

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 15

УТВЕРЖДЕНА  
приказом МАОУ СОШ № 15  
от 31.08.2021г. №138-од

Дополнительная общеобразовательная  
(общеразвивающая) программа  
художественной направленности  
«АЗБУКА ТАНЦА»

для обучающихся 10– 12лет

срок реализации: 1 год

Руководитель: Осина В.Р

2021 год

## Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Азбука танца» разработана в соответствии с нормативными документами:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ;
- Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждённая распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р;
- Концепцией развития дополнительного образования, утвержденной постановлением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 г. № 1726-р;
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018г. № 196, с изменениями от 30.09.2020г. № 533);
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 года № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.317-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- Уставом и другими локальными нормативными актами Муниципального автономного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 15 (далее МАОУ СОШ № 15) г.Серова, а также на основе анализа деятельности образовательного учреждения и с учетом возможностей, предоставляемых учебно-методическими комплектами, используемыми в МАОУ СОШ №15.

При составлении программы использован опыт ведущих специалистов хореографии, учтены современные тенденции, рассмотрены различные танцевальные направления, а так же использовалась методическая литература, базовые программы, личный опыт работы. Содержательной частью программа опирается на: авторскую программу и методический опыт Г.И. Акуловой, Е.Б. Овчаренко, Е.Ю. Филатовой; методику преподавания классического танца Видиной В.А, методику преподавания народного танца Г. Гусева; учебник А.Я. Вагановой «Основы классического танца»; методику игрового стретчинга Сулим Елены Владимировны. Уникальность игрового стретчинга состоит в том, что именно через игру идет влияние на детский организм: активизируются его защитные силы, у детей вырабатывается способность управлять своим телом, психической и эмоциональной сферой, активно развиваются творческие задатки. Упражнения, охватывающие все группы мышц, носят близкие и понятные детям названия животных или имитационных действий и выполняются по ходу сюжетно-ролевой игры, основанной на сценарии по сказочному материалу.

Используемые методические рекомендации по проведению занятий, основные принципы и методические приемы позволяют проводить занятия в виде сюжетно-ролевой или тематической игры, состоящей из взаимосвязанных игровых ситуаций, заданий, упражнений, игр, подобранных таким образом, чтобы содействовать решению оздоровительных и развивающих задач.

Программа «Азбука танца» составлена с учетом прогнозирования конечных результатов деятельности педагога и ребенка: развития способностей детей, повышения престижа хореографического коллектива; повышения социальной адаптации обучающихся.

Главная линия программы заключается в творческой самореализации ребенка. Она дает ребенку и педагогу возможность избрать свободный путь познания хореографического искусства. Активизация и развитие творческих способностей детей являются неотъемлемой частью образовательного процесса. В программе для обучающихся предусмотрены творческие задания, это развивает инициативу, творчество. Программа направлена на творческий поиск, позволяя одновременно осуществлять три части педагогического воздействия - воспитание, обучение, оздоровление.

Программа «Азбука танца» по **направленности** соответствует художественно-эстетическому профилю программ дополнительного образования детей и является модифицированной.

**Актуальность программы** обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям. Детские танцевальные коллективы всегда пользуются большой популярностью. Тысячи ребят с радостью посвящают свое свободное время занятиям хореографией. Самую огромную радость и восторг вызывают легко и мастерски танцующие на сцене дети. Непосредственное приобщение к искусству танца дает им настоящее творческое удовлетворение, незаметно для ребенка глубоко воздействует на его взгляды, способствует появлению в его характере новых положительных черт. А так как искусство хореографии включает в себя ряд смежных искусств, то обучающиеся танцевального коллектива учатся понимать и разбираться в литературе, музыке, живописи, скульптуре и т. д.

**Отличительной особенностью** программы «Азбука танца» является - синтез видов и форм хореографического обучения, создание интегрированной модели обучения: ритмика, эстрадный танец, основы классического танца, музыкально-образная импровизация. В данную программу включены беседы по здоровому образу жизни и особое внимание уделяется правильному питанию. В данной программе используется принцип взаимосвязи обучения и развития; принцип взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей, дает детям возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности. Данная программа разработана с учетом применения на занятиях по хореографии здоровьесберегающих и игровых технологий, которые, в наибольшей степени влияют на развитие творческого потенциала ребенка.

### **Возраст детей – участников образовательной программы.**

Программа «Азбука танца» рассчитана на обучающихся 10 – 12 лет. Решение задач, выдвигаемых данной программой, требует особого подхода к данной группе детей: учитываются психологические особенности детей; различаются также физические способности учащихся, танцевавших ранее и не имевших хореографической подготовки. В хореографический коллектив принимаются все желающие физически здоровые дети, имеющие потребность к хореографической деятельности. Одним из главных условий поступления ребенка в объединение, является наличие справки от педиатра о состоянии здоровья поступающего.

