

Департамент образования и науки Курганской области
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение «Каргапольская
специальная (коррекционная) школа-интернат»

<p>Рассмотрено на заседании методического объединения воспитателей Протокол № 1 от «22» августа 2023г. Руководитель МО Г.П.Шахматова</p>	<p>Согласовано на заседании Методического совета № 1 от «23» августа 2023 г.</p>	<p>«УТВЕРЖДАЮ» Врио директора школы Полишевич А.Н</p> <div data-bbox="965 604 1388 750" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"><p>ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ Сертификат 00bfced71b9c66834022c9f98a10472bb6 Владелец Полишевич Алена Николаевна Действителен с 20.09.2022 г. по 14.12.2023 г.</p></div> <p>Приказ № 92 от «15» сентября 2023г.</p>
--	--	---

**Дополнительная общеобразовательная программа
эстетической направленности
«Ансамбль»»**

Возраст обучающихся: 3-9 класс

Срок реализации: 3 года

Пояснительная записка

Предмет «Ансамбль» на отделении хореографии является заключительным звеном в конце каждого года обучения. Полученные знания и умения обучающиеся смогут применить в сценической деятельности. Такая деятельность ансамбля является базой накопления обучающимися социального опыта, ареной самореализации и самоутверждения, т.е. создаёт возможность для становления ребёнка как личность.

Цель обучения – повышение профессионального мастерства, избавление страха перед сценой и приобретение свободы движения, овладение обучающимися практическими умениями, личными навыками исполнения танцев. Создание танцевального репертуара на отделении хореографии.

Задачи обучения – формирование общей культуры, художественно-эстетического вкуса; развитие творческого начала; совершенствование двигательного аппарата; развитие пластичности, координации, хореографической памяти, внимания, формирование технических навыков и навыка ансамблевого исполнения; раскрытие индивидуальности.

Программа включает в себя изучение элементов народного, фольклорного, современного танцев; формирование репертуара с целью развития творческой активности обучающихся.

Рабочая учебная программа отличается от примерной сроками реализации (примерная программа рассчитана на 8-летнее обучение, где «Ансамбль» изучается 4 года), вследствие этого, преподаватель адаптировал программу на 7 лет обучения; материал же, изложенный в примерной программе в целом приемлем для нашей школы, где состав обучающихся разнороден по способностям и уровню подготовки.

Занятия должны проходить при соблюдении закономерности целостного педагогического процесса, учитывая цели, задачи эстетического воспитания и конкретные перспективы ансамбля. Преподаватель, придерживаясь содержания программы, может творчески подходить как к проведению занятий, так и к постановочной работе, руководствуясь изложенными выше целями и задачами.

Достижение результатов возможно при условии тщательной подготовки каждого занятия, а также учитывая их системность, последовательность, перспективность, повторяемость, заинтересованность, доступность. Изучение всех предлагаемых элементов основывается на принципе «от простого к сложному».

Занятия по предмету «Ансамбль» начинаются с 1 класса (7-летнего обучения), по 1 часу, и со второго класса по 2 часа.

Заключительным этапом получения знаний и умений является сценическая деятельность. Каждое полугодие на отчётном концерте школы обучающиеся показывают 3-4 номера.

Тематический план

1 год обучения

1 четверть

№	Тема	Количество часов
1	Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов	3
2	Упражнения на развитие художественно-творческих способностей	2
3	Танцевальные элементы	3
	Всего:	8

2 четверть

№	Тема	Количество часов
1	Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов	2
2	Танцевальные элементы и этюды	2
3	Задания на импровизацию	1
4	Упражнения на развитие ориентации в пространстве	2
	Всего:	7

3 четверть

№	Тема	Количество часов
1	Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов	3
2	Танцевальные элементы и этюды	3
3	Упражнения на развитие ориентации в пространстве	2
4	Задание на импровизацию	2
	Всего:	10

4 четверть

№	Тема	Количество часов
1	Упражнения на развитие отдельных мышц и подвижности суставов	2
2	Танцевальные этюды	3
3	Развитие ориентации в пространстве	2
4	Задание на импровизацию	1
	Всего:	8

