Муниципальное бюджетное образовательное учреждение

МБОУ «Лицей № 5» городского округа город Уфа Республики Башкортостан

Программа по дополнительному образованию

Образцовой студии современного и эстрадного танца «Фэнтэзи»

Направленность: художественно-эстетическая

срок реализации – 5 лет

вид программы: модифицированная

возраст обучающихся – 7-16 лет

педагог: Отличник образования РБ Черепанова Эльвира Ахметовна

**Содержание программы:**

1. Пояснительная записка
2. Актуальность.
3. Цель программы
4. Задачи обучения
5. Основные принципы занятий
6. Педагогическая целесообразность
7. Реализация программы
8. Содержание программы
9. Перечень основных понятий
10. Цели и задачи программы по годам обучения
11. Использование технических средств
12. **Пояснительная записка**

«Танец единственный вид искусства, в котором мы сами являемся инструментом» Рахель Фарнхаген

Образцовая студия современного и эстрадного танца «Фэнтэзи» была создана в 1996 году педагогом Черепановой Эльвирой Ахметовной.

Образовательная программа Образцовой студии современного и эстрадного танца «Фэнтэзи» рассчитана на пять лет обучения в возрасте от 7 до 17 лет и ориентирована на работу с детьми независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие навыков в искусстве современного и эстрадного танца.

Программа является модификацией различных программ по - современному, эстрадному, классическому, народному и бальному танцам. Она переработана и скорректирована для работы с детьми в общеобразовательной школе.

За период 1-го, 2-го и 3-го годов обучения ученики приобретают навыки музыкально-ритмической деятельности, усваивают танцевальные движения, приемы классической и современной хореографии, актерского мастерства.

Основная часть занятия содержит в себе оригинальный тренаж, разработанный мной с учетом условий и тем, что дети не имеют в большинстве своем профессиональных данных.

Обучающиеся 2-го - 5-го года выступают перед учителями и учащимися лицея на праздниках и различных мероприятиях, проводимых в стенах лицея и в ближайших подшефных садиках, на открытых занятиях перед родителями. Принимают участие в районных и городских конкурсах.

В репертуаре ансамбля современные танцы в стиле модерн, хип-хоп, джаз, джаз-модерн, contemporary, эстрадные, стилизованные народные и историко-бытовые.

Выпускники коллектива учатся в хореографическом училище им. Рудольфа Нуриева, в Академии искусств, БГПУ на хореографическом отделение, в Санкт Петербурге и Москве. Работают хореографами по современным танцевальным направлениям, таким как контактная импровизация, модерн, contemporary, преподают детскую хореографию начиная с дошкольного возраста, йогу, фитнес. Работают в балетных труппах нашего города и за пределами.

Искусство совершенствует и развивает чувства людей. Через него человек не только познает окружающую действительность, но и осознает и утверждает себя как личность, так как искусство обладает таким воздействием на человека, которое помогает формировать его всесторонне, влиять на его духовный мир в целом. Оно развивает, углубляет и направляет эмоции, будит фантазию, заставляет работать мысль, формирует нравственные принципы, расширяет кругозор.

Хореография как сценическое искусство имеет свою специфику и, следовательно, свою систему воспитания и обучения, она очень актуальна в современном мире в силу того, что потребность в движении генетически заложена в человеческом организме и обусловлена всем ходом его эволюционного развития. Врачи-физиологи утверждают, что без движения человек не может быть абсолютно здоровым. Регулярные занятия способствуют улучшению циркуляции крови и снабжению тканей организма кислородом, повышению мышечного тонуса. С точки зрения медицины танцы – это лекарство от стрессов и депрессий, а также профилактика таких заболеваний, как гипертония и ишемическая болезнь сердца.

Образовательная программа направлена на свободное развитие личности ребёнка, поддержание его физического и психического здоровья, формирование его учебно-предметной, социальной, информационно-коммуникативной, креативной компетентностей, на формирование и развитие желания к продолжению образования и профессиональному самоопределению.

1. **Актуальность.**

В процессе учебных занятий у школьников происходит снижение работоспособности, ухудшается внимание, память, в результате длительного поддержания статистической позы (долгого сидения за школьной партой) нарушается осанка, увеличивается тенденция к наклону головы. На занятиях танцами увеличивается объем двигательной активности, который оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечно-сосудистой и нервной системы.

Целью современного образования, в котором дополнительному образованию отводится одна из ведущих ролей в нравственно-эстетическом воспитании ребёнка, удовлетворении его индивидуальных потребностей, развитии творческого потенциала, адаптации в современном обществе, повышении занятости детей в свободное время.

Изучение современного и эстрадного танца в учреждениях дополнительного образования особенно важно, т.к. приобщает подростков к молодежной культуре в оптимальной форме – под руководством педагога, в стенах образовательного учреждения, а также способствует физическому развитию и оздоровлению ребенка.

К обучению допускаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний.

- особенностью современной ситуации, когда искусству и культуре отводится

значимая роль в воспитании подрастающего поколения, в формировании его мировоззрения на

лучших и достойных подражания образцах мировой музыкальной культуры.

 **3. Цель программы**:

Приобщение детей к искусству современного танца, развитие их художественного вкуса, потребностей и интересов, имеющих общественно значимый характер в молодежной культуре посредством занятий в танцевальном коллективе.

 **4. Задачи обучения.**

 **Обучающие:**

1.Ознакомить детей с терминологией классического и современного танца, научить использовать ее в работе.

2. Научить выполнять движения одновременно с показом педагога, сохраняя при этом правильное положение корпуса, ног, рук, головы в пространстве (формирование двигательных навыков).

