

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

МАОУ «Гимназия 30»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Кружка «Синтез»

1-4 классы

Рассчитана для детей 7-11 лет

Срок реализации 4 года

Программу составила:

учитель хореографии Т.А.Жукова

Магадан

Школа после уроков - это мир творчества, проявления и раскрытия каждым ребенком своих интересов, своих увлечений, своего «Я». Занятие хореографией дает ребенку возможность свободно проявлять свою волю, раскрываться как личность.

Учитель заинтересовывает ребенка занятиями после уроков, что даст возможность превратить внеурочную деятельность в полноценное пространство воспитания и образования.

Во внеурочной деятельности создается своеобразная эмоционально наполненная среда увлеченных детей и педагогов, в которой осуществляется «штучная выделка» настроенных на успех романтиков, будущих специалистов в различных областях спорта, искусства, науки, техники.

Главная задача учителя, осуществить взаимосвязь и преемственность общего и дополнительного образования как механизма обеспечения полноты и цельности образования.

Содержание дополнительного образования на начальном этапе задается стремлением детей установить в своих играх удобный для них очеловеченный (одушевленный) порядок в мире вещей, событий, явлений и приспособить вещи, организовать ситуацию под себя, под свою индивидуальность.

В процессе занятий выявляются индивидуальные особенности поведения ребят в тех или иных ситуациях, раскрывает личностные качества. Воспитывает морально-нравственные ценности, культурные традиции.

В основу программ, согласно требованиям ФГОС внеурочной деятельности по хореографии положены следующие принципы:

**непрерывное дополнительное образование как механизм обеспечения полноты и цельности образования в целом;*

**развитие индивидуальности каждого ребенка в процессе социального и профессионального самоопределения в системе внеурочной деятельности;*

**единство и целостность партнерских отношений всех субъектов дополнительного образования;*

**системная организация управления учебно-воспитательным процессом.*

Основные задачи массового хореографического воспитания: гармонично развивать танцевальные способности, музыкально – двигательные и художественно – творческие, учить школьников грамотно, музыкально, красиво и выразительно исполнять народные и современную хореографию. Развивать художественное восприятие и вкус, воспитывать культуру поведения и общения. Теоретическая часть каждого раздела содержит перечень знаний, который должны получить дети в процессе обучения (знания по музыкальной грамоте, выразительному языку танца, знания о характерных чертах и истории танцев различных эпох и народов, знания по танцевальному этикету). В практическую часть входит перечень умений и навыков, упражнений, движений, танцев.

Основными показателями танцевальной культуры и эстетической воспитанности учащихся можно считать: выразительность грамотность исполнения; сдержанность и благородство манеры; осмысленное отношение к танцу как к художественному произведению, отражающему чувство и мысли, национальную специфику и социальный характер; понимание выразительности отдельных элементов танца и музыки в передаче определенного содержания; способность самостоятельно оценивать хореографическое произведение.

Для занятий танцем необходимы: просторное помещение с хорошей вентиляцией, комната для переодевания, музыкальный центр, компьютер.

Учебно-тематический план

Первый год обучения

№ п/п	Темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Введение. Термины классического танца. Понятие об основных танцевальных движениях	2	1	1
2	Понятие о координации движений, о позиции и положениях рук и ног. Классический танец	6	1	5
3	Основы народного танца	6	1	5
4	Танцевальные этюды. Эстрадный танец	8	3	5
5	Постановка танцев. Отработка номеров	11	1	10
6	Отчётный концерт	1	—	1
	Итого	34	7	27

Второй год обучения

№ п/п	Темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Введение. Термины классического танца. Понятие об основных танцевальных движениях	2	1	1
2	Понятие о координации движений, о позиции и положениях рук и ног. Классический танец	7	1	6
3	Основы народного танца	6	1	5
4	Танцевальные этюды. Эстрадный танец	8	3	5
5	Постановка танцев. Отработка номеров	11	1	10
6	Отчётный концерт	1	—	1
	Итого	35	7	28

