Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детская школа искусств № 3»
муниципального образования город-курорт Анапа
имени Елены Фабиановны Гнесиной

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПЛАТНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ УСЛУГА. СПЕЦИАЛЬНЫЙ КУРС ОБУЧЕНИЯ В ОБЛАСТИ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА «ТАНЕЦ»

Срок реализации 1 год

2026 год

ПРИНЯТО
на заседании педагогического
совета МБУ ДО ДШИ № 3
им. Е.Ф. Гнесиной
Протокол от 31.08.2026 № 1

Заместитель директора
_____Е.П. Герасименко

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБУ ДО ДШИ № 3
им. Е.Ф. Гнесиной

_____ В.А. Гончарова

Разработчик:
Черткова Надежда Николаевна преподаватель по классу хореографическое искусство Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детская школа искусств № 3» муниципального образования город-курорт Анапа имени Елены Фабиановны Гнесиной.

Содержание:

I. Пояснительная записка
II. Содержание учебного предмета
III. Требования к уровню подготовки обучающихся
IV. Методическое обеспечение учебного процесса
V. Список литературы

I. Пояснительная записка

- ***Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе***

Программа учебного предмета «Танец» разработана с учетом требований к дополнительной общеразвивающей программе в области хореографического искусства.

Танец - вид искусства, в котором художественные образы создаются средствами пластических движений и ритмически чёткой и непрерывной смены выразительных положений человеческого тела.

На уроке танца в детской школе искусств учащиеся знакомятся с простейшими танцевальными шагами, рисунками танца, упражнениями на ориентировку в пространстве, элементами классического и народного танцев, исполняют хореографические этюды и передают в движении образное содержание музыки.

- ***Срок реализации учебного предмета «Танец»***

Срок реализации данной программы составляет 1 год, 2 часа в неделю, 68 часов.

4. Форма проведения учебных аудиторных занятий: мелкогрупповая (от 8 до 15 человек). Рекомендуемая продолжительность урока 40 минут.
Мелкогрупповая форма позволяет преподавателю лучше узнать ученика, его возможности, трудоспособность, эмоционально-психологические особенности.

5. Цель и задачи учебного предмета «Танец»

Цель - формирование у обучающихся основных двигательных умений и навыков, личностных качеств, необходимых для занятий классическим, народно-сценическим и другими видами танца.

Задачи:

- развитие танцевальной выразительности;
- развитие музыкальности;
- развитие координации движений;
- умение ориентироваться в сценическом пространстве;
- освоение простейших элементов танца;
- формирование осанки у учащихся, укрепление здоровья;
- усвоение правильной постановки корпуса;

- формирование личностных качеств: трудолюбия, силы, выносливости, целеустремлённости;
- развитие творческих способностей;
- воспитание интереса к национальной культуре.

Методы обучения

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие методы обучения:

- наглядный – **показ** движений преподавателем;
- словесный – **беседа** о танце, объяснение техники исполнения хореографических движений, **рассказ** о средствах выразительности музыкального сопровождения;
- эмоциональный - подбор ассоциаций, образов;
- практический – **исполнение** движений и танцевальных этюдов обучающимся;
- репродуктивный – неоднократное воспроизведение полученных знаний.

II. Содержание учебного предмета

Тема 1. Шаги и бег (в продвижении вперёд)

- бытовой;
- танцевальный шаг с носка;
- шаг на полупальцах;
- боковой шаг на всей стопе по прямой позиции;
- лёгкий бег на полупальцах;
- бег с поднятым коленом «лошадки».

Тема 2. Позиции ног

- I, II, III, VI (первая прямая) позиции.

Тема 3. Позиции рук

- подготовительное положение рук; 1,2,3 позиции;
- переводы рук из позиции в позицию (port de bras).

