МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА ИРКУТСКА
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №69
(МАОУ г. Иркутска СОШ №69)
664053, Иркутская область, город Иркутск, улица Летописца Нита Романова, 23.
тел./факс 8 (3952) 488680, e- mail: school69_irk@mail.ru

Утверждено приказом директора
МАОУ г. Иркутска СОШ №69
№ 4 - ОД от «09 » января 2021 г.

Дополнительная общеразвивающая программа хореографического ансамбля «Эволюция движения» «Азбука танца»

направленность: художественная

срок реализации программы: 1 год

Составитель:
Низовец Ангелина Сергеевна,
педагог дополнительного образования
МАОУ г. Иркутска СОШ №69

г. Иркутск, 2021 год

Содержание

1. Пояснительная записка…….....3
2. Организационно-педагогические условия ……..……..5
3. Учебный план……...……6
4. Календарный учебный график.....…….....7
5. Содержание разделов программы ……..…8
6. Учебно-тематическое планирование……..…….....11
7. Оценочные материалы……...…..……13
8. Методические материалы……..…….13

Пояснительная записка

Данная дополнительная общеразвивающая программа для младшего школьного возраста рассчитана на один год обучения в объеме 144 часа, по два академических часа два раза в неделю. Содержание представленной программы определяется в рамках художественной направленности.

Программа разработана на основе требований Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 года (далее - Федеральный закон № 273-ФЗ)

Актуальность программы: культуры и образования особую значимость приобретают вопросы художественно-творческого развития подрастающего поколения. В обществе возрастает потребность в высокоинтеллектуальных творческих личностях, способных самостоятельно решать возникающие трудности, принимать нестандартные решения и воплощать их в жизнь. Всё это требует разработки новых методов воспитания подрастающего поколения и влечёт за собой не традиционность подходов к художественному воспитанию - как основе дальнейшего совершенствования личности.

Хореографическое искусство всегда привлекало к себе внимание детей. Оно приобрело широкое распространение в дошкольных учреждениях, общеобразовательных школах. Хореографические отделения в школах искусств и хореографические школы показали себя на практике как перспективная форма эстетического воспитания детей и подростков, в основе которой лежит приобщение их к хореографическому искусству. Оно обеспечивает более полное развитие индивидуальных способностей детей, и поэтому обучение в хореографических коллективах должно быть доступно значительно большему кругу детей и подростков. Они любят искусство танца и посещают занятия в течение достаточно длительного времени, проявляют настойчивость и усердие в приобретении танцевальных знаний и умений. Используя специфические средства искусства танца, заинтересованность детей, преподаватели хореографии имеют возможность проводить большую воспитательную работу.

Программа «Азбука танца» направлена на всестороннее гармоничное развитие детей. Научить ребенка воспринимать красоту форм, линий, звуков, движений, красок – это значит сделать его лучше, чище, содержательнее. Это эмоциональное, интеллектуальное, физическое, коммуникативное, морально – нравственное, эстетическое развитие, которое достигается в образовательной танцевальной деятельности.

Данная программа направлена на приобщение детей к миру танца. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, память и трудолюбие, прививают любовь к прекрасному и способствуют развитию всесторонне-гармоничной личности ученика.

Между тем хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка. Он формирует его художественное «Я» как составную часть орудия «общества», посредством которого оно вовлекает в круг социальной жизни самые личные стороны нашего существа.

Обучаясь по этой программе, дети научатся чувствовать ритм, слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения. Одновременно смогут развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия танцем помогут сформировать правильную осанку, научат основам этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дадут представление об актерском мастерстве.

Занятия хореографией дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей. На занятиях разучиваются различные движения под музыку. Дети учатся ускорять и замедлять движения, непринужденно двигаться в соответствии с музыкальными образами, разнообразным характером, динамикой музыки. В процессе систематических занятий у ребят развивается музыкально-слуховое восприятие. Детям постепенно приходится вслушиваться в музыку для того, чтобы одновременно точно выполнять движения.

