



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
01 сентября 2017 г.

ПОСТИГАЯ МИР ПРЕКРАСНОГО

АВТОРСКАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА АНСАМБЛЯ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА «ПЛЕНИТЕЛЬНЫЕ РИТМЫ»

/ХУДОЖЕСТВЕННАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ/

Возраст обучающихся: 7-15 лет

Срок обучения: 7 лет

Год разработки программы 1995

Утверждена в качестве авторской в 2004 г.

Широкова Светлана Ивановна
педагог дополнительного образования
высшей квалификационной категории

НОВОСИБИРСК 2017

ОГЛАВЛЕНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

- Актуальность и педагогическая целесообразность детской хореографии
- Новизна и отличительные особенности образовательной программы
- Возрастные особенности детей, занимающихся в хореографическом ансамбле
- Структура учебного занятия
- Педагогические принципы
- Методы хореографической педагогики
- Цель и задачи
- Прогнозируемый результат и его диагностика
- Техника безопасности

I СТУПЕНЬ ОБУЧЕНИЯ «Шаг за шагом»

- Организационное состояние
- Задачи

I ГОД ОБУЧЕНИЯ

- Учебно-тематический план
- Содержание тематического материала

2 ГОД ОБУЧЕНИЯ

- Учебно-тематический план
- Содержание тематического материала

3 ГОД ОБУЧЕНИЯ

- Учебно-тематический план
- Содержание тематического материала
- Гарантированные результаты
- Репертуар I ступени

МУЗЫКАЛЬНЫЙ МАТЕРИАЛ

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

ЛИТЕРАТУРА

- Литература для обучающихся
- Литература для педагога

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Танец – это мышление с помощью тела.
Танец – это не жизнь, но он дает жизнь
тем маленьким частицам, из которых
состоят большие вещи

Матс Эк

Актуальность и педагогическая целесообразность детской хореографии

Одной из важных задач сегодняшнего дня является подготовка детей к жизни,

Классический танец – это вид хореографической пластики, построенный на определенных и строгих законах. Он представляет собой четко выработанную систему движений, в которой нет ничего лишнего или случайного. Конечно, следовать этой системе трудно, особенно в детском возрасте, поскольку здесь требуется большая самоотдача и жесткая дисциплина. Однако именно в детском возрасте закладываются основы классического танца, дается начальное образование. Танцевальная часть занятия требует абсолютной внутренней собранности, серьезной физической подготовки, стремления к преодолению трудностей и способностей к сознательной затрате значительного количества физических сил.

А в искусстве хореографии как раз и заложены многие формы художественного воспитания детей. Именно хореографическое искусство успешнее всего реализует развитие зрительных, слуховых и двигательных форм чувственного и эмоционального восприятия мира, снимает умственное утомление и даёт дополнительный импульс для мыслительной деятельности.

В 1463 году Гульельмо Эбрео в «Трактате об искусстве танца» объявил: «Добродетель танца – действие, вызывающее наружу движения души, которая проникает через наши уши к уму и сердцу, возбуждая сладостные чувства, заточенные вопреки природе и через танец, пробиваются наружу». За теоретическими и практическими советами видна попытка определить исконное свойство танца – его способность воздействовать на мысль человека и выразить духовную жизнь.

Танец способен приносить глубокое эстетическое удовлетворение. Ребенок, который хорошо танцует, испытывает неповторимое ощущение от свободы и легкости своих движений, от умения владеть своим телом, его радует возможность выразить свои настроения, эмоции, проявить свои внутренние качества.

Новизна и отличительные особенности образовательной программы

Хореография – достаточно популярный вид детского творчества. Почти в каждом учреждении дополнительного образования есть хореографические студии, ансамбли. Но, в силу трудоемкости, ансамблей классического танца не так и много, а, следовательно, и образовательных программ – недостаточно.

Дополнительная общеобразовательная программа «Постигая мир прекрасного. Первые шаги» разработана на основе авторской дополнительной общеобразовательной программы Широковой Светланы Ивановны, её многолетнего опыта педагогической деятельности по руководству детским коллективом классического танца.

Особенность данной программы заключается, прежде всего, в ее личностно-ориентированном характере: программа нацелена на то, чтобы практически на каждом занятии создавалась ситуация успеха в обучении, чтобы ребенок, несмотря на все трудности и сложности при обучении классическому танцу, сохранил веру в свои силы, и, таким образом, постоянно укреплялось его желание танцевать.

