

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
Нефтекамский многопрофильный колледж

УТВЕРЖДАЮ:

Зам. директора по УВР

  
Исламова А.Р. Исламова

« 31 » августа 2016г.

## **Дополнительная образовательная программа по хореографии**

Возраст: 15-18 лет  
Срок реализации : 3 года

Ахметова Лидия Раисовна педагог  
дополнительного образования  
I категории, Нефтекамского  
многопрофильного колледжа

г. Нефтекамск - 2016г.

# 1. Пояснительная записка

## 1.1. Направленность программы.

Хореографический коллектив - это особая среда, предоставляющая самые широчайшие возможности для развития обучающегося: от изначального пробуждения интереса к искусству танца до овладения основами профессионального мастерства.

Хореография как вид искусства обладает скрытыми резервами для развития и воспитания обучающегося. Это синтетический вид искусства, основным средством которого является движение во всем его многообразии. Высочайшей выразительности оно достигает при музыкальном оформлении. Музыка - это опора танца.

Движение и музыка, одновременно влияя на обучающегося, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память, учат благородным манерам. Обучающийся познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного и других. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству. Систематическая работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает обучающимся понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях танцем, но и в повседневной жизни. Танцевальное искусство обладает огромной силой в воспитании творческой, всесторонне развитой личности. Занятия хореографией приобщают обучающегося к миру прекрасного, воспитывают художественный вкус. Соприкосновение с танцем учит слушать, воспринимать, оценивать и любить музыку. Хореографические занятия совершенствуют обучающегося физически, укрепляют их здоровье. Они способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру. Эти занятия хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и, в целом, повышают жизненный тонус обучающегося. В танце находит выражение жизнерадостность и активность, развивается творческая фантазия, творческие способности: обучающийся учится сам создавать пластический образ.

Выступления перед зрителями являются главным воспитательным средством: переживание успеха приносит обучающемуся моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувство ответственности, дружбы, товарищества. Поэтому главная задача педагога - помочь обучающимся проникнуть в мир музыки и танца, а не подготовить их к профессиональной сцене.

Данная образовательная программа по хореографии (без специального отбора обучающихся, в отличие от специализированных учреждений) рассчитана на 1 год и предполагает проведение занятий с 1, 2 и 3 курсом. Содержание программы распределено таким образом, что в каждом учебном году обучающиеся овладевают определенным минимумом хореографических знаний, умений, и навыков и решают определенные задачи для достижения основной цели.

**Актуальность** данной программы состоит в том, что она направлена на синтез классической, народной, историко-бытовой и современной хореографии, а также помогают учащимся адаптироваться в репетиционно-постановочной работе. Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения.

**Новизна программы** состоит в том, что в ней учтены и адаптированы к возможностям обучающихся разных возрастов основные направления танца и пластики, включающие: гимнастику, ритмику, классический, историко-бытовой, народно-сценический и современный танец. В программе суммированы особенности программ по перечисленным видам танца, что позволяет ознакомить обучающихся со многими танцевальными стилями и направлениями. Такой подход направлен на раскрытие творческого потенциала и темперамента обучающихся, а также на развитие их сценической культуры.

**Концептуальная идея программы** состоит в целенаправленной работе по расширению возможностей творческой реализации детей, соответствующей их духовным и интеллектуальным потребностям посредством приобщения к миру хореографии: классический танец, историко-бытовой, народно-сценический, современный танец.

**Особенностью** данной программы является совмещение нескольких танцевальных направлений, позволяющих осуществить комплексную хореографическую подготовку обучающихся в течение всего курса обучения.

## **1.2. Цели и задачи программы.**

**Целью программы** являются следующие составляющие:

- планомерное раскрытие творческих способностей обучающихся;
- создание условий для гармоничного развития и успешной личностной реализации;
- постановка хореографических композиций в учебных целях.

