

Навчальна програма «ХОРЕОГРАФІЯ»

Початковий рівень навчання

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Хореографічне мистецтво – це унікальне мистецтво. Тут злились в єдиному потоці: танець і пантоміма, музика і поезія, скульптурні пози і пластика рухів, а також драматургія літературного твору.

В перекладі з грецької «хореографія» означає «запис рухів». Але зміст цього слова став значно ширшим і поняття «хореографія» в теперішній час включає в себе все те, що відноситься до мистецтва танцю: і професійний класичний балет, і народні, і бальні танці, і танець-модерн, і естрадні танці – все це називається хореографією.

«Навчіть ваших виконавців танцювати, але хай танець їх говорить, хай танцюючи вони живо малюють, хай будуть пантомімами, хай почуття роблять їх прекрасними. Якщо жести і міміка кожного завжди будуть відповідати рухам його душі, лише тоді вони виразять істинні почуття – і твір ваш оживе» – так говорить Ж. Ж. Новер – великий французький реформатор танцю в своїй книзі «Листи про танець і балет».

Мета навчальної програми – початкова хореографічна підготовка, естетичне виховання і фізичний розвиток дітей молодшого шкільного віку, виявлення нахилів і задоволення потреб в руховій активності, розвиток почуття ритму, танцювальної виразності координації рухів і на цій основі виховання художнього смаку, уміння повноцінно сприймати мистецтво танцю.

За даною програмою передбачено організацію навчального процесу в гуртках позашкільних та загальноосвітніх навчальних закладів протягом одного року на початковому рівні. Як правило, для дітей віком 6-10 років. Обсяг навчальних годин становить 144 години (4 години/тиждень). Програма побудована на основі діяльнісного підходу.

Відповідно до змісту та обсягу програми запропоновано навчальні теми: «Основи музичного руху» (опрацьовуються ритмічні вправи, музичні ігри, музичний матеріал на слухання і аналіз танцювальної музики);

«Елементи екзерсису класичного танцю», «Елементи екзерсису народно-сценічного танцю» (запропоновані вправи сприятимуть формуванню правильної постави, координації рухів, розвитку легкості, гнучкості, зміцненню м'язів, що необхідно при виконанні як народних, так і сучасних танців);

«Танцювальне краєзнавство» (вихованці навчатимуться створювати і відчувати образи народного танцю, осмислено виконувати рухи різних видів танців, передавати їх характер, фольклорні особливості, національний колорит);

«Танцювальні етюди та танці» (представлено танцювальні елементи, танці для масового виконання; подано записи танців, які можуть бути виконані всіма дітьми одночасно або окремими парами. Такі танці можна використовувати як у навчанні, так і у проведенні масових заходів).

Основними формами навчально-виховної діяльності є: колективні, та групові заняття (навчально-тренувальні заняття, репетиції).

Впровадження запропонованої програми спирається на такі основні принципи: доступність, синтез, міцність засвоєння знань, індивідуальний підхід, поступовий розвиток природних даних гуртківців, чітка послідовність в оволодінні лексикою і технічними прийомами, систематичність і регулярність занять, цілеспрямованість навчального процесу.

Методами опрацювання навчального матеріалу є: словесні (бесіда, розповідь, пояснення, інструктаж), наочні (метод демонстрацій, показу), практичні (тренувальні вправи), репродуктивні (відтворювальні вправи), частково-пошукові (виконання за зразком, під керівництвом педагога), пояснювально-ілюстративні (демонстрація наочного навчання, організація сприймання, спостереження), стимулювання навчальної діяльності, формування пізнавального інтересу (музичні ігри, створення ситуації успіху), контролю і самоконтролю.

Програмою передбачено варіативність форм, принципів та методів навчання.

Перевірка та оцінювання знань, умінь та навичок здійснюється під час поточного та підсумкового контролю. У кінці кожного півріччя проводяться відкриті підсумкові заняття, а в кінці навчального року – звітний концерт.

