

**5.7. ПРОГРАММА**  
**по учебному предмету**  
**ПО.03.УП.01. «Детский танец»**

**Предметная область ПО.03. Предмет по выбору**

Срок реализации программы –1 год

Составитель: Шеянова Виктория Владимировна.  
преподаватель «Детской школы искусств №8» , 2019 год

## Содержание

Пояснительная записка.....	
Режим учебных занятий (количество часов в неделю и в год).....	
Учебно-тематический план .....	
Содержание курса.....	
Контроль учета успеваемости.....	
Итог работы.....	
Методические рекомендации(методы, форма работы).....	
Список литературы.....	

### **Пояснительная записка**

Танец является многогранным инструментом комплексного воздействия на личность ребенка:

- Способствует развитию мышечной выразительности тела; формирует фигуру и осанку;
- Устраняет недостатки физического развития;
- Укрепляет здоровье;
- Формирует выразительные движенческие данные, умение легко, грациозно и координировано танцевать, а также ориентироваться в ограниченном сценическом пространстве;
- Воспитывает общую музыкальную культуру, развивает слух, темпометроритм, знание простых музыкальных форм, стиля и характера произведения;
- Пластическими средствами и мимикой выражает разнообразную гамму чувств и настроений;
- Формирует личностные качества: силу, выносливость, смелость, волю, ловкость, трудолюбие, упорство и целеустремленность;
- Развивает творческие способности детей (внимание, мышление, воображение, фантазию), способствует активному познанию окружающей деятельности;
- Воспитывает коммуникативные способности детей, развивает чувство «локтя партнера», группового, коллективного «ансамблевого» действия. Таким образом, именно эти функциональные особенности хореографии определяют актуальность и востребованность данного вида искусства в системе дополнительного образования детей. Обучение танцам требует достаточной физической подготовки. К 5 годам у ребенка уже развиты все основные движения, поэтому в ансамбль принимаются дети дошкольного возраста. Ведущим видом деятельности в этом возрасте является игра, следовательно, содержание программы построено на игровых приемах.

**Цель:** Формирование знаний в области хореографической культуры, развитие художественно-творческих способностей средствами ритмики.

**Задачи:** 1. Овладевать простейшими элементами музыкальной грамоты через движение, ритмичные рисунки, хлопки, притопы.

2. Формировать правильную осанку, укреплять суставно-двигательный и связочный аппарат, развивать природные физические данные, корректировать опорно-двигательный аппарат.

3. Поэтапно овладевать детьми каждой возрастной группы (по принципу нарастающего интереса) ритмикой, основами народно-сценического танца с элементами свободной пластики в игровой, образно-ассоциативной,

2 эмоциональной форме с опорой на содержательный и выразительный музыкальный материал.

4. Развивать основы музыкальной культуры, танцевальности, артистизма, эмоциональной сферы, координации хореографических движений, исполнительских умений и навыков.

5. Развивать элементарные пространственные представления; ориентацию детей в ограниченном сценическом пространстве, в композиционных перестроениях танцевальных рисунков-фигур.

6. Формировать и совершенствовать коммуникативное межличностное общение («исполнитель-педагог», «партнер-партнерша», «участник-ансамбль»).

7. Развивать репродуктивное и продуктивное воображение, фантазию, творчество, наглядно-образное ассоциативное мышление, самостоятельное художественное осмысление хореографического материала.

#### **Режим учебных занятий (количество часов в неделю и в год)**

Занятия проводятся в группах 1 раз в неделю по 45 минут. В конце учебного года обучающиеся проходят промежуточную аттестацию на открытом уроке, где показывают свои навыки и умения по темам года. В конце учебного года воспитанники сдают зачёт в форме класс-концерта.

Кол-во часов	
В неделю	1
В год	34

#### **Учебно-тематический план.**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>	<b>Общее кол-во часов</b>
1	Комплекс игровой ритмики	1	5	6
2	Игровой стрейчинг	1	5	6
3	Основы танца	1	5	6
4	Рисунок танца	1	5	6
5	Танцевальные этюды	2	8	10
	Итого:	6	18	34

## Содержание курса.

### Игровая ритмика.

1. Комплекс игровой ритмики «Мы пойдем сегодня в лес, полный сказочных чудес».
2. Движения рук («Путаница», «Догонялочки», «Жадина»).
3. Игра «Зверушки – наострите ушки».
4. Игры на внимание «Учительница», «Сделай этак, сделай так», «Вправо – влево».

### Игровой стрейчинг.

1. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад: «Змея», «Кошечка», «Качели», «Кораблик», «Кузнечик».
2. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклона вперед: «Книжка», «Горка», «Страус», «Черепашка», «Веточка».
3. Упражнения на укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны: «Морская звезда», «Месяц», «Маятник», «Орешек», «Лисичка».
4. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног: «Бабочка», «Елочка», «Жучок», «Зайчик», «Велосипед».
5. Упражнения на укрепление и развитие стоп: «Лошадка», «Гусеница».
6. Упражнения на укрепление мышц плечевого пояса: «Пчелка», «Мельница».
7. Упражнения на упражнения для тренировки равновесия: «Аист», «Цапля», «Петушок», «Ласточка».
8. Дополнительные упражнения: «Березка», «Гребцы».

