

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования детей
города Новосибирска
«Дом детского творчества им. А.И.Ефремова»



Утверждаю:

Директор
ДДТ им. А.И. Ефремова
Вагнер О.Н.

Программа рассмотрена и одобрена на
Педагогическом Совете
Протокол № _____
От «___» _____ 200__г.

**Дополнительная общеразвивающая программа
по народно-сценическому танцу**

"КАЛИНОВ ЦВЕТ"

Возраст детей – 5-18 лет

Сроки реализации подпрограмм:

- Дополнительная общеразвивающая подпрограмма для подготовительной группы
«Гимнастическое и музыкально-ритмическое воспитание детей дошкольного возраста»
срок освоения – 3 года;
- Дополнительная общеразвивающая подпрограмма для детей младшего школьного возраста
«Изучение основополагающих элементов народно-сценического танца»
срок освоения – 4 года;
- Дополнительная общеразвивающая подпрограмма для детей среднего школьного возраста
«Формирование базовых хореографических (танцевальных) знаний, умений и навыков в
народно-сценическом танце»
срок освоения – 4 года;
- Дополнительная общеразвивающая подпрограмма для детей старшего школьного
возраста «Повышение исполнительского уровня обучающихся посредством углубленного
освоения народно-сценического танца»
, срок освоения – 3 года.

Руководитель:
Песчанко Алексей Викторович
педагог дополнительного образования

Новосибирск
2013г.

Паспорт программы

Направленность:	Художественная
Тип программы:	Модифицированная
Уровень освоения:	Подготовительный, Базовый, Совершенствования.
Отдел:	Художественный
Срок реализации программы:	Дополнительная общеразвивающая подпрограмма для подготовительной группы: 3 года; Дополнительная общеразвивающая подпрограмма для детей младшего школьного возраста: 4 года; Дополнительная общеразвивающая подпрограмма для детей среднего школьного возраста: 4 года; Дополнительная общеразвивающая подпрограмма для детей старшего школьного возраста: 3 года
Этапы реализации программы: - подготовительная группа - младшая группа - средняя группа - старшая группа	3 года 4 года 4 года 3 года
Возраст детей, на которых рассчитана программа:	5 – 18 лет
Программа разработана в:	2013 году
Утверждена на пед.совете:	2013г, протокол №49

Пояснительная записка.

Направленность. Программа имеет художественную направленность и реализуется в рамках танцевального отделения.

Введение.

Обучение детей в условиях дополнительного образования предоставляет благоприятные возможности для приобщения учащихся к богатству танцевального и музыкального народного творчества. В историческом аспекте «народный танец» - это танец, созданный большой общностью людей в результате многочисленных попыток и коллективного творчества, а также путём отбора наиболее удачных их вариантов на основе преемственности и традиций.

Программа по народно-сценическому танцу определяет основной подход к предмету в условиях дополнительного образования, объем и распределение материала по каждому году обучения.

Актуальность, новизна, педагогическая целесообразность.

Современное отношение к истокам национальной культуры позволило заявить о необходимости возрождения и изучения былых традиций, в том числе и танцевальных. Народный танец близок детям, и, благодаря богатству образов, танцевального языка, музыкального начала, костюмного решения; представляет собой ценнейший материал для художественного развития учащихся. Вместе с тем, народный танец воспитывает в детях чувство любви и уважения к запечатленным в танце традициям.

Предложенная программа позволяет реализовать принцип личностной ориентации в образовательном процессе посредством создания условий, способствующих учащимся с разными природными возможностями, потребностями и уровнем мотивации достигнуть предполагаемого результата обучения.

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, формирует его художественное «я» как составную часть орудия общества.

Танец органично сочетает в себе различные виды искусства, в частности, музыку, песню, элементы театрального искусства, фольклор. Он воздействует на нравственный, эстетический, духовный мир людей различного возраста. Что же касается непосредственно детей, то танец, без преувеличения, развивает ребенка всесторонне.

Синкретичность танцевального искусства подразумевает развития чувства ритма, умения слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия танцем дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии, ритмике движения, прошедшие длительный отбор, безусловно,

оказывают положительное воздействие на здоровье детей. Программа вводит детей в большой и удивительный мир хореографии, посредством игры знакомит с некоторыми жанрами, видами, стилями танцев. Помогает им влиться в огромный мир музыки – от классики до современных стилей, и попытаться проявить себя посредством пластики близкой детям. Путем танцевальной импровизации под понравившуюся музыку у детей развивается способности к самостоятельному творческому самовыражению. Формируется умение передать услышанный музыкальный образ в рисунке, пластики.

Целеполагание.

Целями обучения народному танцу в сфере дополнительного образования является создание условий для приобщения учащихся к искусству народной хореографии, развитие у детей художественного вкуса, знакомство с этнографическим материалом разных народов мира, характерными особенностями танцев разных национальностей. И поскольку, мы живём в России, то русский танец должен быть изучен особенно глубоко, все его разновидности и особенности каждой области, не упуская танцы малых народов России.

Целью обучения является создание комфортных условий для детей всех возрастных категорий для творческого развития, совершенствования и самореализации в условиях танцевального коллектива «Смайл».

Опираясь на основную цель программы, закономерно конкретизируется блок задач, направленных на выявление и развитие интересов ребенка, его творческих возможностей и личностного потенциала:

- формирование у учащихся танцевальных навыков на основе овладения и освоения программного материала;
- творческое самовыражение учащихся; реализация их знаний, умений и способностей в сценической деятельности (постановка концертных номеров на основе изученного материала и выступления с ними на школьных праздниках, фестивалях, конкурсах т.к. концертная деятельность является определённым стимулом для детей и повышает мотивацию обучения);
- воспитание эмоциональной выразительности исполнения, развитие фантазии и образного мышления в области хореографии;
- укрепление здоровья учащихся путём выработки правильной осанки, общей физической подготовки, повышения выносливости и работоспособности;
- совершенствование координации движений, дальнейшее укрепление мышечного аппарата (развитие групп мышц, которые мало задействованы в процессе занятий классическим танцем);
- укрепление вестибулярного аппарата;
- формирование у учащихся представлений о танцевальном искусстве разных народов, умение точно передать национальный стиль и манеру исполняемого танца.

Ожидаемый результат обучения:

Танцевальное искусство доступно всем. Танец - это совокупность выразительных и организованных движений, подчинённых общему ритму, воплощённых в завершённую художественную форму. Каждое хореографическое произведение требует от учащихся эмоциональности, творческой активности, мобилизации всех физических и духовных сил.