Программа ориентирована на развитие художественно-пластических способностей, привитие любви к классическому танцу, шире – русской культуре.

Отличительной особенностью дополнительной общеобразовательной программы «Постигая мир прекрасного. Первые шаги» является содержание тематического

материала. Основной принцип отбора содержания – опора на классические традиции отечественной школы хореографии, включая знакомство с танцевальными фрагментами и вариациями из балетов отечественных и зарубежных композиторов. Как результат – репертуар ансамбля строится из авторских постановок и классических вариаций, отредактированных под особенности ребенка.

Количество учащихся в группах I ступени – 12 – 15 человек;

Дополнительная общеобразовательная программа «Постигая мир прекрасного. Азбука танца» рассчитана на девочек в возрасте от 6 до 9 лет. Но допустимо начинать занятия и с 5ти летнего возраста, так как в этом возрасте достаточно сформирована музыкальная отзывчивость и начинает формироваться музыкальный слух.

Возрастные особенности детей, занимающихся в хореографическом ансамбле

В возрасте 5-6-ти лет ведущая деятельность у детей - игра по правилам.

Поэтому занятие включает в себя элементы игры, соревновательного характера, или способствующие созданию образа движения, а также запоминанию с помощью вербального подкрепления (игры содержащие стихотворные инструкции к действию).

Начиная с 5ти лет у детей формируется музыкальный слух. Дети могут слышать не только ритм, понимать темп, но и выделять мелодию. Поэтому музыкальное сопровождение очень важно. Оно должно быть понятным с повторяющимися музыкальными фразами и постоянным темпом.

Мышечный каркас в дошкольном возрасте не сформирован, поэтому очень полезны закачивающие пресс, бёдра и икроножные мышцы упражнения сидя и лёжа на полу.

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

В 7-9 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 тоне способствует включению внимания, а также дисциплина на занятии. Поддержание интереса через доступные объяснения и примеров перспективы обучения способствуют проявлению воли к достижению результатов.

Структура учебного занятия

Любое учебное занятие классического танца состоит из следующих частей:

- I. Разминочная часть.
- II. Экзерсис у станка. Либо для дошкольного возраста аналог упражнений у станка как экзерсис на полу.

- III. Adagio. Для дошкольного возраста лёжа, или позы в пол. Лучше проводить все упражнения в игровой форме.
- IV. Allegro или экзерсис на пальцах (только для детей не младше 10 летнего возраста, так как более ранняя не физиологичная нагрузка на стопу может повлечь деформацию костей).
- V. Вращение. Для дошкольников вращения используются больше как тренировка вестибулярного аппарата, а не как технический трюк.
- VI. Постановочная часть (изучение новых танцевальных движений и танцев, повтор и закрепление старых)
- VII. Завершающая часть учебного занятия (различные формы port de bras и система stretching (растягивание))

Посредством тренажа в учебном занятии хореографии решаются следующие задачи:

- подготовка опорно-двигательного аппарата, систем дыхания и кровообращения к предстоящей физической нагрузке;
- развитие необходимых физических качеств (ловкости, координации, выносливости, гибкости, силы мышц);
- подготовка занимающихся к освоению нового хореографического материала (разучивание отдельных элементов танцев, исполнение освоенных движений в новых сочетаниях с постепенным усложнением).

Экзерсис дает учащимся знания, необходимые для профессионального овладения классическим танцем с его сложной техникой.

Вместе с тем упражнения у станка способствуют развитию силы, выносливости и ловкости, а также собранности, внимания.

Итак, основная задача экзерсиса у станка заключается в том, чтобы путем целесообразно подобранных, постоянно повторяемых тренировочных упражнений помочь учащимся развить тело и научиться свободно и пластично управлять своими движениями.

Классический экзерсис у станка

1. plie
2. battement tendu
3. battement tendu jete
4. rond de jambe par terre
5. battement fondu
6. battement frappe petit battement sur le cou-de-pied
7. rond de jambe en l'air
8. adagio
9. grand battement jete

Третья часть учебного занятия – adagio – это работа над всесторонним овладением позами классического танца и самой разнообразной их связью. В adagio усваивается характер, манера и техника, необходимые для исполнения большой и плавной танцевальной фразы.

Построение adagio складывается из пройденных поз, движений. На первой ступени adagio как такового еще нет. Здесь изучаются различные малые позы с ногой, не отделенной от пола.

