**Пояснительная записка**

Музыкальное и хореографическое искусство являются незаменимыми средствами эстетического воспитания, художественного развития, способного глубоко воздействовать на духовный мир ребенка. В воспитании детей танец занимает особое место. Одна из основных целей его – формирование разнообразных эмоций и чувств, являющихся важнейшим условием развития личности.

Специфические средства воздействия на учащихся, свойственные танцам, способствуют общему развитию: общей и речевой моторики, эмоционально-волевой сферы, воспитанию положительных качеств личности (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма), эстетическому воспитанию.

Содержанием работы на занятиях танцами является музыкально-ритмическая деятельность детей.

Занятия танцами эффективны для воспитания положительных качеств личности. Выполняя упражнения на пространственные построения, разучивая парные танцы и пляски, двигаясь в хороводе, дети приобретают навыки организованных действий, дисциплинированности, учатся вежливо обращаться друг с другом.

Образовательная программа дополнительного образования «Студия хореографии» разработана на основе следующих нормативных документов:

1.Закон №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 год,

2.Концепция развития дополнительного образования в РФ, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 г. №172;

3.Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 06.10.2009г. № 373;

4.Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации № 1008 от 29.08.2013. - Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

5. В соответствии с требованиями «Санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.4.2.2821-10» (постановление Главного государственного санитарного врача РФ 29.12.2010 г. N 189, в редакции изменений №1, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 29.06.2011 №85, изменение №2 утв. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 25.12.2013 №72, далее СанПиН 2.4.2. 2821-10

Программа является модифицированной программой и составленной на основе:

* авторской программы под редакцией Т. В. Пуртова, А. Н. Беликова, О. В. Кветная, изд. «Владос» 2013 г.;
* примерных программ для общеобразовательных школ по курсу «Ритмика и физическая культура», и с учетом требований ФГОС начального и основного общего образования;
* примерной программы для общеобразовательных школ по курсу «Хореографии», автор - Ж. Е. Фирилева, 2012 г.

**Актуальность программы.** В наше время, когда большинство людей страдает от гиподинамии, заболеваний сердечно - сосудистой системы и опорно-двигательного аппарата, занятия хореографией особенно актуальны в детском возрасте. Занятия танцам учат учащихся красоте и выразительности движений, силе и ловкости, развивают и совершенствуют их мышечно-двигательный аппарат, дыхательную и сердечно-сосудистую системы. Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ ФГОС, что делает возможным выстроить индивидуальный маршрут развития каждого учащегося, который будет пронизывать самые разнообразные образовательные области.

**Цель программы:** формирование духовно – нравственной личности ребёнка средствами танцевального искусства, на основе традиционных ценностей отечественной культуры.

В соответствии с данной целью выдвинуты следующие **задачи:**

**Образовательные:**

* обучение детей танцевальным движениям;
* формирование умения слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их с помощью танцевальных движений;
* формирование культуры движения, выразительности движений и поз;
* формирование умения ориентироваться в пространстве;

**Воспитательные:**

* развитие у детей активности и самостоятельности;
* формирование общей культуры личности ребенка;
* создание атмосферы радости детского творчества в сотрудничестве – учить радоваться успехам других и вносить вклад в общий успех.

**Развивающие:**

* развитие творческих способностей детей, воображения;
* развитие музыкального слуха и чувство ритма, темпа;
* развитие исполнительских навыков в танце;

**Оздоровительные:**

* укрепление здоровья детей;
* развитие ловкости, гибкости, координации движений, умения преодолевать трудности;
* формирование  осанки.

**Особенности программы.**

По данной программе могут заниматься учащиеся, с разным уровнем хореографической подготовки. Учащийся имеет право начать или завершить обучение в любой момент исходя из индивидуальных способностей детей в области хореографического искусства.

**Сроки реализации программы 1 год.**

 Занятия по программе проходят 1 раза в неделю по 1 учебному часу. Обучение проводится с группой детей в количестве 20-25 человек.

Обучение по программе составляет 30 часов в год.

Успешное решение поставленных задач возможно только при использовании **педагогических принципов:**

\*принцип доступности и индивидуальности (учет возрастных особенностей, возможностей ребенка, индивидуальный подход к каждому воспитаннику);

\*принцип постепенного повышения требований (выполнение ребенком все более трудных, новых заданий);

\*игровой принцип;

\*принцип повторяемости материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков);

\*принцип наглядности (практический показ движений).

  **Организация образовательного процесса.**

В соответствии с возрастными особенностями детей используются различные формы и методы работы на занятиях.

 Основная форма образовательной работы с детьми: музыкально - тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное, и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребёнка.

Занятия включают чередование различных видов деятельности: музыкально-ритмические упражнения, слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения, творческие задания и т.д.

**Методы:**

1. Словесный метод используется при беседе, рассказе, чтении книги, при анализе музыкального или художественного произведения.
2. Наглядный метод используется при показе репродукций, фотографий, видеоматериалов.
3. Практический – это упражнения, тренинг, репетиции.
4. Инновационный – импровизационная игра.