Тема 4. Элементы танцевальной азбуки

- понятие опорной и рабочей ноги;
- полуприседание (demi - plies) по VI, I, II, III позициям;
- открывание (battements tendus) ноги в сторону и вперед из VI и I позиции;
- поднимание (releve) на полупальцы по VI и I позициям;
- поднимание (releve) на полупальцы в сочетании с полуприседанием;
- прыжки (temps leve) на двух ногах по VI позиции;
- открывание ноги (battements tendus) в сочетании с полуприседанием (demi-plies) в сторону и вперёд;
- движения для головы: повороты направо – налево в различном характере, вверх- вниз (с различной амплитудой), наклоны вправо-влево (к плечу);

- движения плеч и корпуса: подъем и опускание плеч, наклоны корпуса вперёд и в сторону, повороты, выводя одно плечо вперед;
- ведение рабочей согнутой ноги по опорной ноге вверх, сгибая её в колене (retere) по VI позиции;
- галоп;
- шаг польки;
- подскоки;
- соскоки в I прямую позицию;
- хлопки в ладоши соло и в паре.

Тема 5. Элементы русского (национального) танца

- положения рук русского танца (свободно опущенные вниз вдоль корпуса; на талии (вбок); «крендель» (под одну руку в паре);
- русский поклон;
- притопы;
- русский дробный ход;
- «гармошка»;
- «ёлочка»;
- русский переменный шаг;
- выдвижение ноги в сторону и вперёд с переводом носка на каблук - «носок-каблук»;
- выдвижение ноги в сторону и вперёд с переводом носка на каблук с полуприседанием на опорной ноге;
- «припадание» по VI позиции в продвижении из стороны в сторону.

Тема 6. Рисунки танца

- понятие интервала в рисунке танца;
- колонна;
- шеренга;
- диагональ;
- круг;
- кружочки;
- «звёздочка»;
- «цепочка».

Тема 7. Перестроения в танце (ориентировка в пространстве)

- повороты вправо и влево;
- движение по линии танца и против линии танца;
- движение по диагонали;
- из колонны в шеренгу;
- из колонны по одному в колонну по два;
- из колонны по два в колонну по четыре;
- сужение и расширение круга;
- «прочёс»;
- «ручеёк»;

- из одного круга в несколько кружочков и обратно в один круг;
- в пары и обратно.

Тема 8. Развитие артистизма и импровизация

- элементарные формы танцевальной сюжетной импровизации;
- самостоятельное сочинение хореографического фрагмента (1-2 музыкальные фразы) на предложенный образ, тему;
- передача характера музыки движением.

Тема 9. Танцевальные этюды

- этюд на перестроения на маршевых шагах;
- этюд на ориентировку в пространстве, построенный на материале русского хороводного танца;
- этюд, построенный на подскоках, галопе, шаге польки;
- сюжетный танцевальный этюд.

III. Требования к уровню подготовки обучающихся

Результатом освоения программы является приобретение обучающимися следующих знаний, умений и навыков:

- умение исполнять простые танцевальные этюды и танцы;
- умение ориентироваться на сценической площадке;
- владение различными танцевальными движениями, упражнениями на развитие
- физических данных;
- навыки перестраивания из одной фигуры в другую;
- владение первоначальными навыками постановки корпуса, ног, рук, головы;
- навыки комбинирования движений.

IV. Методическое обеспечение учебного процесса

Данная программа разработана в соответствии с традициями, опытом и методами обучения, сложившимися в хореографическом образовании детских школ искусств. Занятия по предмету «Танец» рекомендуется проводить два раза в неделю по одному часу и соединять его со смежным предметом «Ритмика». Важнейшую роль в проведении урока танца играет правильно подобранный и качественно исполненный концертмейстером музыкальный материал. Одно искусство (музыкальное) помогает восприятию другого (танец). При хорошо спланированном уроке такое соседство помогает и облегчает восприятие и усвоение учебного материала. Танец неразрывно связан с музыкой, эмоционально-образное содержание которой находит своё воплощение в его хореографической композиции, движениях, фигурах.