3.Научить самостоятельно отрабатывать отдельные движения и комбинации.

4. Научить выполнять движения в соответствии с музыкальным сопровождением.

5. Научить работать импровизированно.

6.Научить работать в коллективе, чувствовать друг друга в танце.

 **Развивающие:**

1. Развитие координации и пластики, необходимой для танцевального исполнения в соответствии с особенностями жанра.

2. Развитие чувства ритма, музыкальности.

3. Развитие воображения, умения передать музыку и содержание образа движением.

4. Развитие творческой инициативы детей.

5. Развить фантазию, умение находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки.

6. Развить познавательный интерес, любознательность и умение творчески мыслить.

7. Развивать художественный вкус.

**Воспитательные:**

1.Воспитание творческой личности.

2.Воспитание позитивного отношения к товарищам, посредством совместной работы на уроках, и концертной деятельности.

3.Воспитание интереса к музыкальному творчеству, хореографии, искусству.

4. Формирование навыков здорового образа жизни.

5. Развитие коммуникативных навыков.

 **5. Основные принципы занятий:**

1.Доступность – обучение от простого к сложному, от известного к неизвестному, учитывая индивидуальные особенности каждого обучаемого.

2. Наглядность – показ упражнений, комбинаций

3.Регулярность занятий, повышение нагрузки, усложнение техники выполнения упражнений.

4. Закрепление навыков – многократное выполнение упражнений, умение выполнять их самостоятельно.

На занятиях проводится углубленная работа по обучению основных понятий и определений хореографии, терминологии, развитию танцевальных данных. Дети овладевают движениями в различных танцевальных ритмах, а также элементами движений современных танцев, сценического движения.

Большая работа ведется над поиском сценического образа, тщательным продумыванием грима и костюмов.

Ведутся беседы о танцевальном искусстве, молодежной культуре и моде, совместных просмотров телепередач, концертов, фестивалей о танце, посещение театров, концертов.

Огромное значение уделяется выбору репертуара. В работе используются только высокохудожественные произведения, обладающие не только выразительной танцевальной лексикой, но и сложной подачей в исполнении.

Также на занятиях ребята учатся умению правильно анализировать собственное исполнение хореографических образов для наиболее точного определения ошибок, чистоты исполнения, соотношение движений и музыкального сопровождения.

Занятия ритмикой и сценическим движением не только тесно взаимосвязаны с разучиваемым материалом, но и служат для выработки правильной красивой осанки, умение легко, бесшумно двигаться, «держать спину», свободно чувствовать себя на сцене.

Результатом деятельности отделения эстрадного танца могут служить концертные выступления с показом отдельных номеров, а также всей программы в целом, и активное участие в различных исполнительских конкурсах.

1. **Педагогическая целесообразность** объясняется основными принципами, на которых основывается программа:

1. Принцип вариативности и свободы выбора, он необходим для самореализации личности.

2. Принцип эмоциональной насыщенности. Занятия танцами дают основу для создания среды, богатой ценностным общением, стимулируют положительные эмоции, благоприятно влияющие на физическое и душеное здоровье обучающихся и побуждающие ребенка к дальнейшему развитию.

3. Принцип креативности предполагает развитие и активизацию творческих способностей каждого ребенка.

4. Принцип индивидуализации имеет значение для осуществления личностно-ориентированного подхода в процессе эстетического воспитания и творческого развития личности обучающихся.

5. Принцип диалогичности предусматривает овладение детьми языком искусств, не просто усвоение предлагаемого материала, а познание мира через активный диалог с ним.

6. Принцип доступности, обеспечивающий переход от простого к сложному, от известного к неизвестному.

1. **Реализация программы**

будет проводиться в форме теоретических и практических занятий согласно календарно-тематическому плану. Последовательность изложения тем и количество времени может быть изменено в зависимости от индивидуальных способностей детей, темы года, участия в конкурсах и фестивалях, концертах. Обучение проводится в групповой форме с ярко выраженным индивидуальным подходом. Группы составлены согласно возрасту, численность 12-20 человек. Состав группы постоянный.

1. **Содержание программы**

1.Вводное занятие.

Расписание занятий. Правила поведения. Дисциплина на занятиях. Внешний вид. Инструктаж по технике безопасности.

2.Разминка

Теория: Значение разминки. Проводится на каждом уроке в течении 30-40 на середине зала и по диагонали под современную и популярную музыку, что создает благоприятный эмоциональный фон и повышает интерес к упражнениям. Задача – развитие координации, памяти и внимания, умения “читать” движения, увеличение степени подвижности суставов и укрепление мышечного аппарата. Профилактика травматизма.

Практика: Постановка корпуса. Изоляция головы, плеч, грудной клетки. Изоляция бедер, ног. Движения на координацию. На основании основных упражнений составляются комбинации. Задача - научить учащихся изолировать каждую часть тела по отдельности, развить координацию движения.

3.Партерная гимнастика

Теория: правила исполнения упражнений; правила техники безопасности при выполнении сложных элементов. Значение хорошей растяжки. Динамические и статические упражнения. Дыхание во время растяжки

Практика: Упражнения для укрепления спины, коррекция осанки. Упражнения на укрепление мышц пресса. Растяжка (стретчинг). Упражнения для развития подвижности суставов и укрепления мышц ног. Упражнения для позвоночника. Гибкость. Акробатические элементы. Упражнения для развития выворотности и танцевального шага. Упражнения для улучшения осанки, развития подвижности суставов и укрепления мышц рук. Маховые упражнения

4.Рисунок танца.

