



МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ г. НОВОСИБИРСКА
«ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА им. В.ДУБИНИНА»

Принята на заседании
педагогического совета
от «23» августа 2017 г.
Протокол № 1



Утверждаю
Директор
Л.В. Третьякова
07 сентября 2017 г.

В МИРЕ ТАНЦА

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

АНСАМБЛЯ НАРОДНОГО ТАНЦА «АМРИТА»

/ХУДОЖЕСТВЕННАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ/

Возраст обучающихся: 5-10 лет
Срок обучения: 1 год
Год разработки программы 2016

Лисакова Юлия Михайловна
педагог дополнительного образования

НОВОСИБИРСК 2017

СОДЕРЖАНИЕ

Раздел 1

Комплекс основных характеристик программы

Пояснительная записка

- направленность программы
- актуальность программы
- отличительные особенности программы
- краткая характеристика обучающихся
- объем и срок освоения программы
- особенности организации образовательного процесса
- принципы и методы обучения
- режим занятий, периодичность и продолжительность занятий
- формы организации учебного занятия
- алгоритм учебного занятия

Цель и задачи программы

Содержание программы

- учебно-тематический план
- содержание учебного плана

Планируемые результаты

Раздел 2

Комплекс организационно-педагогических условий

Условия реализации программы

- материально-техническое обеспечение
- информационно-методическое обеспечение
- кадровое обеспечение

Оценка результатов освоения программы

- формы аттестации
- критерии оценки

Список литературы

РАЗДЕЛ 1

КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность программы – художественная.

Последние годы интерес к хореографическому искусству в нашей стране значительно возрос. Мы живем, во времена развития современной и массовой гиподинамии, когда ребенок волей-неволей становится заложником, быстро развивающихся технических систем (телевидения, компьютеры, сотовая связь и т.д.) – все это приводит к недостатку двигательной активности ребенка и отражается на состоянии здоровья подрастающего поколения. Поэтому нужно постараться, чтобы внутренний мир детей был богатым и глубоким, и их физическое состояние было гармонично развито. Это возможно лишь тогда, когда «дух» и «тело» находятся в гармонии, необходимы меры целостного развития, укрепления и сохранения здоровья детей.

Необходимо создать условия для коррекции этих недостатков и обогащения запасов двигательных навыков детей, давая им специальные тренировочные упражнения. Предмет хореография способствует гармоничному развитию детей, учит их красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивает физическую силу, выносливость, ловкость и смелость.

Актуальность программы

Народный танец существует вне моды, он всегда будет популярен, ведь каждый его шедевр шлифовался годами, если не веками. Большинство существующих современных направлений взяли свое начало именно от народных композиций и движений.

Отличительные особенности программы

Акцент данной программы делается на то, чтобы укрепить физическое и духовное здоровье детей, используя народный танец.

Краткая характеристика обучающихся по программе

В 6-10 лет костная система еще окончательно не сформирована. Не завершено окостенение позвоночника, грудной клетки, таза, конечностей. Позвоночник гибок и податлив, при длительном неправильном положении тела возможны его искривления. Поэтому необходимо на учебных занятиях следить за правильной осанкой и походкой.

В эти годы дети обладают уже достаточным уровнем психического развития, но очень возбудимы. Характерно богатство воображения, сильно выражены эмоциональность и непосредственность реакций. Внимание относительно длительно и устойчиво, но именно в силу этого дети на занятиях быстро теряют темп и ритм, что педагогу следует постоянно иметь в виду.

Память ребенка в этом возрасте развита достаточно хорошо, особенно легко и прочно он запоминает то, что его заинтересовало или поразило, поскольку дети обладают главным образом наглядно-образным характером запоминания, поэтому в этом возрасте очень важен наглядный метод обучения; в хореографии обязателен личный показ движений педагогом.

В этом возрасте дети интеллектуально созревают. Ведущая деятельность - обучение. Для обучения крайне важна память. Основные её составляющие – внимание и проявление воли. Правильная осанка держащая тело в тонусе способствует включению внимания, а также дисциплина на занятии. Поддержание интереса через доступные объяснения и примеров перспективы обучения способствуют проявлению воли к достижению результатов.

Также необходимо формировать пространственную ориентацию с помощью упражнений и игр на перестроения.

Объем и срок освоения программы – программа рассчитана на один (первый) год обучения. Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа.

Особенности организации образовательного процесса – Группа первого года обучения формируются из 14-16 человек, возраст 5-10 лет. Закладываются простейшие навыки движения под музыку, идет физическая подготовка детей к танцу, раскрепощение движений и снятие психологических «зажимов». Улучшается чувство ритма и музыкальность исполнения.