2 год обучения

1 четверть

№	Тема	Кол-во часов
	Бессюжетный танец	
1	Изучение танцевальных элементов	6
2	Композиция бессюжетного танца на тему природы	10
	Всего:	16

2 четверть

№	Тема	Кол-во часов
	Бессюжетный танец	
1	Работа над танцевальными элементами	5
2	Отработка бессюжетного танца на тему природы	9
	Всего:	14

3 четверть

№	Тема	Кол-во часов
	Бессюжетный танец	
1	Изучение танцевальных элементов	8
2	Композиция бессюжетного танца на тему жизни животных	12
	Всего:	20

4 четверть

№	Тема	Кол-во часов
	Бессюжетный танец	
1	Работа над танцевальными элементами	6
2	Отработка бессюжетного танца на тему жизни животных	10
	Всего:	16

3 год обучения

1 четверть

№	Тема	Кол-во часов
	Орнаментальный танец	
1	Изучение танцевальных элементов с предметом	6
2	Композиция орнаментального танца с предметом	10
	Всего:	16

2 четверть

№	Тема	Кол-во часов
	Орнаментальный танец	
1	Работа над танцевальными элементами	5
2	Отработка орнаментального танца с предметом	9
	Всего:	14

3 четверть

№	Тема	Кол-во часов
	Орнаментальный танец	
1	Изучение танцевальных элементов	12
2	Композиция орнаментального танца (народный танец)	8
	Всего:	20

4 четверть

№	Тема	Кол-во часов
	Орнаментальный танец	
1	Работа над танцевальными элементами	6
2	Отработка орнаментального танца (народного танца)	10
		16

Содержание программы

1 год обучения

1 четверть

Тема 1: Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов

1. Постановка корпуса: «Ёлочка», упражнения для укрепления мышц спины, обеспечивающих правильную осанку.
2. Постановка головы: «Принц и принцесса», «Стакан на голове», «Подсолнухи».
3. Выработка равновесия и устойчивости.
4. Позиции рук классического и народного танца: «Шарик», «Окошечко».
5. Выработка выворотности и постановки ног.
6. Упражнения на развитие шага.

Тема 2: Упражнения на развитие художественно-творческих способностей

1. С первого занятия важно начать работать над лицом своих воспитанников: открытостью, взглядом и приветливой улыбкой. Для этого можно использовать упражнения для мышц лица: вытягиваем губ трубочкой, оттягиванием краешки губ в стороны, играем в «сердилки», зажигаемся как «лампочки» улыбкой.
2. Определение и передача в движении элементов музыкальной грамоты:
 - Характер музыки (весёлый, грустный)
 - Темп (медленный, быстрый)
 - Жанр музыки (марш, песня, танец)При этом использовать некоторые образы, характерные определённой музыке и исполнение хлопками, притопами ритмических рисунков произведения.
3. Импровизация: «Играем в скакалку», «В мяч», «Я - чайник», «Проснулись – потянулись» и так далее.
4. Упражнения на тренировку внимания.

Тема 3: Танцевальные элементы

1. Ходьба – простой танцевальный шаг (с вытянутым носком стопы) в спокойном темпе, равномерном ритме (идём по мягкой траве); в ходьбу включаются различные движения рук: размахивание вперёд – назад, подъём вверх, в стороны, используются хлопки.
 - Шаг с подъёмом колена на 90 градусов (шаг лошадки)
 - Шаги на полупальцах и пятках
 - Приставкой шаг, топающий шаг
2. Бег:
 - Мелкий, лёгкий

- С откидыванием ноги от колена назад, носок стопы вытянут
 - На месте и с продвижением
3. Полуприседания (хорошо окрасить динамическими оттенками музыки)
 4. Повороты – кружимся вокруг себя на полупальцах, голова повёрнута в сторону вращения, ноги переступают равномерно. Кружиться надо так, чтобы «себя показать и других посмотреть».
 5. Вынос ноги на каблук с одновременным полуприседанием – знакомит детей с понятием «опорная нога».
 6. Прямой галоп – шаг одной ноги вперёд и последующее подбивание её сзади другой ногой.
 7. Поклон – исполняется у мальчиков и девочек по-разному.