### Основы танца.

1. Шаги:
  - бытовой,
  - танцевальный легкий шаг с носка,
  - на полупальцах,
  - легкий бег,
  - шаг с подскоком,
  - боковой подскок – галоп,
  - бег легкий с оттягиванием носков;
2. Постановка корпуса
3. Позиции ног: I-я, VI-я
4. Подготовка к изучению позиций рук
5. этюд «Воздушный шар»
6. Танцевальные положения рук:
  - на поясе,
  - за юбочку,
  - за спиной,
  - на поясе в кулачках.
7. Полуприсядания (demie plie) по VI позиции, I позиции
8. Выдвижение ноги ( battement - tendu):

- вперед по VI позиции,
- в сторону по I позиции.

9. Подъем на полупальцы (releve) по VI позиции

10. То же в сочетании с п/присяданиями

11. Прыжки (allegro) saute по VI позиции.

Рисунок танца.

1. Рисунок танца «Круг»;
2. движения по линии танца. Игра «Часы»;
3. движение в круг, из круга. Игра «Надувала кошка шар».
4. Рисунок танца «Линия».
5. Рисунок танца «Колонна».
6. Рисунок танца «Змейка»;
7. Игра «Змейка»;
8. Танец «Мышиная история» (выход на танец «змейкой»).
9. Рисунок танца «Спираль»
10. Игра «Клубочек».
11. Свободное размещение в зале.
12. Игра «Горошины».

Танцевальные этюды.

Элементарные формы танцевальной импровизации,  
Самостоятельное сочинение хореографического фрагмента на предлагаемую педагогом тему .

Танцевальные номера(этюды).

### **Итог работы:**

К концу программы дети должны определять характер музыки ,  
Музыкальный размер, Темп .

- Научиться самостоятельно определять основной метроритмический рисунок мелодии и воспроизводить его в танцевальной форме ;
- Уверенно выполнять основные элементы и упражнения партерной гимнастики с усложненной координацией движений ;
- Чётко и выразительно выполнять программные движения русского народного танца ;
- Ориентироваться в репетиционном ,  
Сценическом ограниченном пространстве ,  
В основных танцевальных рисунках - Фигурах , Ракурсах - Эпольманов ;
- Воспринимать задания и замечания педагога .

выступление на календарно-тематическом празднике в ДШИ.  
выступление на городских и внутришкольных мероприятиях  
открытый урок.

## **Методические рекомендации: (методы, форма работы)**

Методы и приемы:

Занятие проводится в группе от 5 до 10 человек.

Структура всех уроков имеет единую форму. Урок делится на три части: подготовительную часть, основную часть и заключительную часть. Части могут отличаться количеством упражнений, амплитудой и темпом исполнения. Каждый урок начинается и заканчивается поклоном.

Принципы проведения занятий:

1.Безопасность. Соблюдение правил техники безопасности, создание атмосферы доброжелательности, принятия каждого ребенка.

2.Возрастное соответствие. Учитывают индивидуальные возможности детей.

3.Преемственность. Каждый следующий этап базируется на уже сформированных навыках и, в свою очередь, формируют «зону ближайшего развития».

4.Наглядность. Активное использование предметной среды, в том числе искусственно организованной, опосредуемой вспомогательными приспособлениями.

5.Дифференцированный подход. Учет индивидуальных способностей и физического развития ребенка.

6.Рефлексия. Совместное обсуждение увиденного, почувствованного на занятиях и краткое резюме педагога в конце занятия.

## **Список литературы**

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. – СПб: Просвещение, 1996.
2. Бриске И.Э. Мир танца для детей. – Челябинск, 2005.
3. Ваганова А.Я. Основы классического танца. - Л.: Просвещение, 1980.
4. Захаров В.М. Радуга русского танца. – М.: Вита, 1986.
5. Константинова А.И. Игровой стретчинг. – СПб.: Вита, 1993.
6. Константинова Л.Э. Сюжетно-ролевые игры для дошкольников. – СПб: Просвещение, 1994.
7. Макарова Е.П. Ритмическая гимнастика и игровой танец в занятиях стретчингом. – СПб: Искусство, 1993.
8. .Слуцкая С.Л. «Танцевальная мозаика». - М.: Линка – Пресс, 2006.
9. Уральская В.И. Рождение танца. – М.: Варгус, 1982.
- 10.Усова О.В. Театр танца О.Усовой. Методическое пособие. – Шадринск: Изд-во ПО «Исеть», 2002 – 175 с
- 11.Белкина С.И. и др. Музыка и движение: Упражнения, игры и пляски для детей 6-7 лет. – М.: Просвещение, 1984.
- 12.Пуртова Т. В. и др. Учите детей танцевать: Учебное пособие – М.: Владос, 2003.
- 13.Фирилева Ж. Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе»: Танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: «Детство - пресс», 2000.