Теми та розподіл годин навчально-тематичного плану вказано орієнтовно. За необхідності, в установленому порядку, керівник гуртка може внести до програми зміни до кількості годин у межах кожного змістового розділу. Враховуючи інтереси вихованців, їх кількість у групі, стан матеріально-технічного забезпечення керівник гуртка може змінювати кількість теоретичних і практичних занять (залежно від того, як швидко та якісно вихованці набувають практичних навичок).

Початковий рівень, один рік навчання НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ з/п	Тема	Кількість годин		
		теоретичних	практичних	усього
1	Вступ	2	–	2
2	Основи музичного руху	4	24	28
3	Елементи екзерсису класичного танцю	–	32	32
4	Елементи екзерсису народно-сценічного танцю	–	30	30
5	Танцювальне краєзнавство	4	14	18
6	Танцювальні етюди та танці	–	32	32
7	Підсумок	–	2	2
	Разом:	10	134	144

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

1. Вступ (2 год)

Теоретична частина. Ознайомлення з планом роботи гуртка на навчальний рік. Правила поведінки в колективі. Зовнішній вигляд вихованців, форма одягу. Правила безпеки. Організаційні питання.

2. Основи музичного руху (28 год)

Теоретична частина. Значення музики в житті людини. Музичні (художні) форми і пластичні рухи. Музика і танець, музично-танцювальний образ.

Поняття такт, затакт, музичний розмір, динамічні відтінки.

Практична частина.

Виконання колективно-порядкових вправ:

- фігурне марширування: ходіння по одному, розходження направо, наліво, з'єднання у пари (з носка, на пів пальцях, з високо піднятим коліном); ходіння по діагоналі, по колу, розходження парами і четвірками (на високих пів пальцях, на п'ятках, з високим підніманням колін, з підскоком тощо);
- ознайомлення з поняттями: шеренга, ланцюжок, равлик, лінія, рівняння, інтервал, зірочка, плетінь;
- шиккування та перешиккування на марші: з колони в шеренгу, з шеренги в ланцюжок, з ланцюжка в равлик, в коло, колону, з колони в пари і знову в колону, створення кола з колони; вільне розміщення на площині зали;
- танцювальні кроки в образах: оленя, журавля, лисиці, кішки, ведмедя, півника із зміною напрямку за сигналом керівника гуртка.

Музично-ритмічні вправи:

- відплескування різних тривалостей з одночасним маршируванням чи перебудовою;
- різні види бігу під музику різного темпу: крок галопу правим та лівим боком, короткочасні прискорення за сигналом, біг з підскоком, біг з підскоком і пробіжкою;
- короткочасні прискорення за сигналом, різноманітні завдання по хлопку: біг із стрибками.

Музично-ритмічні ігри на закріплення набутих вмінь.

3. Елементи екзерсису класичного танцю (32 год)

Практична частина.

- вправи на відчуття силових та м'язових зусиль (розслаблення та напруження)
- різних м'язових груп послідовно та одночасно);
- відпрацювання I, II, III позиції ніг;
- battement tendu (батман тандю) – вбік, вперед, назад;
- battement jete (батман жете) – в усіх напрямках;
- battement fondu (батман фондю);
- demi-plie (демі-пліе) – в I, II, III позиціях;
- rond de jam be par terre (рон де жамб пар терр) – по точках;
- releve (релєве) – в I позиції;

- coup-de-pied (ку де п'є) – вперед, назад;
- passe (пассе) – в III позиції;
- balance (бальянсе).

4. Елементи екзерсису народно-сценічного танцю (30 год)

Практична частина.

Виконання вправ:

- переступання на кожну 1/8;
- вірьовочка;
- вихилясник;
- присідання («пружинки», «м'ячики», «жабка»);
- притуп в положенні паралельно розташованих стоп (одинарний, подвійний, зальотний).

Вправи на середині зали.

