

В.Волкова, Н.Ракова, Н.Ладухина, В.Витлина. Для учащихся старшей возрастной группы музыка усложняется для восприятия. Дополняется музыка зарубежных и русских композиторов. Подбирать музыку следует так, чтобы содержание танцевальной постановки целиком соответствовало характеру музыки. Подбор музыки влияет на качество хореографической постановки. Для народных танцев используют народную музыку, обработки народных мелодий. Правильный подбор музыкального материала знакомит детей с классиками музыкального искусства, развивает у учащихся музыкальный вкус, положительно влияет на детей, помогает развивать их способности раскрыть содержание танца. *Для индивидуального развития каждого ребенка имеет огромное значение фиксация динамики его достижений, для дальнейшего самосовершенствования (самореализации)*

Итогом о проделанной работе за год является:

- Открытый урок для родителей, классного руководителя, где учащиеся демонстрируют свои успехи;
- выступление на традиционных праздниках, проводимых внутри класса или общешкольных мероприятиях:
- «Прощание 1 классом» (1класс)
 - КВН «По дорогам сказок» (2-3 классы)
 - Новогодние елки (1-4 классы)
 - Конкурс «Фольклор народов Дагестана» (4класс)
 - Выпускной начальной школы (4 класс)
 - Конкурс «Лезгинка свадебная» (5 класс)
 - Конкурс «Самостоятельная постановка» (6класс)
 - Рыцарский турнир (7 класс)
 - Конкурс массового танца (7 класс)
 - Конкурс эстрадного танца «Танцпол» (7 класс)

ОБЩИЕ ЗАДАЧИ

Мы рассматриваем хореографию как органическую часть системы дополнительного образования в воспитании и развитии личности ребенка в общеобразовательном учреждении. В процессе учебных занятий у школьников происходит снижение работоспособности, ухудшается внимание, память, удлиняется латентный период двигательной реакции; в результате длительного поддержания статистической позы нарушается осанка, увеличивается тенденция к наклону головы.

Важнейшие задачи хореографии в учебно-воспитательном процессе образовательного учреждения:

- Организация двигательного режима школьников, который обеспечивает активный отдых и удовлетворительную естественную потребность в движениях. Движение в ритме и темпе, заданной музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведет к общему оздоровлению организма.
- Художественно-эстетическое и культурное развитие школьников. Приобщение к миру танца, знакомство с различными направлениями, историей и «географией» танца, прослушивание ритмичной танцевальной, классической музыки, развивают и внутренне обогащают школьников, прививают умение через движение выражать различные состояния, мысли, чувства человека, его взаимоотношение с окружающим миром.
- Привить ребенку необходимые двигательные навыки и умения. Способность согласовывать движения своего тела с музыкой вызывает комфортное состояние и

танцующий испытывает радость и удовольствие, осваивая те или иные задачи, которые ставит перед ним педагог.

- Научить ребенка самостоятельно видоизменять, группировать фигуры и составлять свой танец, выражая свои чувства, эмоции и понимание музыки.
- Привить учащимся культуру общения между собой, в паре, в танце, с окружающими, т.е. свою индивидуальность сочетать с мнением коллектива.

Также самым важным является и так называемый лечебный эффект. В результате регулярных занятий создается мышечный корсет, и исправляются недостатки осанки, уменьшается плоскостопие. *Таким образом, решая задачи общего укрепления и физического развития, мы добиваемся главной цели педагогического процесса, по концепции О.С.Газмана, - это личность здорового человека.*

Межпредметные связи.

Предмет содержит богатые возможности для формирования общеучебных навыков, что создает основу для целостного развития личности. Показателем этого являются раскрытые ниже межпредметные связи, которые влияют на успешное происхождение этого курса и усвоение других учебных дисциплин.

Настоящий курс опирается на некоторые понятия и навыки, которые учащиеся получают на других уроках в общеобразовательной школе. Он является яркой иллюстрацией применения тех или иных знаний на практике. Каждый танец или движение имеет определенные исторические корни и географическое происхождение. Приступая к изучению того или иного движения историко-бытового танца, учащиеся знакомятся с

историей его создания, узнают, в какой стране, у какого народа он произошел, в какую страну переместились. Уклад и обычаи, характер и темперамент народа отражаются в танце и, наоборот, изучая танец, учащиеся узнают о тех или иных народах, странах. При изучении общих понятий в хореографии учащиеся сталкиваются с понятиями «угол поворота», «направление движения» (по линии танца, по диагонали), «доли счета» ($1/2$, $2/4$, $3/4$). Существует понятие «геометрия шагов», «диаграмма шагов», круг.

