

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА»

Принята на заседании
педагогического совета
протокол № 1
от «31» 08 2016 г.



Утверждаю
Директор МБУ ДО ЦДТ
Л.Р.Морозова
Приказ № 190/П от «31» 08 2016 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА
физкультурно- спортивной направленности
«СТРОНГ»

Срок реализации: до 3-х лет

Возраст учащихся: до 18 лет

Автор- составитель:

Степанова Оксана Валентиновна,
Пушкарев Николай Александрович,
Семян Антон Алексеевич, педагог
дополнительного образования

Щекино, 2016г.

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр детского творчества»
РЕЦЕНЗИЯ
на дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу
«Стронг»

Общая характеристика программы

Направленность: физкультурно-спортивная.

Вид программы: рабочая (индивидуальная)

Год создания: 2010 год.

Срок реализации программы: до 3 лет

Возраст учащихся: до 18 лет

Авторы: педагоги дополнительного образования – Степанова Оксана Валентиновна, Пушкарев Николай Александрович, Семин Антон Алексеевич.

Обоснование: содействует формированию всестороннему развитию личности, раскрытию потенциальных способностей учащихся, сохранению и укреплению здоровья учащихся их эстетическому развитию посредством танца.

Краткая характеристика структурных компонентов программы.

Программа составлена грамотно, системно, ориентирована на решение целей и задач «Центра детского творчества». Структура и содержание программы соответствует «Примерным требованиям к программам дополнительного образования детей» (Приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006 №60-1844). Программа рассмотрена на заседании педагогического совета муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр детского творчества».

Программа актуальна, ориентирована на социальный заказ. Цель и задачи, способы их достижения согласованы. Четко отражена главная идея программы, принципы ее реализации, содержание соответствует предлагаемым формам и методам работы. Учебно-методические материалы представлены учебно-тематическими планами на каждый год обучения (с учетом практической и теоретической части). В программе прописаны формы и методы контроля ЗУН, текущий контроль, а так же ожидаемые результаты обучения по каждому году реализации дополнительной образовательной программы. Указан учебно-методический комплекс, необходимый для полноценной реализации программы. Список литературы представлен в 3-х частях – для педагогов, воспитанников и их родителей.

	Характеристика	Рекомендации
Полнота программы	Структурные части выделены, все компоненты структурных частей представлены.	
Целостность программы	Цель и задачи, способы их достижения согласованы.	
Качество подачи материала	Материал изложен четко, ясно, грамотно.	
Соответствие по специфике дополнительного образования.	Соответствует: стимулирует познавательную деятельность ребенка, развивает коммуникативные навыки, расширяет знания в области современного хореографического искусства, способствует выражению собственных ощущений, используя язык хореографии, совершенствует нравственно-эстетические, духовные и физические потребности, формирует умение работать в коллективе, помогает использовать жизненный опыт ребенка, способствует профессиональному самоопределению.	
Приложения к программе.	Учебно-методический комплекс.	
Применение современных педагогических технологий	Феликсологическое воспитание, коммуникативные технологии, сотрудничество, педагогическая поддержка, здоровьесбережение, игровая и познавательная деятельность, развивающее обучение и т.д.	

Вывод: программа соответствует требованиям и рекомендована к реализации в дополнительном образовании.

Рецензент зам.директора МБУ ДО «ЦДТ»

Е.Зотова

Зотова Е.В.

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Стронг» разработана в 2010 году в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями к учреждениям дополнительного образования детей СанПиН 2.4.4.3172-14, дополнена и принята на заседании педагогического коллектива, Протокол № 1 от «31» августа 2016 года.

Духовное богатство человека, его интеллектуальная и физическая красота основываются на здоровом и гармонично развитом организме человека. Хореография обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного духовного и физического развития. Синкретичность танцевального искусства подразумевает развитие не только музыкальных, двигательных навыков, но и прививает основы нравственной культуры: основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, даёт представления об актёрском мастерстве; и, вместе с тем учит сохранять и укреплять здоровье, что является особо актуальным для сегодняшнего дня.

Направленность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы – физкультурно-спортивная.

Программа направлена на формирование и развитие у воспитанников таких физических данных, как подвижность, выносливость, сила, ловкость, на развитие танцевальных данных: гибкости, пластичности, танцевальной выворотности, танцевального шага и т. п. Развивается также и познавательный интерес. Умело подобранные упражнения, пляски, игры, воспитывают у детей правильное отношение к окружающему миру, углубляют представление о жизни и труде взрослых, различных явлениях природы.

Актуальность создания данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы заключается в значительной популярности хореографии как искусства среди различных возрастных групп, а особенно среди детей дошкольного и младшего школьного возраста, большинство из которых приходят в хореографические коллективы несознательно, по воле родителей. Родители стремятся привлечь ребенка к занятиям хореографией с самого раннего возраста, они в свою очередь правы: ребенок, который умеет танцевать, развивается быстрее и гармоничнее своих сверстников. Однако только от педагога, от методов его преподавания зависит то, с каким интересом будет подходить ребенок к занятиям и каких результатов он достигнет. Данная программа предоставляет широкие возможности обучения основам хореографического искусства.

