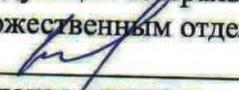


Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Центр образования
«Санкт-Петербургский городской Дворец творчества юных»
Театрально-художественный отдел

СОГЛАСОВАНО

Заведующий театрально-
художественным отделом


В.В.Видунова

Протокол педагогического совета

№ 1 «25» 08 2014



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ (ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ)
ПРОГРАММА
«ОСНОВЫ ХОРЕОГРАФИИ»

Срок реализации программы: 2 года

Возраст обучающихся: 7-9 лет

Автор-составитель:
Иванова Ольга Владимировна,
педагог дополнительного образования.

Рассмотрено Методическим советом
ГБОУ ЦО «СПб ГДТЮ»
Протокол № 9 от «29» августа 2014 г.

Санкт-Петербург
2014

Пояснительная записка

Вступление.

Программа «Основы хореографии» является частью комплексной образовательной программы студии танца и пластики «Метаморфозы» и реализуется на 1 и 2 годах обучения.

Программа рассчитана на 2 года обучения.

Первыми шагами в мире танца являются основы хореографии. Для детей 7-9летнего возраста эти шаги особенно важны. Все, что закладывается этим предметом, будет напрямую использовано и реализовано в будущем. Основы хореографии – это тот строительный материал, который позволяет заложить прочный фундамент в обучении и развитии ребенка. Основы хореографии это хороший старт для самореализации и самовыражения тех детей, которые решили попробовать себя в искусстве танца.

Программа «Основы хореографии» имеет художественно-эстетическую направленность.

Актуальность и новизна.

В возрасте 7-9 лет ребенок продолжает познавать окружающий мир. Основы хореографии как программа направленная не только на физическое развитие возможностей тела ребенка, позволяет прикоснуться к прекрасному искусству танца, обогащающему духовный мир маленького человека. Развитие музыкальности, пластичности, знакомство с танцами различных народов мира, осознание им культурных корней современной хореографии является необходимым для современного ребенка.

Цель.

Развитие у ребёнка желания танцевать, познавать возможности своего тела и умения им управлять в танце.

Задачи.

Обучающие:

- обучить начальным танцевальным навыкам
- разучивать различные комбинации
- разучивать танцевальные этюды

Развивающие:

- развивать внимание
- развивать выносливость
- развивать музыкальность
- развивать гибкость мышц
- развивать координацию движений
- развивать легкость прыжка
- развивать танцевальность

Воспитательные:

- усвоить понятие дисциплинарных норм
- установить полное взаимопонимание ученика с педагогом
- добиваться адекватной самооценки результатов творческой деятельности
- приобщать к коллективной работе

Возраст детей и сроки реализации программы.

Программа рассчитана на 2 года обучения детей с 7 до 9 лет. (1 год-72 ч., 2 год-72 ч.).

Формы и режим учебного занятия.

- Занятие традиционное
- Занятие подгрупповое

- Открытое занятие
- Репетиции
- Участие в концертах (выступлениях)

Ожидаемые результаты.

- Развитие внимания и выносливости ребёнка, соответственно его возрасту и индивидуальным качествам
- Развитие музыкальности, координации движений и танцевальности ребёнка, соответственно его возрасту и природным данным
- Развитие устойчивой мотивации к дальнейшему развитию природной индивидуальной гибкости мышц и лёгкости прыжка
- Прочное овладение ребёнком изученных комбинаций, танцевальных этюдов
- Развитие устойчивой мотивации к дальнейшей коллективной работе
- Первоначальные навыки самооценки
- Прочное усвоение дисциплинарных норм ребёнком, соответственно его возрасту и индивидуальным качествам
- Прочное взаимопонимание ребёнка с педагогом

Формы подведения итогов

- Беседы с ребёнком
- Беседы с родителями
- Обсуждения
- Проведение открытых занятий
- Диагностические карты
- Выступления на сцене в концертах и спектаклях студии

1 год обучения.

Задачи.

Обучающие:

- разучить различные комбинации
- приобщить к коллективной работе

Развивающие:

- Развить произвольное внимание
- развить музыкальность
- развить гибкость, эластичность мышц
- развить суставную подвижность
- развить координацию движений

Воспитательные:

- усвоить понятие дисциплинарных норм
- установить полное взаимопонимание ученика с педагогом

Ожидаемые результаты

- Развитие внимания и музыкальность ребёнка, соответственно его возрасту и индивидуальным качествам
- Развитие гибкости мышц, суставная подвижность и координация движений ребёнка, соответственно его возрасту и индивидуальным качествам
- Прочное овладение ребёнком изученных комбинаций
- Развитие устойчивой мотивации к дальнейшим занятиям в коллективе
- Прочное усвоение дисциплинарных норм ребёнком, соответственно его возрасту и индивидуальным качествам

индивидуальным качествам

- Прочное взаимопонимание ребёнка с педагогом

Формы подведения итогов

- Беседы
- Обсуждения
- Диагностические карты
- Открытые занятия
- Выступление детей в концертных номерах студии.