Достижение поставленной цели предполагает постановку следующих **задач**:

### **Задачи программы:**

- сформировать интерес к хореографическому искусству, в том числе привить любовь к народному творчеству, раскрыв его многообразие и красоту;
- привить обучающимся умение слышать и слушать музыку и передавать ее содержание в движении;
- преподавать азбуку пластического танца;
- укреплять костно-мышечный аппарат обучающихся;
- совершенствовать выразительность исполнения, развивать силу, выносливость, координацию движений;
- формировать художественно-образное восприятие и мышление;
- воспитывать художественный вкус и эмоциональную отзывчивость;

Содержание программы выстроено по кольцеобразной схеме, в последующем году совершенствуются знания, умения и навыки предыдущего. Продолжительность занятий с 1-м курсом: понедельник, вторник, среда - 90 минут с 10-ти минутным перерывом, четверг, пятница- 135 минут с 10-ти минутным перерывом. 1 курс- это возможность правильно подойти к отбору обучающихся для дальнейшего обучения, выявить их танцевальные способности. В группе 2-3-го курса занятия длятся понедельник, вторник, среда, четверг, пятница- 135 минут с 10-ти минутным перерывом. Количество обучающихся 1-го курса не должно превышать 15-ти человек при нагрузке 12 часов в неделю, обучающиеся 2,3-го курса не должно превышать 12-ти человек при нагрузке 15 часов в неделю. В коллектив обучающиеся принимаются по результатам просмотра и собеседования.

### **Задачи обучения для обучающихся 1-го курса.**

**Образовательные** - обучить навыкам музыкально-двигательного движения, обогатить детей новыми выразительными средствами.

**Развивающие** - развить музыкально-ритмическую координацию, мышечное чувство, осанку, стопу; музыкально-двигательную память, совершенствовать приемы музыкально-двигательной выразительности, развить пластику тела; развить двигательное воображение.

**Воспитательные** - воспитать у детей умение слушать, воспринимать, оценивать музыку, воспитать чувство ответственности, стремление к четкому, правильному, красивому выполнению задания, что в свою очередь требует организованности, активности, внимания.

### **Ожидаемые результаты:**

- уметь точно воспроизводить, правильно выполнять преподаваемый материал;
- уметь самостоятельно действовать и создавать танцевальные образы;
- научиться внимательно слушать музыку;
- уметь правильно владеть приемами музыкального движения, средствами пластики выражать задаваемый образ;
- уметь общаться в коллективе, проявлять творческую инициативу.

### **Задачи обучения для обучающихся 2-3-го курсов.**

**Образовательные** - совершенствовать творческие способности, решать постановочные и художественные задачи средствами сценической и пластической выразительности.

**Развивающие** - совершенствовать навыки пластического движения, пробудить образное мышление, совершенствовать технику пластического танца.

**Воспитательные** - воспитать личностные качества, такие как воля, целеустремленность, создать творческий коллектив единомышленников, сформировать осознанное отношение к занятиям

### **Ожидаемые результаты:**

- уметь работать с музыкальным материалом;
- уметь выразить эмоционально-зримые образы музыки посредством пластических этюдов, композиций;
- уметь сопереживать и помогать в творческом процессе.
- владеть танцевальной терминологией;
- владеть элементами сценического действия как средствами выражения своих мыслей, чувств и физических ощущений;
- уметь доказывать свою точку зрения на обсуждаемую тему, правильно оценить увиденный художественный результат.

Программа выполнена по годам обучения, в течение которых занимающимся следует усвоить определенный минимум умений, знаний, навыков, сведений по искусству танца.

На каждом этапе обучения даётся материал по основным разделам:

1. Музыкальное движение.
2. Элементы пластического танца.
3. Танцевально-художественная работа.
4. Введение в мир искусства.