Педагогические принципы

- принцип взаимного доверия и уважения между педагогом и детьми;
- принцип «свободного выбора» творчества, активизации самостоятельности ребенка;
- принцип индивидуального контроля результативности (развивающего эффекта), предполагающий обязательность общения педагога с каждым ребенком для того, чтобы понять – как он понял учебную программу, что почувствовал, как оценил,
- принцип направленности обучения на четко заданный результат.

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

Методы хореографической педагогики

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

Цель и задачи

Цель– заложить прочную основу теоретических знаний и практических умений в области классического танцевального искусства, способствующих формированию у обучающихся образного мышления, развитие способностей и уникальных дарований растущей личности ребенка, а также потребности у него к художественному самовыражению и подготовки его к активной социально-значимой деятельности.

Задачи программы

Обучающие

- Умение выполнять разученные движения.
- Знание теории и исполнения разученных движений.
- Знание музыкальной раскладки изученных танцев.

Развивающие

- Развитие интереса и любви к классическому танцу
- Развитие психофизических данных учащихся (внимание, память, воля, активность, ловкость, мышечная сила, гибкость и выносливость всего двигательного аппарата)
- Развитие музыкально-актерских данных учащихся (музыкальность, эмоциональность, творческое и образное воображение)
- Развитие музыкально-эстетического вкуса

Воспитывающие

- Формирование и укрепление качеств личности ребенка (терпение, целеустремленность, трудолюбие, стремление к совершенству и творческому росту)
- Воспитание гражданина, усвоившего основные социальные нормы человеческого общения.

Прогнозируемый результат и его диагностика

1 год обучения

1. Усвоение правил поведения на занятии.
2. Формирование не агрессивного поведения по отношению к другим детям и взрослым.
3. Формирование основных групп мышц.
3. Построение простейших рисунков.
4. Умение выполнять шаги и упражнения на полу в соответствии с правилами исполнения.

2 год обучения

1. Укрепление взаимоотношений между педагогом и детьми.
2. Умение двигаться по заданному рисунку и синхронно.
3. Взаимодействия в паре.
4. Сформированность танцевальной осанки.
4. Знание изученных движений и правил их исполнения.
5. Умение многократно и правильно исполнять проученные движения.

3 год обучения.

1. Умение оказать помощь в исполнении движения другому ученику (пока только на вербальном уровне).
2. Знание своих ошибок исполнения и умение их исправлять.
3. Удержание устойчивости на середине зала в выворотных позициях ног на всей стопе, и на полувыворотных позициях на полупальцах.
4. Знание образа, характера и содержания изучаемого танца.

Техника безопасности.

1 год обучения.

- Правила поведения в ДТ (Пользование гардеробом, сменной обувью, туалетом, ожидание детьми сопровождающих...).
- Правила поведения в классе (обращение со станками, с зеркалом, с электроприборами...).
- Безопасный маршрут до остановки.

2 год обучения.

К правилам 1 года обучения добавляются следующие правила.

- Правила взаимодействия в парах и в ансамблевых рисунках.
- Правила выполнения упр. по растяжке в парах и индивидуально.
- Правила поведения на сцене.
- Сопровождение детей родителями на выступление.

3 год обучения.

К правилам 2 года обучения добавляются следующие правила

- Правила поведения детей на выездных выступлениях (поведение при переходе улицы, в транспорте, в ДК, на сцене).

I СТУПЕНЬ ОБУЧЕНИЯ «ШАГ ЗА ШАГОМ»

Занятия I ступени проходят под своеобразным девизом «Шаг за шагом». Круговой принцип построения I ступени предполагает постепенное расширение и углубление знаний, совершенствование творческих умений и навыков детей от первого года к третьему.

I ступень во многом является определяющей для дальнейшего продвижения каждого ребенка: некоторые выпускники навсегда связывают свой жизненный путь с танцем, а для других танец – только хобби, отдых, просто любовь на всю жизнь. Однако и те, и другие, несомненно, обогатят свой жизненный опыт, расширят кругозор, творческий опыт.

Организационное состояние

Учебная группа 1-ого года обучения (подготовительная) комплектуется из 12-15 учащихся. Возраст детей 6-7 лет.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 часу

Общее количество часов за год – 72 часа.

Учебная группа 2-го года обучения (младшая) комплектуется из 12-15 учащихся. Возраст детей 7-8 лет.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа и 1 раз в неделю 1 час.