Теория: Правила и логика построений и перестроений по заданным вариантам (линии, колонны, круг, диагональ, шахматный порядок.)

Практика: упражнения на ориентацию и координацию в пространстве.

Движения в продвижении по диагонали, по линиям.

5.Танцевальная импровизация.

Теория: понятия: пространство, время, уровни. значение импровизации.

Практика: основы партнеринга. (импровизация в паре). Игры зеркало, тень. Импровизация в пространстве через контакт запястий, переход в нижний уровень (партер), добавление других частей тела в контакте. Парная работа с импульсами, на доверие. Передача веса – ладонь в ладонь, плечами, спиной, переходы между частями тела, совместные наклоны и уходы в партер; импровизация в группе. Задание на повторение по 4 человека в «ромбиках» (просто повторение со сменой ведущего, выход из игры, заимствования у соседней группы, перемещение всей группой по пространству, ускорение темпа, переход в разные уровни по пространству). «Включение» тела сверху-вниз и снизу-вверх; рисование линий ногами, корпусом, руками, заимствования, скорости

6.Танцевальные комбинации.

Теория: знакомство с различными танцевальными направлениями (модерн, contemporary, джаз, хип-хоп и др.)

Практика: танцевальные комбинации.

7.Репетиционно-постановочная работа

Теория: Основы композиции и постановки танца

Практика: Постановка сценического танца.

7.Концертная деятельность.

Теория: сценическая культура.

Практика: Выступления на концертах, конкурсах

1. **Перечень основных понятий**

Adagio (адажио) – медленная часть урока.

Allegro (аллегро) – быстрая часть урока, прыжки.

Allongee (алянже) – удлинить, вытянуть. Взмах кисти.

A la seconde (а ля сгон) – положение en face, а робочая нога открыта в сторону на 90\*.

Aplomb (апломб) – устойчивость.

Arabesque (арабеск) – поза, в классическом танце существует четыре вида позы «арабеск».

Arch – (арч) – арка, прогиб торса назад.

Assemble (ассамбле) – соединять, собирать; прыжок с собиранием вытянутых ног в воздухе; прыжок с двух ног на две

Attitude (аттитюд) – поза, положение тела; поднятая вверх нога полусогнута.

Balance (балянсе) – покачивание.

Balancoire (балансуа) – качели; применяется в grand battement jene.

Pas ballonee (па балене) – сильно вытянуты в воздухе ноги до момента приземления и сгиба одной ноги на sur le cou-de-pied.

Battement retire – (батман ретире) – перенос через скольжение рабочей ноги, через passé из 5 поз. Вперед в 5 поз. Назад.

Battement developpe (батман девлоппе) – медленное поднимание ноги на 90\* и више в нужное направление.

Battement double frappe (батман дубль фраппе) – движение с двойным ударом.

Battement fondu (мягкий батман) - мягкий батман(тающий).

Battement frappe (батман фраппе) – удар ноги о щиколотку опорной ноги.

Battement soutenu (батман сутеню)- движение в повороте с подтягивание ног в пятую позицию.

Battement tendu (батман тандю) – вынос ноги на носок.

Batterie (батри) – нога в положении sur le cou-de-pied проделивает ряд мелких ударных движений.

Body roll (боди ролл) – группа наклонов корпуса, волна.

Bounce (баунс) – трамплинное покачивание торса, вверх-вниз.

Pas de bourree (па де бурре)- танцевальный шаг, переступание с небольшим продвижением.

Brize (бризе) – прыжок с заноской.

Changement de pieds (шажман де пье) – прыжок с переменой ног в воздухе.

Contraction – (контракшн) – сжатие, уменьшение обьема корпуса и округление позвоночника, начинается в центре таза, постепенно захватывая весь позвоночник, исполняется на выдохе.

Corkscrew turn (корскру повороты) – повороты, при которых повышается или понижается уровень вращения.

Curve – (керф) – изгиб верхней части позвоночника (до солнечного сплетения) вперед или в сторону.

Pas chasse (па шассе) – партерный прыжок с продвижением, во время которого одна нога подбивает другую.

Pas de chat (па де ша) – кошачий шаг.

Pas ciseaux (па сизо) – ножницы, движение ног, выбрасываемых вперед по очереди и вытянутых в воздух.

Coupe (купе) – положение ноги на щиколотке.

Pas coure (па курю) – пробежка по шестой позиции.

Croisee (круазе) – поза, при которой ноги скрещены, одна нога закрывает другую.

Ecartee (экарте) – поза классического танца, развернутая по диагонале вперед или назад, корпус отклонен от ноги.

Effacee (эфасе) – развернутое положение ног и корпуса.

En face (ан фас) – прямо, прямое положение корпуса, головы и ног.

En dedans (ан дедан) – внутрь, в круг.

En dehors (ан деор) – наружу, из круга.

Epaulment (эпольман) – положение исполнителя, повернутого в 3)4 в 8 точку или 2; различается epaulement croise (закрытый) и epaulement efface (открытый).

Echappe (эшаппе) – прыжок с раскрыванием ног во вторую позицию и собирание из второй в пятую.

Flat back (флет бек) – наклон торса вперед, в сторону (на 90\*), назад с прямой спиной, без изгиба торса.

Flat step (флет степ) – шаг, при котором вся стопа одновременно ставится на пол.

Flex (флекс) – сокращенная стопа, кисть или колени.

Flik (флик) – мазок стопой по полу к опорной ноге.

Fouette (фуэтте) – прием поворота, при котором тело исполнителя поворачивается к зафиксированной в определенном положении ноги ( на полу или в воздухе).