**Планируемые результаты:**

**Должны знать:**

* названия классических движений;
* значение слов «легато», «стокато», ритм, акцент, темп;
* новые направления и виды хореографии и музыки;
* классические термины;
* жанры музыкальных произведений.

**уметь:**

* грамотно исполнять движения экзерсиса и хореографических постановок;
* определять темп, ритм, характер в предлагаемой мелодии;
* четко определять начало и конец музыкальной фразы, согласовывать
* движения с музыкой, считать под музыку свои движения;
* выполнять простые и сложные элементы;
* исполнять основные движения и танцевальные этюды;
* самостоятельно исполнять спортивно-акробатический элементы;
* самостоятельно придумывать движения, фигуры, танцевальные перестроения;
* создавать собственные танцевальные этюды, используя движения и элементы, выученные на уроках;
* выразительно и грамотно исполнять танцевальные композиции;
* контролировать и координировать своё тело;
* сопереживать и чувствовать музыку.

**Учебный план**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Разделы и темы | Количество часов |
| 1 | **I. Раздел.** Хореографический экзерсис. |  |
|  | Тема 1. Музыкально-ритмические  упражнения. | 2 |
|  | Тема 2. Элементы  классического  танца. | 4 |
|  | Тема 3. Элементы  народно-сценического  танца. | 4 |
|  | Тема 4. Элементы историко-бытового и бального танца. | 3 |
|  | Тема 5. Par terre гимнастика. | 3 |
|  | Тема 6. Навыки выразительного движения. | 3 |
| 2 | **II. Раздел.** Развитие познавательной активности. | 4 |
| 3 | **III. Раздел.** Сценическая деятельность. Репертуар. | 4 |
|  | Итого: | 27 |

**Содержание программы**

**I. Раздел. Хореографический экзерсис.**

Тема 1. Музыкально-ритмические  упражнения.

умение  двигаться  в  соответствии  с  разнообразным  характером  музыки, с выразительным  значением  темпа  музыки;

— умение  выполнять  движение  с  различной  силой, амплитудой  в  зависимости  от  оттенков  музыки;

— умение  выделить  акценты, паузы;

— умение  воспроизводить  на  хлопках, притопах  и  хлопках  разнообразный  ритмический  рисунок;

— умение  двигаться  под  музыку  разного  музыкального  размера.

Тема 2. **Элементы  классического  танца.**

-позиции и упражнения классического танца на середине зала.

— постановка корпуса, положение анфас.

— подготовительное положение, 1, 2, 3 позиции рук.

— позиции ног – 1, 2, 3, 6.

— releve.

— demi — plie.

— soute.

-повороты и наклоны головы.

-наклоны корпуса вперед, в сторону и назад.

Тема 3. **Элементы  народно-сценического  танца на середине зала**.

— положения  рук  в  русском  танце, переводы  рук  из  одного  положения  в  другое;

движения  плеч, головы, корпуса;

— упражнения  на  середине: поклон, вынесение  ноги  на  каблук, припадание, работа  с платком, «гармошка», «елочка».

— освоение  пространственной композиции: колонна, шеренга, «змейка», круг, «воротца» — основные движения прибалтийских танцев построенных на движениях польки.

Тема 4**. Элементы историко-бытового и бального танца.**

— шаг польки, галоп, па  шассе;

— реверанс, поклон.

— шаг  полонеза, па  шассе;

— реверанс, поклон  полонеза.

Тема 5**. Par** **terre  гимнастика.**

-упражнения  на напряжение  и  расслабление мышц  тела;

-упражнения  для  улучшения  эластичности  мышц  плеча, предплечья, развития  подвижности  локтевого  сустава;

-упражнения  для  развития гибкости  плечевого  и  поясного  суставов;

-упражнения  на  укрепление  мышц брюшного  пресса;

-упражнения на  улучшение  гибкости   позвоночника;

-упражнения  на  улучшение  гибкости  коленных  суставов;

-упражнения  для  развития  подвижности  голеностопного  сустава, эластичности  мышц  стопы;

-упражнения  для  развития  выворотности  ног  и  танцевального  шага;

-упражнения  на  исправление  осанки.

Тема 6**. Навыки выразительного движения.**

Импровизация. Выразить  в  импровизации  свое  отношение  к  родной  природе  через  образы, связанные  с  разными  временами  года.

*Задание  1*. Этюд  «Зима». Выразить  настроение, связанное  с  зимой, через  образы  снежинки, снеговика, елочки  и  др.

Движения: танцевальные  шаги, бег, прыжки, кружения  на  месте, опускание  на  колено  и  т. д.

*Задание  2*. Этюд  «Весна». Э. Григ  «Весной». Выразить  настроение, связанное  с  весной, через  опоэтизированные  образы  подснежника, ручейка, птицы, кораблика.

Движения: мелкий  бег – па  куррю, подскок, использование  выразительного  жеста  и  мимики. Например, движения  рук, напоминающие  переливы  струй  воды, тянущихся  к  солнцу  растений.