Новизна дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы – художественная.

В образовательном процессе главная роль отводится эстетическому воспитанию. Прививая с ранних лет любовь к искусству танца, к музыке, педагог работает над формированием гармонично развитой личности, учит ребенка запоминать, систематизировать полученные умения и навыки. Кроме того, осваивая даже самый элементарный танцевальный материал, ребенок прикладывает немало усилий и терпения, что формирует в нем такие качества, как воля и упорство.

Таким образом, данная образовательная программа направлена на формирование гармонично и всесторонне развитой личности в процессе овладения искусством танца, развитие художественной одаренности в области танцевально-исполнительского мастерства; развитие и совершенствование специальных музыкальных способностей, что и определяет художественно-эстетическую направленность дополнительной образовательной программы. Танец является многогранным инструментом комплексного воздействия на личность ребенка:

- Способствует развитию мышечной выразительности тела; формирует фигуру и осанку, устраняет недостатки физического развития, укрепляет здоровье;
- Формирует выразительные двигательные навыки, умение легко, грациозно и координировано танцевать;

- Воспитывает общую музыкальную культуру, развивает слух, темпо-метро-ритм, знание простых музыкальных форм, стиля и характера произведения;
- Обладает важной компенсаторной арт-терапевтической функцией, способствует воспитанию гармонических качеств и коррекции эмоционально-психических расстройств, нарушений общения и межличностного взаимодействия;
- Формирует личностные качества: силу, выносливость, смелость, волю, ловкость, трудолюбие, упорство и целеустремленность;
- Развивает творческие способности детей;
- Воспитывает коммуникативные способности детей;
- Таким образом, именно эти функциональные особенности хореографии определяют актуальность и востребованность данного вида искусства в системе дополнительного образования детей.

Педагогическая целесообразность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы определена тем, что данная программа ориентирует воспитанника на приобщение каждого ребенка к музыкально-художественной культуре, применение полученных знаний, умений и навыков хореографического творчества в повседневной деятельности, улучшение своего образовательного результата, на создание индивидуального творческого продукта.

Цель программы: содействие развитию гармоничной, эстетически грамотной личности ребенка, сохранение психофизического здоровья.

Задачи:

образовательные:

- расширение знаний в области современного хореографического искусства;
- выражение собственных ощущений, используя язык хореографии;
- умение понимать «язык» и красоту движений.

воспитательные:

- содействие гармоничному развитию творческой личности ребенка;
- развитие чувства гармонии, чувства ритма;
- совершенствования нравственно- эстетических, духовных и физических потребностей.

развивающие:

- развитие гибкости, координации движений;
- развитие психофизических особенностей, способствующих успешной самореализации;
- укрепление физического и психологического здоровья.

В программе предусмотрено три этапа обучения. Она составлена с учётом физических возможностей детей, т.к. набор детей в группы идёт разных возрастов. У детей младшего школьного возраста мышечная сила менее развита, чем у детей 10-12. Это позволит более углубленно пройти материал и даст возможность выявить способности ребёнка. На первом этапе обучения по программе, дети осваивают комплексно-порядковые и ритмические упражнения, имеющие, имеющие целью музыкально - ритмическое развитие обучающихся. В дальнейшем вводятся элементарные движения партерного экзерсиса. Партерный экзерсис позволяет с наименьшими затратами энергии достичь сразу трёх целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Эти упражнения также способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают выработать выворотность ног, развивать гибкость, эластичность стоп.

На втором этапе обучения по программе вводится классический экзерсис, построенный по степени усложнения. Классический экзерсис подготавливает обучающихся к более сложным движениям и физической нагрузке, укрепляет мышцы спины, ног, способствует развитию координации движений. На этом этапе вводятся элементы современного и джаз танца.

На третьем этапе обучения закрепляется освоение хореографической азбуки, вырабатывается правильность и чистота исполнения танцевальных движений, развивается сила, выносливость усложняются элементы современного и джаз танца.

Ожидаемые результаты.

К концу обучения воспитанники должны:

- совершенствовать полученные знания, умения, навыки в области хореографического искусства;
- в совершенстве овладеть искусством исполнения классических и - эстрадно-джазовых танцевальных движений;
- уметь импровизировать под любое музыкальное произведение;
- в совершенстве исполнять изученные танцевальные композиции различных жанров.
- овладеть основами модерн танца;
- уметь мыслить ассоциативно, научиться свободно импровизировать под любое музыкальное сопровождение;
- в совершенстве владеть полученными знаниями, умениями, навыками в практической деятельности.

Срок реализации программы и режим занятия, возраст обучающихся..

Срок реализации данной программы до 3 лет

Программа предназначена для занятий с детьми в возрасте до 18 лет.

Наполняемость групп: до 15 человек.

Режим занятий: 3 раза в неделю по 2 часа, общее количество часов в год – 216.

Форма занятий: групповая.

Продолжительность учебного часа зависит от возраста воспитанников в группе и соответствует СанПиН 2.4.4.3172-14 .

