Муниципальное автономное учреждение

дополнительного образования детей

центр внешкольной работы

|  |  |
| --- | --- |
| **Рассмотрено**  на педагогическом совете  МАУДОД ЦВР  протокол от 05.06.12г. №28 | **Утверждаю**  Директор МАУДОД ЦВР  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Доброходова Т.В. |

**Дополнительная образовательная программа**

**«Провинциальные танцы»**

Для детей 12 - 18 лет.

Срок реализации программы 1 год.

Программу составила

**Иванова Людмила Серафимовна**

педагог дополнительного образования

Новгородская область

г. Пестово

2012г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**Дополнительное образование** – это одна из возможностей человека вхождения в социальную деятельность через собственный выбор сфер творчества. Оно направлено на развитие творческого потенциала детей, обеспечение условий для творческого роста и создание возможностей творческого развития, этому служит художественно-эстетическое воспитание, в частности, занятия хореографией.

**Хореографическое искусство** – массовое искусство доступное всем. Благодаря систематическому образованию и воспитанию учащиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию профессионального хореографического искусства. Занятия хореографией способствуют развитию общекультурного кругозора, формируют определенные эстетические принципы и ценности, а также позитивные физиологические показатели человека: физическое здоровье и выносливость, гармоничное телосложение.

**Программа «Провинциальные танцы»** разработана для учащихся студии танца «Провинция», прошедших основной курс обучения, а так же старшеклассников, имеющих хореографическую подготовку и подростков с неординарными природными данными для хореографии (творческая группа). Данная программа является модифицированной и рассчитана на детей, имеющих базовую подготовку по хореографии, обладающих природными способностями, не имеющих перед собой явной цели сделать в дальнейшем хореографию своей основной профессией (в отличие от специальных учебных заведений), но не исключающих такую возможность. Программа намечает определенный объём материала, который может быть использован или изменён с учётом состава группы, физических данных и возможностей каждого учащегося, а также с учетом особенностей организации учебного процесса: разновозрастных, разноуровневых групп детей, нестандартностью индивидуальных результатов обучения.

**Актуальность** данной программы заключается в следующем. Программа основывается на интересах самих подростков (активное увлечение модными музыкально танцевальными течениями, повышенную эмоциональную отзывчивость), что позволяет педагогу не только корректировать эти интересы, но и вызывать у подростка положительное отношение к искусству танца. Программа является комплексной и представляет собой единую систему занятий, предназначенную для обучения и воспитания танцора, готового к сценической деятельности.

**Классический танец** – это главная система выразительных средств балетного искусства, выработанная великим педагогом классического танца А. Вагановой. Предмет «классический танец» является фундаментом всего комплекса танцевальных дисциплин, источником высокой исполнительской культуры. В процессе обучения развиваются физические данные учащихся, формируются необходимые технические навыки, накапливается определенный запас лексики. Занятия классическим танцем оказывают также воспитательное воздействие: у учеников вырабатываются такие качества, как трудолюбие, целеустремленность, творческая дисциплина, аккуратность.

**Современная хореография** – динамичная развивающаяся система, включающая в себя технику джаз-модерн и street dancе. Она создаёт достаточную свободу в выборе лексического материала, именно эта особенность позволяет создать свой выразительный язык движений. Занятия джаз-модерн танцем способствуют не только физическому развитию детей, но и создают возможность для творческой самореализации личности, так как танец позволяет создавать свою собственную философию, даёт возможность представить свой взгляд на мир. В связи с тем, что в современной хореографии нет достаточно выработанной обучающей программы, то за основу взята методика преподавания известного педагога модерн-джаз танца В.Никитина и информация, полученная на мастер-классах.

Кроме этих основных разделов программа включает в себя такие разделы как: «Постановочная и репетиционная работа», « Индивидуальная работа», раздел «Игровые технологии» - система творческих заданий на развитие творческой свободы детей - курс актерского мастерства (выбор упражнений по усмотрению педагога).

Характерными особенностями данной программы являются достижение максимальной усвояемости материала за счет темпоритма занятий и наличие собственной системы хореографической работы с детьми с использованием инновационных приемов и методов обучения:

- мастер-классов с приглашением педагогов других танцевальных коллективов;

- применение психофизических тренингов для создания комфортной обстановки и развития креативности;

- презентации сомостоятельных работ учащихся – творческие танцевальные конкурсы внутри коллектива и показ этих работ на концертах.

Эти особенности определют новизну программы.

**Цель данной программы** – создание условия для раскрытия творческой личности ребенка средствами хореографического искусства.

**Основными задачами** педагогической деятельности данной программы являются:

***1. Образовательные:***

* сформировать практические умения и навыки;
* дать определенные теоретические знания;
* научить лучше прочувствовать собственное тело, как в физических аспектах, так и духовных его проявлениях;
* научить самостоятельно пользоваться полученными практическими навыками и теоретическими знаниями.