Параллельно с развитием музыкальности, пластичности и другими танцевальными качествами, на занятиях по хореографии дети научатся чувствовать себя более раскрепощенными, смогут развивать индивидуальные качества личности, воспитать в себе трудолюбие и терпение.

Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох также необходимо, как и изучение грамоты и математики. В этом и заключается основа национального характера, любовь к своему краю, своей родине.

В основу данной программы положен богатейший опыт великих мастеров танца, теоретиков, педагогов – практиков – А.Я.Ваганова, Т.А.Устиновой, Т.С.Ткаченко и др.

Форма обучения очная.

Цели и задачи Программы

Цель – приобщить детей младшего школьного возраста к танцевальному искусству, способствовать эстетическому и нравственному развитию. Привить детям основные навыки умения слушать музыку и передавать в движении ее многообразие и красоту. Выявить и раскрыть творческие способности детей младшего школьного возраста посредством хореографического искусства.

Задачи:

Образовательные:

- обучить основам танца;
- поэтапное овладение основам классического экзерсиса у опоры и на середине зала;
- обучить простейшим элементам классического и народного танца;
- обучить элементам музыкальной грамоты;
- познакомить учащихся с историей возникновения и развития танца.

Развивающие:

- формировать правильную осанку учащегося;
- развивать координацию, гибкость, пластичность, выразительности и точность движений;

- формировать интерес к танцевальному искусству;
- развивать музыкальность, выразительность и осмысленность исполнения танцевальных движений;
- развивать воображение, фантазию, умение находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки;
- развивать познавательный интерес, любознательность и умение творчески мыслить;
- развивать художественный вкус.

Воспитательные:

- заложить основы правил этикета;
- воспитать умение работать в паре и в коллективе;
- воспитывать любовь к своей Родине;
- воспитывать чувство ответственности и трудолюбия;
- воспитывать культуру поведения и общения.

Организационно-педагогические условия:

Занятия хореографией должны проходить в просторном, проветренном классе. Прикрепляемая вдоль стены палка (станок) должна соответствовать росту, находиться на уровне талии или чуть выше. Опоры устанавливают напротив зеркал. При занятиях зеркало помогает проверить правильность выполнения упражнений, стройности, осанки, красоту позы. Оно отмечает и ошибки, и достижения. Обувь должна быть легкой, облегчающей свободу движений (балетки). Форма для занятий должна быть удобной и не стеснять движений (ласины и купальник). Волосы аккуратно причесаны и собраны в пучок. Занятие должно проводиться под аккомпанемент, что способствует музыкальном образованию детей.

Для эффективной работы необходимо использовать пример педагога, использование фонотеки, кассеты с записью музыкальных инструментов, видеоматериал, наглядные пособия в виде стендов с рисунками, изображающими позиции ног и рук, использование интернет технологий (работа с музыкальными сайтами, подготовка презентаций, информация о конкурсах и концертах, поиск литературы по программе обучения).

Планируемые результаты:

Знать:

- знать, как правильно пройти в такт музыке сохраняя красивую осанку;
- знать позиции рук и ног классического танца;
- знать правила постановки ног у станка;
- знать характер музыки;
- знать о истории возникновения танца.

Уметь:
- показать все позиции ног;
- показать все позиции рук;

- двигаться в такт музыке;
- держать правильную постановку корпуса;
- исполнять движения в характере с музыкальным размером.

Успешность реализации данной Программы зависит от рационального использования следующих принципов обучения: научности, наглядности, связи теории с практикой, доступности и последовательности.