Данная программа соответствует ФЭ «Об Образовании» РФ, Типовому положению об образовательном учреждении дополнительного образования детей, Уставу ЦДТ и другим нормативно-правовым актам РФ и ЦДТ.

Контроль ЗУН. Критерии оценочной деятельности детей.

Главным экспертом в оценке личностного и творческого роста обучающихся, конечно, должен быть сам руководитель с помощью метода наблюдения и метода включения детей в хореографическую деятельность.

Механизмом оценки роста и восхождения является «обратная связь» обучающегося и педагога; уровень задач, которые ставят перед собой обучающийся и коллектив: а также достижения не только творческого характера, но и личностного.

Если «обратная связь» от участника передает готовность продолжать тренироваться, учиться, участвовать и это находит выражение в труде и настойчивости, а при этом уровень притязаний личности растет соответственно достижениям, значит с личностью все в порядке, она растет и развивается.

А поскольку танец - творчество коллективное и, если коллектив с удовольствием работает и отдыхает, то его деловое и неформальное общение «здоровое». Если зритель стремится посмотреть выступления хореографического коллектива «Стронг», в коллектив стремятся новые люди, чтобы стать его воспитанниками, значит, творческий организм живет и развивается успешно.

Одной из «экспертных оценок» являются выступления на концертах, участие в районных и областных конкурсах. Беседа с детьми об увиденном, будь то конкурс, фестиваль или концерт, у детей вырабатывается способность улавливать красоту, полученные впечатления учат их сравнивать, сопоставлять, вызывают желание поделиться своими соображениями с взрослыми и ровесниками.

Формирование оценочной деятельности у детей в танцевальном объединении происходит по двум направлениям. Во - первых, благодаря изучению творчества Мастеров, во - вторых, в сопоставлении с тем, как изменились результаты, прежние и настоящие. В объединении «Стронг» не принято сравнивать и сопоставлять «талантливость» работы ровесников. Это может вызвать негативное явление - потерю стремления ребенка подняться в своих знаниях и умениях на более высокую ступень. Соперничество и конкуренция внутри детского коллектива губительны, так как вместо творчества начинается работа ради первенства, ради успеха.

Диагностика результатов ведётся лично педагогом, с помощью «Таблицы овладения знаниями, умениями и навыками при усвоении программы» и «Таблицы достигаемого уровня развития детей при усвоении программы». Индивидуальный подход и схема оценки ЗУН обучающихся помогают выявить уровень развития творческих способностей и личностный рост.

Таблица овладения знаниями, умениями и навыками при усвоении программы по итогам обучения. (в 10 - балльном исчислении).

Ф.И.О детей	Знакомство с хореографией до поступления в объединение.	Усвоение программы 1-го года обучения.

Таблица достигаемого уровня развития детей при усвоении программы (в 10 - балльном исчислении).

Ф.И.О детей	Балетный шаг	Прыжок	Координация	Гибкость тела	Стопа

Формы и методы проведения занятий

Занятия проводятся в групповой форме. Основной формой занятий является стандартное хореографическое занятие, также игры, беседы, лекции, репетиции, экскурсии. Все обучающиеся активно участвуют в концертной и конкурсной деятельности.

Для реализации программы используются следующие методы обучения: методы наблюдения, метод показа, повторения, объяснения, разучивание сложного методом временного упрощения, повторения.

Структура занятия.

Занятие делится на 3 части:

- подготовительную,
- основную
- заключительную.

Основной задачей подготовительной части является организовать и сосредоточить внимание детей и направить все усилия на физическую нагрузку, подготовить мышцы, связки и суставы для нагрузки.

Задачей основной части урока является формирование постановки корпуса, рук, ног, головы, развитие гибкости, шага, прыжка, воспитание начальных элементов координации, развитие силы и выносливости. Исполняются движения от простейших базовых элементов до изучения прыжков и танцевальных комбинаций. При проведении основной части урока необходимо руководствоваться следующими правилами:

- 1) Постепенно увеличивать нагрузку от простых упражнений к более сложным, раскладывая на элементы и постепенно их разучивая.
- 2) Чередовать упражнения с различной нагрузкой мышечных групп: рук, ног, мышц спины.
- 3) Темп движений должен быть медленным с последующим ускорением.

Задачей заключительной части занятия является развитие у детей танцевально-ритмической координации и выразительности. С этой целью рекомендуются различные танцевальные движения, танцевальные связки, отдельные небольшие комбинации.

С первых занятий нужно выработать во всех движениях баланс, т.е. устойчивость. Баланс вырабатывается в течение всех лет обучения. Каждый урок нужно работать над постановкой тела во всех движениях. Постановка корпуса - это фундамент любого движения.