1. ***Воспитательные:***

- воспитать человека, способного существовать в современном мире с максимальной пользой;

* создать дружный коллектив;
* сформировать нравственную культуру;
* выработать у учащихся чувство энергетической наполненности, помогающей им преодолевать сложные жизненные ситуации;

***3. Развивающие:***

* приобщить детей к танцевальному искусству;
* сформировать определенную эстетическую танцевальную культуру

- развить выраженное желание и сформировать умения самостоятельного образовательного, творческого и духовного развития;

- сформировать умение терпимо относится к любым видам искусства, в том числе и к национольному, правильно их оценивать в собственном сознании;

- развить нравственно – эстетическую отзывчивость на прекрасное и безобразное жизни и в искусстве;

* укрепить здоровье и развить физическую выносливость.

Программа «Провинциальные танцы» предназначена для детей в возрасте от 12 до 18 лет. Срок реализации 1 год.

Образовательная программа предполагает групповую, индивидуальную, коллективную и фронтальную формы занятий.

Количество занятий и учебных часов в неделю:

- 3 раза в неделю по 4 часа или 4 раза в неделю по 3 часа

**ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ДАННОЙ ПРОГРАММЫ**

**Общественно-значимые результаты:** В процессе обучения будет создано творческое содружество детей с преемственностью его участников; повысится престиж студии танца у родителей, общественности, специалистов; будут достигнуты результаты деятельности обучающихся в группе детей: призовые места в районных, областных, российских, международных фестивалях и конкурсах.

**Личностные результаты:** В результате обучения по программе учащиеся будут иметь представление о хореографическом искусстве; владеть практическими умениями и навыками, теоретическими знаниями в объёме данной программы; научаться чувствовать собственное тело, как в физических аспектах, так и духовных его проявлениях; приобретут общую эстетическую и танцевальную культуру; научаться самостоятельно пользоваться полученными практическими навыками и теоретическими знаниями (эти результаты будут отслеживаться в процессе концертных выступлений и зачетных формах подведения итогов обучения).

У учащихся сформируется определенная нравственная культура; выработается социальная адаптация, помогающей им преодолевать сложные жизненные ситуации; сформируется выраженное желание и умение самостоятельного образовательного, творческого и духовного развития; сформируется готовность к обучению в вузах и техникумах (не только творческой направленности) за счёт повышенной работоспособности, конкурентоспособности (будет вестись мониторинг поступаемости в вузы и техникумы учащихся, освоивших полный курс обучения максимального срока реализации программы «Провинциальные танцы»); сформируется умение терпимо относится к любым видам искусства, в том числе и к национольному, правильно их оценивать в собственном сознании; укрепиться здоровье и физическая выносливость.

**Формой подведения итогов** реализации дополнительной образовательной программы «Провинциальные танцы» предполагаются: педагогические наблюдения, открытые уроки, зачёты, контрольные уроки, выступления в различных концертных программах, конкурсах, фестивалях. В конце каждого учебного года, по возможности, проводится отчётный концерт, т.е. оцениваются в основном презентабельные результаты.

Реализация этой программы возможна на основе следующих принципов: целенаправленность учебного процесса; систематичность и регулярность занятий; постепенность развития природных данных учащихся; строгая последовательность в овладении лексикой и техническими приёмами танца; доступность учебного материала; учёт возрастных физических и технологических возможностей детей; результативность обучения; индивидуальный подход в обучении; учёт специфических особенностей региональной культуры; комфортная эмоциональная среда на занятиях в коллективе.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Название разделов и тем** | **Количество часов** |
| 1. | **Вводное занятие.** | 1 |
| 2. | **Классический танец.**  Всего:  а) практические занятия;  б) теоретические занятия. | **108**  104  4 |
| 3. | **Современная хореография.**  Всего:  а) практические занятия;  б) теоретические занятия. | **108**  104  4 |
| 4. | **Постановочная и репетиционная работа.**  Всего:  а) практические занятия;  б) теоретические занятия. | **108**  104  4 |
| 5. | **Индивидуальная работа** | **54** |
| 6. | **Система творческих заданий «Игровые технологии»** | **36** |
| 7. | **Организационно-массовые мероприятия. Концертная деятельность** | **18** |
|  | **Всего:** | **432** |

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.**

**Вводное занятие. (1 час)**

Правила поведения в МАУДОД ЦВР. Инструктаж по технике безопасности. Знакомство с планом работы.

**Классический танец. (108 часов.)**

Основными задачами обучения являются: выработка навыков правильности и чистоты исполнения. Наряду с этим вводится более сложная координация движений за счёт использования поз и введения элементарного abajio. Начинается изучение pirouettes.

ЭКЗЕРСИС У СТАНКА.

1. Demi rond en rond jambe на 45 градусов en dehors et an dedans на п/п и demi-plie.
2. Battements fondus:

а) с plie-releve et rond de jambe на 45 градусов en face;

б) с plie-releve et rond de jambe на 45 градусов из позы в позу.

1. Battements frappes et battements double frappes.

А) на п/п ;

б) с окончанием в demi-plie.