Общее количество часов за год – 144 часов.

Учебная группа 3-го года обучения (младшая) комплектуется из 12-15 учащихся. Возраст детей 8-9 лет.

Занятия проводятся 1 раза в неделю по 2 часа и 1 раз в неделю – 3 часа и 1 раз в неделю 1 час.

Общее количество часов за год – 216 часа.

Задачи

- развитие и укрепление интереса учащихся к классическому танцу,
- формирование элементарного представления о красоте танца,
- обучение основным элементам, формам и движениям, предусмотренных программой,
- развитие у учащихся выразительности, фантазии и артистичности.

1 ГОД ОБУЧЕНИЯ

Учебно-тематический план

N	Название разделов и тем	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
	Вводное занятие	1	----	1
1.	Разминочный цикл	1	19	20
	1. Ритмическая гимнастика	----	3	3
	2. Тренаж – разогрев в динамике	----	3	3
	3. Тренаж – разогрев в статике	----	3	3
	4. Тренаж с элементами психогимнастики	----	3	3
	5. Партерная гимнастика	1	7	8
2.	Основы классического танца	2	13	15
	1. Экзерсис у станка	2	13	15
3.	Танцевально-игровой цикл	4	28	32
	1. Народный танец начального уровня	2	14	16
	2. Сюжетно-ролевые и музыкально-танцевальные игры	2	14	16
4.	Концертная деятельность		2	2
	1. Мини-концерты перед родителями	----	1	1
	2. Открытое учебное занятие	----	1	1
	Промежуточная и итоговая аттестация	----	2	2
	Итого часов:	11	61	72

Содержание тематического материала

Вводное занятие. Знакомство с образцовым ансамблем классического танца «Пленительные ритмы». Правила поведения в танцевальном классе.

Раздел 1 Разминочный цикл

Тема 1 Ритмическая гимнастика

Коллективно-порядковые упражнения:

- расположения и перестроения из одной в две линии
- прямые перестроения и перестроения в шахматном порядке
- перестроения из линии (линий) в круг и наоборот
- движения по кругу: направления против и по часовой стрелке
- расположения и перестроения в колонны
- движения по кругу в паре (со сменой пар)
- самостоятельное построение круга
- соблюдение расстояния между парами
- сужение и расширение круга

Упражнения, развивающие чувство ритма:

- ритмичные движения в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо, громче, тише), регистрами (высокий, средний, низкий)
- переход от умеренного к быстрому или медленному темпу

Ритмичное движение:

- изучение шагов, притопов и хлопков в такт музыки
- изучение шагов, ударов и хлопков из-за такта музыки
- сочетание движений, исполняемых в такт и из-за такта музыки

Тема 2. Тренаж – разогрев в динамике

Шаги (с выпадами, с махами, с прыжками, на полупальцах, с высоким подниманием колен)
Подскоки
Галоп (с продвижением вперед по III п.н., в сторону по IV п.н.)
Бег (мелкий, с прямыми ногами, со сгибанием ног назад, поднятием высоко наверх)

Тема 3. Тренаж – разогрев в статике

Марш на месте
Упражнения для головы и корпуса (наклоны, повороты)
Упражнения для рук
Упражнения для ног (выпады, приседания, махи, releve)
Вращения
Прыжки

Тема 4. Тренаж с элементами психогимнастики

Упражнения на развитие памяти
Упражнения на развитие внимания: «дельфин», «хрустальная вода»
Упражнения на развитие воли: «улитка ползет», «полет птиц»
Упражнения на развитие воображения: «теплый дождь», «красочная радуга», «звери просыпаются», «бабочка»
Упражнения на развитие творческих способностей: «на морском берегу», «жил был зелёный лес»
Выразительные движения: «волна», «водоросли», «кит плывет»
Мимика: «растения оживают», «плавающие лягушата»
Пантомима: «человек-иголка», «человек-масло», «человек-веревка»

Тема 5. Партерная гимнастика

Упражнения для коррекции осанки: «столик», «верблюд», «кольцо», «лодочка», «арка»
Упражнения для коррекции нарушений свода стопы: «муравьи и заборчик», «пружинка»
Упражнения на напряжение и расслабление мышц: «холодно и жарко», «змея шипит»
Упражнения на улучшение выворотности ног: «бабочка»
Упражнения на развитие гибкости: «корзиночка»

Раздел 2. Основы классического танца

Тема 1. Экзерсис у станка (лицом к станку)

Постановка корпуса,
Позиции ног (I, II, III, V)
Поклон
Releve по VI, I, II п.н.
Battement tendu в сторону по I п.н.
Аналог Battement tendu вперёд сидя и лёжа на полу.
Аналог бросков на 45 и 90 градусов вперёд и назад.

