

Відділ освіти виконавчого комітету
Знам'янської міської ради Кіровоградської області
ЦЕНТР ДИТЯЧОЇ ТА ЮНАЦЬКОЇ ТВОРЧОСТІ
вул. Жовтнева, 13, м.Знам'янка, Кіровоградська область, 27400
Телефон 2-27-44, 2-26-07, email: metodkab.cdut@ukr.net

РЕКОМЕНДОВАНО
Рішення ради міського
методичного кабінету
Протокол №__2__
від № «07» жовтня 20 14р.
Зав. ММК _____

ЗАТВЕРДЖУЮ
Начальник відділу освіти

Н.Попова
« 07» жовтня 2014р.

ПРОГРАМА хореографічного гуртка «Сузір'я»

(Програму складено на основі Програми МОН України для творчих об'єднань
позашкільних і загальноосвітніх навчальних закладів
художньо – естетичного напрямку.
Лист МОН України №1\11 – 3840 від 12.07. 2005)

Підготувала
Андрєєва Олена
Леонідівна,
керівник гуртка
хореографічного гуртка
«Сузір'я»

м. Знам'янка - 2014р.

Пояснювальна записка

Гурток «Сузір'я» має на меті: вчити дітей красі та виразності рухів, розвивати фізичну силу, витривалість, сміливість, правильну координацію і пластичність рухів, давати практичні навички виконання танцювальних творів, відчуття темпу і ритму, виховувати повагу та інтерес до хореографічного мистецтва як складової духовної культури особистості, формувати почуття колективізму, дружби.

Початковий рівень, 1-й рік навчання

Основне завдання: засобами хореографічного мистецтва розвивати особистість її громадське і духовне становлення

Класичний танець:

- Постановка корпусу.
- Опанування позицій ніг, рук, положень, нахилів, поворотів голови.
- Формування вмінь і навичок переводів рук із позиції в позицію.
- Засвоєння елементарних рухів класичного танцю на середині залу.
- Виховання елементарних навичок координації.
- Опанування найпростіших стрибків.

Сучасний танець:

- Розвиток музично – слухового сприймання.
- Вивчення ізольованих рухів.
- Опанування найпростіших рухів сучасного танцю.

Режим роботи гуртка: 4 год. на тиждень.

Дана програма розрахована на учнів початкового рівня, 1- го року навчання.

Зміст занять гуртка складається із засвоєння практичних навичок виконання танцювальних творів, постановчої та репетиційної роботи, проводяться у формі практичних занять з елементами теорії.

Навчально - тематичний план гуртка початкового рівня 1 - го року навчання

№ п/п	Назва розділу	Кількість годин теорія	Кількість годин практика	Кількість годин разом
1.	Організаційне заняття	2		
2.	Азбука музичних рухів	5	15	20
3.	Елементи класичного танцю	10	40	50
4.	Елементи сучасного танцю	5	15	20
5.	Елементи народного танцю	10	30	40
6.	Постановча – репетиційна робота	10	10	20

Зміст програми роботи гуртка

Організаційне заняття.

Мета та завдання, кількість та одяг дітей для заняття з хореографії. Розклад занять, кількість годин, час заняття. Цикл бесід з Б.Ж.Д. Проведення батьківських зборів.

Азбука музичних рухів

1. Мелодія та рух.
2. Музичний розмір 4/4, 3/4, 2/4.
3. Контрасна музика (повільна, швидка, сумна, весела)
4. Правила та логіка перебудов з одних малюнків в другі.
5. Такт та затакт.

Елементи класичного танцю.

1. Постановка корпусу. Позиції ніг та рук.
2. Перше та друге пор де бра.
3. Демі пліє у 1 - 3 позиції.
4. Батман тандю у 1 позиції в бік (з другого півріччя вперед і назад).
5. Реліве в 1 – 3 позиції.
6. Батман фрапе.
7. Батман реліве ляж.
8. Ронд де жамб партер по 1 позиції то точкам.
9. Положення ноги ку-де- п'є (вперед – назад).
10. Соте.

Елементи сучасного танцю.

1. Крок на носок.
2. Крок на п'ятку.
3. Крок «Лисичка». «Буратіно». «Метелик».
4. Натягування ніг до самих кінчиків пальців стоп, зворотне виведення їх у положення п'яти
5. «Складочка».
6. «Місток».
7. «Рибка».
8. «Кошик», «Кільце», «Киця».
9. Шпагат

Елементи народного танцю.