Принципы и методы обучения

Принципы хореографической педагогики:

- практический показ движений,
- «лепка» опорно-двигательного аппарата,
- вербально-логическое объяснение правил движения,

Методы обучения

1. Словесный метод (создает логический образ и представление о танцевальном искусстве)
 - беседа,
 - описание,
 - объяснение,
 - замечания,
 - указания,
 - оценка.
2. Зрительный метод
 - показ,
 - просмотр журналов,
 - просмотр видеофильмов.
3. Метод слуховой наглядности (создается представление о темпе и ритме движений – счет)
4. Метод двигательной наглядности – используется при разучивании новых движений и для исправления ошибок в технике исполнения с помощью
 - фиксации,
 - проводки по движению.
5. Игровой метод

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий

Программа рассчитана на 1 год систематических занятий для детей от 6-10 лет. Занятия проходят в просторном зале. Дети приходят в специальной репетиционной форме. Длительность одного учебного занятия: 40 мин. Распределение учебных часов в неделю - 6 часов в неделю.

Формы организации учебного занятия:

- групповые;
- индивидуальные с парами.

Формы учебных занятий в ансамбле я использую разные: занятие по изучению нового материала; игровые занятия (отработка навыков общения в группе); видеопросмотр семинара или конкурса народного танца; индивидуальное занятия; отработка танцевальной постановки в ансамбле; предконкурсная подготовка и т.д.

Алгоритм учебного занятия

- I часть включает задания на умеренную моторную двигательную активность: построение, приветствие, комплекс упражнений для подготовки разных групп мышц к основной работе. По длительности – 1/3 часть общего времени занятия.
- II часть включает задания с большой двигательной активностью, разучивание новых движений. Повторение репертуарных постановок. По длительности – 2/3 общего времени занятия.
- III часть включает музыкальные игры, творческие задания, комплекс упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания. По длительности – 2–3 минуты.

ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель – Создание условий для личностного роста обучающихся, гармоничное развития духовных и физических качеств растущей личности ребенка средствами народного танца.

Задачи:

1. Образовательные задачи:

- познакомить детей с историей возникновения и развития народного танца.
- формировать и развивать навыки и умения правильного и выразительного движения
- познакомить с историей и видами танцевальной культуры, танцевальной терминологией.

2. Развивающие:

- способствовать снятию мышечного и психологического торможения посредством танцевального движения;
- формировать правильную осанку, корректировать фигуру ребенка;
- формировать интерес к народному танцевальному искусству;
- развить музыкальность, выразительность и осмысленность исполнения танцевальных движений;
- развить воображение, фантазию, умение находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки;
- развить познавательный интерес, любознательность и умение творчески мыслить;

3. Воспитательные задачи:

- воспитать культуру поведения и общения;
- воспитать умение ребенка работать в коллективе;
- заложить основы становления эстетически развитой личности;
- воспитывать чувство ответственности, трудолюбия, конструктивности.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебно-тематический план

№ п/п	Название разделов и тем	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие. Правила техники безопасности	1	1	-
2	Духовно-нравственное содержание танца	1	1	-
3	Азбука музыкального движения	12	-	12
4	Гимнастика и растяжка	22	-	22
5	Постановка корпуса, рук, ног	18	-	18
6	Игровые технологии	18	-	18
7	Элементы классического танца	24	-	24
8	Элементы народно-сценического танца	28	-	28
9	Постановка танцевальных номеров	34	1	33
10	Ритмика	26	-	26
11	Репетиционная работа:	30	-	30
	отработка и детальный разбор номера	12	-	12

	работа над эмоциональной передачей	3	-	3
	отработка всего номера	13	-	13
12	Итоговые и досуговые мероприятия	2	-	2
	Итого:	216	3	213

Содержание учебного плана

Раздел 1. Вводное организационное занятие. Цели и задачи: знакомство с участниками танцевального коллектива, с правилами техники безопасности (требования безопасности перед началом работы, техника безопасности во время работы, требования безопасности при аварийных ситуациях). Беседа о культуре поведения, внешнем виде на уроке.

Раздел 2. Духовно-нравственное содержания танца. Передача образа и смысла посредством музыки и танцевальных движений. Отношение к партнерам в групповом танце. Отношение к танцу и понимание своего места и роли в его исполнении. Уважительное отношение к зрителям («Поклон» как приветствие, как прощание, как благодарность).

