

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Центр дополнительного образования им.Л.Е. Лукиной»  
МР «Горный улус» РС (Я)

Принята на заседании  
методического совета  
Протокол № 1  
«10» сентября 2020г.

Утверждаю: Директор МБУ ДО  
«ЦДО им.Л.Е. Лукиной»  
А.М. Колесова  
«10» сентября 2020г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
детского танцевального ансамбля**

**«Кэрэчээн»**

Возраст обучающихся: 8-17 лет

Разработчик: Кычкина Любовь Петровна,  
педагог дополнительного образования

с. Бердигестях– 2020 г.

## I. Пояснительная записка

Искусство танца близка и востребована среди детей всех возрастов. Дети любят танцевать, наряжаться в красочные костюмы, слышать зажигательные музыки. Для этого, чтобы у детей развивался вкус хорошо одеваться, с малых лет соответственно вести себя в обществе, быть уверенными танцевальный кружок дает первые необходимые понятия об эстетике. Если с первых занятий, детей заинтересовать с азами танцевальных движений, порядком проведение урока они с удовольствием и систематически посещают занятия в течение длительного времени, проявляя настойчивость и усердие в изучении танцевальных постановок, музыкального материала, развиваясь духовно. Хореография учит детей красоте, развивает ловкость, выносливость, формирует осанку и гибкость. Изучения танцевальных этюдов любого этноса прививает интерес к народу любой национальности, к культуре народов мира. Приобщаясь к национальным танцам, дети видят красоту и разнообразие их быта и обычаев, музыки и костюмов. В репертуаре ансамбля в основном якутские традиционные, обрядовые, подражательные танцы. Через танец мы, педагоги, пытаемся привить любовь к родному краю, к красоте природы, изучение традиций и фольклора народа Саха и коренных народов, заселяющих в ней. Имеются и танцы других народов мира: цыганский, восточный, испанский, украинский, греческий, грузинский, современные, бальные танцы и т.д. Коллектив участвует во всех проводимых мероприятиях, конкурсах и смотрах художественной самодеятельности села, района и республики. А также в целях воспитательной работы ансамбль проводит внутри коллектива традиционные мероприятие, как посвящение в коллектив, дни рождения, походы на природе, праздники, фотосессии, видеосъемки новых постановок, дискуссии на разные интересные темы, которые интересуют детей старшего возраста.

Принимая участие в массовых мероприятиях, фестивалях и концертах, возрастает общественная значимость и активность участников танцевального ансамбля.

**Актуальным** является самореализация и самоутверждения личности ребенка в условиях современного, реального времени и с ноги со временем перестраиваться на новый лад как дистанционное обучение. Которое дает детям и педагогу возможность развиваться и перенять новые технологии и методики обучения. Поэтому воспитанники, включившиеся в педагогической и воспитательной деятельности хореографического ансамбля, реализуют эту потребность.

**Цель программы:** Создание условий и реализация своих возможностей и способностей воспитанников для развития детского хореографического искусства.

### **Задачи:**

- 1) **образовательные** – овладение детьми основ хореографического мастерства; организация постановочной и концертной деятельности;
- 2) **развивающие** – развитие у детей способностей к самостоятельной, индивидуальной и коллективной работе; развитие мотиваций на творческую деятельность; развитие у индивидуальных детей организационных и лидерских качеств.
- 3) **воспитательные** – создание крепкого, дружного коллектива; уважать и ценить традиции коллектива, воспитать у старших заботу к младшим воспитанникам; создать условия для общения и понимание каждого ребенка; воспитать к адаптацию в реальной жизни.