При работе над танцевальными движениями и танцевальным репертуаром очень важным моментом является развитие танцевальной выразительности, артистизма. Однако необходимо отметить, что выразительность исполнения - результат не механического «натаскивания», а систематическая работа преподавателя с учеником. Предлагая простые задания,

связанные с передачей характера музыки, её динамических оттенков в двигательно - ритмических упражнениях, преподаватель переходит к более сложным, передающим стиль, манеру исполнения и характер танцев. На определённом этапе обучения преподаватель подводит учащихся к возможности импровизации. Под непосредственным воздействием музыки, обучающиеся сами придумывают движения или короткие этюды. Задача преподавателя - обратить внимание учащегося на особенности предложенного музыкального примера, его образность, музыкальное строение. Проявление творческого начала, исполнение непринуждённого движения, как подсказывает музыка, – положительный результат импровизационной работы на уроке.

V. Список литературы

- Бондаренко Л. Ритмика и танец. – Киев, 1972
- Ваганова А.Я. Основы классического танца. – Спб, «Ланб», 2001
- Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка. - М., 1968
- Зимина А.Н. Образные упражнения и игры в музыкально-ритмическом развитии детей. – М., 1998
- Климов А.А. Основы русского народного танца. – М., «Искусство», 1981
- Конорова Е.В. Эстетическое воспитание средствами хореографического искусства. – М., 1963
- Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать: Учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. – М.: ООО «Век информации», 2009
- Холл Д. Уроки танцев. Лучшая методика обучения танцам/ Джим Холл; пер. с англ. Т.В. Сидориной. – М.: АСТ: Астрель, 2009
- Шершнев В.Г. От ритмики к танцу. Развитие художественно-творческих способностей детей 4-7 лет средствами ритмики и хореографии. Программа для образовательных учреждений дополнительного образования детей Московской области. - М.: «Один из лучших», 2008

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детская школа искусств № 3»
муниципального образования город-курорт Анапа
имени Елены Фабиановны Гнесиной

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПЛАТНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ УСЛУГА. СПЕЦИАЛЬНЫЙ КУРС ОБУЧЕНИЯ В ОБЛАСТИ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА «РИТМИКА»

Срок реализации 1 год

2024 год

ПРИНЯТО
на заседании педагогического
совета МБУ ДО ДШИ № 3
им. Е.Ф. Гнесиной
Протокол от 28.08.2024 № 1

Заместитель директора
_____Е.П. Герасименко

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБУ ДО ДШИ № 3
им. Е.Ф. Гнесиной

_____В.А. Гончарова

Разработчик:

Черткова Надежда Николаевна преподаватель по классу хореографическое искусство Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детская школа искусств № 3» муниципального образования город-курорт Анапа имени Елены Фабиановны Гнесиной.

Содержание

1. Пояснительная записка
2. Содержание учебного предмета
3. Требования к уровню подготовки
4. Методическое обеспечение учебного процесса
5. Литература

1. Пояснительная записка

- ***Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе***

Программа учебного предмета «Ритмика» разработана на основе и с учетом требований к дополнительной общеразвивающей программе в области хореографического искусства «Хореографическое творчество».

На занятиях по ритмике происходит непосредственное и всестороннее обучение ребенка на основе гармоничного сочетания музыкального, двигательного, физического и интеллектуального развития.

Уроки ритмики развивают такие музыкальные данные как слух, память, ритм, помогают выявлению творческих задатков учеников, знакомят с теоретическими основами музыкального искусства.

Дети получают возможность самовыражения через музыкально-игровую деятельность.

Срок реализации учебного предмета «Ритмика»:

Срок освоения программы учебного предмета «Ритмика» составляет 1 год, 1 час в неделю, 34 часа.

Форма проведения учебных аудиторных занятий: мелкогрупповая (от 8 до 15 человек). Продолжительность урока - 40 минут.

Цель и задачи:

Цель: развитие музыкально-ритмических и двигательных способностей детей через овладение основами музыкально-ритмической культуры.

Задачи:

- освоение двигательных навыков, способствующих развитию координации движения;
- воспитание внимания, выносливости и стремления выполнить задачу, поставленную преподавателем;
- приобщение к здоровому образу жизни; формирование правильной осанки;

Методы обучения

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие методы обучения.