Учебно-тематический план
1 год обучения
(3 раза в неделю по 2 часа, итого 216 часов)

№	Наименование	Количество часов		
		теория	практика	итого
1	Комплектование групп		12	12
2	Введение. Инструктаж по технике безопасности и антитеррористической безопасности.	1	1	2
3	Введение. Личная гигиена	1	1	2
4	История возникновения и развития танца. Модерн-танец (беседы).	4	4	8
5	История возникновения и развитие танца. Словарь терминов (беседы).	4	4	8
6	История возникновения и развития танца. Социальные танцы. (беседы).	4	4	8
7	Партерная гимнастика	4	4	8
8	Классический тренаж	5	15	20
9	Warm up (Тренаж). Движения на развитие координации, растяжки.	8	12	20
10	Cross. Шаги.	2	14	16
11	Cross. Прыжки.	4	16	20
12	Cross. Вращения.	6	16	22
13	Изучение базовых элементов и принципов различных направлений.	2	15	17
14	Комбинация.	5	21	26
15	Постановка номеров	-	23	23
16	Поездки на конкурсы и фестивали	-	2	2
17	Отчётный концерт	-	2	2
	ИТОГО			216

Содержание занятий

1. Комплектование групп.

Практика. Формирование групп танцевального коллектива в соответствии с возрастом и подготовкой воспитанников. Посещение родительских собраний в школах города с целью комплектования групп наиболее одаренными детьми.

2. Инструктаж по технике безопасности и АТБ.

Теория. Знакомство воспитанников с инструкцией по т/б, о правилах поведения детей в коллективе (объединении) разработанной в ЦДТ.

Практика. Опасные «места» в ЦДТ. Экскурсия по ЦДТ с демонстрацией мест наиболее опасных во время отдыха и т.д.

3. Личная гигиена.

Теория. Познакомить воспитанников коллектива с формой одежды на занятиях коллектива народного танца: научить делать прически (и для мальчиков и для девочек), правильно подбирать обувь для занятий, правильно одеваться. Личная гигиена – что это?

4. История возникновения и развития танца. Модерн-танец (беседы).

Небольшое путешествие в историю танца. Просмотр видеозарисовок, фотографий.

5. История возникновения и развитие танца. Словарь терминов (беседы).

Музыкальный характер и ритм. Прослушивание музыкальных композиций.

6. История возникновения и развития танца. Социальные танцы. (беседы).

Беседы о хореографии. Тенденции развития современной хореографии. История возникновения танцев.

7. Партерная гимнастика.

Практика. Упражнения для стоп. Упражнения для подвижности суставов.

Упражнения для развития гибкости. Продолжение работы по развитию

специальных хореографических данных, формированию осанки.

Увеличивается скорость исполнения движения, количество повторений каждого упражнения.

8. Классический тренаж.

Позиции у станка

9. Warm up Тренаж.

Практика. Warm up. Позиции ног и рук.

Позиции ног (1,2-параллельные, 1,2-аут).

Позиции рук (1,2,3,4,5,6,7,8).

10. Cross. Шаги

- Шаги в джаз манере.
- Связующие шаги.
- Канканирующие шаги

11. Cross. Прыжки.

- Jump (с двух ног на две).
- Нор (с одной ноги на ту же)
- Прыжки с поджатыми ногами.
- Повороты на двух ногах.
- Прыжки по позициям ног.

12. Cross. Вращения

Практика.

- Принцип изоляции.
- Позиции ног (1,2-параллельные, 1,2-аут).
- Позиции рук (1,2,3,4,5,6,7,8) Roll down, roll up (закручивание, раскручивание торса)
- Движения по кругу, кресту.

- Curve, arch.
- Body roll вперед, назад, в сторону.
- Flat-back, side stretch.
- Tilt.

13. Изучение базовых элементов и принципов различных направлений.

Практика.

Изучение contraction, release.

Принцип спирали корпуса.

Изучение движения – drop (падение).

Изучение движения-swing (раскачивание)

14. Комбинация.

Практика. Изучение простых танцевальных комбинаций различных по темпу,

характеру, уровням, стилям.

15. Постановка номеров.

Практика. Постановка номеров, тренаж репертуара ,подготовка номеров к

концертам и конкурсам.

16. Поездки на конкурсы и фестивали.

Практика. Посещение профессиональных и любительских концертов, конкурсов.

Просмотр видеофильмов по хореографии, обсуждение. Выступления на конкурсах и фестивалях. Участие детей в подобных соревнованиях – это тоже одна из форм обучения воспитанников объединения «Стронг».

К сожалению, в учебно-тематическом плане не заложены часы по данной теме и обусловлено это тем, что организация поездки на конкурс или концерт требует не только материальных затрат, а также выполнения не зависящих от педагога условий: совпадения даты проведения мероприятия с календарно-тематическим планом, наличие транспорта и т.д. Но каждый месяц воспитанники объединения «Стронг» выезжают на конкурсы или концертные выступления. Это все оформляется соответствующей документацией образовательного учреждения.

17. Отчетный концерт

К концу первого года обучения ребенок должен знать:

- в классическом танце названия позиций ног и рук;
- музыкальные размеры;
- отличать характер музыки;
- принцип спирали корпуса;
- принцип изоляции;
- позиции ног(1,2-параллельные,1,2-аут);
- позиции рук(1,2,3,4,5,6,7,8)Roll down, roll up (закручивание, раскручивание торса).

К концу первого года обучения ребенок должен уметь:

- определять сильную долю;
- ориентироваться в музыкальных размерах;
- грамотно исполнять движения партерной гимнастики;
- показывать первое и второе port de brass.
- показывать 1,2,3,4,5,6,7,8, позиции рук и 1,2-параллельные и 1,2 аут позиции ног.