Frog – position (фрог позишн) – позиция сидя, при которой согнутые в коленях ноги касаются друг друга стопами, колени должны быть максимально раскрыты в стороны.

Fouette (фуэте) – вид танцевального поворота, быстрого, резкого; открытая нога во время поворота сгибается к опорной ноге и резким движением снова открывается.

Entrechat (антрашакат) – прыжок с заноской.

Degage (дегаже) – переход с ноги на ногу.

Plie (плие) – приседание.

Demi-plie (деми плие) – маленькое приседание.

Deep body bend (диип боди бенд) – наклон торсом вперед ниже 90\*, сохраняя прямую линию торса и рук.

Deep contraction (диип контракш) – сильное сжатие в центре тела, в котором участвуют все части тела, руки, ноги и головы.

Demi rond (деми ронд) – полукруг носком ноги по полу вперед и в сторону, или назад и в сторону.

Drop (дроп) – падение расслабленного торса вперед или в сторону.

Grand-plie (гранд плие) – большое приседание.

Glissade (глиссад) – прыжок, исполняемый без отрыва носков ног от пола.

Grand battement (гран батман) – бросок ноги на 90\* и выше вперед, назед или сторону.

Grand jete (гран жете) – прыжок с одной ноги на другую с продвижением вперед, назад или в сторону. Ноги раскрываются максимально и принимают в воздухе положение

Pas emboite (па амбуате) – прыжок, во время которого происходит смена полусогнутых ног в воздухе.

Pas faille (па файи) – это движение имеет мимолетный характер и часто служит для подготовки к следующему прыжку, одна нога как бы подсекает другую.

Jete (жете) – бросок ноги на месте или в прыжке.

Jete entrelase (жете антрелясе) – перекидной прыжок.

Jete ferme (жете ферме) – закрытый прыжок.

Pas (па) – шаг, движение, комбинация.

Passe (пассе) – проходящее, скользящее движение.

Petit battement (пти батман) – маленький батман, на щиколотке опорной ноги.

Pirouette (пируэт) – быстрое вращение на полу.

Pointe (поинт) – пуант, носок, пальцы.

Port de bras (пор де бра) – упражнение для рук, корпуса, головы; наклоны корпуса, головы.

Preparation (препарасион) – подготовка к движению.

Peleve (релеве) – поднимание на носки или полупальцы.

Releve lent (релеве лян) – медленное поднимание ноги на 90\*.

Renverse (ранверсе) – опрокидывание корпуса назад в сильном перегибе и в повороте.

Rond de jambe par terre (рон де жамб пар тер) – круг ногой в воздухе.

Rond de jambe en lair (рон же жамб ан лер) – круг ногой в воздуху.

Saut de basque (со де баск) – прыжок с одной ноги на другую с поворотом корпуса в воздухе.

Saute (соте) – прыжок на месте по позициям.

Sissonne fermee (сисон ферме) – закрытый прыжок.

Sissonne ouverte (сисон уверт) – прыжок с открыванием ноги.

Sissonne simple (сисон семпл) – простой прыжок с двух ног на одну.

Sissonne tombee (сисон томбе) - прыжок с падением.

Sur le cou-de-pied (сюр ле ку де пье ) – положение ноги на щиколотке другой, опорной ноги.

Temps lie (там лие) – связуещее, плавное, слитное движение рук, ног, головы и корпуса.

Tire-bouchon (тир бушон) – движение при котором нога находится в полусогнутом положение впереди

Tour chaine (тур шене) – быстрые повороты, следующие один за одним.

V- position (в позиция )– положение рук (заниженная 2 и 3 поз.)

1. **Цели и задачи программы по годам обучения**

1-й этап – начальный – с 1-го по 5-ый класс

2-ой этап – профессиональный – с 6-го по 11-ый класс

В начальном этапе дети определяются в своих интересах к танцевальному виду творчества. Поэтому занятия проводятся так, чтобы любой желающий мог усвоить материал.

А вот уже на профессиональном этапе, когда интерес устойчивый, присутствует глубокая мотивация, можно усложнять нагрузки и требования возрастают. Ученик осмысленно работы над собой, над своим телом, мышцами, координацией. Ищет дополнительный материал, реализует свои личные потребности в данном виде деятельности.

**1 этап. Работа с начинающими.**

**1класс – подготовительная группа – новички, занимающиеся первый год.**

I-ое полугодие:

1. Внешний вид. Должна быть форма, которая дает свободно двигаться и в то же время дисциплинирует ученика хореографического коллектива. Обувь, позволяющая легко выполнять упражнения (балетные тапочки, чешки). Волосы у девочек собраны в «кубышку».

2. Знакомство средствами игры. Используем мягкую игрушку, например, медведя, которому надо сказать свое имя, или мячик, когда его получаешь, надо называть себя. Дальше усложняем: кидаем мячик, тому, кого запомнили и называем его имя, и т.д. …

3. Выстроить уважительные и эмоционально благоприятные взаимоотношения в детском коллективе. Дети не должны трогать друг друга в грубой форме, толкать, обзываться, смеяться, если у товарища что-то не получилось.

4. Учить ориентироваться в пространстве зала:

• Ходьба «паровозиком», «змейкой», педагог первый, а все за ним. Все движения выполняются вместе, не акцентируя внимание на правильности исполнения (пока как ребенок чувствует, так и делает)

• Половина детей стали свободно в пространстве зала, а другие двигаются между ними, старательно обходят, не задевая стоящих, темп движения меняется от медленного к быстрому. Затем меняются ролями. Такая игра развивает внимательность, чуткость, реакцию, воспитывает уважение и учит быстро без травм перемещаться в зале.