- Наглядно-слуховой – прослушивание музыкального примера с последующим показом движений преподавателем.

- Словесный – **беседа** о характере музыки, её художественных образах; **объяснение** средств музыкальной выразительности; эмоциональный **рассказ** преподавателя о прозвучавшем произведении, необходимый для формирования у обучающихся ассоциативного восприятия музыки.
- Практический – предварительное изучение подготовительных танцевальных движений, упражнений с предметами, с последующим включением их в музыкально-ритмические этюды; простейшие танцевальные композиции и сюжетные игры.

Данные методы являются наиболее продуктивными при реализации поставленных целей и задач. Они основаны на изучении опыта и лучших традиций мировой и отечественной школ преподавания ритмики.

2. Содержание учебного процесса

Тема 1. Развитие слуховых способностей восприятия средств музыкальной выразительности:

Характер музыки

- умение слушать музыку и определять её характер;
- отражать в движении разнообразные оттенки характера музыкальных произведений (весёлый, спокойный, энергичный, торжественный и т.д.).

Динамика (сила звука)

- forte (громко);
- piano (тихо);

Темп (скорость музыкального движения)

- allegro (быстро);
- adagio (медленно);

Маршевая и танцевальная музыка

- особенности танцевальных жанров: полька, лендлер, галоп;

Тема 2. Формирование танцевально-двигательных навыков, основанных на метроритмической организации музыки:

- танцевальные шаги и бег в соответствии с музыкальными длительностями и музыкальными размерами; дирижирование во время исполнения шагов:

- танцевальный шаг в продвижении вперёд и назад;
- шаг на полупальцах в продвижении вперёд и назад;
- шаг с высоким подъёмом колена на всей стопе и на полупальцах;
- лёгкий бег; бег, сгибая ноги сзади; бег, вынося прямые ноги вперёд;
- подскоки;
- галоп;

- **позиции ног**, смена позиций ног на новый музыкальный такт;

- **позиции и положения рук**, переводы рук из позиции в позицию; положения рук в паре;

- **положения корпуса;**

- **простейшие элементы танца**;

- **прыжки** (на двух ногах на месте, в продвижении вперёд, в повороте вокруг себя) на разные музыкальные длительности и ритмические рисунки;
- **упражнения на ориентировку в пространстве** (повороты вправо-влево, движение по линии и против линии танца, движение по диагонали); согласовывать изменение направления движения с построением музыкального произведения;
- **построения и перестроения** (рисунки в танце); смена рисунка в танце в соответствии с музыкальным периодом, предложением, фразой.

Тема 3. Музыкально-ритмические этюды и игры:
- этюды с предметами (мяч, скакалка, обруч, шарф, лента и т. д.);
- этюды с использованием детских музыкальных инструментов (бубнов, колокольчиков, маракас, ложек, барабана и т. д.);
- музыкально-ритмические этюды и танцы, сочиненные самими учащимися;
- музыкально-ритмические игры (сюжетные и ролевые).

Ученики должны иметь следующие знания, умения, навыки:

- уметь определять выразительные средства музыки - характер, темп;
- знать музыкальную терминологию в объеме 1 года обучения в рамках программы «Слушание музыки и музыкальная грамота»;
- начинать и заканчивать движение вместе с музыкой;
- правильно определять начало и окончание музыкальной фразы, сильную долю в музыкальном такте, длительности нот;
- музыкальный размер 2/4, ¾, 4/4;
- различать жанры в музыке: песня, танец, марш;
- знать особенности народной и классической музыки;
- уметь правильно исполнять движения в характере музыки;
- слышать изменения звучания в музыке и передавать их движением;
- выполнять упражнения с предметами и без них под музыку в простых и сложных музыкальных размерах;
- уметь видеть свои ошибки и ошибки других учеников;
- уметь координировать движения рук, ног и головы;
- уметь ориентироваться в пространстве;
- уметь танцевать в паре и в ансамбле.