Раздел 3. Танцевально-игровой цикл

Тема 1. Народный танец начального уровня

Изучение базовых движений и элементов и соединение их в танцевальные комбинации:

- Притопы
- Элементы русской пляски
- Хороводный шаг
- Ковырялочка

Тема 2. Сюжетно-ролевые и музыкально-танцевальные игры

Игры, снимающие эмоциональное и психофизическое напряжение

Игры, развивающие устойчивость и концентрацию внимания

Игры, развивающие артистичность

Игры, развивающие творческие способности

Игры, развивающие ритмический слух

- «Паровозик»
- «Змейка»
- «Три фигуры»
- «Обезьяна и зеркало»
- «Как у дядюшки Семёна»
- «Самолетик»

Раздел 4. Концертная деятельность.

1. Мини-концерты перед родителями
2. Открытое учебное занятие

Промежуточная и итоговая аттестация

Открытое учебное занятие (декабрь)

Отчётный концерт. (май)

2 ГОД ОБУЧЕНИЯ

Учебно-тематический план

N	Название разделов и тем	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
	Вводное занятие	2	----	2
1.	Разминочный цикл	----	56	56
	1. Тренаж – разогрев в динамике	----	13	13
	2. Тренаж – разогрев в статике	----	13	13
	3. Партерная гимнастика	----	30	30
2.	Основы классического танца	8	40	48
	1. Экзерсис у станка	4	20	24
	2. Связующие и подготовительные движения	4	20	24
	3. Allegro			
3.	Танцевально-игровой цикл	6	29	35
	1. Народный танец начального уровня	4	16	20
	2. Сюжетно-ролевые и музыкально-танцевальные игр	2	13	15
4.	Концертная деятельность	----	2	2
	1. Мини-концерты перед родителями	----	1	1
	2. Открытые учебные занятия	----	1	1
	Промежуточная и итоговая аттестация	----	1	1
	Итого часов:			144

Содержание тематического материала

Вводное занятие

Техника безопасности в танцевальном классе.

Раздел 1. Разминочный цикл

Тема 1. Тренаж – разогрев в динамике.

Тема 2. Тренаж – разогрев в статике.

Тема 3. Партерная гимнастика

Раздел 2. Основы классического танца

Тема 1. Экзерсис у станка

battement tendu с demi plie I п.н.

demi rond de jambe parter

demi plie по I, II п.н.

battement tendu с V п.н.

battement tendu jete

sur le cou-de-pied

grand plie

Тема 2. Связующие и подготовительные движения

pas degage по 2ой позиции.

passé par terre

Sur le cou-de-pied обхват, вперёд и назад.

Тема 3. Allegro

Petit temps soule I, II позиции.

Раздел 3. Танцевально-игровой цикл

Тема 1. Народный танец начального уровня

Изучение базовых движений и элементов и соединение их в танцевальные комбинации:

Ковырялочка и удар стопой

Прыжок с притопом

Прыжки-ножницы

Простые шаги

Легкий бег вперёд

Бег со сгибанием ноги назад

Пробег в сторону

Тема 2. Сюжетно-ролевые и музыкально-танцевальные игры

Игры на развитие памяти: «столбик», «приглашение»

Игры на преодоление двигательного автоматизма. Подвижные игры: «салки парами»

Игры на развитие внимания: «танцевальная змейка», «звёздочка»

Раздел 4. Концертная деятельность

1. Мини-концерты перед родителями

2. Открытые учебные занятия

Промежуточная и итоговая аттестация

Открытое учебное занятие (декабрь)

Открытое учебное занятие (май)