5. Игра – как познавательная часть урока.

• «Скульптор» - делимся на группы по 3-4 человека. Один – скульптор, а остальные «скульптура». Без слов, только жестами и прикосновениями «скульптор» строит свою «скульптуру». На задание дается 10-15 секунд. Затем все «скульпторы» смотрят работы друг друга, потом меняемся ролями, пока все не попробуют себя в роли скульптора. Такое задание развивает творческие способности, умение коллективно творить, подчинятся и чувствовать друг другу, уважать.

• «Домик и жилец». Распределяемся парами. Один ребенок – «домик», а другой «жилец». Сначала строим домик, а потом жилец в него селится, так повторяем несколько раз, притом все одновременно под счет. На раз, два, три, четыре – «домики» принимают позы. На пять, шесть, семь, восемь – «жильцы» селятся. Такая игра развивает внимательность, сообразительность, мышление. Помогает детям подружиться.

• Таких игр можно придумать много – «Два жирафа», «Зеркало и его отражение», «Магнит и гвоздик» и т.д. …

• «Невоспитанный класс». Учитель выходит и просит детей посидеть тихо и самостоятельно позаниматься. Дети сидят тихо, пока учитель в классе, а как он уходит, начинают шуметь. Но как только дверь открывается, все должны успеть встать на свои места. Такая игра позволяет детям немного расслабиться, выпустить эмоции, покричать, зато потом легко продолжить работу с детьми, которые выпустили «пар» (дети обожают эту игру).

6. Разминка на середине. Все движения довольно простые и дети легко справляются. Развиваем чувство ритма, слух, умение повторять движения вместе с учителем, координацию.

• Осанка.

• Повороты и наклоны головы.

• Упражнения на плечи.

• Упражнения для рук – «ножницы», «на лыжах», «дирижер», «клубочек», руки в стороны, вверх, «волна», «за партой» …

• Упражнения на стопы и колени.

• Приставные шаги.

• Шаги на крест.

• Маршевый шаг.

• Подскоки.

• Прыжки.

6. Корригирующая гимнастика. Важная часть урока, на которой мы растягиваем мышцы и укрепляем спину.

7. Сочинение 1-2 небольших композиций.

8. Открытое занятие для родителей. Родители имеют возможность посмотреть, чем занимаются на занятиях, задать вопросы, определиться будут они дальше посещать танцевальные занятия, или же найдут другую секцию.

 II-е полугодие.

Дети уже освоились, привыкли друг к другу и к учителю, умет исполнять простейшие танцевальные элементы. У них есть1-2 композиции на 1,5 – 2 минуты, которые они легко и весело исполняют.

1. Вместо «паровозика» вводим продвижение в линии по 3-4 человека из одного конца зала в другой. Разучиваем новые шаги.

• С носка.

• На полу пальцах.

• На пятках.

• Пружинящий шаг с пятки.

• Шаги от бедра па полу пальцах.

• Маршевый шаг.

• Подскоки.

• Бег поджатыми назад.

• Бег прямыми вперед.

• Галоп.

• Переменный ход.

2. По мере усвоения материала добавляем новые движения.

• Три шага, четвертый – приставной

• Нога вперед-назад, три шага вперед.

• Шаги на крест с шагами вперед.

• Приставные шаги.

3. Игровые моменты сократить.

4. На середине усложнить разминку, добавить новые элементы.

5. Начинаем учить танец.

6. Давать детям импровизировать.

7. Провести открытое занятие для детей той же возрастной категории. Это подстегивает лучше себя проявить, раскрепощает. А дети, которые смотрят, видят, как занимаются другие и у них тоже появляется дополнительный стимул заниматься лучше.

8. Провести открытое занятие для родителей. Показать, чему научились дети, ответить на вопросы родителей, рассказать, о планах на следующий год.

**Второй год обучения – 2-ой класс**

I – ое полугодие.

1. Закрепляем танцевальные элементы, изученные в прошлом учебном году.

2. Вспоминаем танец и композиции прошлого года.

3. Всю разминку прошлого года «шлифуем», оттачиваем, учимся исполнять красиво, выразительно, следим за осанкой, за вытянутостью стопы.

4. Начинаем учить новый танец.

5. Открытое занятие для родителей.

II- ое полугодие.

1. Усложняем двигательную разминку. Добавляем новые элементы.

• Приставные шаги в композиции с поворотами.

• Боковые шаги вперед-назад.

• «Волна»

• Шаги с пятки через пружинку составляем в композицию с поворотами.

2. Разминка на середине. Все движения собираем в композиционные группы на 32, 48, 64 счета.

3. Прыжки по 6, 2паралельной и 1 позиции.

4. Сочиняем танец, используя рисунки, переходы, перестроения.

5. Открытое занятие для другой группы.

6. Участие в отчетном концерте.

7. Итоговое собрание с родителями.

**Третий год обучения – 3-ий класс**

I – ое полугодие.

1. Закрепляем танцевальные элементы, изученные в прошлом учебном году.

2. Закрепляем танцы, несколько изменяя рисунки и усложняя танцевальные элементы.

3. Начинаем заниматься у станка. Пока это только выворотные позиции ног, осанка.

4. Серьезно занимаемся растяжкой. От нее зависит свобода танцора, выразительность, красота и эмоциональность исполнения.

5. Учимся анализировать, исправлять свои ошибки и видеть их в исполнении остальных. Ученики должны научиться видеть, как свои, так и чужие ошибки – это помогает самостоятельно, не дожидаясь замечаний учителя работать над ошибками и искоренять их. Друг другу замечания делать корректно, не обижая, а лишь помогая стать лучше.