Учебный план

Название раздела	Количество часов		Всего часов
	Теор.	Практ.	
Вводное занятие	1	0	1
Азбука музыкального движения	2	6	8
Партерная гимнастика	2	21	23
Упражнения на ориентировку в пространстве	2	21	23
Упражнения для разминки	2	21	23
Классический танец	2	25	27
Репетиционно-постановочная деятельность	2	24	26
Поговорим о танце	9	0	9
Промежуточная аттестация (открытый урок)	0	2	2
Итоговая аттестация (открытый урок)	0	2	2
	22	**122**	**144**

Календарный учебный график

Этапы образовательного процесса	1 год обучения
Начало учебного года	1 сентября
Продолжительность непосредственно образовательного блока	36 недель
Продолжительность учебной недели	6 дней
Продолжительность 1 учебного часа	45 минут
Окончание учебного года	31 мая 2021 год

Содержание Программы

Разделы	Содержание раздела
1. Вводное занятие	На данном занятии дети узнают, что такое танец. Узнают о том, как зародился танец, какие бывают танцы, в чем их отличие. Ознакомление с правилами коллектива, образовательной программой, планом работы, расписанием занятий, техникой безопасности в танцевальном классе.
2. Азбука музыкального движения	Прослушивание музыки и выстукивание ритма хлопками и притопами. Выполнение поклона. Определение и передача характера музыки в движении. Упражнения на развитие ориентации в пространстве.
3. Партерная гимнастика	Партерная гимнастика или партерный экзерсис. Экзерсис в хореографии является фундаментом танца. Правила выполнения силовых упражнений, партерной гимнастики • Партерная гимнастика: • - упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стоп; • - упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага; • - упражнения для улучшения гибкости позвоночника; • - упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра; • - упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава; • - упражнения для исправления осанки; • - упражнения на укрепление мышц брюшного пресса
4. Упражнения на ориентировку в пространстве	- игра «Найди свое место»; - простейшие построения: линия колонка; - простейшие перестроения: круг; - сужение круга, расширение круга; - интервал; - различие правой, левой руки, ноги, плеча; - повороты вправо, влево; - пространственное ощущение точек зала (1,3,5,7);
5. Упражнения для разминки	- повороты головы направо, налево; - наклоны головы вверх, вниз, направо, налево, «Марионетки»; - наклоны корпуса назад, вперед, в сторону; - движения плеч: подъем, опускание плеч по очереди, одновременно, круговые движения плечами «Стирка», «Незнайка»;

	- повороты плеч, выводя правое или левое плечо вперед; - повороты плеч с одновременным полуприседанием; -движения руками: руки свободно опущены в низ, подняты вперед, руки в стороны, руки вверх; - «Качели» (плавный перекат с полупальцев на пятки); - чередование шагов на полупальцах и пяточках; - прыжки поочередно на правой и левой ноге; - простой бег (ноги забрасываются назад); - «Цапельки» (шаги с высоким подниманием бедра); - «Лошадки» (бег с высоким подниманием бедра); - «Ножницы» (легкий бег с поочередным выносом прямых ног вперед); - прыжки (из 1 прямой во вторую прямую) с работой рук и без; - бег на месте и с продвижением вперед и назад.
6. Классический танец	Знакомство с танцевальным станком. Беседы о значимости классического танца как основы всей хореографии. Понятие «тренаж». Правильная постановка корпуса у станка. Выворотность ног. В первом полугодии тренаж делается лицом к палке. 1. Постановка корпуса. 2.Положения и движения рук: - подготовительная позиция; - позиции рук (1,2,3); - постановка кисти; - раскрывание и закрывание рук, подготовка к движению; 3. Положения и движения ног: - позиции ног (выворотные 1,2,3); - demi plie (по 6 позиции); - relleve (по 6 позиции); - sotte (по 6 позиции); - легкий бег на полупальцах; - танцевальный шаг; - танцевальный шаг по парам (руки в основной позиции); - перенос корпуса с одной ноги на другую (через battement tendu); - реверанс для девочек, поклон для мальчиков. 4. Танцевальные комбинации.
7. Репетиционно-постановочная работа	Объяснение постановочного материала танца, правил поведения на концертных выступлениях. Танцевальные этюды, танцы. Подготовка номеров
8. Поговорим о танце	Беседы о истории возникновения танца, основных направлениях, великих мировых хореографов, постановщиков и исполнителей

Содержание разделов программы

Тема 1: Вводное занятие.

