

Муниципальное автономное учреждение
дополнительного образования
«Центр детского творчества»

Принята на заседании
Педагогического совета
От «31» 08 2020г.
Протокол № 1



Утверждаю:
Директор МАУ ДО ЦДТ № 1010101
Кушнина А.В.
«31» августа 2020г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности**

«Народно-сценический танец. Первые шаги»

Возраст обучающихся: 9-13 лет

Срок реализации: 1 год

Уровень: стартовый

Составитель:
Эльяшевич Наталья Валериевна,
педагог дополнительного образования

г.Родники
2020г

СОДЕРЖАНИЕ

I. Пояснительная записка.	
1. Характеристика учебного предмета.....	3
2. Срок реализации учебного предмета.....	3
3. Объем учебного времени.....	3
4. Цели и задачи учебного предмета.....	4
II. Содержание учебного предмета.	
Первый год обучения	4
III. Требования к уровню подготовки обучающихся.....	11
IV. Формы и методы контроля, система оценок.....	12
V. Методическое обеспечение учебного процесса.....	12
VI. Рекомендуемая литература.....	15

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная программа разработана на основании:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утверждённым Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. №1008;
- Концепции развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09.2014г. № 1756-р);
- Распоряжением Правительства Российской Федерации от 24 апреля 2015г. №м729-р «План мероприятий на 2015-2020 годы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей»;
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству содержанию и организации режима работы образовательной организации дополнительного образования детей»4
- Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Письмо Министерства образования и науки России № 09-3242 от 18.11.2015г.;
- Методических рекомендаций по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей – инвалидов, с учётом их особых образовательных потребностей (Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.03.2016г. № ВК-614/09 «О направлении методических рекомендаций»;
- Инструктивного письма ОГАУ ДПО «Институт развития образования Ивановской области» «О применении методических рекомендаций Министерства образования и науки Российской Федерации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы), утвержденных 18.11.2015г.
- Устава МАОУ ДО «Центр детского творчества».

Учебная программа по «Народно-сценическому танцу» посвящена одной из главных изучаемых дисциплин в системе хореографического образования. Знания,

полученные при изучении данной дисциплины, необходимы для понимания самобытности культуры народа.

Народный танец – родоначальник всех видов хореографического искусства. Он богат и разнообразен. Данная учебная программа – это нормативный документ, определяющий объём, порядок, содержание изучения и преподавания данной дисциплины, основывающейся на типовой программе по предмету «Народно-сценический танец».

Данная программа знакомит учащихся с характером, стилем и манерой танцев разных народов. В течение всего курса изучаются элементы русского, украинского, молдавского и др. танцев. Большое внимание уделяется манере исполнения, характерной для изучаемой национальности. Урок строится по канонам классического танца. Особое внимание уделяется постановке рук, ног, головы в упражнениях у станка и на середине зала; затем изучаются простейшие движения народного и народно-сценического танцев, а также упражнения на развитие координации. Составляются несложные танцевальные комбинации на 8-16 тактов из двух-трёх пройденных движений, далее возможны постановки небольших этюдов в характерах изучаемых народностей.

Программа имеет ознакомительный характер, срок реализации 1 год..
Возраст обучающихся при начале обучения 9-13 лет.

Учебный план по народно-сценическому танцу предусматривает 144 часа на весь период обучения, при нагрузке четыре часа в неделю.

Обучение предусматривает групповую и мелкогрупповую формы аудиторных занятий.

В настоящее время к числу наиболее актуальных вопросов дополнительного образования относятся такие, как создание такой системы обучения хореографии, которая позволила бы:

- выявить и развить личностные качества ребёнка, его одарённость через обучение танцу;
- организовать полноценный досуг, наполняя его активно-деятельным, эмоционально и психологически комфортным содержанием;
- помочь организовать ребёнку здоровый образ жизни;
- привить аккуратность, культуру поведения, умение ценить красоту;
- приобщить к культурным ценностям хореографического наследия;
- выявить одаренных детей в области хореографического искусства с целью их подготовки

к поступлению в образовательные учреждения, реализующие основные профессиональные образовательные программы в области искусств.