1. Pas tombe с полуповором en dehors et en dadans, работающая нога в положении sur le cou- de-pied.
2. Battements releles lents et battements developpes во всех позах на п/п.
3. Demi rond de jambe et rond de jambe developpe en dehors et en dedans на всей стопе.
4. III port de bras с ногой, вытянутой на носок назад, на plie (с растяжкой).

1. Поворот на двух ногах в V позиции на п/п с переменой ног (с вытянутых ног и с demi-plie).
2. Полуповороты на одной ноге en dehors et en dedans:

а) работающая нога в положении sur le cou – de – pied;

б) с подменой ноги.

1. Preparation к pirouette sur le cou – de – pied en dehors et en dedans с V позиции.
2. Pirouette c V позиции en dehors et en dedans.

ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ.

1. Demi rond de jambe et rond de jambe en dehors en dedans на 45 градусов на всей стопе.

1. Battements fondus:

а) на п/п;

б) с plie-releve et demi rond de jambe на 45 градусов на всей стопе.

1. Battements frappes et battements double frappes с окончанием в demi-plie.
2. Petits battements sur le cou – de – pied en face et epaulement с акцентом вперёд и назад.
3. Pas coupe на п/п.
4. III port de bras с ногой, вытянутой на носок вперё или назад на demi-plie.
5. Pas de bourree simple (с переменой ног) en tournant en dehors en dedans.
6. Preparation к pirouette en dehors et en dedans с V, IV, II позиций.
7. Pirouette c V, IV , II позиций en dehors et en dedans с окончанием в V и IV позиции .
8. Pas de bourree ballotte an face, затем на crouse et efface носком в пол и на 45 градусов.

AIIEGRO.

1. Temps leves с одной ногой в положении sur le cou – de – pied.
2. Grand changement de pieds en tournant на 1/8, ¼.
3. Grand pas echappe на II и IV позиции на crouse et efface.
4. Double assemble.
5. Sissonne fermee во всех направлениях.
6. Pas de chat.
7. Sissonne ouverte на 45 градусов во всех направлениях.
8. Sissonne tombe.
9. Pas balene.
10. Pas emboites.
11. Grand jete.

**Теоретические занятия. (4 часа.)**

1.Терминология. 1 час.

2.Правила исполнения трудноусвояемых упражнений у станка и на середине зала (по выбору педагога). 3 часа.

# Современная хореография (108 часа)

***Джаз – модерн танец.***

**Подготовительный уровень. (54 часа)**

В данной программе присутствует обобщённое понятие современной хореографии, так как здесь предпринята попытка ознакомить детей со многими направлениями современного танца. Основой курса является соприкосновение с таким направлением современной хореографии, как джаз-модерн танец.

Программой по данному предмету предусмотрены практические и теоретические занятия. Основу занятий составляет тренаж джаз-модерн танца. Эта дисциплина вводится в программу после того как освоены основы классического и народного танца. Так как джаз-модерн танец не имеет единой методики преподавания, то его экзерсис может строиться на принципах классического экзерсиса, и это даёт возможность педагогу проявлять полную творческую свободу. В процессе двух лет обучения и овладения основами технических принципов джаз-модерн танца в программу включаются такие направления как dans street и conteporary.

Задача подготовительного уровня – добиться достаточной свободы позвоночника при напряженном верхе. Релаксация позвоночника. Распределение напряжения и расслабления. Развитие элементарной координации, начало освоения технических принципов джаз-модерн танца.

Раздел *“Изоляция”:*

1. Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, sundari. Движения исполняются вперёд-назад и из стороны в сторону, диагонально, крестом и квадратом.
2. Плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмёрка», твист, шейк.
3. Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперёд-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты. Начинать кресты и квадраты с разных точек.
4. Пелвис: крест, квадрат, круги, полукруги, «восьмёрка» shimmi, Ielly roll.
5. Движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции и их варианты.
6. Ноги: движения изолированных ареалов (стопа, голеностоп). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение. Исполнение всех движений как по параллельным, так и по выворотным позициям. Ротация бедра, исполнение движений выворотной и не выворотной ногой.

Раздел «*Упражнения для позвоночника*»:

1. Flat bask вперёд, назад и в сторону, полукруги и круги торсом. Deep body bend. Twist и спираль.
2. Contraction, release, high release. Положение arch, low back, curve и body roll (“волна” передняя, задняя, боковая).

Раздел *“Координация*”:

1. Свинговое раскачивание двух центров.
2. Параллель и оппозиция двух центров.
3. Принцип управления “импульсивные цепочки”.
4. Координация движений рук и ног, без передвижения.

Раздел “*Уровни”:*

1. Основные уровни: “стоя, “сидя, “лёжа”.
2. Упражнения стрэч-характера в различных положениях.
3. Переходы из уровня в уровень, смена положения на 8, 4, 2 счёта.
4. Упражнения на contraction и release в положении «сидя».
5. Движения изолированных центров.

Раздел *«Кросс. Перемещение в пространстве»*

1. Шаги с трамплинным сгибанием колен при передвижении из стороны в сторону и вперёд-назад.
2. Шаги по квадрату.
3. Шаги с мультипликацией.
4. Основные шаги афро-танца.
5. Трёхшаговые повороты и полуповороты на двух ногах.
6. Триплеты с продвижением вперёд, назад и по кругу.
7. Прыжки: hop, jump, leap.