Программа состоит из отдельных тематических блоков, но в связи со спецификой обучения в хореографическом коллективе, границы их сглаживаются. На одном и том же занятии происходит изучение элементов пластического танца (одновременно выполняются задачи физического и музыкального развития) и изучаются движения танца. В программу учебного года вводится теоретический материал, соответствующий содержанию основных разделов.

Увеличение нагрузки соответствует принципам регулярности и систематичности; при этом более равномерно распределяется сама нагрузка. Кроме того, при занятиях пять раз в неделю появляется возможность несколько снизить плотность тренировочного процесса и больше времени уделить объяснению наиболее сложных моментов и индивидуальной работе с обучающимися, что способствует лучшему усвоению изучаемого материала.

### **Этапы прохождения программы по годам обучения:**

**1-й курс:** развитие музыкально-двигательной выразительности, пластики тела; музыкально-игровое творчество; совершенствование навыков музыкально-двигательной выразительности, пластичности тела; решение музыкально-творческих задач.

**2-3 курсы:** усовершенствование музыкально-двигательных приемов и навыков; совершенствование приемов пластического движения; музыкально-пластические этюды; сценическая деятельность; совершенствование элементов пластического танца как элементов сценического действия; освоение пластического тренинга; техника “свободного” пластического танца; сценическая деятельность.

## **ФОРМЫ и МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ**

### **Формы организации деятельности обучающихся.**

Используются групповая и индивидуальная форма, а также работа с частью коллектива.

### **Формы проведения занятий.**

- учебное занятие;
- открытое занятие;
- беседа;
- музыкальное соревнование;
- концерт;
- конкурс;
- фестиваль.

### **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 - упражнения, тренинг, репетиции.

# УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

(1-й курс)

№	Содержание и виды работ	Общее кол-во часов	Теория	Практика
1.	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	-	<b>2</b>
2.	<b>Музыкальное движение.</b>	<b>100</b>		
2.1	Приемы и совершенствование музыкально-двигательной выразительности	50	10	40
2.2	Основные движения эмоционально-динамического характера и их совершенствование.	30	10	20
2.3	Музыкально-игровое творчество.	20	5	15
3.	<b>Элементы пластического танца</b>	<b>80</b>	*	
3.1	Основы пластики. Приемы пластического движения	50	20	30
3.2	Упражнения на вращение суставов. Музыкально-пластический образ	30	10	20
4.	<b>Танцевально-художественная работа</b>	<b>200</b>		
4.1	Постановка	70	10	60
4.2	Репетиции	80	15	65
4.3	Концерты, фестивали	50	5	45
5.	<b>Введение в мир искусства</b>	<b>40</b>		
5.1	Беседы	20	-	20
5.2	Прослушивание музыки	20	-	20
6.	<b>Организационная работа</b>	<b>20</b>		
6.1	Индивидуальные беседы.	20	-	20
	Итого:	<b>442</b>	<b>85</b>	<b>357</b>



# УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

(2-3-й курс)

№	Содержание и виды работ	Общее кол-во часов	Теория	Практика
<b>1.</b>	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	-	<b>2</b>
<b>2.</b>	<b>Музыкальное движение.</b>	<b>140</b>		
<b>2.1</b>	Усовершенствование музыкально-двигательных приемов и навыков	100	45	55
<b>2.2</b>	Импровизация	40	10	30
<b>3.</b>	<b>Элементы пластического танца</b>	<b>200</b>		
<b>3.1</b>	Совершенствование навыков пластического движения	30	5 >	25
<b>3.2</b>	Музыкально-пластические этюды	20	3	17
<b>3.3</b>	Пластический тренинг	50	10	40
<b>3.4</b>	Сценическое действие	100	25	75
<b>4.</b>	<b>Танцевально-художественная работа</b>	<b>250</b>		
<b>4.1</b>	Постановка	90	15	75
<b>4.2</b>	Репетиции	100	20	80
<b>4.3</b>	Концерты, конкурсы, фестивали	60	5	55
<b>5.</b>	<b>Введение в мир искусства</b>	<b>36</b>		
<b>5.1</b>	Беседы	20	-	20
<b>5.2</b>	Прослушивание музыки	16	-	16
<b>6.</b>	<b>Организационная работа</b>	<b>10</b>		
<b>6.1</b>	Индивидуальные беседы.	10	-	10
	Итого:	<b>638</b>	<b>138</b>	<b>500</b>

# СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

## 1-й курс. Введение

Знакомство с детьми. Предмет изучения. Правила поведения, режим работы. О планах работы кружка. Беседа по технике безопасности и ПДД.

### РАЗДЕЛ «МУЗЫКАЛЬНОЕ ДВИЖЕНИЕ»

Характерная выразительность каждого движения зависит от того, как и в каком соотношении в нем используются приемы. Поэтому параллельно с изучаемым материалом одной темы дается материал и других тем, в которых приходится пользоваться тем или иным приемом движения. Так развивается умение обучающихся естественно пользоваться приемами, работая над изменением характера движения. Для того, чтобы разучивать и совершенствовать разнообразные виды движения нужно воспитать у обучающихся основные технические навыки:

**Первый** - умение начинать двигаться с началом музыки.

**Второй** - умение придавать движению нужную динамическую выразительность.

**Третий** - умение заканчивать движение точно с окончанием музыкального произведения (или его части) - технически связан со вторым: обучающиеся должны уменьшить (тормозить) устремленность своего движения при приближении заключения музыкальной мысли.

### ТЕМА: «Приемы и совершенствование музыкально-двигательной выразительности»

Обучающиеся овладевают тремя приемами движения - пружинным, маховым и плавным, дающими им в дальнейшем возможность сообщить движению характер и выразительность, свойственные разнообразным музыкально-двигательным образам.

#### Освоение пружинных движений.

Прием пружинного движения осваивается в движениях ног, рук и корпуса. Обучающиеся должны научиться различать сильную и слабую фазу движения. “Пружинки” - основное упражнение для ног. Развивает пружинное движение ног, как в коленном суставе, так и в ступне; усиливает и закрепляет эмоционально - двигательную реакцию на изменение силы звучания музыки.

“Игра с мячом” - пружинное движение рук. Имитируя игру с мячом, обучающиеся упражняются в пружинном движении руки, совершенствуют работу кистей и пальцев.

### **Освоение маховых движений.**

Прием махового движения используется при работе над музыкой с широкой, ярко акцентированной мелодией, построенной на больших интервалах. Имеет две фазы - слабую и сильную.

Для рук используется упражнение “Взлетайте, ленты!”, которое подготавливает к исполнению более сложных и сильных маховых движений (взмахов), а именно, к упражнению “Мельница” (круговые махи),

А так же расслабление мышц плечевого пояса; раскачивание рук и корпуса; постепенное сгибание и разгибание корпуса; отведение ноги назад махом и т.д. Осваивая и совершенствуя эти упражнения, обучающиеся знакомятся с двумя музыкально-двигательными образами, близкими по форме, но разными по содержанию. А также развивают умение постепенно изменять динамическую напряженность движения.

### **Освоение плавных движений.**

Используются упражнения “Тугая резинка” (плавное полуприседание), “Поющие руки” (плавное движение рук). Движения исполняются слитно, то есть между движением вниз и вверх или вперед и назад остановок не делается.

## **ТЕМА: «Основные движения эмоционально-динамического характера и их совершенствование».**

Каждое упражнение построено на определенной музыке, характер которой определяет особенности движения. Используется музыка марша, народные мелодии.

**Ходьба:** спокойно-сдержанная; неторопливая; высоко поднимая колени; бодрая; различного характера (высокий и осторожный шаг); с продвижением вперед и на месте; на полупальцах; плавная; топающий шаг на всей ступне; пружинный шаг; высокий и тихий шаг; решительный и настороженный шаг.