Третий год обучения

№ п/п	Темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Введение. Термины классического танца. Понятие об основных танцевальных движениях	2	1	1
2	Понятие о координации движений, о позиции и положениях рук и ног. Классический танец	2	1	1
3	Основы народного танца	6	1	5
4	Танцевальные этюды. Эстрадный танец	8	3	5
5	Постановка танцев. Отработка номеров	16	1	15
6	Отчётный концерт	1	—	1
	Итого	35	7	28

Четвертый год обучения

№ п/п	Темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Введение. Термины классического танца. Понятие об основных танцевальных движениях	2	1	1
2	Понятие о координации движений, о позиции и положениях рук и ног. Классический танец	2	1	1
3	Основы народного танца	6	1	5
4	Танцевальные этюды. Эстрадный танец	8	3	5
5	Постановка танцев. Отработка номеров	16	1	15
6	Отчётный концерт	1	—	1
	Итого	35	7	28

1. Введение. Термины классического танца. Понятие об основных танцевальных движениях.

Место хореографии в современном мировом искусстве. Просмотр видеоматериалов о творчестве великих танцоров. Понятие о выразительных средствах классического и народного танцев. Освоение терминологии танцора. Составление иллюстрированного словарика танцевальных терминов.

Постановка корпуса. Позиции ног, рук, головы. Упражнения для головы (повороты, наклоны). Упражнения для корпуса (наклоны вперёд, назад, в сторону, круговые движения). Инструктаж по безопасному исполнению упражнений и танцевальных движений.

Практическая работа: освоение различных танцевальных позиций и упражнений для головы, туловища, рук и ног.

2. Понятие о координации движений, о позиции и положениях рук и ног.

Классический танец.

Понятие об экзерсисе. Позиции ног. Упражнения для ног. Позы классического танца. Основные шаги танца. Прыжки. Танцевальные элементы. Полуприседания и полное приседание. Подъём на полупальцы. Шаги с приставкой по всем направлениям, в различных сочетаниях. Прыжки на двух ногах, на одной ноге, с переменной ног, с продвижением вперёд, назад, с поворотами на $\frac{1}{4}$ круга. Каблукное упражнение. Маленькие броски ногой. Круг ногой по полу. Прыжки и махи ногами. Подготовка к верёвочке. Дробные выстукивания. .

Практическая работа: освоение поз и движений классического танца.

3. Основы народного танца

Ходы русского танца: простой, переменный, с ударами, дробный. Элементы русского танца: вынос ноги на каблук вперёд, в сторону, дробь на $\frac{1}{8}$, гармошка, ёлочка Детские танцы (снежинки, хоровод с подснежниками, матрёшки, танец солнечных зайчиков). Упражнения на укрепление мышц рук, ног, спины и шеи. Понятие о режиме дня танцора и о здоровом образе жизни.

Понятие о профессиональном мастерстве танцора.

Практическая работа: освоение поз и движений народных танцев.

4. Танцевальные этюды. Эстрадный танец.

Танцевальная разминка. Функциональное назначение и особенности проведения основных видов разминки: сидя, лёжа, стоя. Техника прыжков и вращений. Освоение упражнений по исправлению недостатков опорно-двигательного аппарата. Виды тренинга корпуса, бёдер, диафрагмы, мимики перед зеркалом, танцевального шага, основных поворотов и т.п.

Практическая работа: освоение поз и движений, характерных для эстрадного танца; индивидуальная работа с наиболее продвинутыми (одарёнными) учениками.

5. Постановка танцев. Отработка номеров.

Отработка эстрадного танца. Тренинг современной танцевальной пластики. Отработка исполнительской техники прыжков и вращений.

Подготовка танцевальных костюмов. Понятие о макияже. Создание сценического макияжа.

Практическая работа: освоение исполнительского мастерства танцора.

6. Отчётный концерт.

Подготовка пригласительных билетов на отчётный концерт. Отработка ритуала встречи гостей. Подготовка помещения для приёма гостей. Оформление зала и сцены. Подготовка ведущего концерта. Репетиции. Подготовка видео- и фотосъёмки. Разбор итогов отчётного концерта.