Учебно-тематический план.

Название раздела	Количество часов		
	Теория	Практика	Всего
1.Разминочный материал			
1.1.Разминка по кругу	1	3	4
1.2.Разминка на середине	1	3	4
1.3.Разминка в диагоналях	1	5	6
2.Партерная гимнастика			
2.1.Гимнастика разогревательная	3	6	9
2.2.Освоение растяжек	1	3	4
2.3.Укрепление суставов	1	3	4
3.Разучивание позиций ног и рук			
3.1.Освоение позиций ног	2	4	6
3.2.Освоение позиций рук	2.	4	6
4.Танцевальный материал			
4.1.Изучение основных танцевальных движений	2	7	9
4.2.Комбинирование выученных движений	2	10	12
4.3.Изучение репертуарного танцевального материала	2	6	8
ИТОГО	18	54	72

Содержание программы.

1.Разминочный материал

1.1 Разминка по кругу:

Теория: Знакомство с терминами. Изучение методики.

Практика: Выполнения движений по кругу марши, подскоки, бег.

1.2. Разминка на середине:

Теория: Методика выполнения прыжков на месте.

Практика: Прыжки на месте (различные комбинации).

1.3. Разминка в диагоналях:

Теория: Методическое изучение движений в диагональном рисунке.

Инструкция №115 по охране труда для учащихся на занятиях по хореографии.
галоп боковой (простой, с усложнением: поворот на 90°),

Практика: Польшка лицом по ходу движения, вращения.

2. Партерная гимнастика

2.1. Гимнастика разогревательная:

Теория: Знакомство со строением тела и названиями мышечных групп.

Практика: Упражнения на разогрев всех групп мышц (спина, ноги, руки, стопы)

2.2. Освоение растяжек:

Теория: Изучение методики выполнения упражнений на растяжку.

Практика: Выполнение упражнений на растяжку различных групп мышц.

2.3. Укрепление суставов:

Теория: Обсуждение необходимости фиксирующих упражнений.

Практика: Освоение упражнений на фиксацию шейных и спинных отделов позвоночника.

3. Разучивание позиций ног и рук

3.1. Освоение позиций ног:

Теория: Методическое знакомство с позициями ног.

Практика: Упражнения на освоение 1,2,3,4,5 позиций.

3.2. Освоение позиций рук:

Теория: Методическое знакомство с позициями рук.

Практика: Упражнения на освоение подготовительной, I, II, III позиций; изучение первого port de bras.

4. Танцевальный материал

4.1. Изучение основных танцевальных движений:

Теория: Знакомство с терминологией, изучение методики выполнения.

Практика: Выполнение движений: вынос ноги в сторону на пятку.

“Ковырялочка” с притопом, шаги из стороны в сторону с выносом ноги на пятку, русский “ключ” с правой и левой ноги в медленном темпе, “Голубец”, “Веровочка”, изучение синкопы (синкопированная “ковырялочка”).

Для мальчиков: подготовка к присядке (упражнение “Мячик”), изучение присядки.

4.2. Комбинирование выученных движений в танце.

Теория: Знакомство с характерами танцев различных народов.

Практика: Этюды: русский, украинский, чешский.

4.3. Изучение репертуарного танцевального материала студии:

Теория: Знакомство с музыкальным материалом. Разбор танцевальных партий.

Практика: изучение в форме учебных этюдов.

“Цветочки” (спектакль “Сказ про Степу Черномора и кикимору Умору”),

”Розочки” и “бантики” (спектакль “ЧП в игрушечном салоне”), “Цыплята” (концертный номер)

“Солдатики” (спектакль “ЧП в игрушечном салоне”)

“Муравьи” (концертный номер)

“Гномы” (концертный номер)

«Солдат и балерина» (концертный номер)