Цель: Познакомится с детьми. Создать непринужденную обстановку на занятии. Дать понятие танец, темп, ритм. Провести инструктаж по технике безопасности.

Содержание материала: данный цикл занятий начинается со вступительной беседы, в которой раскрываются цели и задачи программы. Определяются основные правила этики, безопасности и гигиены.

Тема 2: Азбука музыкального движения.

Цель: Научить детей двигаться под музыку и перестраиваться. Привить детям театральные навыки, в виде работы над образными упражнениями. Основные понятия: музыка, темп, такт.

Содержание материала:

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 по ворота вправо и влево. Соотнесенье пространственных построений с музыкой. Музыкально-пространственные упражнения.

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, футболки), обувь (мягкие тапочки,)

Тема 3: Партерная гимнастика.

Цель: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Подготовиться к традиционному классическому экзерсису у станка. Развивать пластичность тела.

Содержание материала: комплекс упражнений, направленный на улучшение эластичности мышц и связок, повышение гибкости суставов.

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки, чешки), коврики, магнитофон, диски (детские мелодии).

Тема 4: Упражнения на ориентировку в пространстве.

Данная тема позволит детям познакомиться с элементарными перестроениями и построениями (такими как: круг, колонна, линия, диагональ, полукруг и др.), научит детей четко ориентироваться в танцевальном зале и находить свое место. В дальнейшем, повторяя и закрепляя этот раздел, дети научатся в хореографических этюдах сменять один рисунок на другой.

Тема 5: Упражнения для разминки.

Данный раздел поможет детям подготовиться к началу занятия, разовьет у ребенка чувство ритма, умение двигаться под музыку. Послужит основой для освоения детьми различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков, необходимых при дальнейшей работе по программе «Азбука танца».

Тема 6: Элементы классического танца.

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

Содержание материала:

На занятиях классическим танцем, дети познакомятся с основными позициями рук и ног, различными классическими движениями (battement tendu, demi plie и др.), познакомятся с квадратом А.Я.Вагановой. с каждым учебным годом к более простым танцевальным движениям будут добавляться более сложные

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки, чешки),

Тема 7:Репетиционно-постановочная работа

Цель: постановка танца, отработка движений, техника исполнения.

Тема 8: Поговорим о танце. Беседы об искусстве

Цель: приобрести общую эстетическую и танцевальную культуру. Развить тонкое восприятие хореографического искусства.

Содержание материала: ознакомление детей с искусством хореографии. Идеи добра и зла, персонажи.

Учебно-тематическое планирование

№	Темы занятия	Форма занятия	Кол-во часов
1	Вводный урок. Инструкция по технике безопасности, правила поведения на занятиях по хореографии. Критерии внешнего вида. Основное построение	Игровая, экскурсия, диагностическая	2
2	История возникновения танца	Беседа с ребятами, беседа об истории возникновения танца	2
3	Упражнения на формирование правильной осанки. Разучивание поклона, разминки, партерной гимнастики	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения	2
4	Разучивание партерной гимнастики. Положение рук в танце	Рассказ, тренировочные упражнения	2
5	Позиции ног в танце. Изучение основных элементов классического танца. Понятие о темпе и контрасте музыкального произведения.	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа	2