**Отличительной особенностью** этой дополнительной образовательной программы от других существующих программ является то, что основой происхождения якутских традиционных, обрядовых, подражательных танцев мы видим в углубленном изучении истории и фольклора народа Саха, его быт и традиции. Особое внимание уделяется на героях, действиях и событиях народного эпоса «Олонхо» с которого можно брать много

идеи и движений танца. Ведь, не даром говорит профессор, доктор искусствоведение, этнохореограф А.Г.Лукин: «Каждый уважающий себя хореограф должен знать хоть одно Олонхо так, как в нем вся философия, весь хореографический пласт народа Саха»

**Программа делится на три этапа обучения:**

Подготовительный этап (для детей 8 – 11 лет);

Основной этап (для детей 11 – 14 лет);

Заключительный этап (для подростков 14-17 лет).

**Срок реализации:**

В течении учебного года очно – дистанционной форме привлечением платформ Зуум, гугл, утуб каналы.

Форма занятий – теоретические и практические очно – дистанционные

**Режим занятий:**

Продолжительность занятий с младшей группой 40 мин с перерывом 10 мин, в неделю 4 часа. Продолжительность занятий с средней группой 45 мин с перерывом 10 мин, в неделю 4 часа. Продолжительность занятий с старшей группой 45 мин с перерывом 10 мин, 4 занятий.

**Ожидаемый результат:** В зависимости от возрастной группы и этапа освоения программы – правильная постановка корпуса; тренировка гибкости, выворотности, координацию; развитие творческой активности, уверенности на сцене; развитие абстрактного мышления, памяти; творческих способностей; чувство коллективизма; умения импровизировать; моментальное освоение основных танцевальных движений, вариаций; развитие индивидуальных способностей; использовать новые методические рекомендации дистанционной формы обучения для плодотворной работы; новизна и перспектива во взгляде современной хореографии, в педагогической деятельности.

Отчет работы танцевального коллектива идет в виде концертных выступлений, видеопозаказов через ютуб каналы.

В мероприятия воспитательного характера входит проведение отчетных концертов, выступления ребят в школе, клубе, в дни празднования знаменательных дат, конкурсы, фестивали разных уровней. Шефство старших над младшими, Их помощь в поиске новых интересных движений и вариаций.

## II. Учебно – тематический план.

### Первый год обучения (2 младшая группа детей)

<b>СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ</b>	<b>Общая Кол-во часов</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>
Знакомства. Вводное занятие. Беседа на тему: «Что такое танец?» ютуб опросник	2	2	-
Ознакомление с ТБ и ППБ. Готовый материал на платформе Зуум.	2	1	1
Основные разогревающие упражнения у станка (лицом к станку)специальные уроки на платформе Зуум	20	10	10
Основные упражнение на середине зала, прыжки. Маленькие классические этюды на устойчивость.Уроки по ссылке на ютуб канале	18	8	10
Растяжки на гибкость (партерный) ютуб канал.	8	1	7
Беседа, краткая информация о танцах Гугл класс	2	2	-
Репетиционные постановочные занятия: - современные танцы -танец народов Севера -подражательный	26	2	24
Индивидуальное занятие	10	2	8
Открытый урок Отчетный концерт видеопокказ родителям на платформе Зуум	40	-	40
Итого	128	28	100

### Второй год обучения (4 средние группы детей)

<b>СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ</b>	<b>Общая Кол-во часов</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>
Ознакомление с ТБ и ППБ на платформе Зуум	2	1	1
Экзерсис у станка, позы.На платформе Зуум	14	4	10
Экзерсис на середине, большие позы, прыжки.На платформе Зуум	20	10	10
Растяжка на партере на платформе Зуум	12	2	10
На середине зала танцевальные этюды народов мира на платформе Зуум	19	4	15
Беседа на темы: -правила поведение на сцене, во время выездов; -культура поведение;	4	4	-
Репетиционные постановочные занятия: - сюжетные танцы - танцы народов мира	31	3	28

- классические миниатюры -танцы якутские: обрядовые традиционные			
Индивидуальное занятие	6	-	6
Открытый урок, выступление Отчетный концерт на платформе Зуум	20	-	20
Итого	128	28	100