Методическое обеспечение

№	Раздел или тема программы	Формы занятий	Приемы и методы организации образовательного процесса	Дидактический материал, техническое оснащение занятий	Формы подведения итогов
1	Разминочный материал	Традиционное занятие комбинированное занятие	Наглядный практический словесный фронтальный	Фортепьяно, нотная литература. Инструкция по ТБ №115	Беседа Открытое занятие
2	Партерная гимнастика	Традиционное занятие комбинированное занятие	Наглядный практический словесный фронтальный	Фортепьяно, нотная литература	Беседа Открытое занятие
3	Разучивание позиций ног и рук	Традиционное занятие комбинированное занятие	Наглядный практический словесный фронтальный	Фортепьяно, нотная литература, классический станок, зеркала	Беседа Открытое занятие
4	Танцевальный материал	Традиционное занятие, комбинированное занятие, репетиция	Наглядный практический словесный фронтальный индивидуально-фронтальный	Фортепьяно, нотная литература, зеркала Магнитофон с дисками необходимого содержания. Общие правила для учащихся СПбГДТЮ	Беседа Открытое занятие Концертный номер

2 год обучения

Задачи:

Обучающие:

- разучить различные комбинаций
- разучить танцевальные этюды
- обучить грамотности исполнения

Развивающие:

- развивать выносливость
- развивать легкость прыжка
- развивать танцевальность
- развивать самооценку

Воспитательные:

- усвоить понятие дисциплинарных норм
- установить полное взаимопонимание ученика с педагогом

Ожидаемые результаты:

- Развитие выносливости, лёгкости прыжка и танцевальности ребёнка, соответственно его возрасту и индивидуальным качествам
 - Прочное овладение ребёнком изученных комбинаций и танцевальных этюдов
 - Овладение начальными навыками грамотного исполнения
 - Развитие устойчивой мотивации к дальнейшим занятиям в коллективе
 - Прочное усвоение дисциплинарных норм ребёнком, соответственно его возрасту и индивидуальным качествам
 - Прочное взаимопонимание ребёнка с педагогом

Формы подведения итогов:

- открытые занятия
- диагностические карты
- выступления в спектаклях и концертах студии
- беседы
- обсуждения

Учебно-тематический план

Наименование раздела	Количество часов.		
	Теория	Практика	Всего
1. Разминочный материал			
1.1. Разминка по кругу	1	3	4
1.2. Разминка на середине	1	5	6
1.3. Разминка в диагоналях	1	3	4
2. Партерная гимнастика			
2.1. Силовые упражнения (у мальчиков)	2	4	6
2.2. Освоение основных движений партерного экзерсиса	3	8	11
3. Начальное изучение классического экзерсиса			
3.1. Вынимание ноги (одной рукой за станок)	1	2	3
3.2. Разучивание Port de bras	1	2	3
3.3. Освоение основных движений у станка (2-мя руками за станок)	2	4	6
4. Танцевальный материал			
4.1. Освоение вальсовых движений	2	7	9
4.2. Освоение новых элементов характерного танца	2	7	9
4.3. Изучение репертуара студии	2	9	11
ИТОГО	18	54	72

Содержание программы.

1. Разминочный материал

1.1. Разминка по кругу:

Теория: Обсуждение необходимости увеличения темпа.

Практика: Увеличение темпа разминочных упражнений по кругу.

1.2. Разминка на середине:

Теория: Обсуждение необходимости увеличения нагрузки.

Практика: увеличение нагрузки в прыжках, добавление прыжковых комбинаций на выносливость, внимание и развитие памяти.

1.3. Разминка в диагоналях:

Теория: Методика выполнения усложненных комбинаций.

Инструкция №115 по охране труда для учащихся на занятиях по хореографии.

Практика: Усложнение комбинаций на польку, галоп и подскоки.

2. Партерная гимнастика

2.1. Силовые упражнения (у мальчиков):

Теория: Изучения методики выполнения упражнений.

Практика: отжимания.

2.2. Освоение основных движений партерного экзерсиса:

Теория: Знакомство с новыми терминами, методика выполнения упражнений.

Практика: “рыбка”, поднимание ног из положения сидя на полу и упора руками за спиной (развитие мышц пресса), *releve* (вперед и назад), *developpe* (вперед и назад).

3. Начальное изучение классического экзерсиса

3.1. Вынимание ноги (одной рукой за станок):

Теория: Изучение методики выполнения упражнений и обсуждение последствий неграмотного выполнения.

Практика: Освоение упражнения, держась одной рукой за станок другой – за пятку рабочей ноги.

3.2. Разучивание *Port de bras*:

Теория: Обсуждение средств достижения гармоничного движения рук.

Практика: Освоение 2 и 3 *port de bras*.

3.3. Освоение основных движений у станка (2-мя руками за палку):

Теория: Знакомство с терминологией, изучение

Методики выполнения движений.

Практика: *demi plie*, *b. Tendu*, *b. Fondu*, *r.d.j. par terre*, *relleve*, *gr. Battement*.

4. Танцевальный материал

4.1 Освоение вальсовых движений:

Теория: Изучение методики выполнения.

Практика: *balonse*, вальсовый шаг с рондом ноги.