№	Темы занятия	Форма занятия	Кол-во часов
6	Упражнение на напряжение и расслабление мышц тела. Танцевальные шаги	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа	2
7	Повторение позиций ног и рук. Азбука музыкального движения	Тренировочные упражнения	2
8	Закрепление и отработка разминки и партерной гимнастики. Построения и перестроения	Самостоятельная работа	2
9	История возникновения классического танца	Опрос, беседа, тренировочные упражнения,	2
10	Изучение классического экзерсиса на середине зала	Рассказ, тренировочные упражнения, самостоятельная работа	2
11	Изучение классического экзерсиса у опоры	Тренировочные упражнения	2
12	Изучение прыжков классического танца	Тренировочные упражнения	2
13	Танцевальные комбинации классического танца	Тренировочные упражнения	2
14	Закрепление основ классического и народного танцев	Тренировочные упражнения, самостоятельная работа	2
15	Изучение позиций рук в народном танце	Рассказ, тренировочные упражнения, самостоятельная работа	2
16	Изучение основных шагов народного танца	Рассказ, тренировочные упражнения, самостоятельная работа	2
17	Изучение основных движений русского народного танца	Рассказ, тренировочные упражнения, самостоятельная работа	2
18	Изучение более тяжелых перестроений в зале, музыкально пространственные упражнения	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа	2
19	Постановочная работа	Рассказ, тренировочные упражнения, самостоятельная работа	2
20	Постановочная работа		2
21	Постановочная работа		2
22	Постановочная работа		2
23	Репетиционный процесс	Самостоятельная работа	2
24	Силовые партерные упражнения	Тренировочные упражнения	2
25	Постановочная работа	Рассказ, тренировочные упражнения,	2
26	Актерский тренинг	Рассказ, тренировочные упражнения, самостоятельная работа	2
27	Упражнения на координацию движений	Опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа	2
28	Изучение основных положений рук, правильного построения корпуса в бальных танцах	Рассказ, опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа	2

№	Темы занятия	Форма занятия	Кол-во часов
29	Упражнения на ориентировку в пространстве	тренировочные упражнения, самостоятельная работа	2
30	Изучение основных движений бального танца. Танца фигурный вальс	Рассказ, опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа	2
31	Простейшие перестроения(круг, колонна)	Рассказ, опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа	2
32	Постановочная работа	Самостоятельная работа	2
33	Правила поведения на открытом уроке. Генеральная репетиция	Беседа, самостоятельная работа	2
34	Открытый урок	Самостоятельная работа	2
35	Экзерсис у станка	Рассказ, тренировочные упражнения, самостоятельная работа	2
36	Упражнения на развитие чувства ритма	Тренировочные упражнения	2
37	Постановочная работа	Беседа, тренировочные упражнения, самостоятельная работа	2
38	Постановочная работа		2
39	Постановочная работа		2
40	Упражнения на эмоциональную выразительность в танце	Рассказ, тренировочные упражнения, самостоятельная работа	2
41	Изучение основных движений классического танца	Рассказ, тренировочные упражнения, самостоятельная работа	2
42	Закрепление композиций классического танца	Самостоятельная работа	2
43	Беседа об известных балетных исполнителях	Рассказ, беседа	2
44	Как не бояться выйти на сцену	Рассказ, беседа, тренировочные упражнения	2
45	Изучение танцевальных шагов по парам	Рассказ, тренировочные упражнения, самостоятельная работа	2
46	Изучение танцевальных комбинаций	Рассказ, тренировочные упражнения, самостоятельная работа	2
47	Партерная гимнастика, растяжка	Тренировочные упражнения, самостоятельная работа	2
48	Пространственное ощущение точек зала	тренировочные упражнения, самостоятельная работа	2
49	Упражнения для улучшения выворотности ног: лягушка, лягушка на животе.	Рассказ, тренировочные упражнения, самостоятельная работа	2
50	Гимнастические упражнения	Тренировочные упражнения, самостоятельная работа	2
51	Танцевальные упражнения по диагонали	Рассказ, ренировочные упражнения, самостоятельная работа	2

