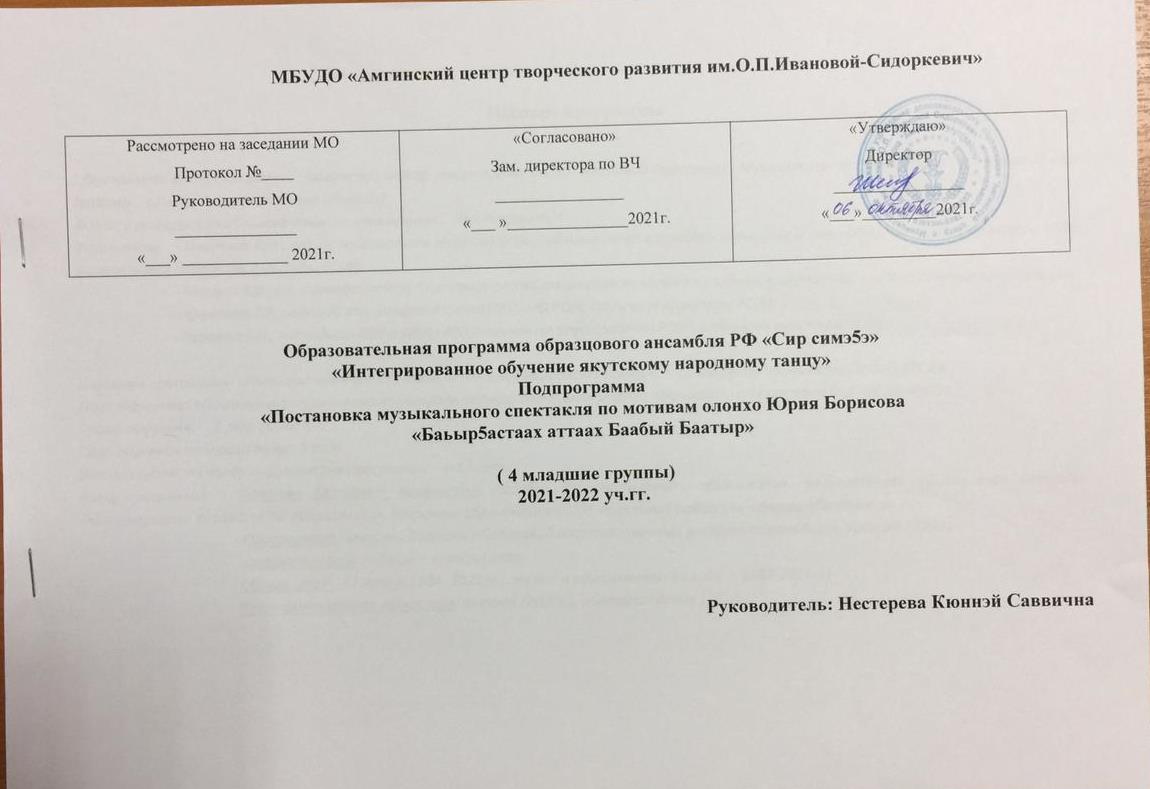
****

**Паспорт программы**

Образовательное учреждение: *Амгинский центр творческого развития им.О.П.Ивановой-Сидоркевич Муниципального образования «Амгинский улус (район)», с. Амга, Республика Саха (Якутия).*

Ф.И.О. руководителя образовательного учреждения: Шестакова И.И.

Рецензенты: - *Охотина К.И., ст. преподаватель Якутского республиканского колледжа культуры и искусства, отличник культуры СССР, заслуженный работник культуры РС(Я);*

*- Попова Л.В., ст. преподаватель Якутского республиканского колледжа культуры и искусства;*

*- Скрябина Г.З, ведущий специалист РЦДОиГПВД МО РС(Я);*

*- Нерлова Е.П., методист ОВР и ДОД МУО Амгинского улуса(района) РС(Я);*

Название программы: «*Интегрированное обучение якутскому народному танцу».*

Сроки обучения: 6 лет.