Раздел *«Комбинация или импровизация*»:

Комбинации на 32 и 64 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней и т.д.

Танцевальные комбинации в стиле различных направлений современного эстрадного танца.

**Теоретический материал. 2 часа.**

1. Терминология.
2. История возникновения танца «Модерн».

**Базовый уровень.(54 часа)**

Основными задачами базового уровня обучения являются дальнейшее развитие координации, более точное исполнение движений, дальнейшее освоение технических принципов джаз-модерн танца. Многие упражнения усложняются, на пример, упражнения на изоляцию могут совершаться в полиритмии, вращения менять уровни, сочетаться с контактным взаимодействием.

На базовом уровне вводятся новые технические понятия:

1. Разогрев с использованием уровней.
2. Комплексы изоляций.
3. Сочетания различных ритмов во время движения.
4. Комбинации, состоящие из спиралей, твистов и contraction в положении “стоя” и “сидя”.
5. Упражнения стрэч-характера во всех положениях: “сидя”, “лёжа”, “стоя у станка”.
6. Комбинации шагов в различных направлениях, координация шагов и движений изолированных центров.
7. Вращения на двух ногах и повороты на одной ноге на 360 градусов.
8. Танцевальные этюды, возможно, сюжетного характера.

Раздел “*Разогрев”:*

1. Смена нескольких положений исполнителя во время разогрева (у станка, на середине, в партере.)
2. Разогрев в положении “сидя” и “лёжа”, используя упражнения стрэч-характера, наклоны и твисты торса.
3. Соединения разогрева в единую комбинацию из нескольких движений.

Раздел “*Изоляция”.*

1. Комплексы изоляций.
2. Голова: комбинация из движений и геометрических фигур, разученных ранее, sundari-квадрат и sundari-круг. Соединение движений головы с движениями других центров.
3. Плечи: комбинации из движений, разученных ранее, разноритмические комбинации, соединения с движениями других центров.
4. Грудная клетка: круги и полукруги в горизонтальной и вертикальной плоскости, соединение и комбинации движений, изученных ранее, разноритмические комбинации.
5. Пелвис: соединение в комбинации изученных движений, hip lift, полукруги и круги одним бедром.
6. Руки: комбинации из движений, разученных ранее, соединение с движениями остальных центров, соединение с шагами.
7. Ноги: соединение в комбинации движений, изученных ранее, соединение движений рук с движениями рук, с движениями других изолированных центров, с движениями торса (спираль, твист, contraction и release).

Раздел “*Координация”:*

1. Бицентрия: движение двух центров в параллель и оппозицию.
2. Перемещение в пространстве шагами с координацией рук и изолированных центров.
3. Трицентрия в параллельном направлении.
4. Соединение движений в нескольких центрах в различных ритмических рисунках.
5. Использование различных ритмов в использовании движений, например, один центр исполняет движение медленно и плавно, другой – акцентированно и резко.

Раздел “*Упражнения для позвоночника*”:

1. Соединение в комбинации движений, изученных ранее.
2. Использование падений и подъёмов во время комбинаций.
3. Соединение contraction и release с одновременным подъёмом одной ноги в воздух и перемещение в пространстве.

Раздел “*Уровни”:*

1. Комбинации с использованием contraction, release, спирали и твисты торса.
2. Перемещение из одного уровня в другой.
3. Упражнения стрэч-характера в соединении с твистами и спиралями торса.

Раздел “*Кросс. Передвижение в пространстве*”:

1. Комбинации шагов, соединенными с вращениями и стабильными позами (вращение на двух ногох и на одной ноге).
2. Использование contraction и release во время передвижения.
3. Вращение как способ передвижения в пространстве.
4. Комбинации прыжков, исполняемых по диагонали.
5. Соединение шагов с изолированными движениями двух центров.

Раздел “*Комбинация или импровизация”:*

Развернутые комбинации с перемещением в пространстве, с использованием смены уровней, различных способов вращения и прыжков.

Танцевальные комбинации в стиле различных направлений эстрадного танца.

**Теоретический материал. 2 часа.**

1. Многообразие современной хореографии.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ К МУЗЫКАЛЬНОМУ СОПРОВОЖДЕНИЮ.

Музыкальный материал зависит от построения занятия. Для разогрева используется ритмическая музыка свингового характера. Для «Изоляции» подходит быстрая ритмичная музыка с чётким акцентом на первую долю. В разделе «Упражнения для позвоночника» возможны разные музыкальные размеры, но не стоит особо усложнять ритм. В разделе «Кросс» выбор музыки зависит от характера комбинации, ритм зависит от типа шага. В дальнейшем может использоваться более сложная музыка различных стилей. Музыкальный материал должен соответствовать разделу урока, а комбинации должны выстраиваться в зависимости от целей и задач.