В настоящее время увеличивается количество детей с повышенной тревожностью, с дисгармонией эмоционального развития, что ведёт к нарушению психофизического здоровья. Сегодняшний ритм жизни нашего общества требует от человека высоких умственных способностей, а экологическая обстановка на планете не способствует улучшению физического здоровья людей. Таким образом, формируется модель выпускника программы, как результат образовательной деятельности:

- *информационно-познавательная сфера и специально-предметные знания.* Выпускник обладает базовыми знаниями в области хореографического искусства в рамках образовательной программы; умеет адекватно оценивать свой познавательный уровень; умеет находить источники информации в своей сфере; имеет навык воспроизводства полученных знаний на вербальном и практическом уровне; способностью дать оценку эстетического;
- *деятельно-практическая сфера и предметно-деятельностные результаты обучения.* Выпускник умеет: репродуцировать полученные в процессе обучения знания и навыки; обладает определенной исполнительской культурой; умеет самостоятельно осуществлять репетиционный процесс; обладает определенными результатами в плане физического и эстетического развития; знает свои личностные возможности и стремится к их усовершенствованию; имеет развернутое представление о специфике профессии: обладает положительными чертами характера, необходимыми как для процесса обучения, так и для демонстрации достигнутых результатов.
- **общеразвивающий уровень** Выпускник приобрел: опыт межличностных отношений, характерный для специфической среды; опыт самопознания, самореализации и самооценки; представление о специфике хореографического искусства на теоретическом и деятельно-практическом уровнях; опыт организации своего досуга; опыт организации своего образа жизни.

Отличительные особенности программы от существующих.

Программа по народно-сценическому танцу составлена с учетом нормативных документов дополнительного образования, а так же примерных образовательной программ и методических пособий, лежащих в основе курса обучения для хореографических отделений ДШИ: «Беседы о хореографическом искусстве» НМЦ ХО (2004г.); «Народно-сценический танец» МК СССР (1987г.); «Народно сценический танец (для учащихся ДХШ, ДШИ хореографических отделений)» (7-летний срок обучения)); «От ритмики к танцу». Развитие художественно-творческих способностей детей 4-7 лет (для учащихся подготовительного отделения детских хореографических и хореографических отделений детских школ искусств) НМЦ ХО (2009г.); Программа для подготовительных классов хореографических отделений школ искусств МК СССР (1987г.); «Ритмика и танец» НМЦ ХО (2006г.); «Совершенству нет

предела» Комплексная программа для учащихся детских хореографических и хореографических отделений ДШИ НМЦ ХО (2006г.).

Диагностирование результативности обучения

Диагностирование результативности обучения в течение срока реализации программы проводится в форме открытых занятий (промежуточная и итоговая аттестация), оценивание эффективности проводится согласно Программе мониторинга результативности образовательного процесса учреждения по диагностическим картам.

Формы обучения.

Основной формой обучения является коллективно-групповая форма, а так же индивидуально-групповая при работе с солистами.

Срок реализации программы, возраст обучающихся.

Дополнительная общеразвивающая программа «Калинов цвет» состоит из 4 подпрограмм для детей 5-18 лет, каждая подпрограмма имеет гарантированный результат обучения, выпускники подпрограмм имеют право перейти в другую возрастную группу, осваивать следующую подпрограмму, или выйти из программы на удобном этапе.

Форма подведения итогов реализации программы.

Формой подведения итогов реализации программы является отчетный концерт и собеседование.

Организационные условия реализации программы.

**Дополнительная общеразвивающая программа
по народно-сценическому танцу
«Калинов цвет»**

**Дополнительная общеразвивающая подпрограмма для
подготовительной группы**
**«Гимнастическое и музыкально-ритмическое воспитание детей
дошкольного возраста»**

Режим работы – 3 раза в неделю по 1 часу x 4 недели x 9
месяцев=108 часов в год;
Возраст детей - 5-7 лет
Срок реализации – 3 года обучения

**Дополнительная общеразвивающая подпрограмма для детей
младшего школьного возраста**
**«Изучение основополагающих элементов народно-сценического
танца»**

Режим работы- 3 раза в неделю по 2 часа x 4 недели x 9 месяцев = 216
часов в год;
Возраст детей – 8-11 лет
Срок реализации – 4 года

**Дополнительная общеразвивающая подпрограмма для детей среднего
школьного возраста**
**«Формирование базовых хореографических (танцевальных) знаний, умений и
навыков в народно-сценическом танце»**

Режим работы:
Основные учебные занятия – 2 раза в неделю по 3 часа x 4 недели x 9 месяцев =
216 часов в год;
Сводные репетиции – 1 раз в неделю по 3 часа x 4 недели x 9 месяцев = 108
часов в год;
Возраст детей – 12-15 лет
Срок реализации – 4 года;

Дополнительная общеразвивающая программа для детей старшего школьного возраста
**«Повышение исполнительского уровня обучающихся посредством углубленного освоения
народно-сценического танца»**

Режим работы:
Основные учебные занятия – 2 раза в неделю по 3 часа x 4 недели x 9 месяцев = 216 часов в
год;
Сводные репетиции – 1 раз в неделю по 3 часа x 4 недели x 9 месяцев = 108 часов в год;
Возраст детей- 16-18 лет
Срок реализации- 3 года

Базовые учебно-тематические планы подпрограммы «Гимнастическое и музыкально-ритмическое воспитание детей дошкольного возраста»

Базовый учебно-тематический план 1 года обучения

Начальный уровень освоения хореографических умений и навыков.

Цель 1 года обучения – музыкально-ритмическое воспитание обучающихся.

Задачи:

1. Ознакомление с основами хореографии.
2. Изучение элементарных коллективно-порядковых упражнений.

	Учебные темы	Всего часов	Теор Час	Практ Час
1	Образовательный модуль Организационная работа с родителями и детьми Инструктаж по технике безопасности. Музыкальная, ритмическая разминка.	2 2 8	2 2 4	4
2	Азбука музыкальных, ритмических движений. Ритмическая разминка. Постановка корпуса на партер.	30 16		30 16
3	Коллективно-порядковые упражнения Ритмическая разминка. Партер.	16 18		16 18
4	Постановка корпуса, рук, ног, головы, позиции I-II-III, партер	8		8
5	Итоговое занятие.	2		2
6	Социальный модуль. Организационная работа с родителями и детьми. Домашние задания. Подготовка к отчетному уроку. Итоговый отчетный урок. Подведение итогов года.			
	Итого часов в год:		108 часов в год	

Предполагаемый результат обучения (уровень освоения содержания образования)

- Знание основных правил поведения в классе,
- Знание и умение исполнять элементарные коллективно-порядковые упражнения.

**Базовый учебно-тематический план
2 года обучения**

Цель 2 года обучения – музыкально-ритмическое воспитание обучающихся.

Задачи:

1. Ознакомление с основами хореографии (ритмические упражнения, музыкальные упражнения)
2. Освоение основных коллективно-порядковых упражнений;
3. Освоение элементарных танцевальных движений.