**Бег:** легкий; неторопливый танцевальный, стремительный, широкий; легкий пружинный, пружинный с прыжками; на месте и стремительный. Задача - учить изменять характер бега.

Упражнения в стремительном беге вырабатывают у обучающихся способность двигаться собрано, целенаправленно, динамично и подготавливают к широкому бегу.

**Прыжковые движения:** подпрыгивание на двух ногах; поскоки с ноги на ногу; легкие поскоки; сильные поскоки.  
обучающиеся учатся уточнять характер и ритм поскоков.

Упражнение “Попрыгунчики” (пружинное подпрыгивание) - вырабатывает навыки, обеспечивающие в дальнейшем легкость и четкость многих движений (бега, прыжков, поскоков и т.п.).

Упражнение “Ускоряй и замедляй” является основным приемом для совершенствования ходьбы и бега: оно вырабатывает у обучающихся качества, которые в дальнейшем дают им возможность естественно и непринужденно изменять выразительность этих движений, делать их то более, то менее устремленными, целенаправленными и энергичными.

Упражнение “То бегом, то шагом” - переходы с ходьбы на бег совершенствуют оба движения: после бега шаг невольно делается легче, устремлённее, а бег после шага - пружиннее.

Большое число упражнений строится на энергичных пружинных движениях - прыжках, поскоках, сильном беге. Энергичные, стремительные образы требуют умения пользоваться сильными маховыми движениями, увлекающими за собой весь корпус.

Параллельно со всей этой работой, продолжается работа над подготовительными упражнениями: полуприседание напряженное, полуприседание пружинное; для ступни; выпады вперед и в сторону с пружинным движением в колене и т. д.

### **ТЕМА: «Музыкально-игровое творчество».**

Игра является важным методом приобщения, активизации интереса к музыке и наиболее естественным путем к созданию музыкально-двигательных образов. Используются музыкальные игры и музыкально-игровые упражнения.

Например - “Найди свое место в колонне” (игровое упражнение). В музыке сопоставляются два настроения - энергичное, напористое (марш) и легкое, беззаботное; обучающиеся передают их бодрой ходьбой в строгом, четком строю и свободным, непринужденным движением без строя. Упражнение воспитывает умение организованно выполнять перестроения самостоятельно, без указаний педагога. Обучающиеся воспринимают игру как своеобразное соревнование в умении слушаться музыки - четко, организованно перестраиваться, выполняя команду марша, и быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски.

После краткого объяснения содержания игры обучающимся предлагается самим начинать действовать. Задание строится на одном музыкально-двигательном образе, без развития сюжета. При дальнейших повторениях игры обучающимся задаются наводящие вопросы, напоминая особенности музыки и образов игры. Обучающиеся уточняют, несколько

изменяют свои движения. В игре обучающиеся могут самостоятельно выразить свои чувства.

## **РАЗДЕЛ «Элементы пластического танца».**

### **ТЕМА: «Основы пластики и приемы пластического движения».**

Наряду с классической музыкой обучающиеся также знакомятся с музыкой, ритмическая основа которой соответствует характеру плавных и “текучих” движений тела, тем самым помогая сильнее и глубже переживать создаваемые ими пластические образы.

Обучающиеся выполняют специальное разогревающее позвоночник упражнение “Ролик”. Знакомятся с такими понятиями и упражнениями, как: “Ось” (ось позвоночника - один конец уходит в небо, другой в землю), “Цветок” (образ распускающегося цветка - раскрытие и закрытие грудной клетки). Основным приемом пластического движения является пластическая “волна” всем телом.

После изучения тем этого раздела обучающиеся усваивают навык пластической “волны”. Успешность выполнения этого движения зависит от хорошо развитой координации движения и гибкости и упругости позвоночника. Эти свойства позвоночника развивались в специальных упражнениях, работа над которыми продолжается и дальше.