3 ГОД ОБУЧЕНИЯ

Учебно-тематический план

N	Название разделов и тем	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
	Вводное занятие	2	----	2
1	Теоретический цикл	16	----	16
	1. Балет и его история	8	----	8
	2. Балет и музыка – взаимосвязь двух искусств	8	----	8
2.	Разминочный цикл		30	30
	1. Тренаж – разогрев в динамике	----	10	10
	2. Тренаж – разогрев в статике	----	8	8
	3. Партерная гимнастика	----	12	12
3.	Основы классического танца	10	60	70
	1. Экзерсис у станка	4	18	22
	2. Экзерсис на середине	2	14	16
	3. Связующие и подготовительные движения	2	14	16
	4. Allegro	2	14	16
4.	Танцевально-пластический цикл	3	40	43
	1. Историко-бытовой танец	2	25	27
	2. Пластический тренинг	1	15	16
5	Танцевальная практика	----	51	51
	1. Новый репертуар	----	21	21
	2. Основной репертуар	----	30	30
	Промежуточная и итоговая аттестация	----	4	4
	Итого часов:	31	185	216

Содержание тематического материала

Вводное занятие

Техника безопасности в танцевальном классе

Раздел I. Теоретический цикл

Тема 1. Балет и его история.

Русская школа балета. Рождение русской Терпсихоры. Первый танцевальный просветитель в России – Ж.Б. Ланде. В 1738 году была открыта первая русская школа в Санкт-Петербурге. Дидло и его балеты. «Аполлон и Дафна», «Зефир и Флора», «Амур и Психея».

Тема 2. Балет и музыка – взаимосвязь двух искусств

П.И. Чайковский Балет «Лебединое озеро»

Раздел 2. Разминочный цикл

Тема 1. Тренаж – разогрев в динамике.

Тема 2. Тренаж – разогрев в статике.

Тема 3. Партерная гимнастика

Вспомогательные и корригирующие упражнения на полу, лёжа на спине и животе.

Вспомогательные и корригирующие упражнения сидя на полу и стоя на коленях.

Упражнения на напряжение и расслабление мышц

Упражнения на улучшение выворотности ног

Упражнения по исправлению недостатков осанки

- Упражнения на укрепление глубоких мышц спины, растягивание и укрепление связок грудного отдела позвоночника, укрепление мышц, удерживающих лопатки в правильном положении, укрепление мышц, увеличивающих наклон тела вперед («Кольцо», «Лодочка»)
- Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса, растягивание мышц-сгибателей и укрепление мышц-разгибателей тазобедренных суставов, растягивание задних связок нижнегрудного и поясничного отделов позвоночника.
- Упражнения, направленные на растягивание связок в тазобедренном суставе («Циркуль»)
- Упражнения, направленные на растягивание подколенных связок ног.
- Упражнения, укрепляющие рессорную функцию мышечно-связочного аппарата стоп.

Раздел 3. Основы классического танца

Тема 1. Экзерсис у станка

Лицом к станку – новые движения.

- Battement frappe на 45°
- Battement soutenu на 45°
- Grand battement jete
- Battement releve lent на 45°
- Port de bras
- Battement retire из V п.н. спереди и сзади
- Battement fondu в пол
- Battement tendu jete pikke
- Plie releve (раздельно и слитно)
- Rond de jambe par terre

Тема 2. Экзерсис на середине

Малые позы классического танца – par terre: (с работающей ногой на полу)

Croise вперед,
Effacee вперед,
I arabesque,
a la seconde.

Тема 3. Связующие и подготовительные движения

pas couru

pas suivi по V п.н. в сторону и вперед

Тема 4. Allegro

Прыжки с двух ног на две - Pas echarpe по II п.н.

Прыжки с двух ног на одну – sissonne simple (вперед, назад).

Трамплинные прыжки из I, II п.н. (маленькие, средние, большие)

Раздел 4. Танцевально-пластический цикл

Тема 1. Историко-бытовой танец

Изучение базовых движений и элементов и соединение их в танцевальные комбинации:

Pas glisse (скользящий шаг)

Pas chasse (двойной скользящий шаг вперед, назад)

Pas eleve (боковой подъемный шаг)

Галоп

Бег с подскоком

.

Разучивание танцев:

«Падеграс»

«Марш рима»

Бранль. «Колокольный звон»

Тема 2. Пластический тренинг

1. Движение и мышечное внимание
2. Пластическая композиция. Упражнения на взаимодействие
3. Упражнения на характерность
4. Упражнения на координацию движений
5. Упражнения на развитие артистичности (перевоплощение в разные образы), импровизация на разнообразные музыкальные темы: (явления природы, поведение животных, темы сказочных персонажей, сюжетов)
 - «Вылупившийся птенец»
 - «На арене цирка»
 - «В магазине кукол»
 - «Доброта»
 - «Жестокость»
 - «На лесной полянке»
 - «Подружки»

Раздел 5. Танцевальная практика

Тема 1. Новый репертуар. Изучение и отработка движений танцевальных номеров нового репертуара. Работа над синхронностью исполнения танца. Точность исполнения фигур и перестроения в танце. Ориентирование на сценической площадке. Разбор музыкального материала, сюжета, образов. Художественное воплощение музыкального материала в танце.

