



**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ г. МОСКВЫ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ №1358**

Направление деятельности объединения дополнительного образования:
Художественно-эстетическое

**Программа обучения
«Хореография»**

Автор:
педагог доп.
образования
Болтенкова Е.В.

Срок реализации: 1 год
Возраст детей: 7-15 лет

Программа принята
педагогическим
советом
ГБОУ Гимназии
протокол № 1
от 29.08.2016

Москва - 2016

Пояснительная записка

Художественная гимнастика -это синтез спорта и искусства, в котором все компоненты, гармонично сочетаясь друг с другом, подчиняются

специфическим законам данного вида спорта Занятия хореографией являются основной частью подготовки гимнастки.

Основные цели и задачи.

1. Грамотное исполнение движений, наполненное танцевальной выразительностью,
2. Развитие физических данных, правильной осанки, исправление недостатков,
3. Овладеть комплексом двигательных навыков, способствующих повышению координационных возможностей.
4. Следить за соблюдением эстетических норм исполнения :осанке, постановка корпуса, головы, вытянутость свободной ноги.

Развитие музыкальности, темпа-ритма необходимые для исполнения программ на ковре.

6. Развитие памяти и внимательности.
7. Расширение знаний в области хореографии.
8. Выражение собственных ощущений, используя язык хореографии.
9. Умение понимать язык движений, их красоту.
10. Прививание интереса к предмету хореографии, танцевальному искусству, танцевальному искусству на ковре .
11. Развитие музыкальности при исполнении движений .
12. Привить навыки умения слушать музыку и передавать в движениях ее многообразие и красоту.
13. Способность передать музыкальный замысел и хореографию, стиль и индивидуальность, выразительность и артистизм на льду.
14. Развитие выразительности движений, образного мышления.
15. Ловкости и точности движений в танцевальном классе и на ковре.
16. Умение воспринимать музыку, т.е. чувствовать ее настроение и характер.
17. Сохранение баланса на середине зала для необходимости сохранения его же на ковре.
18. Изучение движений, которые необходимы для координации на ковре.
19. Увлечательность.

Основные цели в области воспитания:

1. Содействие гармоничному развитию творческой личности;
2. Развитие чувства гармонии, чувства ритма;
3. Совершенствование нравственно-эстетических, духовных, физических потребностей.

Основные цели в области физической подготовки:

1. Развитие гибкости, выворотности, растяжки;
2. Развитие прыжка и вращения;
3. Развитие психофизических особенностей, способствующих успешной самореализации;
4. Укрепление физического и психологического здоровья.

Обучающая задача:

1. Научить детей владеть своим телом;
2. Обучить культуре движения;
3. Обучить основам классического танца;
4. Обучить танцам разных культур и стилей;
5. Обучить основам актерского мастерства;
6. Научить вслушиваться в музыку;
7. Различать выразительные средства;
8. Согласовывать свои движения с музыкой.

Развивающая задача:

1. Развитие музыкальных и физических данных;
2. Развитие образного мышления, фантазии;
3. Формирование творческой активности;
4. Интерес к танцевальному искусству на ковре;
5. Развитие творческого потенциала.

Воспитывающая задача:

1. Воспитание эстетически-нравственного восприятия и любви к прекрасному;
2. Воспитание трудолюбия;
3. Воспитание самостоятельности;
4. Воспитание аккуратности;
5. Воспитание целеустремленности в достижении поставленной цели.

Характеристика принципов обучения:

1. Принцип воспитания в процессе обучения;
2. Принцип научной обоснованности и доступности обучения;
3. Принцип системности в обучении сознательности и активности;
4. Принцип наглядности, познавательности, прочности знаний, закрепление техничности;
5. Принцип коллективного характера обучения в сочетании с индивидуальным подходом;
6. Принцип увлекательности.

Характеристика методов обучения и некоторых приемов:

Методы обучения, как способы совместной деятельности педагога и учащихся, при помощи которых учащиеся осваивают специальные умения и танцевальные навыки, формируют эстетический вкус, развивают творческие способности.