Исходное положение поза “зерна” (сидя на пятках, корпус опущен на бедра). Медленно выпрямляем позвоночник (“Ось”), начиная от копчика. Руки внизу, голова опущена. Далее раскрывается грудная клетка (“Цветок”), голова и руки поднимаются вверх (к небу). В момент полного раскрытия, нижняя часть позвоночника начинает медленно опускаться вниз (к земле), постепенно увлекая за собой верхнюю часть позвоночника. “Цветок” закрывается. Движение повторяется снова, создавая ощущение непрерывно движущегося волнообразного движения всем туловищем.

После освоения навыка пластической “волны” в положении сидя на пятках можно перейти к изучению в положении стоя. Используются положения ног в 1-й (естественной) позиции, угол между ступнями 45 % и ноги на ширине плеч, стопы параллельно, ноги в коленях согнуты и слегка пружинят.

Движение пластическая “волна” становится подобием действия только при достаточной фантазии обучающегося, после того, как освоена принципиальная схема. Музыка и верно направленное воображение помогает обучающимся вызвать нужные ассоциации и побудить их целенаправленно выполнять движение.

Прием пластической “волны” гармонично развивает пластику тела, способствует выработке выразительного жеста.

## **ТЕМА: «Упражнения на вращение суставов».**

Способствуют осознанию работы частей тела, развивают гибкость и упругость позвоночника, пластику рук, стопы, укрепляют отдельные группы мышц, увеличивают подвижность суставов. Подготавливают к дальнейшей работе по освоению навыков пластического движения. Упражнения выполняются в положении стоя, сидя и лежа на полу.

## **ТЕМА: «Музыкально-пластический образ».**

Развивая фантазию и воображение, обучающиеся учатся на основе музыкального образа и выразительного жеста найти его пластическое решение, используя сценическое пространство. Поэтому работа над созданием образа начинается с прослушивания музыки. Потом обучающиеся отвечают на вопросы: Какие чувства передает музыка? О чем рассказывает музыка? Как рассказывает музыка? Таким образом обучающиеся учатся анализировать, определять структуру, форму, характер, образный строй музыкального произведения.

На основе звуковых ассоциаций рождаются образы. Определив тему музыкального произведения и выбрав ассоциативный образ, происходит выбор соответствующей позы.

Дается задание выразить всеми возможными средствами заданный образ, который гармонично существует внутри музыкального произведения.

При создании образа используются дополнительные средства сценической выразительности: газовые шарфы, ленты, элементы костюма.

## **РАЗДЕЛ «Танцевально-художественная работа».**

Каждое занятие строится на музыкальном материале, могущем одновременно служить двум заданиям, т.е. музыка берется такая, на которой можно строить как техническую, так и художественную работу. Такой подход, в корне меняет отношение обучающегося к любому заданию.

В танцах обучающиеся закрепляют знания, умения и навыки, полученные на учебных занятиях. Также учатся осваивать пространство зала, располагаться и перемещаться по сценической площадке. Знакомятся с таким понятием как рисунок танца. Учатся перестраиваться в круг, в колонну.

В музыкально-пространственных композициях обучающиеся развивают чувство коллектива: они учатся переживать музыку в общем ритме, вместе, дружно и слаженно.

Музыкально-пластические композиции развивают чувство

сценического пространства, новое ощущение коллективного действия. Поскольку образное содержание и характер движений всецело вытекает из содержания и формы музыки, то музыка воспринимается как логичное и последовательное действие. Используются парные и групповые задания. Их цель - уметь через сценическую композицию донести мысль, сюжет, раскрыть танцевальный образ. Задача - добиться полного слияния слышимого (музыкального образа) и видимого (танцевального образа). В музыкальный репертуар наряду с народной и современной музыкой включены небольшие произведения (или отрывки их них) композиторов-классиков.