### 3 год обучения (2 старших групп детей)

<b>СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ</b>	<b>Общая Кол-во часов</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>
Ознакомление с ТБ и ПБ.	2	1	1
Экзерсис у станка, большие позы, фиксация.	28	13	15
Экзерсис на середине, большие позы, прыжки.	20	5	15
Растяжки на станке и на партере, силовые движение.	18	3	15
Парные упражнения на поддержке.	15	-	15
Дискуссии, семинары, топы на актуальные вопросы. Видеопказы, анализ выступлений.	6	6	
Репетиционные постановочные занятия: - народно – сценические танцы; - лирический танец; - современный танец; - сюжетные танцы; - постановки массовых мероприятий;	9	-	9
Индивидуальные постановка этюдных танцев	20	-	20
Открытый урок Отчетный концерт	10	-	10
Итого	128	28	100

### III. Содержание программы.

#### **Первый год обучения.**

**Цель:** Дать первоначальные знания в области хореографического искусства.

#### Знакомства. Вводное занятие.

Рассказать детям о происхождении танца в народе. Дать конкретное понятие, чтобы грамотно красиво танцевать любой танец надо серьезно заниматься на станке, посещая систематически занятия.

#### Ознакомление с ТБ и ПБ.

Общие требования безопасности. Правила пожарной безопасности. Действия в случае пожара.

На дороге при переходе во время гололеда ит.д.

#### Прослушивание музыкального слуха.

Прослушивание музыкального материала разного музыкального размера, характера, темпа и стиля. Ознакомление с классической музыкой из известных балетов.

#### Ритмика. (3ч)

- ритмичная гимнастика;-
- танцевальные шаги;
- музыкальные игры подражательного характера;
- музыкально - ритмические задания на рисунок (круг, диагональ, линии, полукруг, круг в круг т.д.)
- упражнения на координацию (с предмета).

#### Постановка корпуса, головы, рук, ног:

- разминка для устойчивости корпуса;
- упражнения для укрепления позвоночника;
- позиции рук I, II, III;
- позиции ног I, II, III, IV, V, VI;
- наклоны корпуса вправо, влево;
- движение корпусом: пригибание спины, выгибание грудной клетки;
- повороты головы, покачивание головой, склонение головы;
- объяснение выражения лица, взгляда при танце, положение рук на поясе.

#### Подготовка к началу движения, рисунки танца, схемы выхода на сцену.

- начала танца;
- приглашение на танец;
- выход на танец;
- рисунки танца (круг, полукруг, линия, диагональ, колонна, шахматный порядок, клин);
- различные схемы выхода на сцену.

Упражнение на полу. Растяжки. - сидя на полу разогреть лодыжек обеих ног, растяжка для ног, упражнение на гибкость тела. Элементы гимнастики: полу шпагат, кольцо, мост, равновесия, шпагат, стойка, отжимания, качание пресса.

Беседа. Беседа о значении танцев в жизни человека. Беседа о здоровом образе жизни.

Сведение об якутских обрядовых танцах.

Этюдные танцы: (якутский, русско-народный, современный, балльный танец)

Постановка этюдных танцев: 4 -5 движений.

Коллективные и парные танцы.

Характерные положение рук, ног, головы, выражение характера танца. Притопы, шаги, трюки. Основная задача танца заключается в достижении большей чистоты и выразительности исполнения, развития координации, техники танца.

#### Индивидуальные занятия

Индивидуальные занятия с детьми, которые пропускали занятия.

#### Открытый урок

Открытый урок перед родителями и педагогами.

### **Второй год обучения.**

**Цель:** расширение знаний в области хореографического искусства.

#### Ознакомление с ТБ и ПБ.

Общие требования безопасности. Правила пожарной безопасности. Действия в случае пожара.

#### Основные упражнения у станка

Пять открытых позиций ног;

- релеве в прямом положении;
- приседание по 1,2,3 открытым позициям (4/4). Полуприседания (демиплие). Полное приседание (гранд плие).
- каблучное упражнение;
- маленькие броски ногой на 45%, круг ногой по полу, подготовка к веревочке.
- фондю круговые движение ногой на 90%

#### Основные упражнения на середине зала

Поклоны на место (с продвижением), шаги, притопы (одинарные, двойные), хлопки и хлопушки. присядки.

