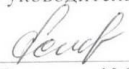


«Рассмотрено»
Руководитель МО

 /Ярхамова Ф.Ф./
Протокол №1
от 27.08.2020 г.

«Согласовано»
Заместитель директора по ВР
МБОУ «Гимназия №155»

 Бурханова А.И./
от 27.08.2020 г.

«Утверждаю»
Директор МБОУ «Гимназия
№155»

 Фазылов Н.Р./
Приказ № 85-0
от 28.08.2020 г.



Рабочая программа кружка «Сююмбике»

Возраст обучающихся: 7-14 лет
Срок реализации : 3 года
Автор: Педагог дополнительного
образования высшей
квалификационной
категории
Хасанова Алия Газимовна

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
Протокол №1 от «28» августа
2020 г.

Казань, 2020 г.

В воспитании подрастающего поколения важная роль отводится хореографическому искусству.

Танцевальное искусство является одним из самых действенных факторов формирования гармонически развитой, духовно богатой личности.

Танцевальное искусство – массовое искусство, оно доступно всем. Десятки тысяч детей принимают участие в работе хореографических кружков, балетных студий. Благодаря систематическому хореографическому образованию и воспитанию учащихся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию профессионального хореографического искусства.

Приобщение к искусству хореографии включает ознакомление учащихся с классическими балетами, современной музыкой и постановками крупных балетмейстеров; с источниками танцевальной культуры, самобытностью национальных танцев, связанных с жизненным укладом народов; с их красочными костюмами, образами народной поэзий, музыкально-ритмическим складом мелодий.

Данная программа создана на основе типовой учебной программы созданная М.О. СССР в 1981 году в г. Москва, авторских книг, а так же на основе большого педагогического опыта.

Программа составлена по методу от простого к сложному.

Основой хореографической подготовки учащихся является изучение танцевальных упражнений классической системы танца. Эти упражнения последовательны, имеют определённую форму, тренируют мышцы детей, придавая им лёгкость и непринуждённость движений.

На занятиях дети разучивают основные упражнения классического танца, необходимые для выработки правильного положения ног, рук, головы и корпуса, для развития и укрепления мышц тела, то есть для выработки правильных лёгких и чётких движений. На каждом уроке изучаются подготовительные упражнения.

Подготовка к исполнению народных танцев осуществляется в процессе изучения упражнений народно – сценического танца, элементов и танцевальных композиций народных танцев, которые входят в репертуар коллектива.

Для развития у детей музыкальности и ритмичности, на занятиях вводятся соответствующие ритмические упражнения и игры.

Данная программа рассчитана на 3 года обучения детей 7-14 лет. Занятия по данной программе рассчитано на 4 часа в неделю, 144 часов в год. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа.

Цели:

- Создание условий для развития личности ребенка через практические навыки индивидуальной и коллективной деятельности. Приобщение учащихся к искусству хореографии, ознакомление с классическими балетами, с источниками танцевальной культуры, самобытностью национальных танцев. Научить своих воспитанников основам танцевального искусства.

Задачи:

- Образовательная: формирование у учащихся танцевальных знаний, углубленное изучение народного танцевального творчества, выработка навыков исполнения народного танца.

- Развивающая: развитие танцевальных и музыкальных способностей, выразительности движения, раскрытие творческой индивидуальности учащихся, работа над техникой и характером исполнения танцев разных народов.

- Воспитательная: воспитание интереса к истокам народного творчества, а так же интереса к классическому и современному танцу, воспитание высоко – нравственной личности учащегося, его гуманных, гражданственных и патриотических чувств, формирование эстетического вкуса.

**УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
1 ГОД ОБУЧЕНИЯ**

	Тема	Практические	Индивидуальные	Теоретические	Всего
--	------	--------------	----------------	---------------	-------

№		занятия количество часов	занятия количество часов	занятия количество часов	количес тво часов
1	Вводное занятие	-	-	2 часа	2 часа
2	Музыкально-ритмическое воспитание	12 часов	-	2 часа	14 часов
3	Экзерсис у станка	24 часов	6 часов	4 часа	34 часов
4	Экзерсис на середине	20 часов	6 часов	4 часа	30 часов
5	Народно-сценический танец	28 часов	6 часов	4 часа	38 часов
6	Постановочная работа	14 часов	6 часов	2 часа	20 часов
7	Контрольный урок	4 часа	-	-	4 часа
8	Итого	102 часа	24 часа	18 часов	144 часов

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ 1 ГОД ОБУЧЕНИЯ

Вводное занятие.

Теория:

Дать детям общее понятие танца. Режим работы и требования внутреннего распорядка. Инструктаж по технике безопасности.

Музыкально—ритмическое воспитание.

Теория:

Музыкально- ритмическое воспитания в системе хореографии.

Элементарные основы музыкальной грамоты.

Практика:

- ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки (быстро, медленно);
- отмечать в движении сильную долю такта, менять движение в соответствии с формой музыкального произведения;
- самостоятельно начинать и заканчивать движение с началом и окончанием музыки;

- самостоятельно строить круг, ходить по кругу взявшись за руки, сужать и расширять круг, соблюдать расстояние между парами, двигаясь по кругу;

- фигурная маршировка, ходьба парами, четверками, змейки, волны, звездочки.

Движения:

- марш;
- танцевальный шаг (*шаг с носка*);
- бег на полупальцах;
- подскоки;
- шаги с высоким подъёмом ног;
- высокий бег;
- приставной шаг с полуприседанием;
- повороты на месте, вправо, влево, кругом.

Классический танец

Экзерсис у станка:

Теория:

Подготовительное (preparation) и заключительное движение рукой.

Правильное положение ног, рук, головы и корпуса для развития и укрепления мышц.

Практика:

Дети сначала исполняют движения лицом к станку, держась за палку обеими руками, позднее держась за палку одной рукой, поочередно правой и левой ногой.

- позиции ног – 1, 2, 3, 4 и 5;
- позиции рук – подготовительное положение, 1, 2, 3. (*в начале изучается на середине зала при неполной выворотности ног*);
- demi plie – по 1, 2, 3 позициям;
- battement tendu – с первой позиции вперёд в сторону с паузами на каждой точке, позднее – назад;
- battement tendu jete – с первой позиции в сторону вперёд в сторону назад;
- rond de jambe par terre – с остановкой по точкам вперёд в четвертую позицию, в сторону во вторую позицию, назад в четвертую позицию и в первую позицию;
- sur le cou – de -pied (*положение ноги на щиколотке*);
- passé – (*проходное движение*);
- battement frappe – (*ударный бросок в сторону в конце учебного года*);

- releve lent на 45 градусов в сторону с первой позиции;
- grand battement jete – в сторону на 45 градусов с паузой на каждой точке;
- releve в 1,2,3 и 5 позициях (*лицом к станку*);
- перегибание корпуса назад в сторону (*лицом к станку*);
- прыжки soutee на двух ногах с паузами в первой, второй и третьей позициях;

Экзерсис на середине зала

Теория:

Краткая история балета.

Практика:

- 1 и 2ое. port de bras;
- demi-plie по 1,2,5 позициям;
- battement tendu по 1 позиции в сторону;
- rond de jambe par terre с остановкой по точкам;
- releve lent на 45 градусов в сторону с первой позиции;
- grand battement jete – в сторону на 45 градусов;
- прыжки temps leve soutee.

Народно-сценический танец

Теория:

История появления первых народных танцев.

История русского татарского народного танца.

Практика:

1. Элементы русского танца

- положение рук в русском танце;
- движение корпуса и головы;
- переменный шаг;
- переменный шаг с притопом;
- припадание;
- бег;
- боковой шаг с вынесением ноги на каблук;
- полу приседание с вынесением ноги вперёд на каблук;
- дробный шаг вперёд с притопом;
- подготовка к верёвочке;
- вращение ½ круга в прыжке с поджатыми ногами;
- тройной ход с ударом по голенищу (*для мальчиков*).