2 четверть

Тема 1: Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов

1. Постановка корпуса: продолжение работы над подтянутостью спины, красивой постановкой головы, ощущением опущенности, свободы плеч.
2. Упражнения для головы: наклоны головы вперёд, в стороны (ушком) и по точкам с одной стороны на другую (птичка здоровается клювиком); полукруговые движения.
3. Упражнения для плеч: спокойные и быстрые подъёмы плеч вверх и опускание их вниз, круговые движения.
4. Упражнения для рук, кистей, пальцев: поднимание и вытягивание рук вверх, в стороны, вниз; повороты кистей рук; собирание пальцев в кулак и разгибание; опускание или подъём кистей; «трепещем» кистями.
5. Позиции рук классического и народного танцев.
6. Выворотность ног: упражнения на полу, исправление о – образных ног.
7. Упражнение на развитие шага.
8. Развитие прыгучести.

Тема 2: Танцевальные элементы и этюды

Повторение элементов, изученных ранее, и добавляется:

1. Простой танцевальный шаг с ударом ноги в пол.
2. Приставной шаг – с ударом в пол или последующим приседанием, в направлениях: вперёд, назад, в сторону.
3. Переменный шаг
4. «Ковырялочка» - нога опускается на носок, а затем на пятку в одну точку (в сторону).
5. Прыжки: высокие с акцентом вверх, с сильно вытянутыми коленями и стопами. Варианты: на двух ногах, на одной, с двух на одну, с одной на две. Следить за подтянутостью корпуса.
6. Проскоки: вперёд, назад, в сторону, на двух ногах, на одной ноге. Исполняется коротко, легко, со слегка присогнутым коленом.

Работа над этюдами:

- «тик – так»
- «утята на уроке»
- «пробуждение»

Тема 3: Задания на импровизацию

Исполнение движений под музыку в образах любимых героев мультфильмов: Чебурашки, крокодил Гена, Буратино, Винни – Пух, Заяц и Волк и так далее. Желательно делать варианты: каждый самостоятельно, в паре, отдельно мальчики, отдельно девочки. Обращать внимание на мимику лица у детей.

Тема 4: Упражнения на развитие ориентации в пространстве

Изучение понятий: колонна, круг, полукруг, линия, шахматный порядок, интервал. Работа над построениями:

1. Круг – 2 круга – круг – 2 линии.
2. 2 линии – смена линии – повороты в парах – 2 круга – круг – полукруг
3. Шен в круге

Обращать внимание на положение головы и корпуса в рисунках танца.

3 четверть

Тема 1: Упражнения на развитие отдельных групп мышц подвижности суставов

1. Постановка корпуса: продолжение работы над подтянутостью спины, красивой постановкой головы, ощущением опущенности, свободы плеч.
2. Упражнения для головы: наклоны головы вперед, в стороны (ушком) и по точкам с одной стороны на другую (птичка здоровается клювиком); полукруговые движения.
3. Упражнения для плеч: спокойные и быстрые подъемы плеч вверх и опускание их вниз, круговые движения.
4. Упражнения для рук, кистей, пальцев: поднимание и вытягивание рук вверх, в стороны, вниз; повороты кистей рук; собирание пальцев в кулак и разгибание; опускание или подъем кистей; «трепещем» кистями.
5. Позиции рук классического и народного танцев.
6. Выворотность ног: упражнения на полу, исправление о – образных ног.
7. Упражнение на развитие шага.
8. Развитие прыгучести.

Тема 2: Танцевальные элементы и этюды

Танцевальные элементы соединяются в небольшие комбинации. Совершенствуются ранее разученные и разучиваются новые варианты:

1. Основные элементы польки: шаг, подскоки, галоп, мелкий бег.