1. Особливості народних рухів.
2. Характерні положення рук у сольному та масових танцях.
3. Малюнки танців.
4. Притопи, з другого півріччя – «ключ» (одинарний)
5. Позиції рук та ніг в народному танці.
6. Колупалочка, вихилясник, тинок – (повільно)
7. Присядка по 1-й позиції, присядка «м'ячик» по 6-й позиції.
8. Крок польки – вперед.
9. Основні рухи гуцульського танцю.
10. Основні рухи білоруського танцю.

Вимоги до знань та вмінь вихованців

Вихованці повинні знати:

- рух у танці виконується під музику;
- танець складається з танцювальних елементів;
- розрізняти танцювальні елементи, тренувальні вправи, гімнастичні вправи.

Вихованці повинні вміти:

- орієнтуватися в танцювальному залі;
- відчувати характер, темп музичного твору.
- узгоджувати танцювальний рух з музикою.

Другого року навчання

Основні завдання: засобами хореографічного мистецтва розвивати особистість її громадське і духовне становлення.

- Продовження роботи над постановкою корпусу, рук та ніг.
- Повторення і подальше опанування рухів класичного танцю на середині залу.
- Виховання елементарних навичок координації.
- Опанування найпростіших пор де бра.

Сучасний танець:

- Повторення вже вивченого матеріалу;
- Опанування найпростіших комбінацій ізольованих рухів.

Режим роботи гуртка: 4 год. на тиждень.

Дана програма розрахована на учнів 2 - го року навчання.

Зміст занять гуртка складається із засвоєння практичних навичок

виконання танцювальних творів, постановчої та репетиційної

роботи, проводяться у формі практичних занять з елементами теорії.

Навчально – тематичний план гуртка початкового рівня 2 – го року навчання

№ п/п	Назва розділу.	Кількість годин теорія	Кількість годин практика	Кількість годин разом
1.	Організаційне заняття			
2.	Азбука музичних рухів	4	26	30
3.	Елементи класичного танцю.	4	26	30
4.	Елементи сучасного танцю.	4	26	30
5.	Елементи народного танцю.	4	26	30
6.	Постановча – репетиційна робота	1	26	27

Зміст програми роботи гуртка

Організаційне заняття.

1. Мета та завдання другого року навчання, перспективний план.
2. Святкові дати та підготовка до них.
3. Реорганізація груп, розклад занять.

Азбука музичних рухів.

1. Включає в себе, повторення вивченого матеріалу за перший рік навчання.

2. Особливості метро ритму, чергування сильної та слабкої долі такту.
3. Танцювальна музика: марши (спортивний, військовий, швидкий, повільний).
4. Ознайомлення дітей з характерними, сюжетних танців та їх інтерпретація.

Елементи класичного танцю.

1. Вивчені рухи за перший рік повторюються в більш прискореному темпі.
2. Демі пліє.
3. Пліє.
4. Батман тандю у 5 позиції.
5. Батман тандю жете у 1 позиції.
6. Ронд де жамб партер андедан і андеор по 1 позиції.
7. Сюр ле ку де п'є.
8. Соте по 1, 2 позиції.
9. Шанжман де п'є.
10. Па ешапе.
11. Перше та друге пор де бра.
12. Бесіда про балет П. Чайковського Лебедине озеро, коротка історія виникнення Балету. Тема добра і зла у балеті, перегляд відео та фото.

Елементи сучасного танцю .

1. Крок на носок.
2. Крок на п'ятку з закиданням гомілки.
3. Крок «лисичка».
4. Крок «Буратіно».
5. Крок «киця».
6. Ізольовані рухи головою, плечима, стегнами, колінами..
7. Натягування ніг до самих кінчиків пальців стоп, зворотне виведення їх у положення п'яти.
8. Метелик» з розкриванням ноги вгору.
9. «Гірка», «Складочка», «Місток», «Кошик», «Жабка», «Кільце», «Киця».
10. «Шпагат поперечний».
11. «Шпагат повздовжній».

Елементи народного танцю.

1. Народні - характерні рухи біля станка та на середині залу.
2. Підготовка до більш чіткого виконання народних рухів (каблучні, присядки)
3. Елементи танців східних країн.
4. Показ малюнків національних костюмів: Естонії, Литви, Латвії...
5. Характерний тренажний станок.
6. Підготовка до каблучних рухів.
7. Вистукування.
8. Гармошка, молочка, вірьовочка.
9. Хлопавки для хлопчиків.
10. Ключ – дрібний, звичайний.

Вимоги до знань та вмінь вихованців.

Вихованці повинні знати:

- назви позицій рук, ніг;
- кожен рух виконується в залежності від ритму та темпу музики.

Вихованці повинні вміти:

- легко, пластично рухатись;
- погоджувати рухи з формою музичного твору;

- чітко та своєчасно переходити від одного руху до іншого;
- самостійно використовувати запас танцювальних рухів у різноманітних, іграх та вільних танцях;
- володіти технікою виконання рухів;
- елементарно володіти координацією рухів;
- зберігати правильне положення тіла.