Непосредственная связь хореографии с музыкой прослеживается на всем этапе, так как мы танцуем под музыку и выражаем характер музыки танцем. Учащиеся должны усвоить понятия: ритм, счет, размер и узнать, что музыка состоит из тактов и музыкальных фраз, при этом должны уметь различать вступление и основную тему произведения, вступать в танец сначала музыкальной фразы.

И, наконец, тесная взаимосвязь прослеживается между хореографией и физкультурой: и по построению урока, и по его насыщенности. Начиная с разминки, в начале занятия, имея кульминацию в середине и спад физической и эмоциональной нагрузки, к концу, каждое занятие имеет конкретную цель. Регулярные занятия хореографией создают и укрепляют мышечный корсет, улучшают работу сердца, нервной системы, укрепляют психику, а это значит, что мы получаем *здорового человека.*

Форма одежды на занятиях хореографии

Форма дисциплинирует и организывает учащихся. Поэтому требования к форме предъявляются с первого занятия. Она должна быть аккуратной, удобной для занятий, хорошо сидеть на ребенке. Обувь должна хорошо сгибаться в подъеме.

Форма для учащихся младшей возрастной группы

Мальчики: 1. Спортивные брюки

2. Футболка

3. Чешки или мягкие танцевальные тапки.

Девочки: 1. Гимнастический купальник

2. Юбка «солнце»

3. Чешки или мягкие танцевальные тапки

Форма для учащихся старшей возрастной группы

Мальчики: 1. Спортивные брюки

2. Футболка

3. Чешки или мягкие танцевальные тапки.

Девочки: 1. Гимнастический купальник

2. Лосины, легинсы, велосипедки

3. Чешки или мягкие танцевальные тапки.

Младшая возрастная группа, 1 год обучения(1 класс)

Учебно-тематический план

Темы	Количество часов		
	Всего	теория	практика
1.Организационная работа	1	1	
2.Азбука танцевального движения	3	1	2
3.Постановка корпуса	10		10
4.Элементы классического танца	7	2	5
5.Элементы народного, историко-бытового танца	9	2	7
6.Танцевальная импровизация	4		4
Итого: 34 часов	34	6	31

Задача – научить слушать и понимать команды педагога, музыку, разнообразить набор привычных движений, развивать координацию движения, чувство ритма, память, внимание, заинтересованность. В том числе решаются воспитательные задачи, подготовка к уроку, переключение от одного вида деятельности к другому в ходе урока. Разучивание танца: «Приветственный»,

1. Организационная работа.

Беседа с ребятами о целях и задачах курса хореографии, о правилах техники безопасности на уроках. Определение целей, задач на учебный год. Определение формы на занятиях.

2. Азбука танцевального движения:

Теория:

1. Мелодия и движение
2. Музыкальные размеры: 4/4; 2/4; 3/4

3. Контрастная музыка (быстрая, медленная, веселая, грустная)
4. Перестроение из одних рисунков в другие
5. Повороты вправо, влево

Практические занятия:

- Музыкально-пространственные упражнения (маршировка в темпе и ритме музыки; шаг на месте вокруг себя, вправо, влево; повороты на месте)
- Фигурная маршировка с перестроением (из колонны в шеренгу и обратно; из одного круга в два; звездочка)
- Танцевальные шаги: марш шаг с носка
- Выделение сильной доли

3. **Постановка корпуса** включает в себя общеразвивающие упражнения на укрепление мышц корпуса, на гибкость, на растяжку. Выполняются упражнения лечебной физкультуры на ковриках.

4. **Элементы классического танца:**

- Знакомство с позициями ног и рук (позиции ног - 1; 6; позиция рук – подготовительная, первая)
- Полуприседания (деми – плие) – по 1 позиции
- Подъем на полупальцы обеих ног (релеве) в 1; 6 позициях

5. **Элементы народного, историко-бытового танцев:**

- подскоки в движении
- пружинка на месте с хлопком
- прыжки с поочередной смены ног
- разучивание танца «Приветствие»
- разучивание танца «Лезгинка» (двойной шаг, двойной шаг с руками мальчики, ход на полу пальцах, ход на полу пальцах с позициями рук девочки).