Заключительная беседа с обучающимися и их родителями о перспективах продолжения занятий и о продолжении хореографического образования детей, проявивших способности и стремление к освоению профессионального мастерства танцора.

1 год обучения

№	Дата	Темы занятий	Часы
1		Беседа «В мире танца». Иллюстрации. Чтение рассказов. Инструктаж по технике безопасности.	1
2		Постановка корпуса, подготовительная позиция. Маршировка в темпе и ритме музыки. Проучивание движений к танцу.	1
3		Поклон из 1ой позиции. Музыкальное вступление. Шаги на месте и вокруг себя. Проучивание движений к танцу.	1
4		Наклоны вперед и назад. Танцевальный шаг. Координация движения и музыки. Проучивание движений к танцу.	1
5		Вторая позиция ног. Начало и окончание движений вместе с музыкой. Шаги с притопами. Проучивание движений к танцу.	1
6		Releve по 6-ой позиции. Положение анфас. Рисунок танца: круг, змейка, линии. Проучивание движений к танцу.	1
7		Прыжки по 6-ой позиции. Повороты и наклоны головы. Композиция хоровод. Проучивание движений к танцу.	1
8		Рисунки танца. Проучивание движений к танцу.	1
9		Demi plie по 1ой позиции. Ритмы в музыке. Проучивание движений к танцу.	1
10		Demi plie по 2ой позиции. Сильная доля в музыке.	1
11		Releve по 1ой позиции. Музыкальный размер 2/4.	1
12		Releve по 2ой позиции. Музыкальный размер 4/4.	1
13		Подготовительная позиция рук. Проучивание движений к танцу.	1
14		Шаги на полупальцах. Проучивание движений к танцу.	1
15		demi plie и releve по 1ой, 2ой позициям. Танцевальные движения.	1
16		1 позиция рук. Танцевальная композиция.	1
17		2 позиция рук. Шаги с притопами и хлопками.	1
18		3 позиция рук. Проучивание движений к танцу.	1
19		Противоход с шагами. Проучивание движений к танцу.	1
20		3 позиция ног. Шаги с притопами по кругу. Проучивание движений к танцу.	1
21		5 позиция ног. Композиция на шаги с притопами и хлопками.	1
22		1 пор де бра. Танцевальная композиция.	1

23		Положения и позиции рук в танце. Проучивание движений к танцу.	1
24		Отработка рисунков в танце полька. Галоп по бой позиции	1
25		Позиции рук, ног, 1oe port de bras. Танцевальная композиция.	1
26		Demi-plie по 1ой позиции у станка. Проучивание движений к танцу.	1
27		Demi-plie по 2ой позиции у станка. Проучивание движений к танцу.	1
28		Demi-plie по 5 ой позиции у станка. Проучивание движений к танцу.	1
29		Demi-plie и releve по всем позициям. Проучивание движений к танцу.	1
30.		Смена ног из позиции в позицию. Проучивание движений к танцу.	1
31		Demi-plie и releve по 1ой, 2ой и 5ой позициям. Проучивание движений к танцу.	1
32		Репетиция на сцене. Подготовка к выступлению.	1
33		Итоговый показ танцевальных композиций.	1
34		Резерв	1

2 год обучения.