6. Открытое занятие-соревнование для старших групп. Старшим ребятам раздаются ручки, и листочки с именами тех, кого они будут оценивать. На листочках еще таблица с теми элементами, которые они должны оценить. В конце суммируются баллы, и выясняем, кто из детей на каких элементах набрал большее количество баллов. Награждаем детей медалями и призами.

7. Открытое занятие для родителей.

II- ое полугодие.

1. Усложнить всю разминку на середине.

2. Начинаем изучать движение по диагонали. Я считаю его очень важным. Каждого человека хорошо видно, получается, как бы сольное исполнение. И в то же время двигаться надо синхронно, с одной ноги, продолжая движение вместе с танцором, который идет по диагонали впереди тебя. Таким образом мы сразу решаем несколько задач – самостоятельное исполнение, синхронное со всеми, выправление дыхания, выносливость, ориентирование в пространстве зала.

3. Сочиняем новый танец. Он сочиняется по всем законам хореографии. В нем присутствуют рисунки, перестроения, сольные моменты (для детей, чья выразительность выше, чем у остальных, или у ребенка есть

особенные данные, которые можно показать). Тщательно подбирается музыка, продумываются костюмы, сюжет и т.д. …

4. У станка добавляем plie и ports de bras.

5. Начинаем изучать большие прыжки и крутки.

6. Принимаем участие в районном конкурсе и в других.

7. Участие в отчетном концерте.

**4-ый год обучения – 4-ый класс**

I-ое полугодие:

У детей, которые занимаются четвертый год достаточно устойчивая мотивация, желания заниматься данным видом деятельности. Они успели найти себе друзей, что тоже является дополнительным мотивом для продолжения обучению танцами. Их тело уже не может без физических нагрузок, а чувства и эмоции без танцев, в которых можно выразить себя и получить большое удовольствие, стоя на сцене и получая аплодисменты за исполнение. А значит, растет самооценка человека, повышается настроение. Быть успешным очень важно, успешность в одном деле побуждает быть лучше и в другом. Так мы растим более полноценную и гармоничную личность.

1. Повторяем и закрепляем прошлогодний материал.

2. Из танцев оставляем только те, что подходят по возрасту.

3. Оставляем только диагональную разминку. Она более эффективна. Лучше развивает все группы мышц.

• Добавляем постепенно новые элементы.

• Начинаем изучать крутки.

• Исполняем «колесо», «бедуинский», «голубец».

4. Начинаем сочинять новый танец. Он должен быть «на вырост», так чтобы танцоры могли танцевать его еще несколько лет.

5. Начинают сочинять сами. На занятии отводится специально для этого время. Дети делятся на небольшие группы и делают небольшую зарисовку на свободную тему, или на специально заданную. Отводится 10-15 минут на первом занятии и по 5-7 на последующих. В итоге мы делаем открытое занятие на сцене, приглашаем родителей и танцоров из других групп. Дети поощряются грамотами за первую постановку.

6. Открытый урок для родителей.

II-е полугодие.

1. Продолжаем добавлять элементы в диагональную разминку. Дети уже сами провести часть урока. Помнят порядок движений на разминке. Физически выдерживают длительные нагрузки.

2. Классический экзерсис усложняем. Добавляем battements tendus и jetes. Исполняем пока все лицом к станку.

3. Усложняем корригирующую гимнастику. Добавляем более сложные элементы на растяжку.

4. Разучиваем еще один танец.

5. Закрепляем репертуар. Оттачиваем движения. Помогают друг другу разобрать и исправить сложные моменты в танцах.

4. Мини концерт для танцоров других групп. Ребята анализируют увиденное, поощряют, говорят, что особенно понравилось. А то что получилось не совсем хорошо в корректной форме сообщают и помогают исправить.

5. Участие в районном и других конкурсах.

6. Участие в отчетном концерте.

**5-ый год обучения – 5-ый класс**

Это заключительный год начальной подготовки. Дети уже вполне взрослые и самостоятельные. Они могут часть занятия провести сами. Могут сами сочинить «кусочек» танца, видят, как хорошее, так и плохое исполнение. Они довольно дружные и всегда готовы помочь друг другу. Но кроме танцев появляются еще, какие-то интересы, да и родители уже не могут так контролировать, как раньше. И если у ребенка не было собственного интереса, а лишь подчинение родительской воле, то сейчас они вполне аргументировано могут убедить, что уже хватит занятий танцами. Это тот год, когда уходит самое большое количество детей. И это вполне нормальное явление. Зато с оставшимися можно очень плодотворно заниматься.

I-ое полугодие:

1. Повторяем и закрепляем элементы, пройденные в прошлом году. Серьезно разбираем каждый элемент, уточняя, как исполняется каждое движение, как связывается один элемент с другим.

2. Начинаем полноценно заниматься классическим экзерсисом.

• Исполняем все одной рукой за станок.

• Разучиваем:

ports de bras

Plies

battements tendus

jetes

ronds de jambe

passe

grand battements

Это основной минимум, который вполне достаточен для этого возраста. Наши ученики далеко не все обладают необходимыми данными, поэтому форсировать события не стоит.

3. Технически вычищаем те танцы, которые мы сохранили в репертуаре.

4. Постановка нового танца.

5. Начинаем овладевать техникой современного танца – хип-хоп, джаз.

6. Открытое занятие для младших групп. Танцоры младше возрастом смотрят чему можно научиться, чем в дальнейшем они будут заниматься.