Дети в данном возрасте очень подвижны, жизнерадостны, но с неустойчивым вниманием, неточностью в движениях, в линиях и действиях при выполнении задания. В этом возрасте особое значение приобретают игры, развивающие такие качества, как сообразительность, смелость, решительность, умение ориентироваться в двигательной ситуации, самообладание, ловкость.

Общение с взрослыми и другими детьми детского коллектива дает возможность ребенку усваивать эталоны социальных норм поведения. Важным моментом в нравственном развитии ребенка становятся знание норм морали и понимание их ценности и необходимости. Эти знания ребенок получает, прежде всего, от взрослых в форме полярных эмоциональных оценок. Ребенок испытывает потребность обращаться к взрослым за оценкой результатов своей деятельности и достижений. В этом случае очень важно поддержать ребенка, поскольку невнимание, пренебрежение, неуважительное отношение взрослого может привести его к потере уверенности в своих возможностях.

На первом году обучения формирование группы не предусматривает уровень подготовленности ребёнка к занятиям хореографии.

Количество обучающихся в группе 8- 15 человек.

#### **Режим занятий.**

Продолжительность занятий – 2 часа (час = 40 минут)

Количество занятий в неделю – 2 раза

Во время занятий предусмотрены 10 минутные перерывы для снятия напряжения и отдыха.

Срок освоения программы – 1 год.

Количество часов – 136 в год.

Программа «Азбука танца» разработана как начальная подготовка к освоению танцевального искусства для детей первого года обучения.

**Формы занятий** – групповые, репетиционные.

**Виды занятий:** Основной вид деятельности хореографического коллектива – учебные занятия (репетиционная работа, информационная деятельность, постановочная), открытые занятия. А так же:

- игровой тренинг (использование различных танцевально-музыкальных игр для закрепления выученного материала);
- видеопросмотр (анализ своих выступлений, выступлений детских танцевальных коллективов).

### **Формы подведения результатов**

Мониторинг освоения программы в хореографическом объединении планируются или в виде открытых занятий, или как концертные выступления. В конце года обучающиеся участвуют в отчетном творческом концерте «Наши достижения».

**Цель** данной программы - создание условий, способствующих раскрытию и развитию природных задатков и творческого потенциала ребенка в процессе обучения искусству хореографии.

### **Задачи программы:**

#### **Обучающие:**

- обучить основным движениям эстрадного танца;
- способствовать физическому развитию ребёнка: формировать осанку, правильное дыхание, эластичность мышц и подвижность суставов.
- научить детей правильно дышать во время физической нагрузки;
- изучить культуру зарождения и становления хореографического искусства;

#### **Воспитательные:**

- познакомить с правилами поведения общения в коллективе;
- воспитание трудолюбия и стремления к преодолению препятствий;
- формировать навыки здорового образа жизни;
- познакомить с правилами поведения на сценической площадке.

#### **Развивающие:**

- сформировать интерес к хореографическому искусству, раскрыв его многообразие и красоту;
- развивать чувство ритма, музыкальный слух;
- развить координацию движений в пространстве (хореографическом зале и на сцене);
- развивать воображение и фантазию детей через творческую импровизацию.

### Учебный (тематический) план

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
1.	<b>Вводное занятие</b>	<b>3</b>	1	2	тестирование
1.1	Инструкции по технике безопасности. Знакомство с целями предстоящего года обучения	1	1		
1.2	Первичная диагностика	2		2	
2.	<b>Введение в мир искусства</b>	<b>2</b>	2		
2.1	Беседа: - «Истоки танцевального искусства», «Музыка и танец»	1	1		анализ
2.2	- Знакомство с историей развития профессиональных хореографических коллективов	1	1		
3.	<b>Партерная гимнастика</b>	<b>16</b>		16	Зачетное занятие
3.1	Упражнения на растяжку	8		8	
3.2	Силовые упражнения (стойка на руках, колесо)	8		8	
4.	<b>Азбука музыкального движения</b>	<b>16</b>	1	15	Зачетное занятие
4.1	Музыкальный темп и размер; контрастная музыка: быстрая -	<b>2</b>	1	1	