№	дата	Темы занятий	часы
1		Беседа о задачах на данный учебный год. Инструктаж по технике безопасности.	1
2		Повторение. Деми плие по всем позициям, 1ое пор де бра, батман тандю в сторону. Позиции рук, ног. Релеве.	1
3		Батман тандю в сторону. Проучивание движений к танцу.	1
4		Батман тандю вперед. Проучивание движений к танцу.	1
5		Батман тандю вперед и в сторону. Проучивание движений к танцу.	1
6		Понятие точка на месте. 1,2,3 позиции рук. Упражнения для рук. Проучивание движений к танцу.	1
7		Точка во вращении по диагонали. Подскоки.	1
8		Батман тандю, точка во вращении. Упражнения для рук.	1
9		Релевелянд на 25 градусов вперед. Подготовка к шане.	1
10		Релевелянд на 25 градусов в сторону. Шане по диагонали.	1
11		Соте у станка. Проучивание движений к танцу.	1
12		Соте на середине. Проучивание движений к танцу.	1
13		Деми ронд де жамб партер назад. Деми плие по 1,2.	1
14		Деми плие комбинация. Подскоки.	1
15		Релеве лянд. Соте. Деми ронд де жамб партер.	1
16		Батман тандю жете в сторону через точку. Проучивание движений к танцу.	1
17		Батман тандю жете в сторону через точку. Проучивание движений к танцу.	1
18		Батман тандю жете вперед через точку. Проучивание движений к танцу.	1
19		Батман тандю жете вперед через точку. Проучивание движений к танцу.	1
20		Батман тандю жете назад через точку. Проучивание движений к танцу.	1
21		Батман тандю жете назад через точку. Проучивание движений к танцу.	1
22		Батман тандю жете крестом через точку. Проучивание движений к танцу.	1
23		Батман тандю жете крестом через точку. Проучивание движений к танцу.	1

24		3-е пор де бра. Перегибы корпуса у станка.	1
25		Пассе партер. Положение рук на поясе. Переменный ход, ковырялочка. Проучивание движений к танцу.	1
26		Батман тандю жете. 3е пор де бра. Пассе партер.	1
27		Ронд де жамб патер по точкам ан де ор. Танцевальная композиция.	1
28		Ронд де жамб патер по точкам ан де дан. Танцевальная композиция.	1
29		Ронд де жамб по точкам Проучивание движений к танцу.	1
30		Ронд де жамб по точкам из 1ой позиции. Проучивание движений к танцу.	1
31		Ронд де жамб из 1ой позиции. Вращение по диагонали.	1
32		Ронд де жамб из 1ой позиции. Вращение по диагонали. Танцевальные комбинации.	1
33		Подготовка к выступлению.	1
34		Итоговый показ танцевальных композиций.	1
35		Резерв.	1

3 год обучения

№	Дата	Темы занятий	Часы
1		Беседа о задачах на данный учебный год. Инструктаж по технике безопасности.	1
2		Повторение пройденного материала за 2ой год обучения.	1
3		Комбинации у станка. Поклон по 5ой позиции.	1
4		Комбинация на середине.	1
5		Sur le cou-de-pied условное спереди из 5-й позиции.	1
6		Sur le cou-de-pied условное сзади из 5-й позиции.	1
7		Припадание вправо, влево. Танцевальные этюды.	1
8		Sur le cou-de-pied. Упражнения у станка. Припадание.	1
9		Passe par terre у станка. Припадание комбинация.	1
10		Приведение ноги со стороны на sur le cou-de-pied. Комбинация «Веребочка».	1
11		Battement tendu jete pike. Комбинация к танцу.	2
12		Battement tendu jete pike. Комбинация к танцу.	-
13		Battement tendu jete по 5ой позиции. Переменный шаг.	1
14		Grand plie у станка. Композиция к танцу.	1
15		Battement tendu jete pike. Grand plie. Комбинация	1
16		Шаг с каблука. Шаг польки назад. Проучивание движений к танцу.	1
17		Боковой ход. Шаг польки назад. Проучивание движений к танцу.	1
18		«Гармошка». Проучивание движений к танцу.	1
19		Музыкальный размер 2/4. Проучивание движений к танцу.	1
20		Музыкальный размер 3/4. Танцевальная комбинация.	1
21		Музыкальный размер 4/4. Танцевальная комбинация.	1

22		Понятие в такт и за такт. Танцевальная комбинация.	1
23		Шаг полонеза вперед и назад. Проучивание движений к танцу.	1
24		Шаг польки в повороте. 3-е port de bras.	1
25		2-ое port de bras. Battement tendu по 5ой позиции.	1
26		Музыкальный размер. Движения русского танца. Полонез. 2-ое, 3-е пор де бра».	1
27		Battement relevent на 45 в сторону. Отработка танцев.	1
28		Battement relevent на 45 вперед. Отработка комбинаций.	1
29		Battement relevent на 45 назад. Отработка танцевальных комбинаций.	1
30		Прыжок Temps leve saute по 2ой позиции. Танцевальные комбинации.	1
31		Прыжок. Temps leve saute по 2ой позиции. Танцевальные комбинации.	1
32		Музыкальный размер. Экзерсис у станка. Танцевальные комбинации. Temps leve saute».	1
33		Подготовка к выступлению.	1
34		Итоговый показ танцевальных композиций.	1
35		Резерв.	1