Увлечение народным танцем знакомит детей с сокровищницей народного творчества, прививает любовь к Родине, своему народу и его культурным ценностям. Изучение народно-сценического танца развивает художественную одарённость детей, помогает усвоению технических особенностей танца, его

выразительной национальной манеры, расширяет кругозор, ориентирует на мотивацию познавательной деятельности. Он развивает физические данные детей, укрепляет мышцы и сообщает подвижность суставно-связочному аппарату, формирует основы правильной постановки корпуса, координацию и танцевальность. Народно-сценический танец является источником высокой исполнительской культуры - в этом его значение и значимость. Учебная рабочая программа по предмету «Народно-сценический танец» способствует разрешению этих вопросов, чем и обусловлена её актуальность.

Цели и задачи

ЦЕЛЬ программы:

- музыкально-хореографическое воспитание детей, выявление индивидуальных творческих способностей каждого ребёнка через танец к сценической концертной деятельности, как к виду творческой деятельности;
- формирование целостного представления об окружающем мире и высоких нравственных идеалах.

Достижение поставленной цели связано с решением следующих ЗАДАЧ:

1. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ:

- приобретение музыкально-ритмических навыков;
- формирование навыков координации, владения мышечным и суставно-двигательным аппаратом;
- приобретение свободы движения в танце и чувства ансамбля;

2. РАЗВИВАЮЩИЕ:

- развитие эстетического и художественного вкуса у детей;
- развитие образного мышления;
- развитие таких данных, как гибкость, танцевальный шаг, прыжок, ритмичность, эластичность мышц, музыкальность, сообразительность, координация, танцевальность;
- развитие техники исполнительского мастерства;
- развитие активности, коммуникабельности, познавательного интереса,

3. ВОСПИТАТЕЛЬНЫЕ:

- воспитание культуры поведения и чувства прекрасного;
- воспитание чувства такта, благородства, уважения друг к другу;
- воспитание трудолюбия, дисциплинированности, обязательности, аккуратности - то есть общечеловеческих качеств;
- повышение занятости детей в свободное время, адаптация их в обществе, создание комфортной атмосферы доброжелательности сотворчества.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Учебно-тематический план
(4 академических часа в неделю, 144 часа в год)

№	Разделы программы	Теория	Практика	Всего
1	Вводное занятие	1	1	2
2	Партерная гимнастика	18	62	80
3	Основы народного танца	8	28	36
4	Подготовка репертуара	10	10	20
5	Концертная деятельность	-	4	4
6	Итоговое занятие	1	1	2
	Итого	28	116	144

Первоначальное знакомство с особенностями народно-сценического танца. Простейшие тренировочные движения у станка и на середине зала. Изучаются отдельные движения и даются небольшие комбинации.

Упражнения у станка

1. Большие и маленькие приседания по I, II и III позициях (плавное и отрывистое)
2. Упражнения на развитие стопы с подъёмом пятки опорной ноги, то же с маленькими присяданиями и двойным ударом опорной ноги:
 - а) с переходом работающей ноги с носка на каблук; то же с присяданием в III позицию
в момент выноса работающей ноги на каблук;
 - б) с выносом на каблук.
3. Подготовительное упражнение к flic-flac, то же на croisee и с ударом в пол.
4. Маленькие броски с акцентом «от себя», то же с маленькими прис. и с подъёмом опорной ноги.
5. Упражнения на выстукивание, например:
 - а) чередование ударов всей стопы с полупальцами;
 - б) то же с двумя ударами полупальцами. М. р. 2/4, 3/4;
 - в) то же с шагом;
 - г) с переносом работающей ноги выворотной и невыворотной.
6. Подготовка к верёвочке, на целой стопе и с подъёмом на полупальцы.
7. Упражнение для бедра, на целой стопе и с подъёмом на полупальцы.
8. Pas tortille ординарное, с ударом стопы.
9. Круговые движения ногой по полу

10. Упражнения на развитие выворотности бедра
11. Подготовка к «штопору» и «штопор».
12. Подготовка к «голубцу» (удар одной стопы о другую):
 - а) ординарный удар одной ногой;
 - б) двойной удар одной ногой;
 - в) ординарный удар двумя ногами;
 - г) двойной удар двумя ногами.
13. Grand battement developpe плавное отрывистое.
14. Grand battement developpe с одним ударом пятки.
15. Большие броски на целой стопе, с присяданием и с подъёмом на полупальцы опорной ноги.
16. Releve на полупальцы в выворотных и прямых позициях, на двух и одной ноге.
17. Перегибы корпуса.
18. Различные port de bras в определённом характере.
19. «Голубец» - ординарный в прыжке.
20. Подготовительные движения к полуприсядкам и присядкам:
 - а) выталкивание ног на каблук (в стороны и вперёд), на полуприседании и полном приседании;
 - б) прыжок с выносом ноги в сторону на каблук на полуприседании и на полном приседании;
 - в) подскоки на полном приседании.
21. Полуприсядки:
 - а) с выбрасыванием ноги в сторону на каблук и на воздух;
 - б) с выбрасыванием ноги вперёд на каблук.