№	Темы занятия	Форма занятия	Кол-во часов
52	Знакомство с мировыми танцевальными ансамблями	Рассказ, беседа, самостоятельная работа	2
53	Танцевальные игры с элементами импровизации	Рассказ, опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа	2
54	Упражнения на изоляцию отдельных частей тела	Рассказ, опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа	2
55	Закрепляем навыки ориентирования в пространстве	Беседа, опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа	2
56	Закрепление музыкальных основ (такт, темп, ритм)	Рассказ, опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа	2
57	Закрепление изученных танцевальных комбинаций	Рассказ, опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа	2
58	Закрепление изученного материала партерной гимнастики	Рассказ, опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа	2
59	Создаем маленькие танцевальные комбинации	Беседа, опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа	2
60	Упражнения для координации движения	Рассказ, опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа	2
61	Танцевальная импровизация на заданную тему	Рассказ, опрос, тренировочные упражнения, самостоятельная работа	2
62	Повторение классического экзерсиса у палки, танцевальных комбинаций, прыжков и вращений	Самостоятельная работа	2
63	Повторение классического экзерсиса у палки, танцевальных комбинаций, прыжков и вращений	Самостоятельная работа	2
64	Закрепление классического экзерсиса у палки, танцевальных комбинаций, прыжков и вращений	Самостоятельная работа	2
65	Танцевальные упражнения на снятие напряжения	Беседа, тренировочные упражнения, самостоятельная работа	2
66	Отработка танцев	Самостоятельная работа	2
67	Отработка танцев		2
68	Упражнения по актерскому мастерству		2
69	Правила поведения на открытом уроке	Беседа, рассказ	2
70	Генеральная репетиция перед открытым уроком		2
71	Открытый урок	Самостоятельная работа	2
72	Подведение итогов года	Беседа	2

Оценочные материалы

Входной контроль знаний проводится в начале года.

Текущий контроль осуществляется педагогом объединения, в пределах учебного времени, отведенного на освоение программы. Текущий контроль проводится с целью объективной оценки качества освоения программы, а также стимулирования деятельности обучающихся, подготовки к промежуточной аттестации и обеспечения максимальной эффективности учебного процесса. Для оценки качества подготовки используются различные формы и методы контроля. Текущий контроль осуществляется в форме устного опроса, творческих работ; выполнения самостоятельных работ и других форм контроля, предусмотренных программой.

Промежуточная аттестация проводится в форме – открытого урока.

Оценочный лист

ТЕМА	Критерии оценивания (5-ти бальная система)	ФИ				
1. Постановка корпуса	«5б»-выставляется за качественное выполнение упражнений, допускается наличие мелких ошибок. «4б» выставляется, если допущено не более одной значительной ошибки и несколько мелких. «3б» выставляется, если допущены две значительные ошибки и несколько грубых, но при повторных выполнениях можно улучшить результат. «2б» выставляется, если упражнение просто не выполнено. Причиной невыполнения является наличие грубых ошибок.					
2. Позиции ног						
3. Позиции рук						
4. Азбука музыкального движения						
5. Постановки ног у станка						
6. Поговорим о танце						
ИТОГО:						

Методические материалы

В основе программы лежит системно-деятельностный подход, направленный на духовно-нравственное развитие и воспитание учащихся, сохранение и развитие культурного разнообразия. Личностно-ориентированное обучение, направленное на индивидуальное развитие учащихся. Основными принципами программы являются:

«от простого к сложному», «от медленного к быстрому», «посмотри и повтори», «вместе с партнером», «осмысли и выполни», «создание ситуации успеха».

Знакомство с танцем начинается с музыки, истории танца, места его происхождения. Далее учащиеся знакомятся с ритмическим характером и темпом. Освоение техники исполнения возможно путем протанцовывания в медленном темпе.

Перемена темпа еще более развивает чувство ритма. Дети быстрее осваивают движение, повторяя его за педагогом. Способность к зрительному восприятию позволяет обучающемуся «считывать» движения. Но необходимо также развивать способность самостоятельно выполнять движения, слушая музыку. Необходимо концентрировать внимание на правильном исполнении.