Пояснювальна записка

Гурток «Сузір'я» має на меті: вчити дітей красі та виразності рухів, розвивати фізичну силу, витривалість, сміливість, правильну координацію і пластичність рухів, давати практичні навички виконання танцювальних творів, відчуття темпу і ритму, виховувати повагу та інтерес до хореографічного мистецтва як складової духовної культури особистості, формувати почуття колективізму, дружби.

Основний рівень 1-й рік навчання

Основні завдання гуртка: засобами хореографічного мистецтва розвивати особистість її громадське і духовне становлення

Класичний танець:

- Розвиток сили ніг за рахунок введення нових елементів;
- Закріплення навичок виконання вивчених стрибків і опанування нових.

Сучасний танець:

- Повторення вже вивченого матеріалу;
- Ознайомлення з елементами рухів чарльстона;
- Ознайомлення з поворотами;

Режим роботи гуртка: 4 год. на тиждень.

Дана програма розрахована на учнів, 3 - го року навчання.

Примітка: якщо в хореографічний гурток приходять обдаровані, талановиті діти, то вони можуть зараховуватись до групи 3 - го року навчання.

Зміст занять гуртка складається із засвоєння практичних навичок виконання танцювальних творів, постановчої та репетиційної роботи, проводяться у формі практичних занять з елементами теорії.

Навчально – тематичний план гуртка основного рівня 1 – го року навчання

№ п/п	Назва розділу	Кількість годин теорія	Кількість годин практика	Кількість годин разом
1.	Організаційне заняття	4	16	20
2.	Азбука музичних рухів	4	26	30
3.	Елементи класичного танцю	5	17	22
4.	Елементи сучасного танцю	4	26	30
5.	Елементи народного танцю	2	30	32

6.	Постановча – репетиційна робота			

Зміст програми роботи гуртка

Організаційне заняття.

1. Підведення підсумків другого року навчання.
2. Мета та завдання, перспективний план роботи гуртка.
3. Розклад занять, запис дітей в журнал.
4. Вибір старости та батьківського комітету.

Азбука музичних рухів.

1. Динамічні відтінки в музиці: форте – меццо, форте – фортісімо, піано – меццо, Піано – піанісімо.
2. Злучання синкопованих та не синкопованих ритмів.
3. Ритмічні малюнки.

Елементи класичного танцю.

1. «Батман тандю» по 1, 3, 5 позиції в усіх напрямках.
2. «Демі пліє» по 1, 2, 3, 4, 5 позиції.
3. «Пліє» по 1, 2 позиції.
4. «Реліве» по 1, 2, 3, 5 позиції.
5. «Пасе» по 1, 3 позиці.
6. «Соте» по 1, 3, 5 позиції.
7. «Рон де жамб партер демі пліє».
8. «Батман тандю жете» по 1, 3, 5 позиції в усіх напрямках.
9. «Шасе» вперед, вбік.
10. «Дубль батман тандю» в усіх напрямках.
11. «Гранд батман» вбік.
12. «Реліве лян».
13. «Соте» по 1 позиції з обертанням на 180 градусів.

Елементи сучасного танцю.

1. Підготовка до чарльстона «Ключ».
2. Чарльстон на 1 нозі.
3. Перемінні рухи чарльстона на обох ногах.
4. Подвійний рух чарльстона.
5. «Пантера» - рух вперед - назад.
6. Твіст.
7. Перехресні кроки на носок.
8. Крок з виведенням ноги вбік на носок «Косичка».
9. Поворот «нога навхрест».
10. «Метелик» з розкриванням ноги вгору, «Гірка», «Прес», «Жабка», «Шпагат»
11. «Колесо».

Елементи народного танцю.

1. Відкриті та закриті, вільні позиції ніг.

2. Хороводи, кадрили, перепляси – характер їх виконання.
3. Характерний тренаж народного танцю.
4. Припадання з просуванням вбік та по колу,
5. Перемінний дрібний хід, дрібний боковий хід.
6. Оберти для дівчат на місці та по діагоналі.
7. Присядки для хлопчиків, бокова присядка, розніжка
8. Хлопавки: потрійна, перестрибування з хлопавками
9. Вірьовочка, колупалочка.

Вимоги до знань та вмінь вихованців

Вихованці повинні знати:

- назви рухів класичного танцю;
- особливості виконання рухів.

Вихованці повинні вміти:

- виконувати танцювальні рухи в більш швидкому темпі;
- виразніше відтворювати образи;
- брати участь в постановці танців за завданням педагога;
- придумувати рухи для танців.