**Постановочная и репетиционная работа (108 часов)**

Данный этап программы предполагает постановку танцевальных номеров на основе всего пройденного материала и всех разделов танцев данной программы. В зависимости от подготовленности участников ансамбля возможны обращения к дополнительному материалу. Обязательно присутствие в номерах хореографического замысла – идеи или воплощения определенного сюжета. Любой музыкальный материал, соответствующий хореографическому замыслу. Количество танцевальных номеров зависит от этапа обучения, подготовленности учащихся и материальных возможностей коллектива (пошив костюмов), а также наличия качественного музыкального материала. Возможно от 2 до 4 танцевальных номеров в год, в том числе сольных. Учащиеся привлекаются к процессу постановки танца.

Этот предмет суммирует все знания, полученные учащимися на занятиях по основным дисциплинам и приводит их в целостную систему знаний, навыков и даёт возможность овладеть методом создания хореографического произведения, т.е. танцем.

**Теоретический материал. (4 часа.)**

1. Основы хореографической драматургии. 1 час.
2. Драматическое построение и хореографическое действие. 1 час.
3. Хореографическая композиция как форма выражения содержания.2 часа.

**Практические занятия. (104 часа.)**

Параллельно с теорией ведется практическая работа по сочинению и постановке хореографических этюдов и танцев. Для этого используется пройденный материал данной программы. Исполнение этой работы осуществляется силами самих учащихся. Работы учащихся могут быть использованы в отчётном концерте коллектива.

**Система творческих заданий «Игровые технологии» (36 часов.)**

Большую роль в коллективе имеет доброжелательная обстановка. Чувство доброты, эмоциональная комфортность в данной среде воспитывается делами. Важно, чтобы каждый воспитанник мог расслабиться и почувствовать внутренную психологическую свободу и умел доверять своим товарищам. Детское творчество тесно связано с игрой, с поиском нового интересного и необычного, и, способствует больше саморазвитию ребенка, чем самореализации. В процессе творчества, как и в игре, ребенок стремится опробовать разные роли. Система творческих заданий помогает детям войти в образное содержание выбранной роли, а перевод образа из одного художественного ряда в другой уйти от общих шаблонов и развить ассоциативное мышление. Построение заданий от частного к общему предполагает общение детей по поводу созданного, то есть его исполнения и восприятия.

**Упражнения на доверие и релаксацию.**

В процессе выполнения приведенных ниже упражнений дети обретают доверие друг к другу, становятся спокойнее и внимательнее.

* *Дети выстраиваются таким образом, чтобы один стоял спиной к тем, кто будет его ловить*.

За его спиной 4-5 человек договариваются, кто будет держать голову, кто ловит лопатки, кто "мягкое место" падющего. Задача падающего назад, доверить себя другим детям, и упасть "столбиком", не прогибаясь.

***Методический комментарий:*** это упражнение можно использовать не только для развития доверия, но и как тест на доверие. По моим наблюдениям, дети, малообщительные в коллективе, не очень доверяют своим товарищам, а ребята, имеющие задатки лидера. падают, не раздумывая.

В старшем возрасте, когда дети физически сильнее, можно использовать падение со стула. Те, кто ловит должны четко исполнять свои роли ловящих. неся чувство ответственности за товарища.

* *Дети лежат на полу на спине, ноги и руки раскрыты в сторону.*

Задание 1.

Надо представить себя разбитым яицом в состоянии, когда желток смешался с белком и получилась расплывающаяся и растекающаяся масса непонятно чего.

Задание 2.

Надо представить себя разбитым яицом в состоянии, когда желток остался круглым, а белок растекся.

Задание 3.

Надо представить себя разбитым яицом в состоянии, когда яицо внезапно разбили на раскаленную сковороду.

***Методический комментарий:*** умение расслабляться поможет в последствии снять физические зажимы на сцене. А последнее заданее, как правило, вызывает бурю эмоций. Можно дать возможность детям поочереди понаблюдать за фантазией друзей.

* *Дети делятся на пары.*

Задание 1.Один лежит на полу и представляет себя расплывшився яицом. Другой входит в роль скульптора и лепит лежащего, представляя его в роли пластелина или песка, как дети часто это делают на пляже. Начинает с ног, аккуратно проходя коленные чашечки, переходит на руки, вылепливая каждый пальчик, заканчивает головой. Потом дети меняются местами.

***Методический комментарий:*** помимо релаксации, это упражнение развивает доверие того, кого лепят, к тому, кто лепит. Дети учатся доверять друг другу через физические ощущения. Это упражнени является начальным тренингом в технике контактной импровизации. Упражнение не такое скучное, как кажется с первого раза. У всех, практически, деток присутствует чувство щекотки, они начинают хихикать, втакие моменты снимается психологическое напряжение между мало общающимися детьми.

Задание 2.

И.П. то же. Теперь, стоящий отрывает медленно от пола поочереди ноги, руки, а потом и голову лежащего от пола, пытаясь почувствовать, насколько лежащий расслабил эту часть тела. А тот, который лежит, пытается максимально расслабиться и довериться стоящему.

***Методический комментарий:*** если лежащему удаются хорошо расслабиться, дети удивляются особенно тому, что голова бывает такой тяжелой.