2.Элементы татарского танца.

- положение рук в татарском танце;
- 1 ход;
- «бишек» (*одинарный, двойной*);
- дробные ходы;
- тройной притоп;
- пятка-носок (*үкчә-баш*);
- припадание;
- присядка (*для мальчиков*);
- навыки исполнения движений в паре.

3.Элементы белорусского танца

- основные положения рук в парных танцах;
- белорусская полька;
- галоп;
- полька в повороте;
- три притопа;
- шаг с переступанием;
- веревочка с переступанием;
- присядка с подниманием согнутой ноги вперед (*для мальчиков*).

4.Элементы эстонского танца.

- основные положения рук;
- бег и подскоки;
- шаг вперёд с покачиванием;
- полька на подскоках.

Постановочная работа

Теория:

Основные навыки исполнения русского и татарского танца.

Особенности движений белорусского и эстонского танца.

Практика

Русский народный танец «Барыня».

Татарский народный танец «Татарские узоры».

Белорусский народный танец «Крыжачок».

Эстонский народный танец «Йоксу –полька».

Контрольное занятие

Предполагаемый результат

К концу первого года обучения учащиеся должны:

- правильно и музыкально выполнять классический тренаж у станка по программе первого года обучения;
- положение корпуса или правильная осанка должна войти в привычку учащегося;
- выучить элементарные движения, комбинации разных народностей (*по программе*);
- дать показательное выступление.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН **2 ГОД ОБУЧЕНИЯ**

№	Тема	Практические занятия. Количество часов	Индивидуальные занятия. Количество часов	Теоретические занятия. Количество часов	Всего количество часов
1	Вводное занятие			2 часа	2 часа
2	Музыкально-ритмическое воспитание	10 часов		2 часа	12 часов
3	Экзерсис у станка	24 часа	4 часа	2 часа	30 часов
4	Экзерсис на середине	26 часов	4 часа	2 часа	32 часа
5	Народно-сценический танец	28 часов	6 часов	4 часа	36 часов
6	Постановочная работа	20 часов	6 часов	2 часа	26 часов
7	Контрольный урок	4 часа		2 часа	6 часов
	Итого	112 часов	20 часов	16 часов	144 часов

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ **2 ГОД ОБУЧЕНИЯ**

Вводное занятие

Теория:

Познакомить детей с понятием танец дать элементарные знания по истории танца, рассказать о правилах поведения в кружке о форме одежды. Ознакомить с инструктажем по технике безопасности.

Музыкально – ритмическое воспитание

Теория:

Взаимосвязь упражнений и музыки.

Практика:

- выразительно двигаться в соответствии с характером музыки;
- различать части и фразы произведения, динамические оттенки и передавать их в движении;
- закреплять умение чувствовать в музыке переход от умеренного к быстрому или медленному темпу;
- передавать в хлопках более сложный ритмический рисунок.

Движения:

- марш;
- шаг с носка;
- бег на полупальцах;
- шаги с высоким подъёмом ног;
- высокий бег;
- подскоки;
- па галопа;
- па польки.

Музыкальные игры:

«Будь ловким», «Кот и мыши», «Весёлая карусель».

Классический танец

Экзерсис у станка

Теория:

Что такое классический танец?

Практика:

На втором году обучения изучаются новые упражнения классического танца и повторяются предыдущие. Все движения у станка исполняются с правой и левой ноги, держась одной рукой за палку.

- demi-plie и grand plie в 1,2 и 5 позициях;
- battement tendu крестом из 5 позиции;
- battement tendu jete из 5 позиции;

- rond de jambe par terre en dehors и en dedans на всей стопе;
- battement fondu вперёд в сторону назад на всей стопе;
- battement frappe и battement double frappe на всей стопе;
- battement releve lent на 90 градусов;
- battement developpe во всех направлениях на 90 градусов;
- grand battement jete с пуанте;
- полуповороты на полупальцах en dehors и en dedans на двух ногах с demi-plie;
- подъем на полупальцы с пятой позиции лицом к станку;
- положение sou-de-pied лицом к палке;
- подготовка к прыжку pas echarpe лицом к станку.