Тема 2. Основной репертуар. Оработка движений танцевальных номеров прошлых лет.

Промежуточная и итоговая аттестация

Итоговое занятие (декабрь)

Итоговое занятие (май)

Гарантированные результаты

К концу I ступени обучения учащиеся подготовительной и младшей групп ансамбля «Пленительные ритмы» будут:

- знать правила и приемы исполнения тренажных упражнений;
- уметь слышать свои ошибки и исправлять их;
- уметь контролировать свое поведение на уроке и во время выступлений;
- уметь уверенно и эмоционально исполнять программный репертуар на концертах, конкурсах;

Репертуар I ступени «Шаг за шагом»

- П. Мориа «Чудесное превращение»
- «Приглашение к чаю»

МУЗЫКАЛЬНЫЙ МАТЕРИАЛ

1. Серия Лучшее из классики. Штраус отец и сын. Избранные танцы. ТВИК. 1994г.
2. Сборник детских песен «Мыльные пузырьки». Рязанцев. ТВИК. 2007г.
3. Серия Viva classic. Барокко концерты. Арканжелло Корелли, Томас Альбинони, Доминик Скарлатти
4. Чайковский. Времена года. Переложение на ансамбль скрипачей Похомского, романсы. 1990г.
5. Сборник вальсов «Вальс - король Бала». Серия Лучшее из классики. 2003г.
6. Серия Шедевры этнической музыки «Средневековые баллады». AT music. 1999г.
7. Серия Золотая классика. 20 замечательных мелодий. RCD music 2003г.
8. И.С. Бах. Органная музыка. Прелюдии, токкаты, фуги, Формат MP3. РМГ. 2003г.
9. Серия Шедевры классики. Романтика классической гитары. 2000 SL Sounds
10. Чайковский. Концерт для виолончели. Рококо вариации. Мелодия. 2005г.
11. Серия Шедевры классики. 20 русских мелодий. 2002 SL Sounds
12. Серия Шедевры этнической музыки. Армения. 2000 SL Sounds
13. Чайковский, Аренский, Рубенштейн. Концерт для ф-но с оркестром. 2003г. Римский-Корсаков. Сборник фрагментов из сюит к операм. 2001г.
14. Серия Песни и игры для самых маленьких «Развивалочки от 1 до 5». Е. Железнова. ТВИК 2006г.
15. Мендельсон. Концерты, симфонии, песни. CALAXY Music2003
16. Viva classics. Шуман. Концерты для фано и органа. GALAXY Music2003
17. Viva classics. 20 классических произведений GALAXY Music2003
18. Дворжак. Славянские танцы. 1, 2, 8 опус 72, серенады (соч. 22, соч. 44) I. R. C. 2004
19. Серия Шедевры классики. Классика старой доброй Англии. SL Sounds 2002
20. Чайковский. Лебединое озеро. Лондонский симфонический оркестр.
21. Моцарт. Маленькая ночная серенада, дивертисменты (KV136, KV138), концерт для валторны № 1 DEAGOSTINI 2006
22. Бетховен. Лучшие произведения. Формат MP3. ООО «Бизнессофт» 2007.
23. Серия Золотой альбом. Глинка. Избранное. 2003 ООО «ЗДАТ» 2003 SL Music
24. Хачатурян. Сюиты из балетов: Спартак, Гаяне. Мелодия 1999г.
25. Серия Золотой альбом. Хачатурян. Валенсийская вдова, Маскарад.
26. Сборник Большой вальс. HNH INTERNATIONAL LTD. 1998
27. Римский-Корсаков. Русские темы. ОО «ЗДАТ» 2003
28. Серия Золотая коллекция. Д. Шостакович SL SOUND 2000
29. Серия Серебряная коллекция. Римский-Корсаков. Сюиты из опер: Снегурочка, Золотой петушок, Млада. SL SOUND 2000
30. Глазунов. Lady Soubrette. Мелодия 2006
31. Шедевры классики серия 20 веселых мелодий AT Music 1999