### **РАЗДЕЛ «Введение в мир искусства».**

**Темы бесед:** «Образы природы», «Образы искусства», «Две грани искусства» Обучающиеся знакомятся с произведениями живописи, скульптуры; с произведениями композиторов классической музыки с историей развития танцевального искусства.

Узнают о творчестве одной из наиболее ярких представительниц пластического танца Айседоры Дункан, о жизненной энергии - шоу балета «Тодес», о танцевальных коллективах г. Нефтекамск, об государственном академическом ансамбле народного танца имени Ф. Гаскарова, об государственном академическом ансамбле имени И. Моисеева...

**2-3-й курсы.**

## **Введение**

Введение Подведение итогов прошедшего года. Цели и задачи обучения, перспективный план работы группы. Расписание занятий и репетиций. Постановочная работа. Правила по ПДД и технике безопасности.

### **РАЗДЕЛ «Музыкальное движение».**

#### **ТЕМА: «Усовершенствование музыкально-двигательных приемов и навыков».**

Продолжается работа над основными движениями и приемами. Умения и навыки закрепляются, как в работе над подготовительными упражнениями, так и в музыкально-пространственных композициях, хороводах и танцах.

#### **ТЕМА: «Импровизация».**

Музыкальное движение дает возможность обучающимся активно входить в музыку через импровизацию, создавать свои собственные танцевальные композиции. Но прежде чем образы импровизаций станут ясными и выразительными, обучающиеся должны пройти под руководством педагога путь овладения азами техники естественного человеческого движения, наполненного музыкой.

Импровизируя, обучающиеся проявляют творческую активность, развивают воображение, раскрывают свою индивидуальность.

Темы для импровизаций даются педагогом, но также и предлагаются самими детьми. Например, “Времена года”, “Ручеек”, “Ветерок и ветер” и др.

### **РАЗДЕЛ «Элементы пластического танца».**

#### **ТЕМА: «Совершенствование навыков пластического движения».**

Совершенствуется навык пластической “волны” сидя, стоя.

Осваивается движение волны руками.

Обучающимся дается задание передать средствами пластической выразительности образы Вселенной. Например, образ дерева, образ улитки, образ птицы и т. д.

#### **ТЕМА: «Музыкально-пластические этюды».**

Музыкально-пластические этюды рождаются из опыта всей предыдущей



работы обучающихся. Задача упражнений сводится к конкретным действиям, а не к игре в чувства. Этюды состоят из трех действий: начало, развитие и финал.

Далее идет развитие движения по действию, которое также заранее оговаривается. В финале образ может измениться не только внутренне (что происходит всегда), но и внешне. Например, это собирательный образ цветка, который распускается (одно музыкальное произведение), проживает лето (другое музыкальное произведение) и увядает (третье музыкальное произведение).

Этюды закрепляют навыки, полученные в упражнениях предыдущих РАЗДЕЛОВ, показывают насколько точно и правильно обучающийся может выполнить поставленную перед ним задачу.

Этюды - подготовка к работе над танцевальным номером.

### **ТЕМА: «Пластический тренинг».**

Задача - совершенствовать пластику тела, развивая принцип непрерывности движения. Через образы Вселенной, научить видеть и чувствовать красоту пластической формы.

Весь пластический тренинг ведется на основе единства энергий дыхания, воображения, движения. Одновременно это единство сливается в пластике танцора с энергией окружающего его пространства.

Все пластические движения последовательно связаны между собой и образуют целостную систему из семидесяти семи упражнений, называемую “Рождение Цветка в Океане Света”.

Каждое движение выполняется в ритме естественного дыхания человека (вдох- выдох). Дыхание человека, его “органичная музыка”, рождает движение, раскрывает тело при вдохе и закрывает его при выдохе.

В гармоничном движении нет поворотов под острыми углами, все повороты осуществляются по плавной кривой: по волне, по спирали, по кругу. Эти естественные линии гармонии заложены в возможных движениях отдельных частей тела и всего тела.