Памятка танцора

1.Работай над своим телом. Постоянно. Тренируй баланс, координацию, силу, выносливость, легкость, пластику, растяжку, следи за осанкой и весом. Очень-очень трудно выглядеть хорошо в танце, если ты не выглядишь хорошо вне танца.

2. Уделяй как можно больше времени базе и технике. Без точной техники, всё что ты делаешь выглядит дилетантским.

3. Классный танцор — не тот, кто знает много хитрых фигур, а тот — кто выглядит круто на простых.

4. Всегда отрабатывай в полную силу — на занятиях, на практике, на концертах. Если танцуешь, не стараясь хоть что-то улучшить — ты не растешь.

5. Делая только то, что дает преподаватель, ты обречен навсегда остаться хуже него. Придумывай, изобретай, учись на стороне.

6. Невозможно достичь успеха в том, от чего не получаешь удовольствия.

Памятка для родителей

Детская хореография и ритмика развивает музыкальные и танцевальные способности ребенка. На занятиях хореографией и ритмикой детям прививают умение грациозно и красиво двигаться.

На уроках хореографии помимо общего оздоровительного эффекта ученики чувствуют себя сильными, уверенными в себе, красивыми, и это создает чувство внутренней свободы и благоприятно сказывается на состоянии организма ученика в целом.

Хореография предполагает освоение упражнений, танцевальных движений, элементов партерной гимнастики. Хореография развивает мышечное чувство, координацию движений, ловкость и точность. Хореография также развивают гибкость и пластичность у ученика, хореография воспитывает выносливость, силу, формируют правильную осанку и красивую походку, а также развивает умение ориентироваться в пространстве.

Благодаря занятиям хореографией и ритмики у обучающихся исчезают комплексы переживаний, связанные с физическим несовершенством тела. Ученики учатся управлять своим телом.

На уроках хореографии ученики постоянно упражняются, развивая навыки музыкального восприятия в единстве с выразительным движением. С помощью хореографии и ритмической гимнастики, разучивая игры и развивающие танцы, ученики последовательно развиваются благодаря усложнению заданий. Неоднократно повторяется выученный материал, а также закрепляя полученные на уроках хореографии знания, дети смогут применять их и в самостоятельной деятельности.

Когда дети танцуют, они выплескивают весь накопившийся за день стресс и это очень важно - ведь дети тоже испытывают много негативных эмоций, не

меньше, чем взрослые. Перечислим положительные результаты занятием танцами в детском саду.

1. Польза для здоровья. Ничего не даёт такую правильную нагрузку на сердце, как танцы. Хороши танцы и для мышц, сосудов и суставов.

2. Хорошая осанка. Большинство современных детей имеют сколиоз и вообще проблемы со спиной. Но если дети танцуют, об этом можно забыть. Никакой другой вид спорта так не корректирует спину и не способствует оздоровлению и выравниванию позвоночника.

3. Красивая походка. Этому можно учить с того момента, как ребенок сделал первый шаг. И если дети научаться красиво, танцевать, то красиво ходить – и подавно.

4. Танцы раскрепощают. Даже если у вас скромный и стеснительный сын или дочка – танцы снимут все барьеры и сделают его более смелым и раскрепощенным.

5.Снятие мышечных зажимов и улучшение настроения. Танцы делают ребенка более открытым и подвижным. Кроме того, когда дети танцуют, улучшается приток крови ко всем органам, в том числе к мозгу. А соответственно, поднимается настроение.

6. Развитие чувства ритма и музыкальности. Регулярные занятия танцами учат детей разбираться в ритме танцев и улучшают музыкальный слух ребенка. Дети танцуют, а параллельно учатся слушать музыку и понимать её.

Подготовила музыкальный руководитель
Мешкова Т. С.