№	Учебные темы	Всего час	Теор час	Практ час
1	Образовательный модуль			
	Организационная работа с родителями и детьми	2	2	
	Инструктаж по технике безопасности.	2	2	
	Музыкальная, ритмическая разминка.	4		4
2	Азбука музыкальных, ритмических движений.	18		18
	Ритмическая разминка. Постановка корпуса на партер.	8		8
3	Гимнастические упражнения.	32		32
	Ритмическая разминка. Партер.	16		16
4	Танцевальные элементы	20		20
	Итоговое занятие.	2		2
5	Социальный модуль. Организационная работа с родителями и детьми. Домашние задания. Подготовка к отчетному уроку. Итоговый отчетный урок. Подведение итогов года.			

6	Итого часов в год:	108 часов в год
----------	---------------------------	------------------------

Предполагаемый результат обучения (уровень освоения содержания образования)

- Знание основных правил поведения в классе,
- Знание и умение исполнять основные коллективно-порядковые упражнения и элементарные гимнастические упражнения.
- Освоение основных танцевальных шагов, умение выполнить движение в заданном темпе на заданную музыку, координация движений и координация в пространстве танц.класса.

Базовый Учебно-тематический план 3 год обучения

Цель 3 года обучения – музыкально-ритмическое воспитание обучающихся.

Задачи:

1. Закрепление изученных основ хореографии (ритмические упражнения, музыкальные упражнения)
2. Закрепление основных коллективно-порядковых упражнений;
3. Постановка и отработка танцевальных этюдов.

№	Учебные темы	Всего час	Теор час	Практ час
1	Образовательный модуль Организационная работа с родителями и детьми Инструктаж по технике безопасности. Музыкальная, ритмическая разминка.	2 2 4	2 2 4	4
2	Азбука музыкальных, ритмических движений. Ритмическая разминка. Постановка корпуса на партер.	8 20		8 20
3	Гимнастические упражнения. Ритмическая разминка. Партер.	16 12		16 12
4	Постановка танцевальных этюдов. Коллективно порядковые упражнения. Итоговое занятие.	32 8 2		32 8 2

5	Социальный модуль. Организационная работа с родителями и детьми. Домашние задания. Подготовка к отчетному уроку. Итоговый отчетный урок. Подведение итогов года.			
6	Итого часов в год:	108 часов в год		

Предполагаемый результат обучения (уровень освоения содержания образования)

- Знание основных правил поведения в классе,
- Знание и умение исполнять основные коллективно-порядковые упражнения и элементарные гимнастические упражнения.
- Освоение основных танцевальных шагов, умение выполнить движение в заданном темпе на заданную музыку, координация движений и координация в пространстве танц.класса
- Освоение танцевального этюда, детского танца.

Базовые учебно-тематические планы подпрограммы для детей младшего школьного возраста «Изучение основополагающих элементов народно-сценического танца»

Первый год обучения

Цель: формирование у обучающихся базовых знаний, умений и навыков по основным учебным разделам подпрограммы.

Задачи:

- Сформировать у обучающихся чувство ритма, темпа;
- Ознакомить обучающихся с элементарной хореографической терминологией;
- Изучить и отработать базовые танцевальные элементы;
- Сформировать у обучающихся навыки коллективного взаимодействия и личностные качества, такие как: ответственность, толерантность, умение доводить начатое до конца, самокритичность, умение анализировать собственные поступки и поступки других детей, патриотизм, дисциплинированность.;
- Сформировать у обучающихся умение ориентироваться в сценическом пространстве;
- Сформировать у обучающихся правильную постановку корпуса, осанку, оптимальную для данного возраста выворотность ног, гибкость, растяжку.

№	Название темы	Количество часов		
		всего	практ	теорет
1.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	2	-	2
2	Музыкально- ритмичное воспитание	20	19	1
3	Коллективно-порядковые упражнения	34	31	3
4	Упражнения на середине зала	40	36	4
5	Экзерсис у станка	40	36	4
6	Элементы танцевальных движений	40	36	4
7	Постановочная работа	36	32	4
8	Открытые занятия. Подведение итогов за год.	4	4	-
Итого:		216 часов в год		
Второй год обучения				
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	2	-	2
2	Разминка (основы ритмики и пластики)	24	22	2
3	Экзерсис у станка	40	36	4
4	Элементы женского танца, верчение	28	26	2
5	Элементы мужского танца (трюки)	28	26	2
6	Танцевальные комбинации	26	24	2
7	Техническая подготовка.	28	28	-
8	Участие в концертах и мероприятиях учреждения	14	14	-
9	Постановочная работа	22	22	-
10	Открытые занятия. Подведение итогов за год.	4	4	-
Итого:		216 часов в год		
Третий год обучения				
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	2	-	2
2	Разминка	20	20	-

3	Экзерсис у станка	28	28	-
4	Партерный экзерсис	18	18	-
5	Элементы женского танца	24	26	-
6	Элементы мужского танца (трюки)	22	20	2
7	Танцевальные комбинации	26	24	2
8	Техническая подготовка. Отработка элементов танца.	24	22	2
9	Участие в концертах и мероприятиях учреждения	16	16	-
10	Постановочная работа	32	32	-
	Открытые занятия. Подведение итогов за год.	4	4	-
	Итого:	216 часов в год		
Четвертый год обучения				
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	2	-	2
2	Разминка	20	20	-
3	Экзерсис у станка	24	24	-
4	Экзерсис на середине зала	18	18	-
5	Партерный экзерсис	18	18	-
6	Элементы женского танца	18	18	-
7	Элементы мужского танца (усложненные трюки)	28	26	2
8	Танцевальные и трюковые комбинации	16	14	2
9	Работа в паре. Взаимодействие в танце. Работа с солистами.	20	18	2
10	Техническая подготовка. Отработка элементов танца.	36	36	-
11	Участие в концертах и мероприятиях учреждения	12	12	-
12	Открытые занятия. Подведение итогов за год.	4	4	-
	Итого:	216 часов в год		

Ожидаемый результат обучения подпрограммы.

Обучающиеся должны:

- Иметь чувство ритма, темпа;
- Ознакомиться с элементарной хореографической терминологией;
- Выполнять базовые танцевальные элементы;
- Пройти период адаптации в коллективе;
- Иметь опыт работы в сценическом пространстве, танцевальном классе, сцене;
- Иметь правильную постановку корпуса, осанку, оптимальную для данного возраста выворотность ног, гибкость, растяжку.