Упражнения на середине зала

1. Упражнения для пластичности корпуса (port de bras, перегибы корпуса, наклоны и повороты). Упражнения исполняются в определённом стиле и характере..
2. Упражнения для головы, рук, корпуса в манере народных и сценических танцев.

Элементы русского танца

1. Простой ход на 1/4 такта.
2. Народный шаркающий ход.
3. Переменный шаг на всей стопе.
4. Боковой ход (припадание).
5. Повороты на месте.
6. Сценическая форма pas de basque.
7. Дробный ход (мелкие шаги с пристукиванием каблук или всей стопой).
8. «Притоп».

9. Комбинации из простейших дробных движений.
10. Боковое движение с отскоком и выносом ноги на каблук.
11. Навыки танца с платочком.

Элементы белорусского танца

Основные элементы танца «Перепёлочка»:

1. Основной ход.
2. Боковой скользящий шаг.
3. Повороты с отбросом ноги.
4. Наклоны.
5. Движения рук.

Элементы итальянского танца

1. Два вида хода.
2. Pas de basque (переброска ног накрест).
3. Pas echarpe с поворотом в tirbouchone.
4. Выбрасывание ноги с каблука на носок.
5. Навыки обращения с тамбурином.

Знакомство с особенностями стиля и характера русских, украинских, татарских, польских, итальянских танцев. Несложные танцевальные комбинации и этюды на пройденном материале.

ТРЕБОВАНИЯ к УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Программа «Народно-сценический танец – первые шаги» предусматривает следующие результаты учебного процесса :

- знание рисунка народно-сценического танца, особенностей взаимодействия с партнерами на сцене;
- знание балетной терминологии;
- знание элементов и основных комбинаций народно-сценического танца;
- знание особенностей постановки корпуса, ног, рук, головы, танцевальных комбинаций;
- знание средств создания образа в хореографии;

- знание принципов взаимодействия музыкальных и хореографических выразительных средств;
- умение исполнять на сцене различные виды народно-сценического танца, произведения учебно-хореографического репертуара;
- умение исполнять народно-сценические танцы на разных сценических площадках;
- умение исполнять элементы и основные комбинации различных видов народно-сценических танцев;
- умение распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок при исполнении народно-сценического танца;
- умение понимать и исполнять указания преподавателя;
- умение запоминать и воспроизводить текст народно-сценических танцев;
- навыки музыкально-пластического интонирования.

ФОРМЫ и МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ, СИСТЕМА ОЦЕНОК

По программе «Народно-сценический танец» предусмотрены промежуточные аттестации по полугодиям. Промежуточная аттестация проводится в форме концертов и класс-концертов. Знания учащихся определяются в соответствии с теоретическими пунктами программы, а умения – с практическими.

Результатом обучения является определённый объём знаний, умений и навыков. Учёт и контроль успеваемости следует определять следующими формами:

- собеседование;
- опрос;
- открытый урок;
- выступление на концерте, фестивале, конкурсе.

Контроль позволяет определить эффективность обучения, обсудить результат, внести изменения в процесс, если надо. Контроль позволяет родителям, преподавателям, ученикам увидеть результат своего труда.

Проведение показательных уроков перед родителями с целью повышения интереса, проведение экзаменов, контрольных уроков, их периодичность устанавливает преподаватель.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

Основными методами работы преподавателя являются показ движений и словесное объяснение. Они – главные проводники требований преподавателя к

учащимся. В разных классах показу и объяснению отводится различная роль, изменяются функции показа и объяснения на разных этапах обучения.

На начальном этапе обучения по народно-сценическому танцу показу придаётся исключительно большое значение, т.к. он даёт первоначальное представление о движении. Поэтому показ должен быть предельно точным, конкретным и технически совершенным.

Словесное объяснение комментирует показ, выделяя наиболее важные моменты, а также служит для формирования основных понятий, необходимых на начальном этапе (правила исполнения).

На следующем этапе обучения показ приобретает иной характер. Он становится более обобщённым, акцентирующим наиболее важные моменты, особенно мышечную работу тела.