2. Основные элементы русского танца: «ковырялочка», «моталочка», тройной ход с последующим ударом стопы в пол «Припадание».
3. Движение для мальчиков: хлопушки, полу присядки и присядки.
4. Работа над этюдами:
 - «Танец втроём»
 - «Во саду ли в огороде»
 - А также этюды образные, на основе ритмических упражнений

Тема 3: Упражнения на развитие ориентации в пространстве

Продолжается работа над вариантами, изученными ранее и с ознакомлением всего многообразия композиционного рисунка: «звёздочка», «плетень», «корзиночка», «змейка», «улитка», «ручѐк».

Тема 4: Задание на импровизацию

Даются задания на основе изученных упражнений и рисунков танца, чтобы дети сами выбирали рисунок, могли разводить любую фигуру самостоятельно на разную характерную музыку. Активно используются различные атрибуты и детали костюма (шляпки, корзиночки, веночки, зонтики и прочее).

4 четверть

Тема 1: Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов

1. Постановка корпуса: продолжение работы над подтянутостью спины, красивой постановкой головы, ощущением опущенности, свободы плеч.
2. Упражнения для головы: наклоны головы вперѐд, в стороны (ушком) и по точкам с одной стороны на другую (птичка здоровается клювиком); полукруговые движения.
3. Упражнения для плеч: спокойные и быстрые подъѐмы плеч вверх и опускание их вниз, круговые движения.
4. Упражнения для рук, кистей, пальцев: поднимание и вытягивание рук вверх, в стороны, вниз; повороты кистей рук; собирание пальцев в кулак и разгибание; опускание или подъѐм кистей; «трепещем» кистями.
5. Позиции рук классического и народного танцев.
6. Выворотность ног: упражнения на полу, исправление о – образных ног.
7. Упражнение на развитие шага.
8. Развитие прыгучести.

Тема 2: Танцевальные элементы и этюды

1. Элементы русского танца: «гармошка», «ковырялочка» с подскоком, тройные переступания, «Припадание».
2. Элементы польки: шаг польки, подскоки в повороте, разучивание бега в повороте, шаг с высоким подниманием колена.
3. Работа над этюдами:

- «Светит месяц»
- «Матрёшки»

Тема 3: Упражнения на развитие ориентации в пространстве

Изучение основных фигур хоровода: «круг», «2 круга», «круг в круге», «восьмёрка», «улитка», «колонна», «стенка», «крест», «пускать стрелу», «ребень», «полумесяц», «цепочка». А также работа над рисунками с платочком в танце.

Тема 4: Задание на импровизацию

Упражнение на развитие художественно – творческих способностей:

- «упавший лист»
- «весна»
- «снежинки»
- «канатоходцы»
- «клоуны»
- «трусливый заяц»
- «хитрая лиса»

Основные требования к знаниям и умениям обучающихся к концу первого года обучения.

1. Умение ориентироваться в пространстве, перестраиваться в различные рисунки.
2. Знать и уметь выполнять танцевально-тренировочные упражнения, включённые в программу обучения.
3. Уметь импровизировать движения на заданную тему.
4. Иметь представление о характере и манере исполнения танцев, включённых в программу.

2 год обучения

Бессюжетный танец

Цель обучения – развитие танцевальности, посредством навыка ориентации в пространстве и эмоциональной передачи характера музыки.

Задачи обучения – изучить танцевальные элементы бессюжетного танца, темой которого может быть: природа, времена года, природные явления, жизнь и повадки животных и т.д.; выстроить композиционно бессюжетный танец.

Тема 1: Изучение танцевальных элементов

Дети 2 года обучения способны освоить определённый перечень движений, который может быть использован в постановке бессюжетного танца, это: простой танцевальный шаг, переменный шаг, тройной ход, приседания, полупальцы, прыжки, подскоки, подскоки с прыжком, перескок, галоп, шаг польки, а также передача повадок животных.

Тема 2: Композиция бессюжетного танца

На втором году обучения детям предлагаются несложные перестроения в пространстве: круг, круг в кругу, линия, две линии, шахматный порядок, понятие «интервал», 2 круга; рисунки можно использовать в партере.