- уклін для дівчат та хлопчаків: привітальний, прощальний;
- позиції рук: підготовча, I, II, III), позиції ніг: I, II, III;
- перша форма port de bras (пор де бра);
- друга форма port de bras (пор де бра)
- положення рук в танці (на поясі, за край спіднички, в парі);
- pas dégagé. (па дегаже) в різних музичних розмірах;
- стрибки звичайні, з підгинанням ніг (у позиції паралельно розташованих ступнів);
- легкі стрибки на одній нозі (друга – в положенні ку де п'є);
- приставний бічний крок;
- крок убік із присіданням у III-ю позицію;
- па галопу (музичний розмір 2/4);
- чосанка.

Вправи по колу:

- pas marché;
- перемінний крок;
- зальотний крок;
- танцювальний біг (простий біг, бігунець, біг з підскоком, біг з підстрибуванням).

5. Танцювальне краєзнавство (18 год)

Теоретична частина. Основні жанри українських народних танців: хороводи, побутові, сценічні. Танцювально-календарна обрядовість.

Практична частина. Постановка танців: «Марена», «Зайчик», «Хурделиця», «Заметіль», «Подояночка», «Метелиця».

6. Танцювальні етюди та танці (32 год)

Практична частина. Постановка етюдів: «Вовк та семеро козенят», «Курчата», «Сороканіжка», «Новорічна метелиця», «Перші кроки», «Український козачок», «Веселі гуцулята», «Гопачок».

7. Підсумок (2 год)

Підведення підсумків.

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

Вихованці мають знати і розуміти:

- поняття танцювального руху;
- вплив виражальних засобів музики на ритмічну структуру танцювального руху;
- основні танцювальні позиції ніг, рук;
- назви рухів українського танцю.
- назви вправ екзерсису.

Вихованці мають вміти і застосовувати:

- визначати темп і характер музики;
- орієнтуватися на площині зали;
- координувати свої рухи з музичним супроводом;
- співвідносити рух з музикою;
- виконувати танцювальні вправи, поклони.

Вихованці мають набути досвід:

- виконання музично-ритмічних та танцювальних вправ під музику;
- володіння своїм тілом, координацією рухів під час виконання танцювальних рухів.

ЛІТЕРАТУРА

1. Василенко К. Ю. Лексика українського народно-сценічного танцю / К. Ю. Василенко.-К.: Мистецтво, 1996.- 496 с.
2. Василенко К.Ю. Українські народні танці для дітей / К. Василенко. –К.: Музична Україна, 1985. – 80 с.
3. Верховинець В. М. Весняночка. Ігри з піснями для дітей дошкільного віку та молодшого шкільного віку. / За ред. В. М. Верховинця. - 3-тє вид., переробл. та доповн. - К.: Музична Україна, 1985. - 341 с.
4. Н. Борсук, А. Тараканова. Танці в сучасних ритмах: нариси/ Н. Борсук, А. Тараканова. Вінниця: НОВА КНИГА, 2014.-52 с., іл.
5. Похиленко В. Ф. Танець між Небом і Землею. – Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2012. – 352с.: іл, 2000 пр. ISBN 978-966-189-104-2
6. Рідні мелодії та ритми. Українське вокально-хореографічне мистецтво: Практичний посібник / Упорядник М. Пупченко. – Чернівці : Видавничий дім «Букрек», 2007. – 160 с.; іл.
7. Секрет танца» / Составитель Т. К. Васильева. – СПб.: ТОО «Диамант» «Золотой век», 1997. – 480с. ISBN 5-88155169-9
8. Тараканова А. П. Танцюйте з нами [Текст] : навч.-метод. посіб. для вчителів хореографії (1-4 кл.) і керівників хореогр. гуртків (почат. рівень) загальноосвіт. і позашк. навч. закл. / А. Тараканова. - Вінниця : Нова Книга, 2010. - 159 с. : рис., муз. тв. - 2000 экз. - ISBN 978-966-382-264-8

9. Українське намисто : Десять українських танців (збірка хореографічних творів із музичним додатком) / Юрій Колесниченко, Євген Досенко. – Вінниця : Нова Книга, 2014. – 272 с. : табл., ноти. ISBN 978-966-382-520-5
- 10.Цветкова Л. Ю. Методика викладання класичного танцю. Підручн. - 2-е вид. - К. : Альтерпрес, 2007. -324 с.: іл.