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Описанная модель обучения в ансамбле классического танца «Пленительные ритмы» требует для реализации своей образовательной программы наличие соответствующей материально-технической базы:

- Учебный кабинет – наличие в кабинете деревянного покрытия, станка, зеркал
- Наличие в кабинете фортепиано, музыкального центра
- Специально систематизированная фонотека (для учебных занятий и концертных выступлений), видеотека (конкурсные, концертные выступления ансамбля), методические пособия по классическому танцу с различными разделами (пальцы, большие прыжки и т.д., по историко-бытовому танцу), различных балетов.
- Костюмерная.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Литература для обучающихся

1. Базарова Н.П. Мей В.П. Азбука классического танца. – М.: Лань, 2006
2. Боттомер П. Танец современный и классический. Большая иллюстрированная энциклопедия. – М.: Эксмо, 2006
3. Блок Л.Д. Классический танец. История и современность. М., Искусство; 1987.
4. Захаров Р.В. Сочинение танца. – М.: Академия, 2002
5. Иваницкий М.Ф. Анатомия человека. М., Физкультура и спорт. 1985.
6. Карин Сапорта. Поиск красоты всегда бывает болезненным. Сов. балет. 1996. 1-2.
7. Соколов А.А. Проблема изучения танцевального фольклора. – М.: Академия, 2006
8. Способности ваших детей. Сост. Линькова Н. П., Шумилин Е. А. М., "Просвещение". 1969г.
9. Столяренко Л.Д. Основы психологии. Ростов-на-Дону: Феникс 1997.
10. Суриц Е. Причины успеха разные. Балет. 1987. 5.
11. Тарасов Н. Классический танец. – изд-во: Искусство, 1981.
12. Филатов С. В. От образности слова - к выразительному движению. М.,1993г.
13. Энциклопедия Балет. М., Сов. Энциклопедия. 1981.

Литература для педагога

1. Баскаков В. Свободное тело. М. 2001.
2. Башкович Н. История хореографии всех веков и народов. - М.: ЮНИТИ, 2002
3. Бурцева Г. В. Развитие творческого мышления специалиста-хореографа: Монография. Барнаул: Изд-во АГУ, 2001
4. Блок Л.Д. Классический танец. История и современность. М., Искусство; 1987.
5. Васильева Е. Танец. - Изд-во: Искусство, 1968.
6. Воронина И. Историко-бытовой танец. – Изд-во: Искусство, 1980.
7. Выготский Л. С. Воображение и творчество в детском возрасте. М., 1991г.
8. Гиршон А. Импровизация и хореография. Контактная импровизация. Альманах 1. 1999.
9. Головкина С. Уроки классического танца в старших классах. – Изд-во: Искусство, 1989.
10. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. – М.: Владос, 2006
11. Есаулов И. Устойчивость и координация в хореографии. – Изд-во Удмурдского университета, 1992.
12. Запора Р. Импровизация присутствует. Альманах 1. 1999.
13. Ивлева Л.Д. Джазовый танец. Учебное пособие. Челябинск. 2002.
14. Ивлева Л.Д. Методика обучения хореографии в старшей возрастной группе. Челябинск. 1997.
15. Ивлева Л.Д. Руководство воспитательным процессом в самодеятельном хореографическом коллективе. Учебное пособие. Челябинск. 1989.
16. Королева Э. А. Танец, его происхождение и методы исследования (по работам зарубежных ученых XX века). – М.: АСТ, 2005
17. Королева Э.А. Ранние формы танца. - Кишинев, 1977
18. Лихачёв Б.Т. Философия воспитания. – М.: Прометей, 2005
19. Метлов Н. А. Музыка - детям. М., "Просвещение". 1985.
20. Методические рекомендации для преподавателей хореографических отделений. – М.: Наука, 1998.
21. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество. М., Академия. 2000.
22. Настюков Г.А. Народный танец на самодеятельной сцене. – М.: Академия, 2003

23. Опыт работы над детским хореографическим спектаклем. – М.: Искусство, 1999
24. Панферов В.И. Пластика современного танца. Учебное пособие. Челябинск. 1996.
25. Пуртова Т. В., Беликова А. Н., Кветная О. В. Учите детей танцевать. М., "Владос". 2003.
26. Радынова О. П., Катинене А. И., Палавандишвили М. Л. Музыкальное воспитание дошкольников. М., "Просвещение". 1994.
27. Чурко Ю. Линия, уходящая в бесконечность. Л: Полымя. 1999.