7. Открытое занятие для родителей.

II-е полугодие.

1. Из разминки по диагонали убираем простейшие элементы, в которых уже нет необходимости. Добавляются технически сложные элементы для развития и координации.

2. Классический экзерсис. Начинаем изучать прыжки – sautés, сhasses, echappes.

3. Сочиняем совместный танец, в котором сами дети тоже будут сочинять.

4. Участие в конкурсах.

5. Участие в отчетном концерте.

6. Торжественное вручение дипломов. Теперь они не участники «Школы танцев» для начинающих, участники Образцовой студии современного и эстрадного танца «Фэнтэзи»

 **11. Использование технических средств:**

1. Музыкальное сопровождение. Подборки из мелодий классического, джазового, инструментального, современного репертуара. В основном музыка без слов.

2. Демонстрация, показ элементов самим педагогом, старшими учащимися, видео показ…

3. Книги по специальности, по психологии и педагогике.

4. Фотоматериал. Это могут быть как профессиональные танцоры, гимнасты, выпускники студии «Фэнтэзи», так и сами учащиеся данного коллектива.

5. Видеоматериал. Просмотр Отчетных концертов как своих, так и прошлых лет. Видеозаписи замечательных танцев, балетов из золотого фонда…

6. Одни танцуют, а другие смотрят и делают разбор увиденного. Что понравилось, какие были ошибки, на что хотелось бы обратить внимание.

7. Приглашенные преподаватели. Это всегда добавляет стимула и остроты в работе. Новый человек видит, то к чему у тебя самой глаз «замылился». Кто-то по новому раскрывается, увлекается новым направлением, получает именно то, чего ему не хватало.

8. Сотрудничество с другими танцевальными коллективами. Совместные репетиции и выступления – это тоже дополнительный стимул лучше танцевать. Перед чужими всегда хочется проявить и показать себя лучше, блеснуть своими возможностями.

9. Участие в конкурах и фестивалях различного уровня. Вот где всегда видно чего ты достиг, а над чем еще стоит поработать. После таких выступлений и ты сам и твои танцоры смотрят другими глазами на то, что делаешь, как делаешь и что еще надо добавить в своей работе и тебе и твоим танцорам.

10. Мастер-классы. Это то, что помогает развиваться, расти и стремится к новым вершинам. Иначе ты стоишь на месте, или того хуже деградируешь и станешь не интересен не своим танцорам, ни коллегам по цеху, ни зрителям.

11. Отчетный концерт. Он подводит итог всему году. Коллеги, танцоры других коллективов, родители, друзья мои, детей, родственники, все приходят и ты в конце понимаешь, как прошел год.

**Наглядные пособия:**

1. Магнитофон

2. Видеомагнитофон

3. Видеокамера

4. Фотоаппарат

5. Диски с музыкой

6. Диски с фильмами

7. Флешки с музыкой

8. Флешки с фильмами

9. Станок для занятий классикой

10. Компьютер

11. Фотографии

12. Книги по специальности

**Использовании современных образовательных технологий в процессе работы с воспитанниками танцевального коллектива.** (Использовала статью Бакановой Елены Владимировны, т.к. ее способы работы очень созвучны с моими).

 **Я учитываю:**

-индивидуальность характера

-возрастные

-физические

-интеллектуальные

-нервно-психические особенности.

-применяю личностный подход.

1. Стараюсь пользоваться любыми современными методами, которые помогают сделать нашу совместную работу интересной, увлекательной, легкой в восприятии, доступной, сохраняющей здоровье ребенка и помогающей его физическому и умственному развитию.

Здоровье сбережение облегчает привыкание к новой среде, позволяет укреплять иммунную систему детей, что важно для дальнейшего полноценного психического и физического развития.

 В своей практической работе я использую следующие здоровье сберегающие технологии:

- упражнения для развития координации

- игры-релаксации (для снятия нервного напряжения

- оздоровительную гимнастику (элементы для профилактики плоскостопия)

2. Большую помощь в организации непосредственной образовательной деятельности оказывают игровые технологии. Через игру ребенок легче осваивается в новом коллективе, нет напряжения и страха, она всегда требует умственной и физической активности детей. Игровые образовательные технологии позволяют моим воспитанникам легче воспринимать информативный материал. Знания, полученные таким образом, хорошо усваиваются детьми.

В игровой форме легко решить назревающий конфликт, помочь понять причину недопонимания между воспитанниками, или между учителем и учеником, или даже группой.

Помогает активизировать познавательную деятельность детей, создает мотивации для творчества, развивает мыслительную деятельность, раскрывает творческий потенциал.

3. В современном мире воспитание и образование наших детей становится невозможным без использования информационно-коммуникационных технологий. Это:

- прослушивание музыки

- просмотр видеоматериала

При включении современных педагогических технологий в образовательный процесс я учитываю:

-целесообразность

-результативность

-экономичность

-целостность

-концептуальность

-новизну (современность)

-управляемость (корректируемость);

-интенсивность

-воспроизводимость

Особое внимание обращаю на личностно-ориентированный подход в воспитании, на развитие творческой инициативы, индивидуальных качеств и способностей детей. Все используемые технологии направлены на разностороннее развитие и сохранение психического здоровья детей.

Применение современных образовательных технологий дало положительную динамику роста развития воспитанников, которую отслеживаю при систематическом проведении мониторинга.

Это:

Научить ребенка самостоятельно работать, общаться с детьми и взрослыми, прогнозировать и оценивать результаты своего труда,

искать причины затруднений и уметь преодолевать их.