	медленная, весёлая – грустная; понятие «такт»; - фразировка				
4.2	Музыкально-пространственные упражнения: маршировка в темпе и ритме музыки; шаги на месте и вокруг себя, вправо, влево.	14		14	
5.	<b>Ритмика</b>	<b>16</b>	2	14	Зачетное занятие
5.1	Музыкальное вступление	2	1	1	
5.2	Понятие мелодия и зависимость танцевального движения от характера мелодии; сильная и слабая доли в музыке	6	2	4	
5.3	Ритмический рисунок	8		8	
6.	<b>Основы классического танца</b>	<b>8</b>		8	зачет
6.1.	Беседа о роли классического танца в хореографии	1	1		
6.2.	Упражнения классического экзерсиса.	5		5	
6.3.	Повороты	2		2	
6.4.	Прыжки на середине зала	2		2	

7.	<b>Музыкально-образная им-провизация</b>	<b>3</b>		3	
8.	<b>Дыхательная гимнастика</b>	<b>2</b>		2	
9.	<b>Логоритмика</b>	<b>16</b>	2	14	
9.1	Теория дисциплины;	2	2		
9.2	Речевые игры на внимание и переключаемость; общие развивающие упражнения из положения стоя	12		12	
9.3	Творческие задания	2		2	
10.	<b>Репетиционно-постановочная работа</b>	<b>52</b>	2	50	Наблюдение, анализ
10.1	Постановочная деятельность эстрадный танец	36		36	
10.2	Рисунок танца	8		8	
10.3	Репетиционная деятельность	8		8	
11.	<b>Открытое занятие для родителей и педагогов</b>	<b>2</b>		2	Зачетное занятие (промежуточный мониторинг)
12.	<b>Отчетный концерт «Наши достижения»</b>	<b>2</b>		2	Подведение итогов работы за учебный год
		136			

## Содержание учебного (тематического) плана

### 1. Вводное занятие

#### 1.1 Инструктаж по технике безопасности

Теория: Знакомство детей с целями и задачами программы второго года обучения, расписанием занятий, закрепление правил техники безопасности на занятиях, рассказ о костюме (форме) для занятий и личной гигиене. Занятия и инструктаж проводятся в форме беседы.

#### 1.2 Первичная диагностика

Теория: Беседа о желании детей продолжать заниматься изучением хореографического искусства.

Практика: Обучающиеся отвечают на вопросы (Приложение 2).

### 2. Введение в мир искусства

2.1 Теория: Беседа «Истоки танцевального искусства» (о зарождении и становлении хореографического искусства); беседа «Музыка и танец». Знакомство с композиторами классической музыки (Приложение 1).

2.2 Теория: Беседа «История развития и становления хореографических коллективов: «Берёзка», «Хор им. Пятницкого». Знакомство с жанрами танцевального искусства (классический танец, народный танец, балетный танец, современная хореография).

### 3. Партерная гимнастика

#### 3.1. Упражнения на растяжку

Практика:

- упражнения для голеностопного сустава: вытягивание носочков вперед и на себя; круговые движения стопы; раскрытие стопы в I позиции;
- упражнения на выворотность суставов – «лягушка» в положении сидя и лежа;
- упражнения на гибкость спины: «кошечка»; «свечка», «свечка» с переворотом назад; «мостик», «мостик» на одну руку, «берёзка»;
- упражнения на развитие брюшного пресса;
- упражнения на растяжку связок мышц ног; упражнения на развитие балетного шага.

#### 3.2. Силовые упражнения

Практика: Разучивание упражнений: стойка на руках, колесо.

### 4. Азбука музыкального движения

#### 4.1 Музыкальный темп и размер.

Теория: Темп (быстро, медленно, умеренно). Музыкальные размеры (4/4, 3/4, 2/4). Контрастная музыка: быстрая – медленная, весёлая – грустная. Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворота вправо и влево. Такт и затакт.

Практика: Музыкальная структура движения: маршировка в темпе и ритме музыки; шаг на месте, вокруг себя, вправо, влево. Пространственные упражнения: повороты на месте (строевые), продвижение на углах, с прыжком (вправо, влево). Фигурная маршировка с перестроениями: из колонны в шеренгу и обратно; из одного круга в два и обратно; продвижения по кругу (внешнему и

внутреннему), звездочка, конверт (по 5-6 человек на углах и в центре круга в шеренгу). Танцевальные шаги (с носка на пятку) с фигурной маршировкой. Танцевальные шаги в образах, например: пингвина, мышки, журавля, лисы, кошки, медведя, птички и др. Выделение сильной доли.

4.2. Музыкально-пространственные упражнения, хлопki, топотушки, хлопki на сильную долю.

Игровые танцы: «Весёлая зарядка», «Я - чайник», «Пингвин», «Лошадки», «Цыплята», «Смени пару».