Словесный метод приобретает очень большое значение в связи с происходящим процессом осмысления исполнения, СЛОВО несёт большую нагрузку.

На конечном этапе обучения показ и объяснение занимают меньше времени. Методы показа и объяснения варьируются в самых широких пределах.

Таким образом, два важнейших метода – наглядный и словесный – связаны с одним из центральных моментов обучения: активизацией мышления и развитием творческого начала в процессе напряжённой физической работы по овладению танцевальными навыками.

Формы работы:

- урок;
- практические индивидуальные занятия;
- разучивание танцевальных номеров;
- беседа и рассказ;
- просмотр видеозаписей;
- посещение уроков народно-сценического танца хореографического училища;
- творческие встречи с танцовщиками;
- проведение отчётов, концертов.

Яркими диагностиками качества урока становятся:

- увлечённость ребёнка общением с художественным, хореографическим, музыкальным произведением;
- появление потребности высказать своё мнение, суждение по поводу увиденного или услышанного, вступить в диалог с другими детьми.

Принципы программы.

Данная программа направлена на выявление и развитие способностей детей, приобретение ими определённых знаний, умений; на развитие компетентности в области хореографии; на формирование навыков на уровне практического применения.

Основные принципы:

- вариативность программ (преподаватель имеет право перенести изучение какого-либо движения в нужный период, не нарушая логики и последовательности обучения);
 - содержание программы доступно для изучения, т.к. главным принципом её является принцип «от простого».
 - программа содержит основные требования, в которых чётко изложены задачи и прогнозируемый результат к каждому году обучения. Это помогает направлять и контролировать подачу нового материала.
 - программа предусматривает не только практические движения, но и различные формы работы с детьми, позволяющие создавать атмосферу доброжелательности, сотворчества, модулирования ситуации успеха.
- Дети приходят в объединение на добровольных началах и продолжают учиться до тех пор, пока сами этого желают.

Формы организации учебного процесса

Урок – традиционная форма организации учебного процесса. Но возможно использование нетрадиционных форм: лекция – концерт, концерт перед родителями, участие в фестивалях, смотрах. При проведении уроков по народно-сценическому танцу, необходимо руководствоваться следующими моментами:

- Постепенное увеличение физической нагрузки;
- Чередование темпа нагрузки;
- Равномерность нагрузки на обе ноги;
- Свободное дыхание и самочувствие учащихся.

При подготовке к уроку необходимо учитывать такие факторы, как:

- объём материала;
- степень его сложности;
- особенности класса, как исполнительского коллектива;

При составлении плана занятия предполагается детальная разработка каждой его части, где следует:

- определить новый материал, ввести его в различные комбинации;
- определить музыкальный материал, его размер, характер;

При проведении урока целесообразно выдерживать структуру занятия в целом и соизмерять длительность отдельных частей.

На практических занятиях очень важно:

- переводить на русский язык все иностранные термины;
- объяснять назначение упражнения и правила его исполнения;
- равномерно распределять физическую нагрузку и чередовать работу различных групп мышц, развивать внимание и осознанный контроль над работой мышц;
- воспитывать самостоятельность в выполнении учебных заданий.

Музыкальное оформление урока народно-сценического танца.

Танец органически связан с музыкой. Без музыки немислимы как танцевальные, так и тренажные упражнения. В процессе учебной работы необходимо прививать учащимся умение слышать и понимать музыку. Правильно подобранный материал

должен помогать осваивать хореографический материал, соответствуя его национальности, характеру, рисунку, темпу. Для тренажных упражнений желательно использовать музыкальный материал квадратного построения, чтобы основное внимание учащихся было бы направлено на движение. На первоначальном этапе обучения необходимо использовать музыкальное сопровождение с простым ритмическим рисунком, позднее его можно разнообразить.

Музыкальный материал на уроке по народному танцу является носителем национальной принадлежности данного конкретного лексического материала; соответственно музыки учащиеся учатся правильно исполнять характер и манеру движения. С помощью музыки движения приобретают художественную окраску, а исполнение наполняется эмоциональным содержанием.

Список литературы.

Основная литература

1. Богданов Г. Урок русского народного танца. – М., 1995. – 150 с.
2. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца (упражнения у станка). – М.: ВЛАДОС, 2002. – 207 с.
3. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца (танцевальные движения и комбинации на середине зала). – М.: ВЛАДОС, 2004. – 207 с.
4. Ткаченко Т. Народный танец. – М.: Искусство, 1967. – 654 с.
5. Стуколкина Н. М. Уроки характерного танца. – М.: Всероссийское театральное общество, 1972. – 399 с.