На начальных этапах обучения хореографии игры имеют характер как

свободной деятельности, (ради удовольствия от самого процесса деятельности), так и творческий характер, где ребенок может раскрыть себя как личность, снять внешние и внутренние зажимы. Игру как метод обучения можно использовать с первых уроков хореографии, для развития чувства ритма, пластики, эмоционального раскрытия, координации движений и т.д. Дети прочно и с удовольствием усваивают знания, полученные игровым методом. Значение игры невозможно исчерпать и оценить развлекательно - реактивными возможностями.

**«Игра - путь детей к познанию мира»**, - писал А. М. Горький. Игра обогащает

знания, способствует проявлению способностей и наклонностей, совершенствует их. Игра — это еще и средство диагностики. Через игру можно отследить физическое, творческое и личностное развитие ребенка. Ребенок раскрывается в игре, воспринимает задания как игру, чувствует заинтересованность в получении верного результата, стремиться к лучшему из возможных решений. Игра в команде позволяет сплотить детский коллектив в единую группу, в единый организм, способный решать задачи более высокого уровня, нежели доступные одному ребенку, и зачастую - более сложные. Соревновательность в игре создает у обучающегося или группы учащихся стремление выполнить задание быстрее и качественнее конкурента, что позволяет сократить время на выполнение задания с одной стороны, и добиться реально приемлемого результата с другой. В том и состоит ее феномен, что, являясь развлечением, отдыхом, она способна перерасти в обучение, в творчество, в терапию, в модель типа человеческих отношений.

Основная задача игровой технологии – дать ребенку раскрепоститься, побывать актером, обрести уверенность в себе. Все это работа по формированию творческого мышления через игровые технологии

**Технология обучения в сотрудничестве и развивающее обучение.**

Данная технология позволяет организовать обучение воспитанников в тех

формах, которые традиционно применяются на занятиях хореографией. Технология обучения в сотрудничестве на занятиях по хореографии включает индивидуально-групповую работу и командно-игровую работу. В первом случае занимающиеся разбиваются на группы в несколько человек. Группам дается определенное задание, например, самостоятельно составить танцевальный этюд. Это эффективная работа для усвоения нового материала каждым ребенком. Разновидностью индивидуально-групповой работы может служить, например, индивидуальная работа в команде. Каждая команда придумывает свой этюд, и показывают друг другу. Члены команды просматривают этюды, ведется обсуждение, указывают на недочеты. Основные принципы педагогики сотрудничества: -учение без принуждения; -право на свою точку зрения -право на ошибку; -успешность; -сочетание индивидуального и коллективного воспитания. Для того чтобы ребенок ощущал эмоциональное благополучие, чтобы ему было уютно и комфортно на занятии, должна быть создана нужная атмосфера, важными составляющими которой являются взаимное уважение, искренность, юмор и веселье. При такой атмосфере дети смогут вести себя свободно и реализовывать свои собственные интересы, то есть постепенно начнет создаваться атмосфера сотрудничества.

**Информационные технологии.**

В своей работе данные технологии мною используются для обеспечения

материально-технического оснащения. Деятельность танцевального коллектива предполагает постановку танцев и проведение концертных выступлений воспитанников. Для качественного звучания танцевальных фонограмм, соответствующих современным техническим требованиям используются компьютерные технологии. Применение компьютера позволяет: - накапливать и хранить музыкальные файлы; - менять темп, звуковысотность музыкального произведения; производить монтаж, компоновку музыкального произведения; хранить фото- и видеоматериалы коллектива; поддерживать контакты с коллегами и осуществлять деловое общение.

Компьютер даёт возможность воспитанникам:

-эффективно осуществлять поиск и переработку информации.

-посещение танцевальных сайтов,

-поиск специальной литературы и необходимой информации

по хореографии);

При условии систематического использования информационных технологий в учебном процессе в сочетании с традиционными методами обучения можно значительно повысить эффективность обучения хореографии.

**Расписание работы Образцовой студии современного и эстрадного танца «Фэнтэзи», МБОУ лицей №5, Кировского района городской округ г.Уфа**

**на 2018-2019 учебный год**

Количество групп: 4

Количество занимающихся на данный момент – 66 человек

**Подготовительная группа**: 1-ой год обучения, 1 класс -20 человек

**Младшая группа**: 2-3 год обучения, 2,3 классы – 14 человек

**Средняя группа**: 4-5 год обучения, 4,5-е классы – 20 человек

**Старшая группа**:7 и 9 год обучения, 7 и 9 классы – 12 человек

Отдел: художественно эстетический

Руководитель: Черепанова Эльвира Ахметовна

Место занятий: малый спортивный зал начального блока

**Время занятий:**

Понедельник и среда:

**с 13.30 – 14. 15 – подготовительная группа**

**с 14.30 – 16.00 – младшая группа**

**с 16.10 – 18.10 – средняя группа:**

с 16.00 – 16.20 – классический экзерсис

с 16.20 – 16.50 – разминка в современном, или эстрадном стиле

с 17.00 – 17.40 – сочинение и повторение репертуара

с 17.40 – 18.10 – партерная гимнастика

**с 18.30 – 21.00 – старшая группа:**

с 18.30 – 19.00 – классика (только для первой смены)

с 19.00 – 19.40 – разминка (подходит и вторая смена)

с 19.50 – 20.30 – сочинение и повторение танцев

с 20.30 – 21.00 – партерная гимнастика

Пятница:

с 13.30 – 14.30 – подготовительная группа

с 14.40 – 16.10 – младшая группа

с 16.20 – 18.20 – средняя группа

с 18.30 – 21.00 – старшая группа