* *Дети сидят на полу в свободной удобной позе.*

Делается глубокий вдох, взгляд в потолок, на выдохе голова опускается подбородком на грудь, при этом максимально расслабляются мышцы шеи и есть ощущение, что за головой тянется верхний отдел позвоночника. Это упражнение делается раз 7-8.

***Методический комментарий:*** при правильном исполнении должно быть ощущение, что голова с каждым разом делается все тяжелее. В данном случае снимается шейный мышечный зажим. Умение расслаблять мышцы шеи избавит, в последствии, ребенка от последствий нагрузок на верхний и шейный отдел позвоночника.

* *Дети стоят по невыв. II поз. ног. свободно, руки опущены вниз*.

Поочередно в свинге расслабляем мышцы шеи, плечи, грудную клетку, поясницу, постепенно опускаясь вниз. В таком положении, полностью расслабляясь, медленно поднимаемся обратно. Здесь надо добиться достаточной свободы позвоночника. Релаксация позвоночника , распределение расслабления путем освоения технического принципа джаз-модерн танца: roll down, roll up.

**Психофизический тренинга на снятие эмоциональной**

**закрепощенности**

***Методический комментарий*:** В качестве эксперимента на занятиях вводился тренинг актерского мастерства, который был проработан на основе психофизического тренинга актерского мастерства, разработанного на кафедре Московского института культуры и искусств педагогом Клубковым Сергеем Вячеславовичем. Тренинг содержит элементы системы Станиславского, и был адаптирован к применению в детских творческих коллективах на базе Нижегородского театра «Листопад» педагогом дополнительного образования Ириной Шварц.

В результате занятий снимается этот страх, раскрывается внутренний мир, рушатся стереотипы, штампы, формируется креативное индивидуальное мышление. Данный тренинг необходим для раскрытия творческого потенциала любого учащегося. Он развивает внимание, воображение, фантазию, свободу мышц, умение общаться, чувство партнера и импровизации и многие другие качества, необходимые юному артисту. Развивается креативное мышление, способность мгновенно проявлять на подсознательном уровне, даже вытаскивать из глубин своего "я" творческий образ.

*Упражнение на развитие сценического внимания*.

Задание 1. Повторяя движение за педагогом, дети должны хлопнуть в ответ - как бы поймать хлопок. В данном упражнении потом можно похулиганить – промахнуться в хлопке, съимитировать хлопок, но не хлопнуть.Теперь мы представляем, что нас связывают невидимые нити и надо поймать движения педагога. Это могут быть движения руками, хлопки, перемещения из стороны в сторону, вперед и назад.

Задание 2. По хлопку мы замираем в различных формах, фигурах, изображая какую – либо эмоцию, пытаясь поймать хлопок всем телом. Чем интереснее фигура, тем лучше, т.е. то, что первое придет в голову.

*Упражнение на развитие творческой свободы.*

Задание 1. Перед каждым ребенком как будто бы стоят баночки с разными красками, а все пространство вокруг - это большой холст. Под приятную детскую музыку дети начинают рисовать вокруг себя картины, импровизируя на ходу. Рисуем картины раскрытой ладошкой, показывая и процесс макания ладошки в краску.

Задание 2. Повторяет первое, но теперь мы включаем разные уровни пространства: лежа на полу, сиды на коленях, сидя на корточках, в plie, стоя, поднимаясь на полупальцы, включая прыжок.

*Упражнения на работу в пространстве.*

Задание 1. Начинаем двигаться по залу, занимая всю площадку так, чтобы не осталось ни одного свободного места. Всего 10 скоростей движения, 5ая – обычный шаг. Ходим на разных скоростях.

Задание 2. Ходим, изображая паутинку, гром и молнию, пластилин, утреннее облако, гусеницу, финтифлюрду.

**Методический комментарий:** Очень важно делать по хлопку, так нет возможности подумать - это рушит стереотипы. Выскакивает первый спонтанный образ, не дать успеть вспомнить, подумать, как это должно быть правильно, надо бояться повторяться. Что такое «финтифлюрда» не знает никто, но то, что вспыхивает первое, то и правда.

*Упражнения на взаимодействие.*

Задание 1. Разбиваемся на тройки и таким же образом, долго не думая, пытаемся изобразить: работающий вентилятор, бутерброд, кактус, жирафа.

Задание 2. В парах можно сделать упражнение «кукловод», изображая кукол – марионеток и кукловода.

Задание 3. Упражнение на групповое взаимодействие « Стоп кадр».

Делимся на две большие группы. В каждой группе распределяемся , кто на какой счет делает движение: на «раз»- выбегает один, замирая в позе, на «два» - выбегает следующий и замирает в позе, продолжая картинку и т. д. В конце мы смотрим, какой стоп кадр получился, какое взаимодействие получилось и как мы друг друга понимаем.

**Упражнения на развитие мышц лица.**

Задание 1. Смотря в маленькое зеркальцее состроить всевозможные рожицы, делать это до тех пор, пока не устанут мышцы лица.

Задание 2. Убрать зеркальце и состроить рожици своим товарищам и при этом не рассмеяться.