Экзерсис на середине зала

Теория:

Позы классического танца на середине зала.

Практика:

Упражнения выполняются en face на всей стопе с постепенным введением маленьких поз.

- поза croisee вперёд и назад;
- поза effacee вперёд и назад;
- plie и grand plie;
- battement tendu и jete из 5 позиции во всех направлениях;
- battement fondu с 5 позиции во всех направлениях;
- temps lie комбинированное движение для ног, корпуса ,рук и головы;
- pas de bourree движения со сменой ног;
- grand battement jete с пуанте;
- прыжки soutee и echarpe.

Народно- сценический танец

Теория:

Сказки, былины и игры детей разных национальностей.

Практика:

1.Элементы русского танца.

- переменный ход с приседанием;
- проходка;
- ход с притопом;
- танцевальный бег;
- бег с молоточками;

- «ковырялочка»;
- моталочка с выносом ноги на каблук;
- верёвочка с переступанием;
- дробные выстукивания «ключ»;
- вращение по $\frac{1}{2}$ круга;
- присядка с хлопучками (для мальчиков).

2. Элементы татарского танца.

- 1 и 2 ход;
- «бишек» (одинарный, двойной;)
- «ёлочка» (чырышы);
- «гармошка»;
- припадание в повороте;
- «борма»;
- «чалыштыру»;
- присядка «мячик»;
- навыки исполнения движений в паре.

3. Элементы башкирского танца.

- простая дробь;
- дробь с притопом;
- боковой ход с подбивкой;
- боковой ход с ударом каблуками;
- уксябаш (удары пяткой и носком по полу);
- голубец (башкирский);
- выстукивание;
- переменный ход с ударом пяткой об пол;
- движения руками.

Постановочная работа

Теория:

Особенности движений башкирского танца.

Практика:

Башкирский народный танец «Яланда».

Русский народный танец « Прогулка».

Контрольное занятие

Предполагаемый результат

Занятия на втором году обучения значительно усложняются по сравнению с программой первого года. Наиболее существенной частью занятий становится танцевальная подготовка детей.

К концу второго года обучения учащиеся уже должны:

- проявить достаточную организованность, их движения должны становиться более точными и выразительными;
- так же правильно и музыкально выполнять классический тренаж у станка по программе второго года обучения;
- выучить более сложные движения танцев разных народностей *(по программе)*;
- дать показательное выступление.

УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН **3 ГОД ОБУЧЕНИЯ**

№	Тема	Практические Занятия Количество часов	Индивидуаль ные Занятия Количество часов	Теоретичес кие Занятия Количество часов	Всего количество часов
1	Вводное занятие			2 часа	2 часа
2	Музыкально ритмическое воспитание	8 часов		2 часа	10 часов
3	Экзерсис у станка	22 часа	4 часа	2 часа	28 часов
4	Экзерсис на середине	28 часов	4 часа	2 часа	34 часа
5	Народно-сценический танец	34 часа	4 часа	2 часа	40 часов
6	Постановочная работа	18 часов	4 часа	2 часа	24 часа
7	Контрольный урок	4 часа		2 часа	6 часов
	Итого	114 часов	16 часов	12 часов	144 часов

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

3 ГОД ОБУЧЕНИЯ

Вводное занятие

Теория:

Элементарные знания о взаимосвязи музыки и танца.

Рассказать о правилах поведения в кружке о форме одежды. Ознакомить с инструктором по технике безопасности.

Музыкально-ритмическое воспитание

Теория:

Закрепление и совершенствование музыкально-ритмических упражнений.

Практика:

- творчески использовать знакомые движения в свободных плясках, играх;
- импровизация.