#### Растяжки (партерный)

Упражнение на гибкость тела. Элементы гимнастики: полу шпагат, кольцо, мост, равновесия, шпагат, стойка, отжимания, качание прессы.

#### Беседа

«Музыка и танец», «Обрядовые танцы»

#### Репетиционные постановочные занятия: (сюжетный, народно - сценические танец, классические миниатюры и т. д.)

Коллективные и парные танцы.

Характерные положение рук, ног, головы, выражение характера танца. Притопы, шаги, трюки. Основная задача танца заключается в достижении большей чистоты и выразительности исполнения, развития координации, танцевальности и техники танца.

#### Индивидуальные занятия с детьми, которые пропускали занятия

Индивидуальные занятия с детьми, которые пропускали занятия

#### Открытый урок. Отчетный концерт.

Открытый урок перед родителями и педагогами

Отчетный концерт детского танцевально-ансамбля «Кэрэчээн», участие во всех проводимых мероприятиях.

### **Третий год обучения.**

**Цель:** выявить реальный уровень танцевальной культуры и устойчивости интереса учащихся к хореографии

#### Ознакомление с ТБ и ПБ.

Общие требования безопасности. Правила пожарной безопасности. Действия в случае пожара.

#### Экзерсис у станка, более сложными элементами.

Все упражнения у станка с комбинацией; сложные, этюдные, характерные, танцевальные

#### Упражнение на середине зала, построение несложных комбинаций.

Все упражнения на середине зала с комбинацией; сложные, этюдные, характерные, танцевальные, большие прыжки.

#### Растяжки (партерный экзерсис). Силовые движение.

Упражнение на гибкость тела. Элементы гимнастики: полу шпагат, кольцо, мост, равновесия, шпагат, стойка, отжимания, качание прессы.

#### Беседа. Видео сюжеты.

«Ысыях», «Танцы народов мира». Концерты разных народов, ансамблей

#### Репетиционные постановочные занятия: (народные, лирические, современные, латино – американские, модерн – джаз, сюжетные танцы.

Коллективные и парные танцы. Характерные положение рук, ног, головы, выражение характера танца. Притопы, шаги, трюки. Основная задача танца заключается в достижении большей чистоты и выразительности исполнения, развития координации, танцевальности и техники танца.

#### Индивидуальная постановка этюдных танцев

Учащиеся самостоятельно ставят этюдные танцы на данные задания.

#### Открытый урок. Отчетный концерт

Открытый урок перед родителями и педагогами

Отчетный концерт детского танцевального ансамбля «Кэрэчээн», участие во всех проводимых мероприятиях

### **IV. Методическое обеспечение программы**

Программы дополнительного образования «Народный танец»:

- список аудио и видеокассет;
- схемы танцев;
- альбомы с фотографиями.

### **V. Материально техническое обеспечение**

1. Ноутбук
2. Костюмы
3. Аудио-видео материалы (от педагога)
4. Зеркало
5. Станок



## Литература

1. Бадмаева Т.Б. Калмыцкие танцы и их терминология. Элиста, 1992.
2. Васильева Т.И. Балетная осанка.
3. Ваганова А.Я. Основы классического танца.
4. Попова З.Н. Учимся танцевать. Якутск, 1992.
5. Румянцева М.Н. Уцкуулээ, о5о саас. Якутск, 1997.
6. Лукина А.Г. Танцы саха. Якутск, 1995.
7. Лукина А.Г. Алгыс. 1992.
8. Лукина А.Г. Традиционные танцы саха: идеи, образы, лексика. Новосибирск, 2004.
9. Лукина А.Г. Традиционная танцевальная культура Якутов. Новосибирск, 1998.
10. Стручкова Н.А. Формирование кинетического компонента в ритуальной практике. С.-Петерб.2005.
11. Жорницкая М.Я. Народные танцы Якутии. М, 1966.