5. Ритмика.

5.1. Музыкальное вступление.

5.2. Понятие мелодия и зависимость танцевального движения от характера мелодии; сильная и слабая доли в музыке.

5.3. Ритмический рисунок.

## **6. Основы классического танца**

6.1. Беседа о роли классического танца в хореографии.

Теория: Понятие - классический танец. Специфика танцевального шага и бега. Понятие выворотность, осанка, равновесие (апломб), координация, анфас, профиль. Понятие – опорная и работающая нога. Схема-рисунок зала. Хореографические понятия и термины – название и произношение упражнений классического тренажа.

6.2. Упражнения классического экзерсиса.

Практика: Постановка корпуса; позиции ног и рук; выполнение упражнений: релеве, деми и гранд плие, батман тандю в сторону (музыкальный размер 4/4). Прыжки по VI и I позициям.

6.3. Повороты

Практика: Подготовка к поворотам. Изучение положения головы «на точку». Повороты шагами на месте на 4 счета.

6.4. Прыжки на середине зала.

Практика: сотте по I, III позициям. Размер 2/4, характер быстрой польки. Разучивание прыжка эшаппе. Руки при выполнении прыжка раскрываются во II позицию.

## **7. Музыкально-образная импровизация.**

Цель данного раздела программы - развитие мизансценического мышления и пластического воображения детей.

Практика: Сочинение этюдов (на прослушанную музыку придумать сюжет и подобрать соответствующую танцевальную лексику). Второй вариант этюда: на заданный педагогом сюжет придумать пластические движения. Темы: художник, перелет птиц, шторм на море, лиса и зайцы, дождь в лесу, прогулка в парке.

## **8. Дыхательная гимнастика**

Теория: Разъяснение о необходимости и правильности выполнения упражнений для восстановления дыхания после ритмических комбинаций и этюдов.

Практика:

1. Упражнение «У кого дольше колышется ленточка». Каждый ребенок берет в руку узкую ленточку из тонкой цветной бумаги. Ноги на ширине плеч,

руки вниз, слегка отведены назад. Спокойный вдох. На выдохе поднести ленточку ко рту, сделать небольшой наклон.

2. Упражнение. «Задуй свечку». Встать прямо, ноги на ширине плеч. Сделать свободный вдох и слегка задержать дыхание. Сложить губы трубочкой. Выполнить три коротких редких выдоха, словно задувая горящую свечу: «Фу! Фу! Фу!». Во время упражнения туловище держать прямо.

9. Логоритмика.

9.1. Теория дисциплины.

9.2. Речевые игры на внимание и переключаемость общие развивающие упражнения из положения стоя.

9.3. Творческие задания.

На основе выученного материала сочинить небольшую комбинацию эстрадного танца. Работа в группах.

## **10. Репетиционно-постановочная работа**

### **10.1. Постановочная деятельность**

Постановка детского эстрадного номера

Теория: Прослушивание музыкального произведения. Разбор музыки по характеру, темпу, ритму. Обсуждение характера персонажей героев сценического номера. Небольшая творческая работа по сочинению танцевальной картинке с подбором танцевальной лексики, характерной для персонажей.

Практика: Поэтапное разучивание движений, шагов и комбинаций в методической раскладке по элементам. Последующее соединение выученных комбинаций в небольшие этюды. Поэтапная разводка рисунка танца. Учим по частям. Когда танец выучен, начинаем работу над костюмами. Дети самостоятельно придумывают элементы и основные части к сценическому костюму

### **10.2. Рисунок танца**

Практика: Закрепление знаний умений, полученные на учебных занятиях в постановочных танцевальных этюдах с освоением пространства, расположение в зале и на сценической площадке. Перестроения из круга в колонну или диагональ. Знакомство с перестроением в «шахматном порядке».

### **10.3. Репетиционная деятельность**

Практика: Репетиция и отработка сценического номера на сцене. Знакомство детей со сценической площадкой и зрительным залом. Репетиция в сценических костюмах.

## **11. Открытое занятие**

Как подведение итога работы первого полугодия в декабре месяце проводится открытое занятие для родителей и педагогов.

## **12. Отчетный концерт «Наши достижения»**

В конце учебного года группы второго года обучения участвуют в отчетном творческом концерте хореографического коллектива «Звездочка».