Дополнительная литература

1. Голейзовский К. Образы русской народной хореографии. – М.: Искусство, 1964. – 367 с.
2. Уральская В., Соколовский Ю. Народная хореография. – М., 1972. – 160 с.
3. Климов А. Основы русского танца. – М.: Искусство, 1994. – 270 с.

4. Устинова Т. А. Русские танцы. – М.; Молодая гвардия, 1955, - 261 с.
5. Тагиров Г. Х. Татарские танцы. – Казань, Тат. книжное изд-во, 1984. – 255 с.
6. Тагиров Г. Х. 100 татарских фольклорных танцев. – Казань, Тат. книжное изд-во, 1988. – 159 с.
7. Мурашко М. Танцы Марий Эл. – Йошкар-Ола, Марийское книжное изд-во, 1981. – 262 с.

Календарный план
дополнительной общеразвивающей программы
«Народно-сценический танец-первые шаги»

№	Тема занятия	Кол-во часов			Форма аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
1.	Вводное занятие.	2	1	1	Тестирование
2.	Партерная гимнастика	80	18	62	Наблюдение
	Поклон.				
	Постановка корпуса				
	Пространство зала				
	Разминка на середине зала				
	Упражнение «Штопор»				
	Упражнение «Опускание пяток»				

	Упражнение «Соскок»				
	Перегибы в спине назад				
	Упражнение «Захлёт»				
	Махи в сторону у станка				
	Растяжка на выворотность				
	Перегибы из стороны в сторону				
	Упражнение «Лягушка»				
	Упражнение «колобок»				
	Разножка лежа на спине				
	Упражнение «велосипед»				
	Упражнение «рыбка»				
	Упражнение «ласточка»				
	Releve на полупальцах				
	Работа над стопами				
	Махи назад				
	Упражнение «ножницы» на животе				
	Растяжка поперечного шпагата				
	Упражнение «бабочка»				
	Упражнения для укрепления нижнего и верхнего пресса				
	Упражнение «Змейка» для развития заднего шага				
	Различные наклоны в положении ноги в стороны				
	Маленькие приседания				

	«Махалочка» двумя ногами одновременно, лежа на животе и на спине				
	«Колечко» на голову				
	«Лягушка» с подниманием пяток				
	Прямой шпагат – растяжка с правой и левой ноги				
	Упражнение для развития нижней выворотности				
	Разработка заднего шага в парах				
	Grand plies из I позиции лежа на спине и на животе				
3.	Основы народного танца	36	8	28	Наблюдение
	Позиции ног- прямые и выворотные.				
	Позиции рук				
	1 позиция в руках				
	2 позиция в руках				
	3 позиция в руках				
	Понятие «точка»				
	Поворот головы с точкой				
	Маленькие приседания в I, II, IV, V позициях				
	Упражнение на развитие стопы по 1 позиции вперед				
	Упражнение на развитие стопы по 1 позиции в сторону				
	Упражнение на развитие стопы по 1 позиции назад				

	Упражнение на развитие стопы с V позиции				
	Маленькие броски по 1 позиции вперед				
	Маленькие броски по 1 позиции в сторону				
	Маленькие броски по 1 позиции назад				
	Первое Port de bras (изучение)				
	Элементы русского танца				
	Элементы белорусского танца				
	Элементы итальянского танца				
4.	Подготовка репертуара	20	10	10	Наблюдение
	Изучение комбинации к танцу «Скамеечка»				
	Повтор изученной комбинации				
	Постановка шуточного танца «Скамеечка».				
	Отработка всех элементов танца «Скамеечка»				
	Работа над актерским мастерством при исполнении танца.				
	Изучение элементов белорусского танца «Перепёлочка»				
	Идея, характер, задача танца «Перепёлочка».				
	Выполнение элементов для танца «Перепёлочка».				
	Работа над образами лирического танца «Перепёлочка»				
	Отработка танца «Перепёлочка».				

	Изучение этюда в итальянском характере.				
	Характер исполнения итальянских танцев.				
	Работа над ошибками в танце «Мунейра».				
	Отработка итальянского танца «Мунейра»				
5.	Концертная деятельность	4	-	4	Наблюдение
	Выступление с выученными номерами на мероприятиях.				
	Итоговое занятие	2	1	1	Наблюдение