Раздел 3. Азбука музыкального движения. Совершенствование ритмичности (умения создавать, выявлять и воспринимать ритм). Практическое освоение понятия «мелодия и движение». Темп (быстро, медленно, умеренно). Музыкальные размеры 4/4, 2/4, 3/4. контрастная музыка: быстрая - медленная, веселая - грустная. Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворота вправо и влево. Соотнесение пространственных построений с музыкой. Музыкально-пространственные упражнения. Цель: Научить детей двигаться под музыку и перестраиваться. Привить детям театральные навыки, в виде работы над образными упражнениями. Основные понятия: музыка, темп, такт.

Раздел 4. Гимнастика и растяжка. Упражнения на напряжение и расслабление мышц, на выработку выворотности ног, на развитие гибкости. Упражнения на развитие шага, различного вида шпагаты.

Цель: добиться правильной работы мышц.

Раздел 5. Постановка корпуса, рук, ног. Повторение пройденного материала на 1-ом году занятий (подготовительной, I, II, III позиции рук, I, II, III, IV, V, VI позиций ног). Закрепление пройденного материала на более сложных заданиях.

Цель: формирование правильной работы мышц спины, рук и ног, выработать устойчивость, навык координации движений. Добиться методически правильного исполнения упражнений.

Раздел 6. Игровые технологии. Как форма усвоения танцев опыта людей. Игры, снимающие эмоциональное и психофизическое напряжения, развивающие устойчивость и концентрацию внимания, артистичность, творческие способности. Игры для создания доверительных отношений в группе. Игры направленные на развитие внимания ребенка к самому себе, своим чувствам, подвижные игры, направленные на профилактику нарушений осанки, игры на развитие слуха, чувства ритма.

Раздел 6. Постановочная работа. Постановка танцевальных номеров. Массовые и сольные композиции.

Цель: Воспитание сценической культуры, умения общения со зрителями. Развитие художественного вкуса. Развитие двигательной системы.

Раздел 7. Элементы классического танца. Специфика танцевального шага и бега. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата ребенка. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов.

Практическая работа: позиции и положение ног и рук. Растяжки в игровой форме. Постановка корпуса (выворотной позиции, лицом к станку со второго полугодия - держась за станок одной рукой). Позиции ног - по 1, 2, 3-й. Позиции рук - подготовительная, 1,2,3 (разучивается на середине, при неполной выворотности ног), затем держась одной рукой, тоя боком к станку.

Деми плие - небольшое приседание, развивает выворотность бедра, эластичность и силу ног; изучается лицом к станку по 1,2, 3-й позициям.

Батман тандю - движения, вырабатывающие натянутость всей ноги в колене, подъеме, пальцах, развивающие силу и эластичность ног (изучается лицом к станку по 1, 3-й позициям, вначале в сторону, вперед, в конце года - назад).

Деми рон де жамб пор тер - круговое движение, развивает подвижность тазобедренного сустава; изучается лицом к станку с 1-й позиции по точкам - вперед в сторону, в сторону вперед, позднее назад в сторону, в сторону назад. Положение ноги, ку де пье - «обхватное» (обхватывает щиколотку опорной ноги) - развивает выворотность и подвижность ноги; «условное» - сильно вытянутые пальцы работающей ноги касаются опорной.

Цель: Развивать выворотность ног и силу ног, правильную постановку тела. Правильно поставить отдельные кости рук: кисти, пальцы, локти, плечи.

Раздел 8. Элементы народно-сценического танца. Сюжеты и темы некоторых танцев. Особенности на родных движениях. Характерные положения рук в сольном, групповом танце, в хороводах, рисунки хороводов.

Русский танец. Позиция рук - 1, 2, 3 и на талии. Шаги танцевальные, с носка: простой шаг вперед; переменный шаг вперед. Притоп - удар всей стопой 4 шаг с притопом в сторону; тройной притоп.

Припадание на месте с продвижением в сторону: исходная, свободная 3-я позиция; поднявшись на полупальцах поставленной назад ноги, упасть на другую ногу в полуприпадание, затем опять подняться на полупальцы. То же с продвижением в сторону.

Выведение ноги на каблук из свободной 1-й позиции, затем приведение ее в исходную позицию.

«Ковырялочка» - поочередные удары в сторону одной ногой носком в закрытом положении и ребром каблука в открытом положении, без подскоков.

Ход в полуприседании, проскальзывание на одной ноге на низких полупальцах с одновременным подъемом другой согнутой ноги в прямом положении, с тремя последующими переступаниями на месте, с передвижениями вперед, назад, с поворотом. Притоп в полуприседании; перескок на всю ступню с двумя с двумя последующими поочередными ударами всей стопой по 6-й позиции.