3. Требования к уровню подготовки обучающихся

Результатом освоения программы является приобретение обучающимися следующих знаний, умений и навыков:
- умение исполнять простые танцевальные этюды и танцы;
- умение ориентироваться на сценической площадке;
- владение различными танцевальными движениями, упражнениями на развитие
- физических данных;
- навыки перестраивания из одной фигуры в другую;
- владение первоначальными навыками постановки корпуса, ног, рук, головы;

- навыки комбинирования движений.

4. Методическое обеспечение учебного процесса

1. Методические рекомендации.

Первостепенное значение в проведении урока ритмики имеет правильный подбор музыкального материала для занятий, который должен содержать образцы русской (национальной) и зарубежной музыки, как народной, так и классической. Она должна быть высокохудожественной и соответствовать возрасту учащихся. Особо следует уделить внимание работе преподавателя с концертмейстером. Качество исполнения музыкальных произведений должно быть на высоком профессиональном уровне.

Каждое занятие включает в себя три органически взаимосвязанных раздела, в которых концентрическим методом прорабатываются перечисленные темы.

Первый раздел. Развитие слухового восприятия и закрепление полученных навыков в движении.

Второй раздел. Музыкально-ритмическая тренировка.

Третий раздел. Музыкально-ритмические игры и этюды.

Все эти разделы должны чередоваться не механически, а соединяться органично, быть пронизаны единым педагогическим замыслом урока.

Первый раздел

Развитие слухового восприятия и закрепление полученных навыков в движении

Главная цель - научить ребенка эмоционально воспринимать музыку и передавать её характер в движениях.

Второй раздел

Музыкально-ритмическая тренировка

В ритмике используются несложные элементы народных плясок, хороводов, которые составляют основу современных детских композиций.

Третий раздел

Музыкально-ритмические игры и этюды

Данный раздел решает важные и неотъемлемые для полноценного развития ребенка задачи. Форма игры создает условия для раскрытия эмоционального мира каждого ребенка и усвоения им необходимых знаний, понятий, формирования навыков в обстановке эмоционального комфорта. В процессе игры создаются условия для общения детей в паре, в группе, проявляются личностные качества, а педагог в процессе игры имеет возможность корректировать отношения между детьми, активизировать творческую деятельность группы, создавать условия для наиболее полного проявления каждого ребенка в рамках заданных правил.

Примеры музыкально-ритмических игр:

1. **«Музыкальный мячик».**

Цель игры – умение внимательно слушать музыку, согласовывать свои действия с музыкой, аккуратное выполнение движений (чтобы мячик не падал).

Дети встают в круг. Одному ребёнку даётся мячик. Концертмейстер начинает играть мелодию. Задача детей передавать мячик по кругу, аккуратно. Когда неожиданно музыка прекращает звучать, ребёнок, у которого в руках оказывается мяч, поднимает руки вверх с мячом (или, как вариант, приседает на корточки с мячом). Когда музыка снова звучит мячик продолжают передавать по кругу.

2. «Змейка».

Цель игры – формирования умения взаимодействовать с партнёром, слушать внимательно музыку.

Дети встают друг за другом на расстоянии вытянутой руки (можно, как вариант, руки класть на талию впереди стоящего). Назначается ведущий «змейки». Ведущий встает во главе «змейки». Звучит музыка (например, марш). Задаётся характер движения, правила (например, ходьба с высоко поднятым коленом, или ходьба на носочках). Задача детей следовать за ведущим повторяя траекторию движения (траектория плавная, напоминающая движение змейки). Педагог следит чтобы дети не «срезали» движение. В начале обучения педагог может следовать впереди ведущего, показывая своим примером траекторию движения.

3. «Как звучит музыка?».

Цель игры – умение внимательно слушать музыку и сопоставлять выполнение движений в соответствии с характером и темпом музыки.

Концертмейстер играет разнохарактерную музыку, различную по темпу. Задача детей, например, подскоками на месте или двигаясь по кругу, показать изменения звучащие в музыке. Быстрая, энергичная музыка – соответствующее движение; медленная и спокойная – движение соответственно спокойное, плавное.