К концу первого года обучения ребенок должен принимать участие в концертах и принимать участие в конкурсах и фестивалях, в своей возрастной категории и полученному уровню мастерства.

**Учебно-тематический план
2 год обучения
(3 раза в неделю по 2 часа, итого 216 часов)**

№	Наименование	Количество часов		
		теория	практика	итого
1	Введение. Инструктаж по технике безопасности и антитеррористической безопасности.	1	1	2
2	Введение. Личная гигиена	1	1	2
3	История возникновения и развития танца. Модерн-танец (беседы).	4	4	8
4	История возникновения и развитие танца. Словарь терминов (беседы).	4	4	8
5	История возникновения и развития танца. Социальные танцы. (беседы).	4	4	8
6	Партерная гимнастика	12	8	20
7	Классический тренаж	5	15	20
8	Warm up (Тренаж). Движения на развитие координации, растяжки.	8	12	20
9	Cross. Шаги.	2	14	16
10	Cross. Прыжки.	4	16	20
11	Cross. Вращения.	6	16	22
12	Изучение базовых элементов и принципов различных направлений.	2	15	17
13	Комбинация.	5	21	26
14	Постановка номеров	-	23	23
15	Поездки на конкурсы и фестивали	-	2	2
16	Отчётный концерт	-	2	2
	ИТОГО			216

Содержание занятий

1. Инструктаж по технике безопасности и АТБ.

Теория. Знакомство воспитанников с инструкцией по т/б, о правилах поведения детей в коллективе (объединении) разработанной в ЦДТ.

Практика. Опасные «места» в ЦДТ. Экскурсия по ЦДТ с демонстрацией мест наиболее опасных во время отдыха и т.д.

2. Личная гигиена.

Теория. Познакомить воспитанников коллектива с формой одежды на занятиях коллектива народного танца: научить делать прически (и для мальчиков и для девочек), правильно подбирать обувь для занятий, правильно одеваться. Личная гигиена – что это?

3. История возникновения и развития танца. Модерн-танец (беседы).

Небольшое путешествие в историю танца. Просмотр видеозарисовок, фотографий.

4. История возникновения и развитие танца. Словарь терминов (беседы).

Музыкальный характер и ритм. Прослушивание музыкальных композиций.

5. История возникновения и развития танца. Социальные танцы. (беседы).

Беседы о хореографии. Тенденции развития современной хореографии. История возникновения танцев.

6. Партерная гимнастика.

Практика. Упражнения для стоп. Упражнения для подвижности суставов.

Упражнения для развития гибкости. Продолжение работы по развитию специальных хореографических данных, формированию осанки. Увеличивается скорость исполнения движения, количество повторений каждого упражнения.

7. Классический тренаж.

Позиции у станка

8. Warm up Тренаж.

Практика. Warm up. Позиции ног и рук.

Позиции ног (1,2-параллельные,1,2-аут).

Позиции рук (1,2,3,4,5,6,7,8).

9. Cross. Шаги

- Шаги в джаз манере.
- Связующие шаги.
- Канканирующие шаги

10. Cross. Прыжки.

- Jump (с двух ног на две).
- Нор (с одной ноги на ту же)
- Прыжки с поджатыми ногами.
- Повороты на двух ногах.
- Прыжки по позициям ног.

11. Cross. Вращения

Практика.

- Принцип изоляции.
- Позиции ног (1,2-параллельные,1,2-аут).
- Позиции рук (1,2,3,4,5,6,7,8) Roll down, roll up (закручивание, раскручивание торса)
- Движения по кругу, кресту.
- Curve.arch.

- Body roll вперед, назад, в сторону.
- Flat-back, side stretch.
- Tilt.

12. Изучение базовых элементов и принципов различных направлений.

Практика.

Изучение contraction, release.
 Принцип спирали корпуса.
 Изучение движения – drop (падение).
 Изучение движения-swing (раскачивание)

13. Комбинация.

Практика. Изучение простых танцевальных комбинаций различных по темпу, характеру, уровням, стилям.

14. Постановка номеров.

Практика. Постановка номеров, тренаж репертуара, подготовка номеров к концертам и конкурсам.

15. Поездки на конкурсы и фестивали.

Практика. Посещение профессиональных и любительских концертов, конкурсов. Просмотр видеофильмов по хореографии, обсуждение. Выступления на конкурсах и фестивалях. Участие детей в подобных соревнованиях – это тоже одна из форм обучения воспитанников объединения «Стронг».

К сожалению, в учебно-тематическом плане не заложены часы по данной теме и обусловлено это тем, что организация поездки на конкурс или концерт требует не только материальных затрат, а также выполнения не зависящих от педагога условий: совпадения даты проведения мероприятия с календарно-тематическим планом, наличие транспорта и т.д. Но каждый месяц воспитанники объединения «Стронг» выезжают на конкурсы или концертные выступления. Это все оформляется соответствующей документацией образовательного учреждения.