4.2. Освоение новых элементов характерного танца:

Теория: Знакомство с терминологией, основная методика выполнения характерных движений.

Практика: русский шаг (на целой стопе),

русский шаг с различными акцентами (“удары”, “выбивание”, “молоточек”)

pas de bassque, бег из стороны в сторону (нога с фиксацией на *cou de pied* и на пятку), *por de bras* и русском характере, русский этюд (с использованием изученных элементов), немецкий этюд, чешский этюд, украинский этюд.

4.3. Изучение репертуара студии.

Теория: Знакомство с музыкальным материалом, просмотр видеосюжетов, обсуждение увиденного.

Практика:

Мальчики:

«Конница», «Мушкетеры» (спектакль «ЧП в игрушечном салоне»)

«Грибники» (спектакль «Сказ про Степу Черномора и Кикимору Умору»)

основные движения и комбинации к номеру «Блюз бродячих котов».

Девочки:

«Мухоморы» (спектакль «Сказ про Степу Черномора и Кикимору Умору»)

«Коты», основные движения и комбинации к номеру “На полянке”.

Методическое обеспечение программы

№	Раздел или тема программы	Формы занятий	Приемы и методы организации образовательного процесса	Дидактический материал, техническое оснащение занятий	Формы подведения итогов
1	Разминочный материал	Традиционное занятие комбинированное занятие	Наглядный практический словесный фронтальный коллективно-групповой	Фортепьяно, нотная литература. Инструкция по ТБ №115.	Беседа Открытое занятие
2	Партерная гимнастика	Традиционное занятие комбинированное занятие	Наглядный практический словесный фронтальный коллективно-групповой	Фортепьяно, нотная литература	Беседа Открытое занятие
3	Начальное изучение классического экзерсиса	Традиционное занятие комбинированное занятие	Наглядный практический словесный фронтальный коллективно-групповой	Фортепьяно, нотная литература, классический станок, зеркала	Беседа Открытое занятие
4	Танцевальный материал	Традиционное занятие, комбинированное занятие репетиция	Наглядный практический словесный фронтальный коллективно-групповой репродуктивный индивидуально-фронтальный	Фортепьяно, нотная литература, зеркала Магнитофон с дисками необходимого содержания. Общие правила для учащихся СПбГДТЮ	Беседа Открытое занятие Концертный номер

Список литературы для педагога:

1. Н. Шарова, "Детский танец", изд. "Лань", 2011.
2. Н. Меднис, С. Ткаченко "Введение в классический танец", 2011.
3. Г. Гусев, "Народный танец", 2012г.
4. Классический танец. Музыка на уроке. Марши. Польки. «Композитор», СПб, 2004 г.
5. С.А. Давлекамова, Галина Уланова. Я не хотела танцевать. М., «АСТ-Пресскнига», 2007г.
6. Н. Аловерт, Алла Осипенко. Коллекционный сборник. Издательство «Терпсихора», 2007г.
7. А. Лопухов, А. Ширяев, А. Бочаров, "Основы характерного танца", изд. "Лань", 2007г.
8. Е.В. Фетисова Екатерина Максимова. Мадам «нет». М., «АСТ-Пресскнига»
9. Н. Шереметьевская Длинные тени. М., журнал «Балет», 2007г.
10. Ю. Яковлева. Очерки визуальности. Мариинский театр. Балет XX век. Новое литературное обозрение. М., 2005г.
11. Галина Новицкая «Урок танца». Пособие для хореографов и концертмейстеров. «Композитор», СПб, 1998г.
12. «Музыка для ритмики» «Композитор», СПб, 1998г.
13. «Играем, танцуем» Марши. Вып.5. М., 1994г.
14. «Играем, танцуем». Выпуск. 1. М., 1994г.
15. Бальные танцы. Переложение для фортепиано. Киев. 1996г.
16. «Слушание музыки в школе». Вып.2., М., 1973 г.
17. Ж. Оффенбах. Страницы из оперетт. Переложение для фортепиано. СПб., 2005 г.
18. Шопен. Мелкие сочинения. Краков. 1978 г.
19. Л. Бетховен. Пьесы. М., 1970 г.
20. Г. Франио, И. Лифтиц. Методическое пособие по ритмике. М., 1987 г.
21. Золотой фонд мелодий. 165 музыкальных тем. СПб, 2006 г.

Список литературы для детей и родителей:

1. И. Дешкова, «Иллюстрированная энциклопедия балета в рассказах и исторических анекдотах для детей и родителей», издательство «Конец века», Москва, 1995.
2. Ю. Яковлева Азбука балета. М., 2006.
3. «Балет», журнал и его приложения.
4. Л. Жданов, «Вступление в балет», издательство «Планета», Москва, 1986.