*Задание  3*. Этюд  «Лето». П.И. Чайковский  «Времена  года». Импровизируют   движения, связанные  с  представлениями  о  лете – колышущиеся  колосья  ржи, полет  пчел, птиц, бабочки, стрекозы.

Движения:  па  куррю, подскоки, опускание  на  колено, движения  корпуса, рук, головы, опускание  книзу, вставание  на  полупальцы, повороты и  вращения  вокруг  себя, пластика  рук.

Импровизация  простых  упражнений  классического  экзерсиса  у  станка  и  на  середине  в  одном  направлении  и  с  переменой  направления.

*Задание  1.* Музыкальный размер  2/4. Темп  медленный. Массовая  импровизация. Выразить  темп  и  характер  музыки  через  battement  tendu    у  станка.

*Задание  2.* Музыкальный  размер  3/4. Темп  медленный. Выразить  характер  музыки, форму  музыкального  произведения (музыкальные  фразы, предложения)  через  позы  классического  танца  на  середине  зала. Использовать  разные  точки  класса, положение  ноги  носком  в  пол, на  воздух, с  приседанием  на  опорной ноге.

**II. Раздел. Развитие познавательной активности**. Ознакомление учащихся с искусством хореографии. Просмотр  балета «Щелкунчик». Посещение танцевальных студий.

**III. Раздел. Сценическая деятельность. Репертуар.**

Танцы, этюды, музыкально-ритмические  игры  на основе  пройденных  танцевальных  элементов  и  движений. Танцы с использованием полученных навыков: музыкально-ритмическая  композиция  «Полька», «Русский  танец»,  «Матрешки».

**Учебно - методическое и техническое обеспечение занятий**

- наличие просторного зала для занятий ритмикой и танцем;

- качественное освещение в дневное и вечернее время;

- музыкальная аппаратура (музыкальный центр, магнитофон).

**Список литературы**

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. Москва, 2013 год.
2. Бекина СИ. Ломова Т.П. Музыка и движение, 2014г.
3. Ваганова А.Я. Основы классического танца. С.-Пб, 2012.
4. Детский фитнес. М., 2016.
5. Лифиц И.В. Ритмика: Учебное пособие. М., 2013
6. 8. Мошкова Е.И. Ритмика и бальные танцы для начальной и средней школы. М., 2014
7. Пособие по ритмике для 2 класса музыкальной школы. М., 2015.

**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Тема | Кол.часов | Дата | Коррекция |
|  | **I. Раздел. Хореографический экзерсис.** |  |  |  |
| 1 | Музыкально-ритмические  упражнения. | 1 | 27.09 |  |
| 2 | Музыкально-ритмические  упражнения. | 1 | 04.10 |  |
| 3 | Элементы  классического  танца. | 1 | 11.10 |  |
| 4 | Элементы  классического  танца. | 1 | 18.10 |  |
| 5 | Элементы  классического  танца. | 1 | 15.11 |  |
| 6 | Элементы  классического  танца. | 1 | 22.11 |  |
| 7 | Элементы  народно-сценического  танца. | 1 | 29.11 |  |
| 8 | Элементы  народно-сценического  танца. | 1 | 06.12 |  |
| 9 | Элементы  народно-сценического  танца. | 1 | 13.12 |  |
| 10 | Элементы  народно-сценического  танца. | 1 | 20.12 |  |
| 11 | Элементы историко-бытового и бального танца. | 1 | 27.12 |  |
| 12 | Элементы историко-бытового и бального танца. | 1 | 10.01 |  |
| 13 | Элементы историко-бытового и бального танца. | 1 | 17.01 |  |
| 14 | Par terre гимнастика. | 1 | 24.01 |  |
| 15 | Par terre гимнастика. | 1 | 31.01 |  |
| 16 | Par terre гимнастика. | 1 | 14.02 |  |
| 17 | Навыки выразительного движения. | 1 | 21.02 |  |
| 18 | Навыки выразительного движения. | 1 | 28.02 |  |
| 19 | Навыки выразительного движения. | 1 | 7.03 |  |
|  | **II. Раздел. Развитие познавательной активности.** |  | 14.03 |  |
| 20 | Ознакомление учащихся с искусством хореографии.  | 1 | 21.03 |  |
| 21 | Просмотр  балета «Щелкунчик». | 1 | 04.04 |  |
| 22 | Посещение танцевальной студий «Денс класс» | 1 | 11.04 |  |
| 23 | Посещение танцевальной студий «Каскад» | 1 | 18.04 |  |
|  | **III. Раздел. Сценическая деятельность. Репертуар.** |   |  |  |
| 24 | Музыкально-ритмические  игры  | 1 | 25.04 |  |
| 25 | Музыкально-ритмическая  композиция  «Полька»,  | 1 | 02.05 |  |
| 26 | Музыкально-ритмическая  композиция  «Русский  танец»   | 1 | 16.05 |  |
| 27 | Музыкально-ритмическая  композиция  «Матрешки». | 1 | 23.05 |  |
|  | Итого | 27 |  |  |