16. Отчетный концерт

К концу первого года обучения ребенок должен знать:

- в классическом танце названия позиций ног и рук;
- музыкальные размеры;
- отличать характер музыки;
- принцип спирали корпуса;
- принцип изоляции;
- позиции ног (1,2-параллельные, 1,2-аут);
- позиции рук (1,2,3,4,5,6,7,8) Roll down, roll up (закручивание, раскручивание торса).

К концу первого года обучения ребенок должен уметь:

- определять сильную долю;
- ориентироваться в музыкальных размерах;
- грамотно исполнять движения партерной гимнастики;
- показывать первое и второе port de brass.
- показывать 1,2,3,4,5,6,7,8, позиции рук и 1,2-параллельные и 1,2 аут позиции ног.

К концу первого года обучения ребенок должен принимать участие в концертах и принимать участие в конкурсах и фестивалях, в своей возрастной категории и полученному уровню мастерства.

**Учебно-тематический план. 3 год обучения.
(3 раза в неделю по 2 часа, всего 216 часов).**

№	Наименование	Количество часов		
		теория	практика	итого
1	Введение. Инструктаж по технике безопасности и антитеррористической безопасности.	1	1	2
2	Введение. Личная гигиена	1	1	2
3	История возникновения и развития танца. Модерн-танец (беседы).	4	4	8
4	История возникновения и развитие танца. Словарь терминов (беседы).	4	4	8
5	История возникновения и развития танца. Социальные танцы. (беседы).	4	4	8
6	Партерная гимнастика	12	8	20
7	Классический тренаж	5	15	20
8	Warm up (Тренаж). Движения на развитие координации, растяжки.	8	12	20
9	Cross. Шаги.	2	14	16
10	Cross. Прыжки.	4	16	20
11	Cross. Вращения.	6	16	22
12	Изучение базовых элементов и принципов различных направлений.	2	15	17
13	Комбинация.	5	21	26
14	Постановка номеров	-	23	23
15	Поездки на конкурсы и фестивали	-	2	2
16	Отчётный концерт	-	2	2
	ИТОГО			216

Содержание занятий

1. Инструктаж по технике безопасности и АТБ.

Теория. Знакомство воспитанников с инструкцией по т/б, о правилах поведения детей в коллективе (объединении) разработанной в ЦДТ.

Практика. Опасные «места» в ЦДТ. Экскурсия по ЦДТ с демонстрацией мест наиболее опасных во время отдыха и т.д.

2. Личная гигиена.

Теория. Познакомить воспитанников коллектива с формой одежды на занятиях коллектива народного танца: научить делать прически (и для мальчиков и для девочек), правильно подбирать обувь для занятий, правильно одеваться. Личная гигиена – что это?

3. История возникновения и развития танца. Модерн-танец (беседы).

Небольшое путешествие в историю танца. Просмотр видеозарисовок, фотографий.

4. История возникновения и развитие танца. Словарь терминов (беседы).

Музыкальный характер и ритм. Прослушивание музыкальных композиций.

5. История возникновения и развития танца. Социальные танцы. (беседы).

Беседы о хореографии. Тенденции развития современной хореографии. История возникновения танцев.

6. Партерная гимнастика.

Практика. Упражнения для стоп. Упражнения для подвижности суставов.

Упражнения для развития гибкости. Продолжение работы по развитию

специальных хореографических данных, формированию осанки.

Увеличивается скорость исполнения движения, количество повторов каждого упражнения.

7. Классический тренаж.

Позиции у станка

8. Warm up Тренаж.

Практика. Warm up. Позиции ног и рук.

Позиции ног (1,2-параллельные,1,2-аут).

Позиции рук (1,2,3,4,5,6,7,8).

9. Cross. Шаги

- Шаги в джаз манере.
- Связующие шаги.
- Канканирующие шаги

10. Cross. Прыжки.

- Jump (с двух ног на две).
- Нор (с одной ноги на ту же)
- Прыжки с поджатыми ногами.
- Повороты на двух ногах.
- Прыжки по позициям ног.

11. Cross. Вращения

Практика.

- Принцип изоляции.
- Позиции ног (1,2-параллельные,1,2-аут).
- Позиции рук (1,2,3,4,5,6,7,8) Roll down, roll up (закручивание, раскручивание торса)
- Движения по кругу, кресту.
- Curve, arch.
- Body roll вперед, назад, в сторону.

- Flat-back, side stretch.
- Tilt.

12. Изучение базовых элементов и принципов различных направлений.

Практика.

Изучение contraction, release.

Принцип спирали корпуса.

Изучение движения – drop (падение).

Изучение движения-swing (раскачивание)

13. Комбинация.

Практика. Изучение простых танцевальных комбинаций различных по темпу, характеру, уровням, стилям.

14. Постановка номеров.

Практика. Постановка номеров, тренаж репертуара, подготовка номеров к концертам и конкурсам.

15. Поездки на конкурсы и фестивали.

Практика. Посещение профессиональных и любительских концертов, конкурсов. Просмотр видеофильмов по хореографии, обсуждение. Выступления на конкурсах и фестивалях. Участие детей в подобных соревнованиях – это тоже одна из форм обучения воспитанников объединения «Стронг».