4. «Внимание музыка!».

Цель игры – развитие внимания к музыке, её характеру, началу, окончанию; учит самостоятельно находить соответствующее музыке движение. С первых уроков закрепляет необходимый для работы порядок организованность поведения детей, одновременно вызывая у них весёлое настроение.

Группа стоит в основном строю. С началом музыки все дети двигаются по залу в свободном направлении, стараясь не наталкиваться друг на друга и по возможности равномерно распределяться по всей площадке. С окончанием музыки останавливаются и затем быстро, но без суматохи и шума направляются на свои места. Построившись, проверяют интервалы и свою стойку.

Движение зависит от музыки: дети ходят, бегают или скачут и тем же движением возвращаются на места.

Группа может быть поделена на подгруппы, которые состязаются между собой. Выигрывает подгруппа, несколько раз выполнявшая задания организованнее и правильнее других.

Руководитель на первых уроках использует музыку марша, требуя от детей соблюдения спокойствия и тишины. Затем, не предупреждая детей, даёт музыку для бега; часть детей быстро войдёт в новый характер и темп музыки и начнёт бегать, постепенно увлекая за собой других; ещё позднее следует музыка для поскоков. Повторяя игру, следует менять музыку.

5. «Тихие воротца».

Цель игры – научить детей двигаться по залу бесшумно, свободно, не сбиваясь в кучки.

Нежная, прозрачная, прихотливая музыка заставляет детей делать лёгкие, осторожные движения.

Исходное расположение – двое детей, взявшись за обе руки и подняв их вверх, стоят посередине зала с закрытыми глазами, образуя воротца. Остальные располагаются свободно по всему залу.

Дети тихо и легко бегают по всей площадке, стараясь пробегать под воротца незамеченными. Воротца ловят пробегающих, опуская сцеплённые руки. Если дети-воротца коснулись пробегающего, он считается пойманным сменяет одного из них.

Дети не должны толпиться около воротцев; пробегать под воротца надо всегда с одной стороны.

6. «Запомни музыку».

Цель игры – развитие музыкальной памяти, внимания организованности коллективного действия.

В игре сопоставляются разные по характеру (темпу, ритму, динамике) мелодии; двигаясь, дети сравнивают их между собой, запоминают четыре разных по содержанию музыкальных образа.

Руководитель даёт детям подвигаться под все четыре мелодии; вместе они определяют, какое из предложенных движений лучше передаёт характер музыки. Затем группа делится на четыре кружка, и каждый из них выбирает музыку, под которую он будет двигаться.

Мелодии играются вразбивку; услышав свою музыку, кружок начинает двигаться, с окончанием её – останавливается 9или присаживается на корточки).

Для облегчения сначала дать не четыре, а две мелодии (например. для бега и для высокого шага) – на каждую музыку будут одновременно двигаться два кружка.

Повторяя игру на следующих занятиях, обязательно перераспределить музыку между кружками.

Постепенно можно направлять внимание детей на особенности каждой мелодии (части, фразы, изменение характера) и предлагать отметить их в движении поворотами, остановками, изменениями направления).

Следует ввести соревнование кружков – в смысле внимания к музыке, быстроты узнавания мелодий, точности окончания движения, качества и выразительности его выполнения.

5. Литература

- Барышникова Т. Азбука хореографии. М., 2000
- Бекина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение. Упражнения, игры, пляски для детей 6-7 лет. Часть 1 и Часть 2. М., 1981
- Играем с начала. Гимнастика, ритмика, танец. М., 2007
- Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике в I и II классах музыкальной школы. Выпуск 1. Издательство «Музыка». М., 1972
- Конорова Е.В. Занятия по ритмике в III и IV классах музыкальной школы. Выпуск 2. Издательство «Музыка». М., 1973
- Конорова Е. В. Танец и ритмика. М: Музгиз, 1960
- Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов. М, 2000