Образовательная подпрограмма для детей среднего школьного возраста
«Формирование базовых хореографических (танцевальных) знаний, умений
и навыков в народно-сценическом танце»

№	Тема	Количество часов		
		Всего	Практ	Теор
1 год обучения				
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	2	-	2
2	Разминка, партерный экзерсис	22	22	-
3	Экзерсис у станка	24	24	-
4	Экзерсис на середине зала	18	18	-
5	Прыжковые комбинации	8	8	-
6	Элементы женского танца	18	18	-
7	Элементы мужского танца (усложненные трюки)	28	26	2
8	Танцевальные и трюковые комбинации	26	24	2
9	Работа в паре. Взаимодействие в танце. Работа с солистами.	20	18	2
10	Техническая подготовка. Отработка элементов танца.	36	36	-
11	Участие в концертах и мероприятиях учреждения	16	16	-
12	Открытые занятия. Подведение итогов за год.	4	4	-
ИТОГО:		216 часов в год		
Сводные репетиции				
Общая постановка концертных номеров.		108	100	8
Итого:		108 часов в год		

Второй год обучения

1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	2	-	2
2	Разминка, партерный экзерсис	10	10	-
3	Экзерсис у станка	20	20	-
4	Экзерсис на середине зала	8	8	-
5	Прыжковые комбинации	18	18	-

6	Элементы женского танца	18	18	-
7	Элементы мужского танца (усложненные трюки)	18	16	2
8	Танцевальные и трюковые комбинации	26	24	2
9	Работа в паре. Взаимодействие в танце. Работа с солистами.	20	18	2
10	Техническая подготовка. Отработка элементов танца.	46	46	-
11	Участие в концертах и мероприятиях учреждения	16	16	-
12	Открытые занятия. Подведение итогов за год.	4	4	-
ИТОГО:		216 часов в год		
Сводные репетиции				
Общая постановка концертных номеров.		108	100	8
Итого:		108 часов в год		
Третий год обучения				
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	2	-	2
2	Разминка, партерный экзерсис	10	10	-
3	Экзерсис у станка	24	24	-
4	Экзерсис на середине зала	18	18	-
5	Прыжковые комбинации	8	8	-
6	Элементы женского танца	18	18	-
7	Элементы мужского танца (усложненные трюки)	18	16	2
8	Танцевальные и трюковые комбинации	26	24	2
9	Работа в паре. Взаимодействие в танце. Работа с солистами.	20	18	2
10	Техническая подготовка. Отработка элементов танца.	46	46	-
11	Участие в концертах и мероприятиях учреждения	16	16	-
12	Открытые занятия. Подведение итогов за год.	4	4	-
ИТОГО:		216 часов в год		
Сводные репетиции				
Общая постановка концертных номеров.		108	100	8
Итого:		108 часов		
Четвертый год обучения				
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	2	-	2
2	Разминка, партерный экзерсис	10	10	-
3	Экзерсис у станка	24	24	-
4	Экзерсис на середине зала	18	18	-

5	Прыжковые комбинации	8	8	-
6	Элементы женского танца	18	18	-
7	Элементы мужского танца (усложненные трюки)	18	16	2
8	Танцевальные и трюковые комбинации	26	24	2
9	Работа в паре. Взаимодействие в танце. Работа с солистами.	20	18	2
10	Техническая подготовка. Отработка элементов танца.	46	46	-
11	Участие в концертах и мероприятиях учреждения	16	16	-
12	Открытые занятия. Подведение итогов за год.	4	4	-
ИТОГО:		216 часов в год		
Сводные репетиции				
	Общая постановка концертных номеров.	108	100	8
	Итого:	108 часов в год		

Ожидаемый результат обучения 3 ступени:

Продолжается увеличение нагрузки на мышечный аппарат, идет углубленное изучение новых элементов с постепенно увеличивающейся степенью технической сложности предлагаемого материала; происходит увеличение элементов парного танца, развивающих навыки общения с партнером; закрепляются навыки ансамблевого исполнения, кристаллизуется чистота стиля и исполнительская культура.

Базовые учебно-тематические планы программы для детей старшего школьного возраста «Повышение исполнительского уровня обучающихся посредством углубленного освоения народно-сценического танца»

№	Тема	Количество часов		
		Всего	Теор	Прак
1 год обучения				
1	Вводное занятие. Основные требования на занятиях. Правила ТБ,	2	2	-
2	Изучение движений народно-сценического танца (мужское и женское направление)	44	4	40
3	Техническая и сценическая подготовка.	70	4	66
4	Народно-сценический экзерсис у станка	40	-	40
5	Постановочная работа. Концерты	56	-	56
6	Открытые занятия. Подведение итогов за год.	4	4	-

	ИТОГО:	216 часов в год		
	Сводные репетиции			
1	Общая постановка концертных номеров.	108	100	8
		108 часов в год		
	2 год обучения			
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	2	2	-
3	Изучение движений народно-сценического танца (мужское и женское направление)	40	-	30
4	Техническая и сценическая подготовка.	65	-	86
5	Народно-сценический экзерсис у станка	35	-	84
6	Постановочная работа. Концерты	70	4	2
6	Открытые занятия. Подведение итогов за год.	4	4	-
	ИТОГО:	216 часов в год		
	Сводные репетиции			
1	Общая постановка концертных номеров.	108	100	8
		108 часов в год		
	3 год обучения			
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	2	2	-
2	Методика изучения основных движений народно-сценического танца (мужское и женское направление)	34	2	32
4	Техническая и сценическая подготовка.	70	-	86
	Народно-сценический экзерсис у станка	16	-	16
5	Постановочная работа. Концерты.	90		90
6	Итоговый (отчетный) концерт. Подведение итогов за год	4	4	-
	ИТОГО:	216	8	208
	Сводные репетиции			
1	Общая постановка концертных номеров.	108	100	8
		108 часов в год		

Ожидаемый результат обучения:

К концу обучения учащиеся должны исполнять движения упражнениями у станка народно-сценического танца в характере разных народов. Овладеть дробями, вращениями, трюковыми движениями, присядками и хлопушками (мальчики). Знать разновидности русского народного танца (хоровод, пляска, перепляс, кадрили) и уметь их исполнять. Знать отличия танцев разных областей, и чем они обусловлены. Уметь исполнять танцы разных народов мира, передавая характер и манеру их исполнения.

Содержание программы.

Образовательная подпрограмма для подготовительной ступени «Гимнастическое и музыкально-ритмическое воспитание детей дошкольного возраста»

Содержание 1 года обучения.

Образовательный модуль

1. Организационная работа с родителями и детьми – установление расписания, вводный инструктаж по правилам поведения на занятиях, форма

2. Инструктаж по технике безопасности. – включает в себя ознакомление в игровой форме с правилами пожарной безопасности, правила поведения на выездных мероприятиях,

3. Музыкальная, ритмическая разминка. – включает в себя изучение различных ритмических игровых движения направленных на развития и понимания чувства ритма, такта, умения слушать музыку.

4. Постановка корпуса на партер. – включает в себя упражнения на профилактику осанки, укрепление мышц спины, профилактику сколиоза.