Примерный репертуарный список

1. «Травушка-муравушка».
2. «Солнышко».
3. «Строим дом» (про трёх поросят и волка).
4. «Семеро козлят».
5. «Танец снежинок».
6. «Вьюга».
7. «Цветочный сад».

Основные требования к знаниям и умениям обучающихся к концу второго года обучения.

1. Умение ориентироваться в пространстве, перестраиваться в различные рисунки.
2. Иметь представление о характере и манере исполнения танцев, включённых в программу.

3 год обучения

Орнаментальный танец

Цель обучения – развитие танцевальности, посредством навыка ориентации в пространстве и передачи манеры, характера исполнения

танца той или иной национальности (русский, белорусский, эстонский, латышский).

Задачи обучения – изучить танцевальные элементы орнаментального танца, композиционно выстроить его и отработать.

Тема 1: Изучение танцевальных элементов

На третьем году обучения обучающиеся способны освоить определённый перечень движений, который может быть использован в постановке орнаментального танца, это: основные положения рук в народном танце, основные движения русского, белорусского, латышского, эстонского танцев. На третьем году обучения дети приобретают навык танца с предметом: а платочком, веточкой ивы и т.д.

Тема 2: Композиция орнаментального танца

На третьем году обучения детям предлагаются несложные перестроения в пространстве: круг, круг в кругу, линия, две линии, шахматный порядок, понятие «интервал», 2 круга; рисунки можно использовать в партере. Обращается особое внимание на исполнение основных движений в рисунках, а также на передачу манеры исполнения того или иного орнаментального танца.

Примерный репертуарный список

1. «Козочка» белорусский танец.
2. «Ивушка» русский хоровод.
3. «Матрёшки» русский игровой хоровод.
4. «Вежливый танец» эстонский танец

Основные требования к знаниям и умениям обучающихся к концу третьего года обучения.

1. Умение ориентироваться в пространстве, перестраиваться в различные рисунки.
2. Иметь навык танца с предметом.
3. Иметь представление о характере и манере исполнения орнаментального танца.

Список литературы для преподавателей

1. Борзов А.А. Танцы народов СССР. Часть 1. – М., 1983. – 229с.
2. Борзов А.А. Танцы народов СССР. Часть 2. – М., 1984. – 243с.
3. Борзов А.А. Танцы народов СССР. Часть 3. – М., 1988. – 230с.
4. Бриль И. Практический курс джазовой импровизации / И. Бриль, М.: Искусство, 1982. – 215с.
5. Бриске И.Э. Народный танец, программа. – ЧГАКИ, Челябинск, 2000. – 21с.
6. Иванов В. Эксперимент Панфилова / В. Иванов: Советский балет. - 1990. - №2.
7. Ивлева Л.Д. Джазовый танец / Л.Д. Ивлева, ЧГАКИ: Учебное пособие, Челябинск, 2002. – 105с.
8. Климов А. Основы русского народного танца. – М.: Искусство, 1981. – 375с.
9. Никитин В.Ю. Модерн – джаз танец. Методика преподавания. / В.Ю. Никитин, М.: ВЦХТ «Я вхожу в мир искусства», 2002. – 160с.
10. Ткаченко Т.С. Народный танец. – М.: Искусство, 1975. – 543с.
11. Ткаченко Т.С. Народный танец. – М.: Искусство, 1967. – 516с.
12. Уральская В.И., Соколовский Ю.В. Народная хореография. – М.: Искусство, 1987. – 215с.
13. Шереметьевская Н. Танец на эстраде / Н. Шереметьевская, М.: Искусство, 1985. – 315 с.

Список литературы для родителей и обучающихся

1. Журнал «Эстрадные танцы» №1,2,3,4,5,6 (с2003-2007г)
2. Журнал «Балет» № 1,2,3,4,5,6 (с 2003 – 2007г)
3. Журнал «Линия» № 1,2,3,4,5,6 (с 2003 – 2007г)