Классический танец

Экзерсис у станка

Теория:

Перегибы корпуса у станка.

Практика:

На протяжении третьего года последовательно повторяются упражнения первого и второго годов обучения в более ускоренном темпе и в различных небольших композициях, а также дополнительно изучаются упражнения у станка.

- plie с подъёмом на полупальцы во всех позициях;
- battement tendu с ра де бурре;
- battement tendu jete с пике;
- rond de jambe par terre en dehors и en dedans на полуприседании;
- rond de jambe en l'air на 45 градусов лицом к станку;
- battements fondus в маленьких позах носком в пол;
- battements frappe и double frappe носком в пол;
- developpe в сочетании поз ecartee и effacee;
- grand battements jete с пуанте с 5 позиции.

Экзерсис на середине зала

Теория:

Этапы прыжка «assemble».

Практика:

- 1,2,3- arabesque
- temps lie par terre вперёд-назад;
- adajio;
- demi plie и grand plie;
- battements tendu в epaulement croisee и efface;
- battements tendu jete в epaulement croisee и efface;
- rond de jambe par terre в сочетании 3 por de bra;
- battements releve lent на 90 градусов;
- прыжки temps leve soutee, changment de piede, echape подготовка к assemble.

Народно-сценический танец

Теория:

Русский танец. Хороводы и кадрили.

Основные навыки исполнения украинского, закарпатского, узбекского танцев (на усмотрение педагога).

Практика:

1. Экзерсис у станка.

Упражнения народно-сценического танца рекомендуется изучать отдельно, после упражнений классического танца.

- положение рук в народно-сценическом танце;
- приседание demi plie и grand plie;
- упражнения на развитие подвижности стоп battements tendu каблучный вытягивание ноги с одновременным ударом пяткой опорной ноги;
- маленькие броски battements tendu jete с сокращением стопы работающей ноги в воздухе;
- упражнения на выстукивание;
- мелкие выстукивания всей ступней;
- подготовка к «верёвочке» с поворотом ступни;
- pas tour tie;
- battements releve lent с сокращением стопы работающей ноги в воздухе;
- grand battements jete.

2. Элементы русского танца.

- припадание по 5 позиции;
- бег с молоточками и с открыванием рук;
- дробные выстукивания двойной «ключ»;
- дробь с подбивкой и поворотом;

- простое вращение с продвижением по диагонали (*бег в повороте*);
- моталочки с вращением;
- ковырялочка с переступанием;
- верёвочка с двойным ударом;
- моталочка с притопом;
- присядка с поворотом (*для мальчиков*);
- присядка с выпадом на ногу (*для мальчиков*);

3. Элементы татарского танца.

- гармошка в повороте;
- припадание в повороте;
- переступания на каблук и полупальцы;
- боковые шаги;
- боковой ход с переступанием на каблук;
- присядка «мячик» в повороте (*для мальчиков*);
- борма в повороте;
- качалка (*тирбэлу*) (*для мальчиков*);
- двойное чалыштыру.

4. Элементы украинского танца.

- положение рук;
- простой (*залетный*) ход;
- «бегунец»;
- повороты и перескок;
- беговые шаги в повороте;
- ход с акцентом на работающую ногу;
- плетёная дорожка;
- прыжки с выбиванием;
- выхылясник с угинанием;
- выхылясник с тройным притопом;
- «голубец»;
- подготовка к «ползунку» (*для мальчиков*);
- присядка «мячик» с хлопками (*для мальчиков.*)

5. Элементы узбекского танца.

- движения руками;
- движения головы;
- переменный ход на полупальцах;
- притопы;

- повороты на полупальцах и соскок;
- шаги с каблука в повороте;

Постановочная работа

Теория:

Основные технические навыки исполнения узбекского танца.

Практика:

Татарский народный танец «Чэй эчэбез»

Татарский лирический танец.

Узбекский танец девушек.

Композиция украинского народного танца.