### **ТЕМА: «Сценическое действие».**

В процессе обучения обучающиеся знакомятся с элементами АКТЕРСКОГО мастерства как элементами СЦЕНИЧЕСКОГО действия:

- внимание - закон сценического действия
- воображение - основа действия
- образ (внешний и внутренний)
- сценическая задача (движение-действие)
- взаимодействие и общение

## **РАЗДЕЛ «Танцевально-художественная работа».**

Постановочная работа ведется по двум направлениям: создание танцевального образа (поиск выразительной пластики) и выстраивание музыкально – пластических композиций. Задача творческого процесса - добиться соответствия эмоциональной выразительности музыкальных и танцевальных образов средствами сценической и пластической выразительности. При этом обязательно учитываются физические данные исполнителя. Процесс создания танцев творческий, исполнение осмысленное.

## **РАЗДЕЛ «Введение в мир искусства».**

Обучающиеся знакомятся с историей развития танцевального искусства, с историей возникновения и развития “свободного” пластического танца и стилем “модерн”, а также балетного искусства. Примеры для сравнения: видеозаписи, фотоальбомы, репродукции.

## **СПОСОБЫ ПРОВЕРКИ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ**

1. Индивидуальные беседы.
2. Общение в коллективе.
4. Общение с родителями (собрания, встречи).
5. Приглашение на концерты и занятия специалистов.

## **ФОРМЫ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ**

Участие в концертах, конкурсах, фестивалях показывает положительные результаты занятий, развивает творческий потенциал обучающихся, вызывает заинтересованность родителей.

## **Материально-техническое обеспечение занятий**

Занятия проводятся в свободном для перемещения малом спортивном зале колледжа, генеральные репетиции проводятся в актовом зале колледжа. В распоряжении танцевального объединения: костюмы, головные уборы, ноутбук, микрофоны, музыкальный центр, акустическая аппаратура.

## Список литературы.

1. Васильева Т.К. Секрет танца. - Санкт-Петербург: Диамант, 1997.
  2. Выготский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте. - Просвещение 1991.
  3. Гусев Г.П. методика преподавания народного танца. Упражнения у станка. – Москва : Гуманитарный издательский центр Владос,2002.
  4. Назайкинский Е.В. Звуковой мир музыки. - М.: Музыка, 1988.
  5. Никитин Б. Развивающие игры. - М., 1985.
  6. Смирнова М.В. Классический танец. - Выпуск 3. - М., 1988. »
  7. Смирнов М.А. Эмоциональный мир музыки. - М.: Музыка, 1990.
  8. Хаустов В.В. Методическое пособие для начальной стадии преподавания акробатического рок-н-ролла. - Ростов-на-Дону, 1999.
  9. Белкин А.С. Основы возрастной педагогики. - Екатеринбург, 1999.
  - 10.Браиловская Л.В. Самоучитель по танцам. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2003.
  11. Шишкина В.А. Движение + движение. - М.: Просвещение, 1992.
  12. «Искусство современного танца» - ЕШКО.
  13. Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ,- М.: просвещение, 1981.
  14. Развитие творчества, через интернациональное воспитание (в помощь организаторам внеклассной работы, классным руководителям). Октябрьский, 1991 г.
- DVD ПРОГРАММЫ :**  
Обучающая программа, 4 выпуск . Танцы.
2. Школа современного танца Кайла и Сьюзен Узбб. Для начинающих.

3. Фитнес аэробика, танц - программы.
4. Dance... Dance... Dance... Club Dance.
5. Танцевальная аэробика 2. IRISH DANCE , LATINA JAZZ.
6. ТОДЕС -балет Аллы Духовой.(2 -концерта : «Самая опасная», « Тодес -15 лет»)
7. Танцы. Веселье, страсть, опасность, огонь, классика, современность, симфония пластики и вечности на экранах мировых кинотеатров.
8. Танцы и музыка. Фильмы.