## **Планируемые результаты**

## 1. Метапредметные результаты:

Область интеграции (предмет)	результат
Математика	Порядковый и обратный отсчет
Физическая культура	Общая физическая подготовка
Изобразительное искусство	Хореографический образ, изобразительность в танце
Окружающий мир	Отражение исторических событий в танцевальных композициях
Театральная деятельность	Работа над художественным образом, исполнение сюжетных хореографических зарисовок
Строевая подготовка	Ощущение единой ритмической пульсации. Ритмические перестроения

*Учащиеся научатся:*

- наблюдать за разнообразными явлениями жизни и оценивать их; выявлять особенности взаимодействия хореографии с другими видами искусства (литература, изобразительное искусство, театр и др.); находить ассоциативные связи между художественными образами в танце и других видов искусства;
- передавать свои впечатления в устной и письменной форме.

## 2. Личностные результаты:

- формирование мотивации к обучению и познанию;
- готовность и способность к саморазвитию;
- реализация творческого потенциала в процессе коллективного (или индивидуального) исполнения танцевальных образов;
- позитивная самооценка своих танцевальных и творческих способностей;
- развитие физических и творческих способностей;
- приобщение к здоровому образу жизни.

*Обучающиеся научатся:*

- высказывать личностно-оценочные суждения о роли хореографии в своей жизни;
- решать творческие задачи, проявлять творческую инициативу в различных сферах художественно-творческой деятельности, как в своей школе, так и на мероприятиях;
- уважительно относиться к истории и духовным традициям России.

## 2. Предметные результаты:

- устойчивый интерес к хореографии, к художественным традициям своего народа, к различным видам музыкально-творческой деятельности; понимание значения танца в жизни человека;
- освоение элементов классического танца, эстрадного танца;
- освоят назначение разогрева и его последовательность;
- развитие образного и ассоциативного мышления, воображения;
- формирование основ музыкальной грамотности, музыкальной памяти и слуха;
- приобретут умения и навыки в учебно-творческой и концертной деятельности.

*Обучающиеся научатся:*

- понимать роль хореографии в жизни человека, различать лирические, эпические, драматические образы в танце;
- определять по характеру музыкального материала соответствие танцевальному направлению и стилю: танец классический, народный, эстрадный, современный;
- понятиям: выворотность, гибкость, устойчивость, растяжка, координация, лёгкость прыжка;
- выполнять: основные позиции рук и ног в классическом танце, постановку корпуса, основные танцевальные шаги, классический экзерсис;
- правильно занять исходное положение, следить за осанкой и координацией движений руки ног;
- двигаться с правой и левой ноги вперед, в сторону, делать поворот в правую и левую сторону;
- выражать образ в разном эмоциональном состоянии веселья, грусти.
- освоят понятия - линия, диагональ, колонна, круг, музыкальное вступление, ритмический рисунок, танцевальный образ;
- самостоятельно импровизировать на заданную музыкальную тему;
- взаимодействовать со сверстниками, партнёрами по танцу в процессе творческой деятельности;
- научатся грамотно и технично исполнять танцевальные элементы, комбинации, этюды;
- самостоятельно исполнять концертные композиции, участвовать в концертных выступлениях.

### **Условия реализации программы.**

#### **1. Материально-технические условия.**

Для плодотворных занятий хореографией необходим танцевальный зал с деревянным покрытием, оснащённый зеркалами, хореографическим станком, аудио и видеоаппаратурой (ноутбук) и инвентарём в зависимости от постановочного репертуара. Во время занятий соблюдается температурный режим. Дети занимаются в танцевальной форме, в чешках или танцевальных балетках. Партерная разминка осуществляется на гимнастических ковриках.

Для концертных выступлений необходимы сценические костюмы и танцевальная обувь.

2. Методическая база: видеотека, аудиотека, методическая литература.

### **Формы аттестации (контроля) и оценочные материалы.**

**Программой** предусмотрено отслеживание результативности в следующих формах:

- наблюдение;
- анкетирование;
- концертная деятельность;
- открытые и итоговые занятия (уровень приобретенных знаний, умений и навыков в области хореографии).

*Текущий контроль* осуществляется на протяжении всего учебного процесса, позволяет вовремя скорректировать учебно-тематический план. Текущий контроль осуществляется для выявления уровня освоения материала, при этом объектом контроля являются: правильность исполнения, техничность, активность, уровень физической нагрузки, формами контроля являются: просмотр, анализ выполненного задания (Приложение 2).

*Итоговой годовой контроль* проходит в конце учебного года (апрель – май) служит для выявления уровня освоения учащимися программы за год, изменения в уровне развития творческих способностей за данный период обучения. В ходе итогового годового контроля оценивается: правильность исполнения; техничность; активность; уровень физической нагрузки; знание теоретической и практической части; творческий подход, артистичность. Формой контроля является просмотр, тестирование и анализ.