5. Коллективно порядковые упражнения.

- Шаги на месте и по кругу.
- Повороты направо и налево.
- Построение в шеренгу, в колонну, в круг.

Содержание 2 года обучения.

Образовательный модуль

1. Организационная работа с родителями и детьми – установление расписания, вводный инструктаж по правилам поведения на занятиях, форма.

2. Инструктаж по технике безопасности. – включает в себя ознакомление в игровой форме с правилами пожарной безопасности, правила поведения на выездных мероприятиях,

3. Музыкальная, ритмическая разминка. – включает в себя изучение различных ритмических игровых движения направленных на развития и понимания чувства ритма, такта, умения слушать музыку.

4. Постановка корпуса на партер. – включает в себя упражнения на профилактику осанки, укрепление мышц спины, профилактику сколиоза

5. Гимнастические упражнения. – включает в себя упражнения для выработки выворотности, увеличения силы ног и формирования стопы, гибкости и растяжки.

6. Танцевальные элементы. – включают в себя элементарные танцевальные движения под музыку, танцевальные этюды.

7. Коллективно порядковые упражнения.

- Шаги на месте и по кругу.
- Повороты направо и налево.
- Построение в шеренгу, в колонну, в круг.
- Повороты прыжком направо, налево.

Содержание 3 года обучения.

Образовательный модуль

1. Организационная работа с родителями и детьми – установление расписания, вводный инструктаж по правилам поведения на занятиях, форма

2. Инструктаж по технике безопасности. – включает в себя ознакомление в игровой форме с правилами пожарной безопасности, правила поведения на выездных мероприятиях,

3. Музыкальная, ритмическая разминка. – включает в себя изучение различных ритмических игровых движения направленных на развития и понимания чувства ритма, такта, умения слушать музыку.

4. Постановка корпуса на партер. – включает в себя упражнения на исправление осанки, укрепление мышц спины, исправление сколиоза

5. Гимнастические упражнения. – включает в себя упражнения для выработки выворотности, увеличения силы ног и формирования стопы, гибкости и растяжки.

6. Постановка танцевальных этюдов – *включают в себя отработку танцевальных движений по заданной теме, образу и танцевальному рисунку.*

7. Коллективно порядковые упражнения.

- Шаги на месте и по кругу.
- Повороты направо и налево.
- Построение в шеренгу, в колонну, в круг.
- Повороты прыжком направо, налево.
- Ходьба и бег в разных темпах: умеренном и быстром.

Ходьба и бег с разными положениями рук: руки на поясе, в стороны.

Образовательная подпрограмма для детей младшего школьного возраста «Изучение основополагающих элементов народно-сценического танца»

Содержание подпрограммы.

1. Музыкально - ритмическое воспитание – в зависимости от задачи музыкально-ритмических упражнений выполняются различные виды движений:

- а) ходьба;
- б) бег;
- в) прыжки;
- г) сгибание и разгибание корпуса;
- д) движение рук в различных комбинациях.

Начинают музыкально-ритмические занятия с простейших шагов под музыку, используя музыкальные примеры размером 2/4 и 4/4, как более сложные 3/4.

Во время исполнения различных композиционных построений обычно используются два вида шагов:

* бытовой шаг, т.е. обычный шаг с пятки на носок;

* танцевальный или легкий шаг - с вытянутых пальцев и подъема на всю стопу.

2. Коллективно-порядковые упражнения

- Шаги на месте и по кругу.
- Повороты направо и налево.
- Построение в шеренгу, в круг, в колонну.
- Ходьба и бег с разными положениями рук: руки на поясе, в стороны.
- Ходьба на полупальцах, пятках.
- Подскоки, шаг польки, галоп.

- Высокие и низкие прыжки по VI позиции.
- Прыжки с подгибанием ног.
- Наклоны корпуса вперед, в стороны, назад стоя, а затем наклоны к ногам, сидя на полу.
- Упражнения на растяжку, выворотность, гибкость на полу

3. Упражнения на середине зала:

- положение рук: раскрытие и закрытие рук на талию. Движение рук разучиваются отдельно от движений ног
- тройной шаг, тройной шаг с ударом
- приставной шаг
- шаг в сторону с приседанием
- елочка
- гармошка
- припадание
- ковырялочка с тройным притопом
- вынос ноги на каблук и удар в VI позицию, затем III позицию
- веревочка
- хлопки в ладоши в различных ритмических рисунках

4. Партерный экзерсис

Demi plie по 1 и 2 позиции.

Battements tendu по 1 поз. В сторону, вперед и назад. М.р. 4/4 лицом к станку на четыре такта, затем на два.

Passe par terre (проведение ноги вперед - назад через I поз.,)

Rond de jambe par terre.

Releve lent на 45° в сторону, вперед и назад.

Battement jete из I. в сторону, вперед и назад.

Releve на полупальцы по I, II и V поз

Battement releve lent на 90° в сторону.

Grand battement

5. Экзерсис у станка

I Exercise у станка по классическому танцу (лицом к станку).

1. Постановка корпуса

2. Позиции ног: 1-я, 2-я, 3-я, 5-я.

3. Позиции рук: подготовительное движение 1, 3, 2.

4. Demi pile в I, II, V позициях.

5. Battement tendu:

-с I позиции крестом

-с demi plie в I поз. крестом

-с V позиции крестом

-с demi plie в V поз. крестом

6. Battement tendu jete:

-с I поз. крестом

-с demi plie в I поз. крестом

-с V поз. крестом

7. Releves на полупальцах в I, II, V, VI позициях.

8. Перегибы корпуса назад, в сторону.

Экзерсис у станка по народному танцу.

1. Battement tendu на носок с последующим переводом на каблук и снова на носок.

2. Battement tendu jete - с переводом с носка на пятку и снова на носок.

3. Пасе - подготовка к веревочке.

На середине зала.

1. Положение рук. Раскрытие и закрытие рук в положении "в кулачки" или ладонями на талии.

2. Танцевальные шаги.

3. Веребочка: с переступанием, с прыжком, с ударом.

4. Ковырялочка, моталочка.

5. Вынос ноги на каблук с последующим ударом.

6. Подготовка к присядке (у мальчиков).

7. Гармошка, елочка.

В последующих годах обучения обучающиеся должны выполнять экзерсис держась одной рукой за станок.

6. Элементы женского танца, верчение

Изучение и показ женских комбинаций, женские трюки, изучение вращения.

7. Элементы мужского танца, трюковые комбинации.

Изучение и показ мужских комбинаций, изучения элементарных трюков «собачки» «колесо», «подсечка».

Изучение присядок с каблуком, на всю стопу.

8. Танцевальные комбинации, работа в паре.