Цель: Научить элементам русского танца и характерным чертам исполнения. Прививать детям любовь к народным танцам.

Раздел 10. Ритмика. Раздел «Ритмика» включает ритмические упражнения, музыкальные задания по слушанию и анализу танцевальной музыки, поскольку недостаточное музыкальное развитие детей обычно является основным тормозом в развитии их танцевальных способностей. Упражнения этого раздела должны способствовать развитию музыкальности: формировать музыкальное восприятие, представление о выразительных средствах музыки, развивать чувства ритма. При этом в первую очередь, следует обратить внимание на те навыки, развитие которых не могут в полной степени обеспечить другие дисциплины учебного плана. К ним относятся: умение ориентироваться в маршевой и танцевальной музыке, определять ее характер, метроритм, строение и, особенно, умение согласовывать музыку с движением.

Раздел 11. Репетиционная работа. Отработка и детальный разбор номера. Работа над эмоциональной передачей. Работа над синхронностью исполнения танца. Отработка всего номера.

Цель: достижение мастерства исполнения, сформировать двигательный навык, закрепить технику исполнения движений и перестроений в танце.

Раздел 12. Итоговые и досуговые мероприятия. Итоговые занятия (открытые уроки) для оценки знаний и умений учащихся, а также показа выученного материала для родителей учеников.

Планируемые результаты:

После освоения программного материала обучающиеся должны:

1. Знать позиции ног и положений рук в танце

2. Четко определять на слух вступление и окончание вступления, начало и окончание музыкальной фразы
3. Иметь первоначальное представление о танцевальном образе
4. Выполнять движение в различных темпах и сохранять заданный темп после прекращения музыки
5. Уметь выполнять перестроения
6. Исполнить разученные комбинации и танцы

РАЗДЕЛ 2 КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-техническое обеспечение

- Помещение для занятий народными танцами: класс хореографии
- Хореографический станок
- Аудиоаппаратура для музыкального сопровождения танца, для видеосмотра
- Коллекция аудиозаписей народных танцев
- Костюмерная для хранения танцевальных костюмов, обуви

Кадровое обеспечение – педагог дополнительного образования, имеющий педагогическое образование и специальную предметную подготовку в области народных танцев.

ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Формы аттестации

В систему отслеживания результатов (диагностики) входят:

- Педагогические наблюдения на занятиях за уровнем взаимоотношений группы;
- Промежуточная и итоговая аттестация каждого ребёнка в форме участия в отчётных концертах для родителей;
- Оценивание результатов участия детей в концертах Дома детского творчества им. В. Дубинина, в конкурсах, фестивалях детского творчества и т.д.

По каждому году обучения в программе определён прогнозируемый результат.

Критерии оценки

Критерий	Повышенный	Базовый	Минимальный
1. Музыкальность – способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом.	Движения выражают музыкальный образ, совпадают с тонкой нюансировкой, фразами.	Движения передают только общий характер, темп, метроритм музыки.	Движения не совпадают с темпом и ритмом, ориентированы только на начало и конец звучания, а также на счет и показ педагога.
2. Эмоциональность - Выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в позах и жестах разнообразную гамму чувств, исходя из музыки и содержания композиции (радость, страх, восторг и т.д.).	Ребенок эмоционален, мимика богата и выразительна.	Ребенок эмоционален, но в зависимости от настроения, от заинтересованности в данном упражнении.	Ребенок неэмоционален, мимика бедна, движения невыразительны, занимает место в отдалении от педагога, оценка которого его не интересует.
3. Волевая сфера - Волевые качества, определяющие творческую активность: решительность, настойчивость, инициативность, смелость, выдержка и	Ребенок преодолевает трудности (быструю утомляемость и болевые ощущения), не теряет в непривычных сценических условиях, в момент прекращения	Ребенок не всегда справляется с трудностями, из предложенных педагогом повторов движений выполняет не все.	Ребенок может пропустить половину повторов движений, жалуется на усталость (при хорошем