Одной из «экспертных оценок» являются выступления на открытых занятиях, концертах, конкурсах (Приложение 2).

## Список литературы

1. Агеев М. От потешек к танцу. Издательство: Просвещение, 2018г.
2. Базарова М.П., Мей В.П. Азбука классического танца. Первые три года обучения. – М.: Просвещение, 2020г.
3. Барышникова, Т.К. Азбука хореографии / Т.К. Барышникова. - М.: Айрис-Пресс: Рольф, 2005 г.
4. Березина, В. А. Дополнительное образование детей России / В. А. Березин; Министерство образования и науки Российской Федерации. - Москва: Диалог культур, 2007 г.
5. Богданов Г.Ф. Учебно-методическое пособие, 2-ая часть: Семь шагов к навыкам плясовой импровизации. Издательство: Золотой фонд прессы, 2015г.
6. Богданов Г.Ф. Учебно-методическое пособие, выпуск третий: Работа над сценической русской народной хореографией. Издательство: Золотой фонд прессы, 2009г.
7. Богданов Г.Ф. Учебно-методическое пособие, 2-е издание: Самобытность русского танца. – М: Издательство Золотой фонд прессы, 2003г.
8. Богданов Г.Ф. Учебно-методическое пособие, 2-е издание: Основы хореографической драматургии. – М: Издательство Золотой фонд прессы, 2006г.
9. Ваганова А.Я. Основы классического танца. Л.,1980г.
10. Воронова А.Е. Логоритмика.-М.: Издательство Сфера, 2018г.
11. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. М.: Издательство Сталкер,2004г.
12. Звездочкин В. С. Классический танец. - Ростов н/д: Феникс, 2003 г.
13. Ивлева Л.Д. Учебное пособие: Анатомия и биомеханика в хореографии. – М.: Издательство Учитель, 2017г.
14. Карпенко В.Н., Карпенко И.А., Багана Ж. Учебное пособие: Основы безопасности жизнедеятельности и охраны труда в хореографии. – М.: Издательство Учитель, 2019г.
15. Кайль Д.Г. Программа театрально-игровой деятельности: Коррекция и развитие эмоциональной сферы детей 7 лет., Издательство: Учитель, 2020г.
16. Климов А. Основы русского танца: учебник для студентов вузов искусств и культуры. - М.: Издательство Московского государственного института культуры, 1999 г.
17. Кузнецова Н.А. Учитель. Формирование личностных компетенций учащихся», 2014г.
18. Кшенинникова Н.Г. Музыкально-дидактические игры в образовательной деятельности младших школьников. Издательство: Учитель, 2019г.
19. Лободина Н.В., Чурилова Т.Н. Здоровьесберегающая деятельность. Издательство: Учитель, 2015г.
20. Лукьянова Е. Учебное пособие, 6-е издание: Дыхание в хореографии. – М.: Издательство Учитель, 2020г.
21. Мельникова Е.П. Монография: Самореализация участников хореографических коллективов, 2014г.

22. Никитин В.Ю., Кузнецов Е.А. Учебное пособие: Партерный тренаж. Издательство: Просвещение, 2018г.
23. Очнева Е.И., Лохматова Л.В. Музыка в движении, движения в музыке. Игровое взаимодействие взрослых и детей.- М: Издательство Сфера, 2019г.
24. Роот З.Я. Танцы для детей. Польки, вальсы, хороводы. Издательство: Учитель, 2020г.
25. Ротерс Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика. - М., 2001 г.
26. Сулим Е.В. Игровой стретчинг.- Изд.: Сфера- 2012г.
27. Торгошов В.Н. Учебное пособие: Теория и история хореографического искусства. Издательство: Сфера образования, 2004г.
28. Шершнева В.Г. Программа для образовательных учреждений дополнительного образования детей: От ритмики к танцу. – М., 2008г.
29. Шейкина Е.А., Вагина Л.А. Итоговая аттестация обучающихся в учреждении дополнительного образования. Организация, рекомендации.- М.: Издательство Учитель, 2020г.

### **Интернет ресурсы**

1. <https://dshi.surgut.muzkult.ru/metodika/>
2. <https://secret-terpsihor.com.ua/>
3. <https://www.maam.ru/detskijasad/metodika-provedeniya-igrovogo-stretchinga-po-ev-sulim-615018.html>

## История зарождения и становления хореографического искусства

История становления хореографического искусства – это результат эволюции человеческой культуры, социальных особенностей каждого времени, это история эволюции народно-танцевального искусства. История искусства танца уходит в седую древность. На заре своего существования человечество открыло способы выражения мыслей, эмоций, поступков через движение. Танец безмолвен. Здесь не звучит слово, но выразительность пластики человеческого тела и музыкальных ритмов и мелодий оказывается могущественней, и поэтому язык танца многонационален и понятен всем.