К сожалению, в учебно-тематическом плане не заложены часы по данной теме и обусловлено это тем, что организация поездки на конкурс или концерт требует не только материальных затрат, а также выполнения не зависящих от педагога условий: совпадения даты проведения мероприятия с календарно-тематическим планом, наличие транспорта и т.д. Но каждый месяц воспитанники объединения «Стронг» выезжают на конкурсы или концертные выступления. Это все оформляется соответствующей документацией образовательного учреждения.

16. Отчетный концерт

К концу первого года обучения ребенок должен знать:

- в классическом танце названия позиций ног и рук;
- музыкальные размеры;
- отличать характер музыки;
- принцип спирали корпуса;
- принцип изоляции;
- позиции ног (1,2-параллельные, 1,2-аут);
- позиции рук (1,2,3,4,5,6,7,8) Roll down, roll up (закручивание, раскручивание торса).

К концу первого года обучения ребенок должен уметь:

- определять сильную долю;
- ориентироваться в музыкальных размерах;
- грамотно исполнять движения партерной гимнастики;
- показывать первое и второе port de brass.
- показывать 1,2,3,4,5,6,7,8, позиции рук и 1,2-параллельные и 1,2 аут позиции ног.

К концу первого года обучения ребенок должен принимать участие в концертах и принимать участие в конкурсах и фестивалях, в своей возрастной категории и полученному уровню мастерства.

Методическое обеспечение дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

№ п/п	Наименование тем	Типы и виды занятий	Приемы и методы	Дидактический материал	Т.С.О.	Формы подведения отчетов
1	Комплектование групп	Беседа - диалог	Убеждения, словесного изложения, использование пособий	Наглядно-методические пособия, фото		Комплектование групп
2	Инструктаж по технике безопасности и АТБ	Первично-ознакомительный	словесного изложения	Инструкция по т/б	Стенды, плакаты	Заполнение стр.36 – 37 в журнале
3	Личная гигиена	комплексный	словесного изложения, убеждения	Наглядно-методические пособия		Опрос
4	История возникновения и развития танца. Модерн танец	Первично-ознакомительный, комплексный	словесного изложения, использование пособий	Наглядно-методич. пособия, фото, журналы, видеоматериал	Видеомангито фон, журналы «Квик»	Опрос
5	История возникновения и развития танца. Словарь терминов	Первично-ознакомительный, комплексный	словесного изложения, использование пособий	Наглядно-методич. пособия, фото, журналы, видеоматериал	Видеомангито фон, журналы «Квик»	Опрос
6	История возникновения и развития танца. Социальные танцы	Первично-ознакомительный, комплексный	словесного изложения, использование пособий	Наглядно-методич. пособия, фото, журналы, видеоматериал	Видеомангито фон, журналы «Квик»	Опрос
7	Партнерная гимнастика	Первично-ознакомительный, комплексный	словесного изложения, от простого к сложному, смены направлений деятельности в течение занятия	Наглядно-методические пособия	мангитофон	Выступление на конкурсе и концертах

8	Классический тренаж	Первично-ознакомительный, комплексный	словесного изложения, от простого к сложного, смены направлений деятельности в течение занятия	Наглядно-методические пособия	магнитофон	Выступление на конкурсе и концертах
9	Матр пр (Тренаж). Движения на развитие координации, растяжки	Первично-ознакомительный, комплексный	словесного изложения, от простого к сложного, смены направлений деятельности в течение занятия	Наглядно-методические пособия	магнитофон	Выступление на конкурсе и концертах
10	Cross. Шаги	Первично-ознакомительный, комплексный	словесного изложения, от простого к сложного, смены направлений деятельности в течение занятия	Наглядно-методические пособия	магнитофон	Выступление на конкурсе и концертах
11	Cross. Прыжки	Первично-ознакомительный, комплексный	словесного изложения, от простого к сложного, смены направлений деятельности в течение занятия	Наглядно-методические пособия	магнитофон	Выступление на конкурсе и концертах
12	Cross. Вращения	Первично-ознакомительный, комплексный	словесного изложения, от простого к сложного, смены направлений деятельности в течение занятия	Наглядно-методические пособия	магнитофон	Выступление на конкурсе и концертах
13	Изучение базовых элементов и принципов различных направлений	Первично-ознакомительный, комплексный	словесного изложения, от простого к сложного, смены направлений деятельности в течение занятия	Наглядно-методические пособия	магнитофон	Выступление на конкурсе и концертах
14	Комбинация	Первично-ознакомительный, комплексный	словесного изложения, от простого к сложного, смены направлений деятельности в течение занятия	Наглядно-методические пособия	магнитофон	Выступление на конкурсе и концертах

			занятия			
15	Постановка номеров	Первично-ознакомительный, комплексный	словесного изложения, от простого к сложному, смены направлений деятельности в течение занятия	Наглядно-методические пособия	магнитофон	Выступление на конкурсе и концертах
16	Поездки на конкурсы и фестивали	Первично-ознакомительный, комплексный	словесного изложения, от простого к сложному, смены направлений деятельности в течение занятия	Наглядно-методические пособия	магнитофон	Выступление на конкурсе и концертах
17	Отчётный концерт	Первично-ознакомительный, комплексный	словесного изложения, от простого к сложного, смены направлений деятельности в течение занятия	Наглядно-методические пособия	магнитофон	Выступление на конкурсе и концертах

Литература для педагогов.