Задание 3. Смотря в зеркальце держать мышцами лица букву "А".

Задание 4. Смотря в зеркальце держать мышцами лица букву "О".

Задание 5. Смотря в зеркальце держать мышцами лица букву "У".

Задание 6. Смотря в зеркальце держать мышцами лица букву "Ы".

Задание 7.Смотря в зеркальце, работаем мышцами лица, чередуя буквы "А" и "О".

Задание 8. Смотря в зеркальце, работаем мышцами лица, чередуя буквы "У" и "Ы".

Задание 9. Смотря в зеркальце, работаем мышцами лица, чередуя буквы "А" и "Ы".

Задание 10.Смотря в зеркальце, работаем мышцами лица, чередуя буквы "У" и "О".

**Методический комментарий:** Все упражнения желательно делать, смотря в зеркало для того, чтобы физически увидеть и прочувствовать работу мышц лица, особенно, когда работаем с чередованием "У" и "О". Все буквы проговаривать звуком, проговаривать надо вслух и громко.

Все упражнения делаются до тех пор, пока не устанут мышцы лица. Когда держим букву "А", не обязатель очень широко раскрывать рот, так можно от усердия вывихнуть челюсть, своеобразная техника безопасности.

В процессе репетиционной работы можно протанцеваить свои номера с разными масками.

Танцуя одну из постановок, дети держат звук "А" от начала и до конца танца. Следующий танцевальный кусок мы отрабатывается со звуком "О", следующий со звуком "У", далее со звуком "Ы".

Впоследствии, можно включить в зависимости от характера танцевального номера маски: "Улыбка", "Удивление", "Испуг",Плач","Злость".

**Методический комментарий:** Важно, чтобы дети держали звук или маску на протяжении всей танцевальной комбинации или номера, чтобы уставали мышцы лица. Детям - этот процесс очень интересен, все проходит довольно весело. Кто не выдерживает и начинает смеяться. Со временем включается механизм ассоциаций. В процессе выступления на сцене, они вспоминают зтот веселый момент на уроке, маску, которая у них ассоциируется именно с этим танцевальным номером, естетвенно передавая те или иные эмоции. Занятия по развитию мышц лица обогащают исполнительское мастерство детей, мышцы лица делаются более свободными, улыбка естественной. Это дает максимальную свободу для техничного исполнения номера.

Система творческих заданий «Веселый «Подсолнух» помогает достичь следующих результатов:

- в процессе занятий дети научатся креативно мыслить,

- у детей проявиться раскрепощенность и артистическая свобода в выражении своих эмоций на сцене;

- дети избавяться от многих комплексов и зажимов, получат свободу общения,

- сформируются микроклимат и условия для развития творческой свободы уникальной растущей личности ребенка, ее самореализац

**Индивидуальные занятия (54 часа)**

Постановка, изучение сольного танца и танца малых форм.

Этот раздел вводится в программу как дополнительный материал к основному курсу и не является обязательным. Обращение к этому разделу зависит от подготовленности учащихся. Индивидуальные занятия ведутся, как с целью подтянуть отстающих, так и стимулировать одаренных к их дальнейшему раскрытию. Практикуются отдельные занятия для мальчиков и девочек.

**Организационно - массовые мероприятия.**

**Концертная деятельность (18 часов)**

Концертная деятельность.

Подготовка к концерту: организационные вопросы (родительские собрания, подбор сценических костюмов и подготовка костюма к концерту, сдача костюмов после концерта, подбор сценического образа (прическа, макияж).

Просмотр концертного выступления, разбор положительного и отрицательного опыта.

Чаепитие в честь именинников студии

**ПРЕДПОЛАГАЕМАЯ СИСТЕМА ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ ОБУЧЕНИЯ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Название разделов** | **I п.** | **II п.** |
| **1.** | Классический танец:  а) практика;  б) теория. | Зачёт | Зачёт  Зачёт |
| **2.** | Современная хореография:  а) практика;  б) теория. | Контрольный урок | Зачёт  Зачёт |
| **3.** | Репетиционно-постановочная работа  а) практика;  б) теория. |  | Зачёт  Зачёт |
| **4.** | Индивидуальные занятия | Зачёт | Зачёт |

**Оценка результатов обучения детей может проявляться следующим образом: открытые уроки, зачёты, контрольные уроки, выступления в различных конкурсах, фестивалях, концертных программах, отчётный концерт.**

**УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.**

Для успешной реализации данной программы необходимо:

* большое, светлое и хорошо проветриваемое помещение;
* раздевалка;
* соответствующее оборудование (станки, зеркала, звуковоспроизводящая и звукозаписывающая техника);
* костюмы и обувь для занятий и танцевальных номеров для концертных выступлений;
* определенные источники финансирования для пошива костюмов и обуви, поездок на различные конкурсы и фестивали (проживание, питание, транспорт), аренда зала для выступлений;
* концертный зал для выступлений.

**ИСТОЧНИКИ ФИНАНСИРОВАНИЯ КОЛЛЕКТИВА:**

1. Родительские взносы.
2. Платные концерты.
3. Спонсорская помощь.