Сначала человечество вкладывало в танце свои представления и верования – танец был обрядом. В пляске человек выманивал у неведомых богов счастливую охоту, обильный урожай, спасение то недугов. Такие обрядовые танцы по сей день можно увидеть у некоторых первобытных племен Австралии или Американских индейцев. В нашей стране в плясках коряков, остяков, чукчей тоже живут отзвуки древних ритуалов предков, «заклинавших» танцев добычу – медведя, нерпа, рыбу...

Шло время, человечество все энергичнее открывало тайны мироздания, и танцы утрачивали свое первоначальное «магическое» предназначение. Теперь в них выражались свойственные народу вольнолюбие, жизнерадостность, оптимистическое восприятие реального мира. Поэтому недаром танец всегда был нелюбим жестокими церковниками. Однако он оказался куда сильнее и жизнеспособнее мракобесия и предрассудков. Танец выжил, восторжествовал и расширил свою сферу действия. Возродилось целое искусство – хореография. Она, по существу, не имеющая системы записей движений, передавала устно, как эстафету, все ценное и наиболее выразительное, что было на протяжении ее истории.

Как сокровищницу творческой фантазии хранят и передают народы следующим поколениям свои национальные танцы. Они создавались и выкристаллизовывались на протяжении новых веков. В обработанном виде национальные танцы переходили на паркет: танцевала знать на придворных балах. Танцевали актеры в интермедиях, чтобы «внести оживление» в ход серьезных драматических и оперных представлений. Сценический танец обогащался техникой, идущей от актеров, акробатов, скоморохов. Так, более четырех веков назад родился балет. Поскольку зарождение танца относится к истокам человеческой культуры, а возможность систематизировать все огромное количество движений появилось только в 17 веке, можно сказать, что такой длительный путь развития и тщательный отбор выразительных средств говорят об объективной эстетической ценности и жизненности этого искусства.

Истоки русской хореографии берут начало в хороводных массовых танцах, в которых складывались различные формы: перепляс, парный танец, импровизационная хороводная пляска, в которой ведущий танцор придумывал движения, а остальные повторяли, со временем отбирались и выработывались наиболее интересные, выразительные движения, рисунки и запечатлевались в различных танцах, приуроченных к жизненным событиям – обрядам, идущих

от языческих времен, свадьбам, сезонным праздникам. Творческая жизнь балетмейстеров тех лет проходила под влиянием противоречивых тенденций, имевших место и в других видах искусства. Так, например, «музыка, дающая толчок к творческой мысли постановщика, претерпевало в эти годы сильные ритмические и гармонические изменения»; - пишет Боголюбская М.С. Ж. Далькроз, увлекший многие страны Европы своей системой ритмического воспитания, также оказал большое влияние на развитие балета, хотя среди хореографов он имел противников. Он сумел взглянуть на ритм как на внутренние проявления к духовной жизни человека через физическое действие, тщательно разработал систему ритмического воспитания.

Ритмическое воспитание было взято на вооружение К. С. Станиславским, который большое значение придавал ритмическому развитию актера. Уроки ритмики изучались будущими хореографами. образом, искусство танца развивалось и совершенствовалось. История показывает, что путь к танцевальному искусству идет через психологию и художественное раскрытие характеров, через музыкально-танцевальный образ.

## Педагогический мониторинг

### Пояснительная записка

С целью определения уровня усвоения образовательной программы, а также для повышения эффективности и улучшения качества учебно-воспитательного процесса проводится педагогический мониторинг в течение всего периода обучения. Программа мониторинга включает три этапа: первичная диагностика, промежуточная и итоговая аттестации. Результаты педагогического мониторинга оцениваются по 10-ти бальной системе и фиксируются в сводных таблицах.

Итоговая аттестация второго года обучения является первичной диагностикой третьего годов обучения.

### Первичная диагностика

*Цель:* определение общего уровня развития ребенка и его склонности к занятиям танцами.

### *Задачи:*

- определение общего уровня развития ребенка;
- выявление природных способностей к обучению хореографией;
- выявление уровня информированности в области хореографии;
- определение мотивации к занятиям.

*Срок проведения:* в начале учебного года.

*Форма проведения:* собеседование, выполнение практического задания.