- разучивание танца «Снежинки» (бег на носках, повороты на месте, перестроение на звездочки, перестроение на большой круг)

6. Танцевальная импровизация:

- игра «Зайцы и волк» (придумать танец Зайчика на лесной полянке)
- игра «Лягушки и Аист» (изобразить Лягушку на болоте)
- игра «Фотограф» (создать образ, заданный ведущим, останавливаясь в придуманную фигуру)

В связи со спецификой курса разделы: Элементы народного, историко-бытового танца и танцевальная импровизация могут быть сглажены.

К концу 1 года обучения (1 класса) учащиеся овладевают знаниями и навыками:

- Правильно пройти в такт музыки, сохраняя осанку
- Иметь навык легкого шага с носка на пятку
- Чувствовать характер марша (спортивного, строевого, походного)
- Уметь изобразить в танцевальном движении животных
- Выразить образ в разном эмоциональном состоянии – веселья, грусти (веселый котенок, грустный зайчик)
- Исполнить танцы «Приветственный», «Лезгинка»; «Давай дружить!»
- Выступление на празднике «Прощание с 1 классом»

Младшая возрастная группа, 2 год обучения(2 класс)

Учебно-тематический план

Темы	Количество часов		
	Всего	теория	практика
1.Организационная работа	1	1	
2.Азбука танцевального движения	3	1	2
3.Постановка корпуса	10		10
4.Элементы классического танца	7	2	5
5.Элементы народного, историко-бытового танца	9	2	7
6.Танцевальная импровизация	4		4
Итого: 34 часов	34	6	28

Задача: Дальнейшее развитие чувства ритма, музыкальности, пластики, координации движения. Научить танцевать в паре. Разучить танцы: «Лезгинка», «Русский».

1. Организационная работа. Беседа с ребятами о целях и задачах на текущий год, о правилах техники безопасности на уроках хореографии. Ознакомление с репертуаром нового учебного года.

2. Азбука танцевального движения:

Теория:

1. Включает весь материал 1 года обучения

Особенности музыки – марш, двойной шаг, ход на полу пальцах . Быстрые и медленные ходы, плясовые

Практические занятия:

- Закрепляется и исполняется материал 1 года обучения
- Акцентирование сильной доли такта в шагах
- Вступление и финал в танце

- Перестроение по линии танца

3. *Постановка корпуса* включает в себя общеразвивающие упражнения на укрепление мышц корпуса, на гибкость, растяжку, используя комплекс упражнений лечебной физкультуры.

4. *Элементы классического танца:*

- Повторение и закрепление упражнений классического танца 1 года обучения
- Полуприседание (деми-плие) – по 1 и 2 позиции
- Вытягивание ноги на носок (батман тандю) – 1 позиция вперед, в сторону
- Медленное подминание ноги (Релевелан) вперед на 90 градусов
- Прыжки вверх с обеих ног (соте) – в 1 и 2 позициях
- Вытягивание ноги на носок (батман тандю) по 1 позиции
- Упражнения для рук, головы, корпуса (пор де бра)
- Каблук-носок (батман тандю «носок») в характере русского танца

5. *Элементы народного, историко-бытового танцев:*

- Шаг простой, двойной шаг
- Двойной шаг по кругу в парах
- Ход лезгинки по кругу
- Ход с руками в парах
- Перестроение из одного круга в два и обратно
- Разучивание танца «Лезгинка» (основной шаг двойной шаг; перестроение по двум колонкам; шаг на полу пальцах колонками вправо-влево; растяжка в парах друг к другу; крутка с остановкой)

- Разучивание танца «Русский» (шаг по кругу с захлестом; пружинка с плечиками; приставной шаг с пяткой и притопом; прыжки по 6 позиции из стороны в сторону)

6. Танцевальная импровизация:

- Массовая импровизация «Цветочек растет»; «Сказочный лес»
- Музыкально-двигательная игра «Бабка-Ежка» (умение прыгать на одной ноге)
- Музыкально-двигательная игра «Зайцы и волк» (уметь держать равновесие, сидя на корточках)



К концу 2 года обучения (2 класса) учащиеся овладевают знаниями и навыками:

- Знать позиции ног 1; 2; 6; позиции рук – подготовительная, первая, третья.
- Знать батман тандю «носок» в характере русского танца
- Уметь начинать движение после вступления
- Слышать сильные доли в тактах музыкального произведения
- Различать особенности музыки (марш, вальс – быстрый или медленный, хоровод, плясовая)
- Уметь танцевать в паре танец «Русский», танцы «Лезгинка»
- Иметь навык вежливого отношения к партнеру в паре
- Исполнять импровизацию на заданную тему.
- Выступление на «Новогодних елках»

Младшая возрастная группа, 3 год обучения (3 класс)