На начальном этапе обучения на "середине" изучаются принятые в народно-сценическом танце позиции рук и ног, осваивается простейшая координация, а также элементы танцев, удобные и понятные детям.

9. Элементы танцевальных движений, техническая подготовка

Отработка танцевальных движений, таких как подскоки, галоп, колесо, прыжки, бег и др.

10. Постановочная работа

Ознакомление детей с музыкальным материалом, рисунком танца, основными танцевальными движениями. Репетиционные занятия.

Образовательная программа для детей среднего школьного возраста «Формирование базовых хореографических (танцевальных) знаний, умений и навыков в народно-сценическом танце»

Содержание.

Вводное занятие. Решение организационных моментов. Инструктаж по ТБ на занятиях.

Экзерсис.

Exsersis у станка по классическому танцу.

1. с port de bras по всем позициям

2. Battements tendu, Battement jete, комбинация

2. rond de jambe endenors et endedans на вытянутых ногах и derni plie.

4. Battement fondus во всех направлениях в пол, и на 45°.

5. Battement frappe во всех направлениях.

6. Battement double frappe.
7. Battements developpes во всех направлениях.
8. Grand battement jete с I, V поз. крестом.

Exsersis у станка по народному танцу.

1. Demi pile и Grand plie в русском народном стиле
2. Battements tendu, Battement jete в казачьем стиле
3. Rond de jambe endenors et endedans с разворотом стопы. в русском народном стиле
4. Battement fondus с разворотом.
5. Pase, веревочка, различные комбинации, усложнения по мере года обучения.
5. Каблучное в пол, на 45°,

На середине зала.

1. Повторяются все движения ранее изученные.
2. Дробные выстукивания.
3. Присядки (для мальчиков).
4. Хлопушки.

Прыжковые комбинации.

- chajement de pied
- soute по I, II, V поз.
- 3.chajement de pied,
- 4.petit pas eshappe.

Элементы женского и мужского танца. Техническая подготовка. Отработка элементов танца. Отработка элементов танца. Трюковые комбинации.

Основные ходы в русской пляске: бег с высоко поднятыми ногами от колена назад, "молоточки ", шаг с каблука, шаг с пристукиванием, " гармошка ", для девочек - " бегунок " по диагонали, для мальчиков - хлопушки с переступаниями, присядка, " ползунец», "гусачок", присядка с разножкой, комбинации с хлопушками.

Основные «дробные» движения ног в русской пляске: одинарный притоп, двойная дробь, одинарные, двойные и тройные притопы - «ключи»; для мальчиков - "мячик ", присядка с выносом ноги на каблук, простые хлопушки; для девочек - припадание в повороте, вращение на месте по 6 позиций.

Отработка элементов танца. Отработка элементов танца. Трюковые комбинации. Движения русского танца: для девочек - дробные комбинации, вращения по диагонали и на месте, присядка с разножкой, комбинации с хлопушками.

Сводные репетиции.

Постановочная работа. Все элементы танца, намеченного к постановке, изучаются на середине зала (этюдная работа). Это развивает творческую инициативу у детей,

помогает им понять характер танцевальных образов. В этюдах прорабатываются отдельные эпизоды из намеченных танцев.

Открытое занятие.

Проверка и демонстрация (родители, приглашенные педагоги, администрация) уровня усвоения каждого обучения за год.

Образовательная подпрограмма для детей старшего школьного возраста «Повышение исполнительского уровня учащихся посредством углубленного освоения народно-сценического танца»

Содержание.

Вводное занятие. Решение организационных моментов. Инструктаж по ТБ на занятиях.

Экзерсис.

Exsersis у станка по классическому танцу.

- Demi pile и Grand plie с port de bras по всем позициям
- Battements tendu, Battement jete, комбинация
- Rond de jambe par terre endenors et endedans на вытянутых ногах в demi plie.
- Battement fondus во всех направлениях в пол, и на 45°.
- Battement frappe во всех направлениях, Double frappe с окончанием в demi plie.
- Battement developpes во всех направлениях, Battement soutenu во всех направлениях и в позах на 90°
- Grand baltemetit jete .

Exsersis у станка по народному танцу.

5. Demi pile, Grand plie в разных народных стилях
6. Battements tendu, Battement jete в разных народных стилях
7. Rond de jambe par terre endenors et endedans с разворотом стопы. в разных народных стилях
8. Battement fondus с разворотом.
4. Pase, веревочка, различные комбинации, усложнения по мере года обучения.
5. Каблучное в пол, на 45°,

На середине зала.

Движения русского танца: для девочек - вращения на месте, по диагонали, по кругу, дробные комбинации продвижением; для мальчиков - комбинации на хлопучки и присядки, «подсечка», «бочонок. Работа над выученными движениями

Прыжковые комбинации:

- chajement de pied
- soute по I, II, V поз.
- petit pas eshappe

- pas echappe batu
- pas double assemble вперед, назад
- temps saute с продвижением

Элементы женского и мужского танца. Техническая подготовка. Отработка элементов танца. Отработка элементов танца. Трюковые комбинации.

Основные ходы в русской пляске: бег с высоко поднятыми ногами от колена назад, "молоточки ", шаг с каблука, шаг с пристукиванием, " гармошка ", для девочек - " бегунок " по диагонали, для мальчиков - хлопушки с переступаниями, присядка, " ползунец», "гусачок", присядка с разножкой, комбинации с хлопушками.

Основные «дробные» движения ног в русской пляске: одинарный притоп, двойная дробь, одинарные, двойные и тройные притопы - «ключи»; для мальчиков - "мячик ", присядка с выносом ноги на каблук, простые хлопушки; для девочек - припадание в повороте, вращение на месте по 6 позиций.

Сводные репетиции.

Постановочная работа. Все элементы танца, намеченного к постановке, изучаются на середине зала (этюдная работа). Это развивает творческую инициативу у детей, помогает им понять характер танцевальных образов. В этюдах прорабатываются отдельные эпизоды из намеченных танцев.

Открытое занятие.

Проверка и демонстрация (родители, приглашенные педагоги, администрация) уровня усвоения каждого обучения за год.

Методическое сопровождение программы.

Методические рекомендации

Пластическое интонирование - это один из способов, одна из возможностей «проживания» образов, когда любой жест движение становится формой эмоционального выражения содержания. Жест, движение, пластика обладает особенным свойством обобщать эмоциональное состояние. Способность учителя найти такие обобщающие движения, которые выразили бы главное душевное состояние, отражённое в музыке, - эта способность решает очень многое, ибо эти движения могут стать настолько понятными, насколько «заразить» детей эмоциями.

На уроках танца дети приучаются к сотворчеству, у них развивается художественное воображение, ассоциативная память, идёт приобщение к богатству танцевального и музыкального народного наследия.