4. Поддержка местных органов самоуправления.

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Классический танец. Программа для хореографических отделений музыкальных школ искусств. М.1987 г.
2. Гусев Г. П. Методика преподавания народного танца: упражнения у станка: Учеб. пособие для ВУЗов искусств и культуры. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003.
3. Ваганова А. Я. Основы классического танца. Издание 6. Серия «Учебники для вузов. Специальная литература» - СПб.: Издательство «Лань», 2000.
4. Никитин В. Ю. Джаз-модерн танец. Начало обучения. – М.: ВЦХТ, 1998.
5. Никитин В. Ю. Джаз-модерн танец. Продолжение обучения. – М.: ВЦХТ, 2001г.
6. Методическая разработка к программе “Народно-сценический танец” для хореографических отделений ДМШ и школ искусств (3 класс, 2 год обучения), М., 1985г.
7. Народно-сценический танец. Методическая разработка для хореографических отделений ДМШ и ДШИ (4 класс 3 год обучения). М. 1987 г.
8. Приложение к журналу “Внешкольник”. № 5 2001 г. Проектирование образовательных программ в учреждениях дополнительного образования детей.
9. Танец. Программа для культурно-просветительных училищ (Специальность “Хореографическая”). Вариант второй. М. 1977 г.
10. Андреев В.И. Педагогика творческого саморазвития. Инновационный курс. Книга 1. Казань, 1996.
11. Гиглаури В.Т.Программа по искусству движения для детей, занимающихся хореографией, танцем или другими видами и направлениями движенческого и пластического искусства.
12. Никитин В.Ю. Композиция урока и методика преподавания Модерн-Джаз Танца. – М.: Издательский дом «Один из лучших», 2006.
13. Р. Захаров. Сочинение танца. Страницы педагогического опыта. М.“Искусство”, 1989 г.
14. Пинаева Е.А. Ритмика и танец. Примерная программа для детских хореографических школ и хореографических отделений детских школ искусств (подготовительные классы). – Москва, 2006.
15. Лекции по спецдисциплинам преподавателей хореографии КГИИК, Горшкова В.Н.,Цветковой Н.В., Сентябова С.Д., Синцова Е.Н.88-93г.

**МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ**

***Классический танец.***

Серебренников Н.Н. Поддержка в дуэтном танце: Учеб. - методическое пособие. 2-е изд., доп. – Л.: Искусство,1979.

Лекции по предмету «Образцы классического танца» зав. кафедрой хореографии КГИИК, профессора Юлтыевой Н.Д. Казань, 1990.

Васильева – Рождественская М.В. Историко-бытовой танец. Учеб. пособие. – 2-е изд., пересмотр. – М.: Искусство, 1987.

Лекции по предмету «Классический танец – методика преподавания» преподавателя хореографии КГИИК Цветковой Н.В. Казань, 1988-93.

***Репетиционно-постановочная работа.***

Холфина. С.С. Вспоминая мастеров московского балета… - М.: Искусство,1990.

Железкова. А.С. Надежда Павлова. Чебоксары: Чувашское книжное издательство, 1985.

Тарасов Л.М. Музыка в семье муз. – Л.: Дет. лит., 1985.

Константинова М.Е. «Спящая красавица». (Шедевры балета). – М.: Искусство, 1990.

Мессерер А.М. Тане. Мысль. Время. – М.: Искусство,1990.

Морис Бежар. Мгновение в жизни другого. – М.: В\О Союзтеатр СТД СССР, 1989.

Захаров Р.В. Сочинение танца. Страницы педагогического опыта. – М.: Искусство, 1983.

Красовская В.М. Ваганова. – Л.: Искусство, 1989.

Гиглаури В.Т. Сценическое искусство. Компоненты постановочной работы. Материал с курсовой подготовки «Арт-сфера» г. Нижний Новгород, 2008.

Журнал «Студия антре» (версия журнала «Балет» для детей»), №1-6, 2008.

Лекции по предмету «Искусство балетмейстера» преподавателя хореографии КГИИК, Горшкова В.Н., Казань, 1988-93.

Актерское мастерство. Часть первая. Тренинги. Игры. Упражнения. Нижегородская танцевальная федерация, центр актерского мастерства «Антрэ», театр «Листопад». Педагог – Ирина Шварц, Г.Нижний Новгород. Чувашский республиканский Дом народного творчества. «Все для танцев» в помощь руководителям танцевальных коллективов: «Поклонимся великим тем годам…». Танцевальные композиции.

Лекции по предмету «История хореографического искусства» преподавателя хореографии КГИИК, Горшкова В.Н.. Казань, 1989.

***Дополнительная литература.***

Богоявленская Т. Дополнительная образовательная программа танцевального ансамбля «Санта Лючия». – М.: web – издательство «Век информации», 2009.

Джеймс Ч. Добсон. Не бойтесь быть строгими. – М.: Центр общечеловеческих ценностей, 1997.

Сухомлинский В.А. О воспитании. Издание второе. – М.: Издательство политической литературы,1975.