1. Балет. Уроки: Иллюстрированное руководство по официальной балетной программе. – М., 2004.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. – М., 1999.
3. Боголюбская. Учебно-воспитательная работа в детских самодеятельных хореографических коллективах (учебно- методическое пособие). М., 1982
4. Бондаренко Л. Методика хореографической работы в школе. – Киев, 1985.
5. Буренина А. И. Ритмическая мозаика. – Спб., 1997.
6. Горшкова Е.В. От жеста к танцу. Методика и конспекты занятий по развитию у детей 5-7 лет творчества в танце. –М., 2002. – 120с.
7. Горшкова Е.В. От жеста к танцу. Словарь пантомимических и танцевальных движений для детей 5-7 лет. – М., 2004. –144 с.
8. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала. – М., 2003. – 208с.
9. Жадина О. В., Курамшин В. В. Школа балета Аскольда Макарова. Методика преподавания основ классического танца детям младшего возраста. – Спб., 1996.
10. Загвязинский В.И. Исследовательская деятельность педагога. – М., 2006.
11. Коренева Т.Ф. Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста. М., 2001. – Ч.1. – 112 с.
12. Коренева Т.Ф. Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста. М., 2001. – Ч.2. – 104 с.
13. Лисенкова И.Н. Развитие пластики в современных танцевальных ритмах. – М., 1989.
14. Лихачев Б.Т. Теория эстетического воспитания школьников. – М.: Просвещение, 1985.-176с
15. Мессерер А. Уроки классического танца. – СПб., 2004.
16. Методика учебно-творческой работы в самодеятельном коллективе. – СПб., 1972.
17. Методическое пособие Программа педагога дополнительного образования: от разработки до реализации. Сост. Н. К. Беспятова. – М., 2003.
18. Музыкально-эстетическое воспитание в общеобразовательной школе. - Свердловск, 1966.
19. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. - М., 2001.
20. Педагогическая поддержка ребенка в образовании: уч. пос. для студ. высш. уч. зав./под ред. В.А.Сластенина, И.А.Колесниковой. – М: Изд.центр «Академия», 2006. – 288с.
21. Попова Е. Г. Общеразвивающие упражнения в гимнастике. – М., 2000. – 72 с.
22. Прибылов Г.Н. Методические рекомендации и программы по классическому танцу. – М., 1984.
23. Пузыни Т.Г. Педагогические условия формирования авторства подростков в художественной деятельности. Дисс. на соиск. уч. степ. канд. п.н. – М., 2001.
24. Пуртова Т.В и др. Учите детей танцевать.- М., 2003. – 256 с.
25. Степанов Е.Н., Лузина Л.М. Педагогу о современных подходах и концепциях воспитания. – М: ТЦ Сфера, 2002. – 160с.
26. Фирлева Ж.Е., Сайкина Е.Г. СА-ФИ-ДАНСЕ. – Спб., 2001. – 352 с
27. Фольклор – музыка – театр. Под ред. С.Мерзляковой. – М.,1998.
28. Якиманская И.С. Личностно-ориентированное обучение в современной школе. – М., 2000.
29. Ярмолович Л. Классический танец. 1-2 классы. – Л., 1986.

Литература для родителей.

1. Горшкова Е.В. От жеста к танцу. Методика и конспекты занятий по развитию у детей 5-7 лет творчества в танце. –М., 2002. – 120с.
2. Барышникова А. Азбука хореографии. – М.,1999.

3. Детская энциклопедия. Балет. – М., 2001.
4. Дешкова П. Загадки Терпсихоры. - М., 1989.
5. Носова В.В. Балерины. – М., 1983.
6. Уральская В.С. Природа танца. – М.,1981.
7. Уральская В.С. Рождение танца. – М.,1982.

Литература для детей:

1. Барышникова А. Азбука хореографии. – М.,1999.
2. Балет: пер. с англ. – М: ООО «Изд. Астрель», 2003. – 64 с.: ил.
3. Ваганова А.Я. Основы классического танца. – Л., 1980.
4. Вечеслова Т. Я – балерина. – Л. – М. «Искусство», 1966. – 272с.
5. Детская энциклопедия. Балет. – М., 2001.
6. Дешкова П. Загадки Терпсихоры. - М., 1989.
7. Носова В.В. Балерины. – М., 1983.
8. Пасютинская В.М. Волшебный мир танца. – М., 1985.
9. Прокопов К. Клубные танцы: ОНА. – М.: АСТ. Астрель: Хранитель, 2007. – 119с.
10. Смит Люси. Танцы. Начальный курс. – М., 2001.
11. Тимофеева Н. Мир балета. – М., 1993.
12. Уральская В.С. Природа танца. – М.,1981.
13. Уральская В.С. Рождение танца. – М.,1982.