Но занятия танцем связаны с физическими нагрузками, поэтому необходимо учитывать и физические особенности каждого возраста, когда и как происходят значительные изменения структуры и функций всего организма, и в особенности

его нервно-мышечного аппарата. Хореографические упражнения, являясь эффективным средством развития кинестезии рук и ног. Применение хореографических упражнений и музыкальной ритмики может служить дополнительным средством развития быстроты реакции ребёнка. При определённой дозировке некоторые танцевальные упражнения могут применяться в лечебной физкультуре.

На первом году обучения закладывается фундамент тех знаний и навыков, которые будут закрепляться и развиваться в последующие годы. Основная задача первого этапа обучения – дать детям первоначальную хореографическую подготовку, выявить их индивидуальные склонности и способности. В задачу первого года обучения входит знакомство с основными позициями и положениями рук и ног, положением головы и корпуса во время исполнения простейших элементов, освоение простейших элементов на «середине», развитие элементарных навыков координации движений. Им рекомендуется прохождение элементов и небольших комбинаций русского, белорусского, украинского народных танцев.

Следующей ступенькой на пути освоения курса являются вторая и третья подпрограммы – решающий этап в развитии учащихся. Это этап выявления наиболее талантливых детей, подготовка их к переходу в старшую группу, поскольку к данному возрасту ученики могут раскрыть свои способности в полной мере.

И наконец, последняя подпрограмма. Продолжается увеличение нагрузки на мышечный аппарат, идет углубленное изучение новых элементов с постепенно увеличивающейся степенью технической сложности предлагаемого материала; происходит увеличение элементов парного танца, развивающих навыки общения с партнером; закрепляются навыки ансамблевого исполнения, кристаллизуется чистота стиля и исполнительская культура.

Методы обучения

Классификация методов на основании дидактических задач (М.А. Данилов, Б.П. Есипов.). В основу классификации положена последовательность приобретения знаний на конкретном этапе (уроке):

- а) приобретение знаний;
- б) формирование умений и навыков;
- в) применение приобретенных знаний;
- г) творческая деятельность;
- д) закрепления;
- е) проверки знаний, умений и навыков

Принципы обучения

В обучении можно руководствоваться следующими дидактическими принципами:

1. принцип сознательности, активности, самостоятельности при руководящей роли педагога;
2. принцип систематичности и последовательности;
3. принцип наглядности;
4. принцип доступности и посильности;
5. принцип учета возрастных особенностей обучаемых;

Возрастные особенности учащихся.

Рост и развитие детей идут непрерывно, но темпы роста и развития не совпадают. Известно, что в некоторые возрастные периоды преобладает рост, а в другие – развитие.

Периоды ускорения роста соответствуют определенным в жизни ребенка годам и достаточно четко отражают генетический детерминированный биологический ритм, который можно использовать с целью совершенствования процесса обучения в хореографии.

Для детей 5-7 лет характерен направленный интерес к музыкальной и танцевальной деятельности, что проявляется в элементарных эстетических оценках. В этом возрасте у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения; возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности. Ощущение ритма проявляется в более точных и скоординированных действиях (движение под музыку, импровизация), в реакциях на смену частей музыки, в понимании пауз.

Так в 8-9 лет у девочек и в 10-13-у мальчиков (средний возраст поступления в ансамбль) наступает предпубертатный период. Костная система еще окончательно не сформирована, не завершено окостенение позвоночника, грудной клетки, таза, конечностей. Позвоночник гибок и податлив, при длительном неправильном положении тела, возможно, его искривление. Напротив, при систематических занятиях можно исправить наметившиеся искривления. Поэтому необходимо следить за правильной осанкой и походкой.

В эти годы дети обладают уже достаточным уровнем психического развития, но очень возбудимы. Для этого возраста характерны богатство воображения, эмоциональность и непосредственность реакций. Однако, из-за относительно слабой устойчивости внимания дети на занятиях быстро теряют темп и ритм.

Дети в этом возрасте обладают в основном наглядно-образным характером запоминания, поэтому личный показ движений педагогом наиболее эффективен.

Характер еще только складывается, но дети уже обладают некоторой настойчивостью, способны ставить перед собой определенные цели.

В 12-14 лет наступает пубертатный период, период полового созревания детей. В это время в их организмах происходят резкие эндокринные сдвиги, меняется функциональное состояние всех органов. У детей этого возраста меняются пропорции тела. Окончательно устанавливаются изгибы позвоночника. Кости утолщаются. Нарастает мышечная масса, увеличивается и выносливость мышц. Наиболее благоприятный возраст для восприятия движения в хореографии 10-11 лет, а затем 15-16 лет. При этом нужно отметить, что у девочек процесс освоения движений более точный, чем у мальчиков в этом же возрасте.

В успешном овладении техникой танца, выразительностью исполнения немалую роль играет анатомическое строение: пропорциональное сложение, осанка, выворотность ног, стопа, «балетный шаг», гибкость тела, прыжок.

В хореографии отдается предпочтение долихоморфному строению тела, но мы в своей работе не делаем никакого специального отбора детей.

Основа осанки – позвоночник и его соединение с тазовым поясом. Позвоночник имеет изгибы: шейный (вперед), грудной (назад), поясничный (вперед), крестцово-копчиковый (назад). При нормальной осанке изгибы позвоночника выражены

умеренно. Направление линии позвонков при этом строго вертикально. Правая и левая часть симметричны: шейно-плечевые линии на одном уровне, углы лопаток на одной высоте и на одном расстоянии от позвоночника, треугольники талии (пространство между линиями туловища и вытянутыми вдоль руками) одинаковы. В нормальной осанке ось тела проходит через общий центр тяжести, проецируется на середину опоры, что обеспечивает устойчивое равновесие тела.

В осанке детей бывают заметны различные отклонения. Такие отклонения как асимметрия лопаток (незначительный сколиоз), седлообразная спина (лордоз), сутулость (кифоз) могут быть исправлены. Как отклонения в осанке рассматриваются О-образные и Х-образные ноги. В Х-образных ногах внутренние связки коленей длиннее, а наружные – короче. При О-образных ногах внутренние связки коленей сокращены и бедра удалены друг от друга. Некоторые формы Х-образных и О-образных ног поддаются исправлению путем применения специальных тренировочных упражнений.

Серьезным недостатком строения считают плоскостопие, при котором противопоказаны занятия хореографией. Однако незначительные формы плоскостопия в процессе роста ребенка и постоянных целенаправленных упражнениях могут быть исправлены, что подтверждается многолетними наблюдениями.