Основний рівень 2 - й рік навчання

Основні завдання гуртка: засобами хореографічного мистецтва розвивати особистість її громадське і духовне становлення

Класичний танець:

- Робота над розвитком міцності ніг і їх стійкості.
- Виконання вправ класичного танцю у більш прискореному темпі.

Сучасний танець:

- Вивчення рухів ізольованих центрів.
- Поєднання рухів одного ізольованого центру з кроками.

Режим роботи гуртка: 4 год. на тиждень.

Дана програма розрахована на учнів, 4- го року навчання.

Примітка: якщо в хореографічний гурток приходять обдаровані, талановиті діти, то вони можуть зараховуватись до групи 4 - го року навчання.

Зміст занять гуртка складається із засвоєння практичних навичок виконання танцювальних творів, постановчої та репетиційної роботи, проводяться у формі практичних занять з елементами теорії.

Навчально – тематичний план гуртка основного рівня 3 – го року навчання

№ п/п	Назва розділу.	Кількість годин теорія	Кількість годин практика	Кількість годин разом
1.	Організаційне заняття	4	6	10
2.	Азбука музичних рухів	8	32	43
3.	Елементи класичного танцю	5	10	15
4.	Елементи сучасного танцю	5	35	40
5.	Елементи народного танцю		34	34
6.	Постановча - репетиційна робота			

Зміст програми роботи гуртка

Організаційне заняття.

1. Підведення підсумків за третій рік навчання.
2. Підготовка до святкових та знаменних дат.
3. Розклад занять, вибір старости.

Азбука музичних рухів.

1. Темпові визначення: анданте – повільно, віво – жваво, ленто – протяжно
Ларго – широко, алегро – швидко, стосовно до практичного матеріалу по класичному, народному танцях.

Елементи класичного танцю.

1. Уклін.
2. Демі пліє, пліє.
3. Батман тандю антурнан по 5 позиції.
4. Батман тандю жете антурнан по 5 позиції.
5. Ронд де жамб анлер по 1 позиції.
6. Батман фондю - пліє реліве по 5 позиції.
7. Батман сутеню по 5 позиції.
8. Адажіо(реліве лян+девелопе) по 5 позиції.
9. Гранд батман тандю жете пуанте по 5 позиції.
10. Тур андеор, андедан по 5 позиції.
11. Шанжман.
12. Ешапе.
13. Глісад.
14. Перше, друге, третє, четверте, п'яте пор де бра.

Елементи сучасного танцю.

1. Ізольовані рухи головою по хресту, по квадрату, в ритмічних малюнках.
 2. Підйом двох плечей.
 3. Плечі вперед - назад.
 4. Почерговий підйом плечей вгору.
 5. Твіст плечима.
 6. Рухи плечима в комбінації з кроками.
 7. Грудна клітка вперед - назад - вправо - вліво.
 8. «Дзеркало».
 9. Обертання кистей рук.
 10. Обертання рук від ліктя.
 11. Рухи головою вперед - назад, вправо - вліво в комбінації з кроками.
 12. Рухи грудної клітки вперед - назад, вправо - вліво в комбінації з кроками.
- Рухи стегнами вперед - назад, вправо - вліво в комбінації з кроками.
13. Човганець - стилізований хіп-хоп.
 14. Стройовий поворот «п'ятка - носок» на 90 градусів.
 15. Стройовий поворот «п'ятка - носок» на 180 градусів.

Вимоги до знань та вмінь вихованців.

Вихованці повинні знати:

- мати уявлення про хореографію як вид мистецтва та його значення в житті людини;
- знання основних видів танцю.

Вихованці повинні вміти:

- виконувати правильно і музикально всі основні рухи;
- виразно відтворювати танцювальні образи;
- брати участь в постановці танців;
- придумувати рухи для танців.

Бібліографія:

1. Програма для творчих об'єднань позашкільних і загальноосвітніх навчальних закладів. Хореографія. – С. – 2005.
2. Є. Коротков. Методичний посібник програми занять з хореографії загальноосвітньої школи./Коротков Є.А. - К – 1991.
3. vk.com/clubhoreoqraf «Все для хореографов!»
4. М. М. Ілляш С 71 Спортивна сучасна хореографія: комплексна навчальна програма з позашкільної освіти / Н. В. Борсук, І. Ю. Мосякова, Т. К. Окушко. – К., 2011.
http://puls-ua.com/wp-content/uploads/program_puls.pdf
5. <http://www.bti.vt.com/golovna/ditjachi/aerobika-dlja-ditej/3579-parterna-gimnastika-dlja-ditej-video-programa.html> Партерна гімнастика для дітей.
6. https://vk.com/video18291979_168814095 Разтяжка и развитие данных танцора.