратами), и только один из танцующих остается в центре и танцует Костер. Он имеет право передвигаться во все стороны подобно языкам пламени. Путешественники стараются, чтобы Костер не обжег их. (При этом движения сидящих вокруг Костра должны оставаться синхронными.)

«Танец без музыки»

Все становятся по кругу, один человек выходит в центр. Дети должны без музыки придумать и создать для играющего атмосферу танца. Например – дождь, пожар или порыв ветра. (Круг может в определенном ритме хлопать, щелкать, топтать, дуть, напевать, выть, кружиться, подпрыгивать, и т.д.)

Задача того, кто остался в кругу – почувствовать и передать в танце то состояние пространства, которое ему задают.

Есть еще один вариант той же самой игры: дети выбирают кого-то одного и затем придумывают для него Сон (сказочные обстоятельства, в которых он очутился. В этом Сне каждый танцующий может играть свою роль, а можно танцевать всем вместе.) Задача играющего – своим танцем без подготовки отреагировать на обстоятельства, в которых он оказался. Он может взаимодействовать с персонажами Сна или даже направлять их, главное, чтобы атмосфера Сна была «подхвачена» и передана верно.

«Танец-сценка»

Все играющие делятся на пары, после чего каждой паре выдается карточка с образами для каждого из них. Дети распределяют роли и придумывают маленькую сценку-танец, где их персонажи встречаются и разыгрывают какой-то сюжет. После этого подготовленные танцы показываются перед всеми.

Карточки: Человек и Дракон, Тараканы, Радостный слон и бабочка, Птичка и кот, Два зайца играют в прятки, Спрут и рыбка, Пингвин и чайка, Паучок и хищный цветок, Пень и молодой росточек, Щенок и опытный пес, Лебеди, Лань и свинка, Петух и курица, Муха и корова, Лошадь и овца.

«Танец-подстройка»

Все дети садятся по кругу, один человек выходит в центр. Ему выдается карточка с ролью. Ребенок должен настроиться на свой образ и протанцевать его в течение минуты или чуть дольше. Затем эту роль он «передает» другому игроку: сидящий следующим человек выходит в круг и своим танцем «подстраивается» к первому. (Если первый был водой, то второй должен это почувствовать и тоже станцевать воду, если первый был каким-нибудь животным, то и второй должен стать животным). Через некоторое время первый человек возвращается на свое место в кругу, а второй танцор остается. Ему выдается новое задание, которое он и начинает танцевать, передавая свою роль дальше.

Учащимся выдаются краски, бумага и кисти, ставится музыка. Затем педагог предлагает всем нарисовать рисунок так, словно кисточка танцует на бумаге свой собственный танец теми цветами, которые диктует музыка. Когда рисунки будут готовы, детям предлагается посмотреть их всем вместе, а затем по очереди выйти и станцевать тот танец, который они нарисовали.

«Танец Океана»

Все дети разбиваются на три команды. Лучше всего – с неравным количеством людей. (В первой команде должно быть больше всего людей, во второй – чуть меньше и в третьей – не больше трех-пяти человек). Затем ставится музыка и всем трем командам задается одно и то же задание – почувствовать себя с командой единым целым и придумать Танец Океана.

После подготовки круги показывают каждый свой танец, а затем — собираются один в другой, чтобы получился общий Океан из трех вложенных кругов. Каждая группа одновременно танцует свою часть.

Игры на развитие творческих способностей

Игра – неотъемлемая часть деятельности детей. Играя, дети лучше запоминают, быстрее понимают, что от них требуется. Игра помогает добиться выполнения многих педагогических задач.

Дети очень любят выдумывать. Для того, чтобы они могли выразить и проявить себя, им нужно давать как можно больше самостоятельного времени для выдумок и воплощения своих идей. Задача ведущего занятия – только направить фантазию и порыв ребенка, а не навязать ему свои собственные. Поэтому – поощряя их фантазию, мы даем им возможность для воплощения их идей.

«Дискотека»

Участники хаотично располагаются на площадке и самостоятельно двигаются в свободной танцевальной импровизации под предложенную темпераментную музыку. В момент смены музыкального сопровождения на медленный темп участники должны постараться быстро найти себе партнера и продолжить танцевать в паре. Чередование быстрых и медленных танцев происходит 5-6 раз. На каждом этапе, образуя пары, необходимо найти себе нового партнера.

«Зеркало»

Детки разбиваются на пары и садятся друг напротив друга. Один из них под музыку медленно начинает задавать движения. Другой становится «зеркалом», и его задача – точно отражать все движения задающего. Он должен настолько отрешиться от себя и почувствовать себя отражением, чтобы со стороны нельзя было различить – кто задает движения, а кто их повторяет. Затем дети меняются ролями.

«Волшебные руки»

Исходное положение – дети садятся на колени в свободном порядке по площадке. Один ребенок – водящий. Он выполняет различные движения руками, остальные дети стараются их повторить. Тот ребенок, у которого получается лучше всего, занимает место ведущего.

«Контрасты»

Педагог выбирает разную по характеру и настроению музыку. С детьми заранее обговаривается, куда они хотят отправиться (волшебный лес, подводное царство, зимнюю сказку и т.д.) и в кого можно превратиться. Исходное положение – дети свободно располагаются по площадке. Педагог включает один из музыкальных фрагментов. Дети начинают двигаться под музыку. Педагог следит за тем, чтобы дети придумывали свои движения в соответствии с музыкой. Затем педагог включает следующий музыкальный фрагмент.

Упражнения для партера

Упражнение «Лодочка»

Здесь у нас работают мышцы спины, ягодичные мышцы и мышцы живота. Исходное положение - лежим на животе, прямые руки вперед, прямые ноги назад. По команде, поднимаем руки и ноги, прогибаемся, возвращаемся в исходное положение.

Упражнение «Колечко».

Исходное положение - лежим на животе, руки согнуты в локтях, прямые ноги назад. По команде, руки выпрямляем, голова тянется к ноге, ноги сгибаются в коленях, и нога тянется вверх.

Упражнение «Кошечка» для мышц спины и пресса.

Исходное положение - стоя на коленях, ладони смотрят вперед. Округляем спину, голова вниз. Прогибаемся, голову поднимаем вверх.

Упражнение «Корзинка»

Исходное положение - ноги в натянутом положении, пятки вместе, руки лежат под подбородком.

Кисти рук обхватывают голеностопные суставы обеих ног и вытягиваются наверх.

Упражнение «Чемоданчик»

Исходное положение - ноги натянутые, руки находятся в свободном положении, ладони лежат на полу.

Музыкальное сопровождение: размер - 4/4, характер - плавный, мелодичный.

На «1» - руки поднимаются наверх, на «2» - корпус вместе с руками опускаются на ноги. На «3, 4» лежим. В этом положении находимся 4 такта 4/4. Недопустимо расслабление мышц, поднятие корпуса возможно только углубление.

Следить за сомкнутыми между собой ногами, за тем, чтобы первоначально ложился живот, затем грудная клетка, затем голова.

Упражнение «Лягушка»

Исходное положение - ноги натянуты, пятки вместе, руки вдоль корпуса.

Музыкальное сопровождение: размер - 4/4, характер - чёткий.

На «1» - руки сгибаются в локтях и ставятся возле грудной клетки, на «2» - плечевой пояс подаётся назад, на «3» - ноги сгибаются в коленях, пальцы ног стремятся достать до затылка, на «4» - пауза. В этом положении находимся 2 такта 4/4, затем возвращаемся в исходное положение.

Следить за неотрывностью бедер во время исполнения перегиба плечевого пояса.