Выворотность ног – это способность развернуть ноги (бедра, голени и стопы) в положение *en dehors* (наружу), когда при правильно поставленном корпусе бедра, голени и стопы повернуты своей внутренней стороной наружу. Выворотное или супированное положение ног во время танца обеспечивает исполнителю возможность свободного выполнения движений танца и создает условия для такой интерпретации хореографического рисунка, который отвечает законам художественного воспитания, законам красоты. Сочетание природной и выработанной на занятиях выворотности ног с легким шагом превращает танец в поистине пленительное зрелище. Выворотность ног позволяет совершенствовать технику, помогает вырабатывать такое качество, как артистизм.

Стопа – сложный в анатомическом и функциональном отношении аппарат – является опорой тела человека, выполняет рессорные функции и функции регулятора равновесия, способствует отталкиванию тела при ходьбе, беге, прыжках. А в танце еще и немалую эстетическую роль, создавая своим вытянутым подъемом вместе с вытянутой ногой законченную линию в рисунке танца.

Шаг также создает в танце линии, обеспечивает ширину и свободу движений. Амплитуда шага в стороны и вперед зависит от степени выворотности ног и подвижности тазобедренных суставов. Амплитуда шага назад зависит от подвижности позвоночного столба, силы и эластичности задней группы мышц бедра. Амплитуда шага способствует высоте прыжка.

Гибкость тела – одно из главных профессиональных требований к тем, кто собирается заниматься хореографией. Она показатель пластичности тела, придает танцу выразительность, способствуя тем самым созданию сценического образа.

Прыжок придает танцу необходимые для него качества: легкость, воздушность, полетность – и поэтому является его составной частью. Для прыжка важно качество, обозначаемое в хореографии термином *ballon* – умение высоко и эластично прыгнуть вверх и сохранить во время прыжка рисунок позы.

Высота прыжка зависит от силы мышц, согласованности работы всех частей тела и, в частности, сгибателей и разгибателей суставов: тазобедренного, коленного, голеностопного, стопы и пальцев, их подвижности.

При прыжке работающие мышцы в течение короткого времени сокращаются до максимума, при этом действуют две главные силы: сила отталкивания от опоры и сила тяжести тела. Поэтому высота прыжка находится в прямой зависимости от них.

Среди двигательных функций особое значение для танца имеет координация движений. Различают три основных вида координации: *нервную, мышечную и двигательную*.

При *нервной* координации характерно чувство ритма, равновесия, различных поз, осанки и т.п.

Они могут быть закреплены в памяти. Запоминание движения, профессиональная память – одна из особенностей координации, зависящей от работы зрительного и вестибулярного аппаратов и других органов.

В *мышечной* координации характерно групповое взаимодействие мышц, которые обеспечивают устойчивость тела при ходьбе, беге и других движениях. *Двигательная* координация – это процесс согласования движений звеньев тела в пространстве и во времени (одновременное и последовательное).

Музыкально-ритмическая координация – это умение согласовывать движения частей тела во времени и пространстве под музыку.

Стержень апломба – позвоночник, но важную роль в устойчивости играют хорошее зрение, нормальная работа вестибулярного аппарата, координация, общее хорошее физическое развитие и здоровая нервная система. На устойчивость также влияет и проекция общего центра тяжести. Чем ближе к опоре центр тяжести тела, чем большее ее площадь, тем выше устойчивость тела.

Школа танца как ничто другое способствует исправлению, развитию, совершенствованию перечисленных качеств.

Материально-техническое оснащение.

Занятия проходят в современном оборудованном кабинете – 100 кв. метров (зеркала, станки), есть раздевалки для девочек, мальчиков, костюмерная, кабинет педагога. В учебном кабинете имеется куллер с бутылированной водой, музыкальный центр, гимнастические коврики, скакалки, мячи, собраны аудио и видеоматериалы по народно-сценическому танцу.

Список литературы

1. Авдеева Н.Н., Зараковский Г.М., Степанова Г.Б., Фаустова Э.Н., Методика комплексного обследования детей в различных экологических и социальных средах. Физиология человека. М. 1994г. Т. 20. №6
2. Арнис В.Р. Развитие мощности работы у человека при тренировке силы. Физиология человека. М. 1994г. Т. 20 №2.
3. Богданов Г. Правда и ложь о народном танце. Народное творчество. М. 1998г. №3
4. Боголюбка. М.С. Музыкально-хореографическое искусство в системе эстетического и нравственного воспитания: Учебно-методическое пособие для клубных работников. М., 1986.

5. Боголюбская М.С. Учебно-воспитательная работа в детских самодеятельных хореографических коллективах: Учебно-методическое пособие. М., 1982.
6. Бондаренко Л. Методика хореографической работы в школьных и в внешешкольных учреждениях. Киев. Музыкальная Украина, 1985г.
7. Боровиков Л. Педагогика дополнительного образования. Новосибирск. 1999г.
8. Всеволодский-Гернгросс В.Н. Крестьянский танец. Искусство Севера. Л. 1928г. Т.2.
9. Выгодский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте. Психологический очерк: Кн. для учителя. М. Просвещение, 1991г.
10. Герасимова И.А. Вольность в каноне и неволие в импровизации. Две формы танца. Полигнозис. М. 1998г. №3.
11. Детский танец в системе воспитания и образования: Методические рекомендации для студентов ФДВ и ФНК. (Сост. - кандидат искусствоведческих наук А.С. Фомин). Новосибирск. 1989.
12. Дмитриева С.И. Фольклор и народное искусство русских. М. 1988г.
13. Занятия по танцу со школьниками: Опыт работы руководителей детских хореографических кружков и кружков бального танца. (Под ред. Е.В. Коноровой). М., 1959. Вып. 2.
14. Калинина И.Ф. Возрастные изменения некоторых моторных и вегетативных функций при профессиональном обучении хореографическому искусству. Калинин. 1970г.
15. Климов А.А. Основы русского народного танца. М. 1994г.
16. Конорова Е.В. , Светинская В.Н. Танцевальные кружки старших школьников. М., 1958.
17. Королёва Э.А. Решение формы танца. Кишинёв, 1977г.
18. Королёва Э.А. Танец, его происхождение и методы исследования: По работам зарубежных учёных 20-го века. Советская этнография. М. 1975г.
19. Народные знания. Фольклор. Народное искусство. М. 1991г.
20. Народно-сценический танец. Под ред. К. Рихтер и др. М. 1976г.
21. Секрет танца. Сост. Т.К. Васильева. СПб 1997г.
22. Современность и фольклор. М. 1977г.
23. Тагиров Г.Х. Татарские танцы. Казань, 1960г.
24. Ткаченко Т.С. Народные танцы. Издание 2. М. 1967г.
25. Усова О.В. Театр танца. Шадринск. 1999г.
26. Устинова Т.А. Беречь красоту русского танца. М. 1959г.
27. Устинова Т.А. Русские народные танцы. М. 1950г.
28. Хореографическая работа со школьниками. (Под ред. Е.В. Коноровой). Л., 1958.
29. Человек в мире духовной культуры. М. 1999г.