Контрольное занятие

Предполагаемый результат

Постепенно дети из года в год овладевают искусством танца, программа усложняется, в зависимости от их успехов и возраста. Более сложными становятся классический тренаж и упражнения на середине зала. Разучиваются элементы, этюды, более сложные композиции народных танцев, а также отдельные движения и комбинации, входящие к запланированным танцам. Репертуар расширяется, он становится разнообразным и содержательным.

К концу третьего года обучения учащиеся должны:

- правильно точно выполнять классический тренаж у станка более быстрым темпе;
- у учащихся должна появиться техника исполнения;
- выучить все позы классического танца по программе третьего года обучения;
- так же правильно и музыкально выполнить тренаж народно-сценического танца
- выучить элементы, этюды и композиции народных танцев, а также движения и комбинации, входящие к запланированным танцам (*постановкам*);
- дать показательные выступления;
- участвовать в организационно-массовых мероприятиях школы, района, города и в конкурсах-фестивалях для хореографических коллективов различного уровня.

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Для полноценной работы хореографического коллектива занятия должны проводиться в зале, оборудованном так называемыми станками – двумя гладко отполированными круглыми палками в диаметре 5-7 см, закреплёнными на стене металлическими кронштейнами. Расстояние от пола до нижней палки – 80 см, до верхней – 100 см; расстояние между

кронштейнами – 2,5-3 м. Высота палки устанавливается в соответствии с ростом исполнителей. Станок служит ученикам опорой во время исполнения упражнений и при разучивании танцевальных элементов. Они держатся руками за станок, что помогает удерживать корпус в равновесии.

Зал для занятий должен быть чистым, светлым; пол – деревянным. На каменном полу выполнять упражнения не разрешается.

Температура воздуха в зале должна быть 15-16 градусов. Желательно установить в зале большие зеркала для того чтобы ученики, отрабатывая движения и следя за своим отражением, могли себя контролировать и исправлять ошибки.

До начала занятий помещение необходимо проветрить, пол чисто подмести, взбрызнуть водой, чтобы ноги не скользили, и не поднималась пыль.

Рояль должен быть настроен и поставлен так, чтобы концертмейстер мог видеть учащихся. Кроме зала, необходимо иметь также отдельную комнату для переодевания детей.

На занятия дети должны приходить в специальной форме. Обувь для девочек и мальчиков – тапочки на мягкой подошве.

Концертмейстеру, работающему вместе с педагогом – хореографом, необходимо творчески подходить к уроку, умело подбирать музыкальную литературу.

У педагога с концертмейстером должна быть полная уверенность обо всех деталях проведения занятий. Музыкальный материал для уроков подбирается заранее совместно концертмейстером и педагогом, при этом определяется необходимый темп, нюансы, остановки, паузы и т.д. Возможно использовать фонограммы, как для урочной работы, так же и для постановочной, для этого нужно оборудовать класс аудиоаппаратурой.

Благоприятные условия для проведения уроков по хореографии являются залогом успеха в работе хореографа с начинающими танцорами.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Базарова Н. Классический танец. – Ленинград: Искусство, 1975.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. – СанктПетербург: «Респекс» и «Люкси», 1996.

3. Бекина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение. – Москва: Просвещение, 1983.
4. Бондаренко Л. Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях. – Киев: Музучина Украина, 1985.
5. Гаскаров Ф.А. Башкирские танцы. – Уфа: Башкирское книжное издательство, 1958.
6. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца этюды. – Москва: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2004.
7. Программа по народно – характерному танцу. – Москва: Просвещение, 1968.
8. Секрет танца. – СанктПетербург: Диамант и Золотой век, 1997.
9. Тагиров Г. Татарский танец. – Казань: Татарское книжное издательство. 1984.
- 10.Ткаченко Т. Народный танец. – Москва: Искусство, 1954.

Пронумеровано, прошнуровано и
скреплено печатью 1 страниц

Директор Фазылов Н.Р.