4 год обучения

№	Дата	Темы занятий	Часы
1		Беседа о задачах на данный учебный год. Инструктаж по технике безопасности.	1
2		Повторение. Cote; 1oe, 3e port de bras; вращение chaîne, подскоки по диагонали. Постановка корпуса у станка за одну руку.	1
3		Preparation у станка. Комбинация demi plie и releve одной рукой. Танцевальные движения.	1
4		Комбинация battement tendu одной рукой. Танцевальные движения.	1
5		Комбинация battement tendu jete одной рукой. Танцевальные движения.	1
6		Preparation у станка. Комбинация rond de jambe par terre одной рукой. Танцевальные движения. Шаг с пружиной	1
7		Soutenu. Комбинация battement relevent. Танцевальные движения. Шаг с пружиной	1
8		Exercice у станка одной рукой. Танцевальные композиции.	1
9		2oe port de bras. Основной шаг чарльстон. Epaulement croise. «Ключ» в русском танце.	1
10		2oe port de bras. Основной шаг чарльстон. Epaulement efface. Двойной «ключ».	1
11		Rond de jambe par terre в demi plie. Композиция к танцу.	1
12		Поворот шаг пружинка. Changement de pieds. Дробные выстукивания.	1
13		Поворот шаг пружинка. Echarpe. Дробные выстукивания.	1
14		Дробные выстукивания. Танцевальные композиции.	1
15		Упражнения на середине. Дробные выстукивания.	1
16		Приставной шаг пружинка. «Бегунец». Танцевальная комбинация.	1
17		Приставной шаг пружинка. «Голубцы» низкий и высокий. Танцевальная комбинация.	1
18		«Выхилышник». Танцевальная комбинация.	1
19		«Тынок». Танцевальная комбинация.	1
20		Присядка «мячик». Танцевальная комбинация.	1

21		Присядка с выносом ноги. Танцевальная комбинация.	1
22		«Молоточки». Танцевальная комбинация.	1
23		«Моталочка» с танцевальным бегом. Танцевальная комбинация.	1
24		Preparation для вращения по диагонали. Танцевальная комбинация.	1
25		«Веревочка». Танцевальная комбинация.	1
26		Композиции русских и украинских танцев.	1
27		Вальсовая дорожка вперед и назад. Танцевальная комбинация.	1
28		Balanse. Танцевальная комбинация.	1
29		Вальсовый поворот по одному. Танцевальная комбинация.	1
30		Основой шаг менуэта. Танцевальная комбинация.	1
31		Балансе менуэта. Отработка танцевальных комбинаций	1
32		Отработка танцевальных комбинаций.	1
33		Подготовка к выступлению.	1
34		Итоговый показ танцевальных композиций.	1
35		Резерв.	1

РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

Захаров В. М. Танцы народов мира / В. М. Захаров. В 2 т. — М., 2001.

Костровицкая В. 100 уроков классического ганца / В. Костровицкая. — М., 1981.

Культурно-образовательный комплекс: школа — хореографическое училище — вуз — театр. — М., 2008.

Михеева Л. Н. Молодёжный любительский театр: реальность и перспективы: Пособие для педагога дополнительного образования / Л. Н. Михеева. — М., 2006.

Никитин В. Модерн — джаз-танец: начало обучения /

В. Никитин. — М., 1988.

Севрюков СП. Методическая разработка по джаз-танцу /

С. П. Севрюков. — М., 1992.

Шевандрин Н. И. Психодиагностика, коррекция и развитие личности / Н. И. Шевандрин. — М., 1998.

Автор В. А. Горский