### *Содержание*

*Теоретическая часть:* ребенку предлагают ответить на следующие вопросы:

- Нравится ли тебе танцевать?
- Какие направления хореографии тебе нравится изучать?
- Посещал ли занятия по хореографии в прошлом году или впервые пришел в коллектив?
- *Практическая часть:* ребенку предлагают выполнить следующие задания:
  - упражнения на гибкость (наклон вперед и прогиб назад);
  - упражнения на выворотность ног;
  - упражнения на растяжку;
  - прыжки на месте.

*Критерии оценки:*

*Минимальный уровень* (1 — 4 балла) — у ребенка не развит музыкальный и ритмический слух, минимальный уровень гибкости, рассеянное внимание, не дисциплинирован, нет пластичности и достаточной растяжки, движения угловатые.

*Средний уровень* (5 — 8 баллов) — у ребенка развит музыкальный и ритмический слух, умеет выполнять упражнение «лягушка» и наклон туловища до колен (в положении сидя), а так же почти садится на один из видов шпагата и легко прыгает.

*Максимальный уровень* (9 — 10 баллов) — ребенок показывает высокий уровень способностей: развит музыкальный и ритмический слух, садится на про-

дольный и поперечный шпагаты, легко выполняет упражнение «лягушка», высоко и легко прыгает, а так же проявляет настойчивый интерес к обучению танца.

### **Промежуточная аттестация**

*Цель:* выявление соответствия уровня теоретической и практической подготовки детей программным требованиям.

*Задачи:*

- определение уровня усвоения детьми теоретических знаний в соответствии с данным периодом обучения;
- определение уровня сформированности практических умений в соответствии с данным этапом обучения.

*Срок проведения:* декабрь.

*Форма проведения:* контрольный урок.

#### **Содержание**

*Теоретическая часть:*

- знание основных упражнений партерной гимнастики;
- знание основных позиций рук, ног, головы;
- знание правил поведения в танцевальном коллективе.

*Практическая часть:*

- упражнения на гибкость (наклон вперед и прогиб назад);
- упражнения на выворотность ног;
- упражнения на растяжку;
- прыжки на месте.
- исполнение комплекса упражнений для постановки корпуса, рук, ног и головы;
- исполнение упражнений на умение держать осанку.

*Критерии оценки*

*Минимальный уровень* (1 — 4 балла) — ребенок не владеет теоретическими знаниями, не умеет правильно выполнять основные упражнения партерной гимнастики; не знает основные позиции рук, ног, головы.

*Средний уровень* (5 — 8 баллов) — ребенок отвечает на теоретические вопросы с небольшой помощью педагога, согласовывает движения с музыкой, но допускает не точности в исполнении упражнений партерной гимнастики.

*Максимальный уровень* (9 — 10 баллов) — ребенок показывает высокий уровень знаний теоретического материала, сочетает музыку с движениями, выполняет упражнения партерной гимнастики без ошибок, знает терминологию, ориентируется в пространстве.

### **Итоговая аттестация**

*Цель:* выявление уровня усвоения детьми программного материала, соответствие прогнозируемым результатам образовательной программы.

*Задачи:*

- определение степени усвоения практических умений и навыков в соответствии с прогнозируемыми результатами второго года обучения;
- выявление уровня усвоения теоретических знаний;
- определение уровня развития индивидуальных творческих способностей;
- анализ полноты реализации программы первого года обучения.

*Срок проведения:* середина - конец мая.

*Форма проведения:* контрольный урок.

*Содержание*

*Теоретическая часть:*

- знание терминологии всех упражнений классического тренажа;
- знание различных типов шагов и видов бега;
- знание правил выполнения и последовательность упражнений партерной гимнастики.

*Практическая часть:*

- исполнение развивающих игр на внимание, на выражение образов, игр на ориентирование в пространстве;
- четкое исполнение упражнений партерной гимнастики (упражнения на гибкость спины, выворотность суставов, балетный шаг, силовые упражнения);
- выполнение позиций рук и ног классического танца;
- бег на полупальцах, подскоки, галоп;
- прыжки (сотте, эшаппе);
- умение правильно держать осанку;

### **Критерии оценки**

*Минимальный уровень* (1 - 4 балла) — обучающийся овладел менее  $\frac{1}{2}$  объема теоретических знаний и практических умений, навыков предусмотренных программой.

*Средний уровень* (5 - 8 баллов) — обучающейся овладел не менее  $\frac{1}{2}$  объема теоретических знаний и практических умений, навыков предусмотренных программой.

*Максимальный уровень* (9 - 10 баллов) — обучающейся показывает высокий уровень знаний теоретического материала, овладел всеми умениями и навыками, предусмотренными программой.