1. Метод танцевального показа: аналитический, синтетический показ, демонстрация, наблюдение;

2. Метод устного

изложения, комментирование, корректирование. Информация, рассказ, беседа;

3. Метод упражнений и заданий;

4. Метод танцевально-практических действий.

Особенности построения уроков:

Виды и формы уроков. Этика ведения уроков. Открытый урок. Музыкальное оформление уроков.

Дидактические основы-определение задачи урока:

- опора на личный опыт учащихся;

- развитие у учащихся учебных приемов;

- осуществление контроля учебной деятельности;

- дидактически правильная организация закрепления изученного;

- повторение учебного материала;

- организация различных форм обучения.

Основные этапы урока:

1. Организационный этап;

2. Подготовительный этап (разминка всех групп мышц);

3. Проверка и напоминание о проученном на предыдущем уроке;

4. Основная часть урока;

5. Изучение новых движений:

- позы классического танца на 90*

- маленькие позы, заключающие упражнения

- упражнения в e'paulement

- pas de bourree без перемены ног из стороны в сторону, на efface'e

- battement double frappe', battement double fondus

- temps releve' (как pre'paration, как пируэт и как самостоятельное движение)

- полуповорот с plie' releve' en dehors, en dedans по направлению к палке и от палки, на середине

- pour batterri

- grand battement jete' с быстрым de'veloppe' (у станка и на середине)

- battu, e"chappe' battu

-тур в воздухе,поворот на 360*
 -battement battu вперед и назад
 -pas ballote" вперед и назад на середине и у станка
 -flic-flac без поворота и с поворотом,на середине и у станка
 -подготовительные упражнения к большим турам и большие туры
 -sissonne ouvert (в позах,на 90*)
 -double assemble'
 -pas de basque вперед и назад
 -sissonne в arabesque
 -pas de chat с отбрасыванием ног назад и с броском ног вперед
 -battements soutenu на 90* у станка и середине
 -полуоборот en dehors, en dedans с ногой,вытянутой вперед или назад у станка
 или на середине - pas glissade
 -jete' в маленьких позах
 -grand rond de jambe en dehors, en dedans на 90*
 -полуповороты с подменной ноги en dehors, en dedans на целой стопе и на
 полупальцах -pas coupe'
 -pas de bourre' edessus-desous
 -temps leve'
 -pas jete' с продвижением
 -полупальцы у станка и на середине во время исполнения всей комбинации
 или движений,входящих в комбинацию -rond de jambe
 par terre entournant
 -pas de bourre' entournant с переменной ног
 -sissonne tombee'
 -pas ballonne'
 -grand rond de jambe en l'air en dehors, en dedans
 -pas emboite'(entournant, с продвижением и без продвижения)
 pas chasse'
 -pas coupe' в сочетании с pas ballonne'
 - pas glissade entournant на 360*
 -temps lie' saute'
 -battement fondue на 90*
 -de'veloppe' plie' releve'
 - тур lent из позы в позу (на 90* и на полу)
 - temps lie' par terre sur un pied en dehors, en dedans
 -royal
 -entrechat-quatre
 -rond de jambe en l'air saute

- grand assamble' с продвижением(шагаи glissade)
- brise' впереди назад
- grand temps releve'
- de'veloppetombe' вперед,назад,всторонуустанкаи насередине
- battement divise' en quart
- fouette' effasse'(grand,сперединазадисзадивперед)
- турыв arabesque 1,2
- турна sou de pied,passesглубокого plie' из 1,5 поз.ног
- pas faillivперед,назад
- grand jete' с шага- coupe'
- jete' entourant
- grand pas de chat
- renverse'
- pas cabriole маленькие
- pas jete' entrelace'
- battement tendu demi plie' по 2 поз.ног,по 4 поз.ногисполуповоротомпо 4 позног -tour pique' сдвойнымповоротом
- пируэтысо 2,5,4 поз.ног -2,3,4 поворота-подготовкакитальянскомуfouette'
- турfouette'

6.Соединениепройденногоматериаласизучаемымматериаломвдвиженияхикомбинациях.

7.Изучениенароднойинародно-сценическойтанцевальнойкультуры.

8.Изучение современной хореографии и demi-классики.

9.Изучение бального материала танцевального.