самообладание.	музыкального сопровождения, смены партнеров.		состоянии здоровья), теряется в непривычных условиях исполнения.
4. Воображение и творческие проявления - умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные.	Ребенок способен к импровизации, созданию новых, оригинальных образов и движений.	Способность к импровизации с использованием знакомых образов и движений.	Способности к импровизации нет, исполняет движения только по показу педагога.
5. Память - способность запоминать музыку и движения.	Ребенок запоминает композицию после 3-5 исполнений по показу.	Ребенку необходимо для запоминания 6-7 повторений композиции вместе с педагогом.	Потребность в большом количестве повторений – более 9 раз.
6. Внимание – способность сосредотачиваться, не отвлекаться от музыки и процесса движения.	Ребенок правильно выполняет ритмическую композицию от начала до конца самостоятельно.	Ребенок выполняет композицию с некоторыми “помарками”, иногда отвлекается, упускает “нить движения”, ему требуются подсказки.	Ребенок испытывает затруднения в исполнении композиции из-за рассеянности внимания.
7. Артистизм - особенности сценического поведения и самочувствия.	Исполняя танцевальный номер на сцене, ребенок ярко проявляет и музыкальность, и выразительность пластики и мимики. Выступает спокойно и уверенно, эмоционально заразительно.	Исполняя танцевальный номер на сцене, ребенок не всегда чувствует себя уверенно.	Ребенок исполняют танец скованно, робко, неэмоционально, иногда неритмично (ускоряют или замедляют движения), - что является следствием воздействия на него обстановки сцены, чувства неуверенности в себе.

<p>8. Специальные хореографические данные –</p> <p>1. <i>Координация</i> (согласованность движений тела)</p> <p>2. <i>Шаг</i> (При вертикальном положении корпуса)</p> <p>3. <i>Прыжок</i> (Во время прыжка с натянутыми стопами)</p> <p>4. <i>Подъем</i> (В положении стоя при открывании ноги в сторону носком в пол)</p> <p>5. <i>Гибкость</i> (В положении стоя лицом к опоре во время прогиба назад угол между частью позвоночника от поясницы вверх (торсом) и опорой, от которой корпус отклоняется назад)</p> <p>6. <i>Выворотность</i> (В положении лежа на спине, поясница прижата к полу, ноги согнуты в коленях, стопы соединены)</p>	<p>Исполняет заданную комбинацию без ошибок, уверенно.</p> <p>Нога свободно поднимается на любую высоту выше 90^0</p> <p>Расстояние от пяток до пола значительно выше размера стопы.</p> <p>Расстояние от пятки до пола не менее $1/2$ расстояния от носка до пятки по проекции стопы.</p> <p>Угол 90^0 и больше.</p> <p>Колени свободно лежат на полу.</p>	<p>Исполняет комбинацию с небольшими недочетами, не достаточно уверенно, но исправляются после 3-5 повторов.</p> <p>Поднимание ноги на 90^0 свободно, без напряжения.</p> <p>Расстояние от пяток до пола не менее размера стопы.</p> <p>Расстояние от пятки до пола равно или немного меньше $1/2$ расстояния от носка до пятки по проекции стопы.</p> <p>Угол – не менее 45 градусов.</p> <p>Расстояние от пола до коленей не более 10 см</p>	<p>Исполняет комбинацию неуверенно, ошибки при исполнении каждого второго движения.</p> <p>Поднимание ноги ниже 90^0</p> <p>Расстояние от пяток до пола меньше размера стопы, при этом стопы не вытягиваются во время прыжка.</p> <p>Расстояние от пятки до пола намного меньше $1/2$ расстояния от носка до пятки по проекции стопы.</p> <p>Угол – менее 45 градусов.</p> <p>Расстояние от пола до коленей не более 10 см, поясница не прижата к полу.</p>
--	--	--	---

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Федеральный закон РФ от 29.12.2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р).

3. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей. – Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14.
4. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам. – Приказ Минобрнауки России от 29 августа 2013 г. № 1008.
5. Примерные требования к программам дополнительного образования детей. – Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844.
6. Положение о дополнительной общеобразовательной программе МБУДО «Дом детского творчества им. В. Дубинина».
7. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных программ. Разработаны ФГАУ «Федеральный институт развития образования».
8. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования. М. Просвещение, 2010.
9. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования. М. Просвещение, 2011.
10. Ботгомер П. Учимся танцевать. /Перевод с англ. К.Молькова. – М.: Эксмо-Пресс, 2002. – 256 с.
11. Ги Дени, Люк Дасевель. Все танцы. – Киев: Музыкальная Украина, 1987. – 334 с.
12. Зуев Е.И. Волшебная сила растяжки. – М.: Искусство, 1990. – 175 с.
13. Л.И. Кузьмин. У истоков русского театра. - Москва. 1984г.
14. Новосибирский государственный театр оперы и балета - Новосибирск. 1955г.
15. В. Ромм. ...И зазвучала музыка. - Новосибирск. 1998г.