Возраст детей, на которых рассчитана программа: 8*-11 лет.*

Автор программы: *Ефимова Марианна Васильевна, педагог дополнительного образования, руководитель образцового ансамбля РФ «Сир симэ5э», отличник образования РС(Я), почетный работник общего образования РФ.*

*Образование: высшее, Восточно-Сибирский государственный институт культуры, Улан-Удэ,1993г.*

*Специальность: педагог – культуролог.*

*Общий стаж: 36 лет (с 1984- 2020гг.)*

*Из них в образовании: 33 года (с 1987-2020гг)*

*Квалификационная категория: высшая(2002г.), подтверждение (2017г).*

Год создания программы: *2000*-*2001гг.*

**Пояснительная записка**

Изучение народного творчества – музыки, танца, изобразительного искусства, фольклора является одной из актуальных проблем в воспитании подрастающего поколения, которая является важным фактором не только в духовном, физическом развитии детей, но и для становления личности, самовыражения, самоутверждения в своей среде. Если человек знает истоки своего народа, уважает и придерживается традиций, то он этим отражает в известной степени специфику исторического развития своего народа, и этот процесс лучше заложить в человеке с детского возраста.

Общеизвестно, что раз и навсегда установленных фольклорных форм не существует. Они динамичны, вариативны. Без изучения традиционной основы, традиционных форм бытования народного танцевального искусства не представляется возможным решение проблемы соотношения фольклорного и современного в искусстве танца. Мы считаем, что введение новации в якутском народном танце, не отходя от традиции, возможно. Архаичные исторические темы, обычаи, легенды, сказки и мифы, благодаря новациям в постановочной работе, дают простор для фантазии постановщика.

Особенностью постановки является стремление к достижению синтеза традиционности с лексикой и пластически-танцевальной образностью в якутском танце. В программу обучения включены такие постановки, где сюжет и драматургия танца проявляются в форме хореографического мини-спектакля.

Учитывая мировоззрение современных детей, общедоступной работой автор считает творчество, основанное на теории «комплементарности» Л.Н. Гумилева – «соединение двух к поиску, к разгадке»:

1. если ансамбль не является чисто фольклорным по содержанию и исполнению, а лишь берет тематику из народного фольклора;
2. если музыкальное оформление компьютерное, то из этого исходит, что язык и пластика, костюм не чисто народные, а в сочетании синтеза народного с современным, то автор создала более доступную формулу-триаду: соединяя старое (фольклор, история) с новым (идея, тема, музыка, пластика, костюм), получить срединное (слияние традиций и современности).

**Цель программы** – через язык танца, фольклор, историю, культуру, философских воззрений народа саха привить уважение и интерес к традиционной культуре своего народа, воспитывать нравственные и духовные качества.

**Достижение цели обеспечивается решением следующих задач:**

**-** Поддержка юных талантов , детского творчества, пропаганда и поощрение танцевального искусства среди детей.

- Пропаганда ЗОЖ, воспитание культурных и нравственных ценностей, а так же вкуса и эстетики среди детей.

- Поощрение детей творчества.

- Развития культурной жизни и создание культурно-массовых развитий района.

- развивать творческое воображение.

- Освоение и изучение элементов народного танца.

-Для зачисления в коллектив специальных знаний и подготовки не требуется, зачисляются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний.

**По завершению обучения учащиеся должны знать:**

1. готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в− строю и входить в зал организованно;
2. под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение− (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;
3. ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях,− не мешая друг другу;
4. ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужаякруг и не− сходя с его линии;
5. ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
6. соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
7. выполнять игровые и плясовые движения;
8. выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;
9. начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

Программа предусматривает контроль усвоения учебного материала через различные формы выступлений: открытые уроки, мастер-классы.

Используются следующие методы:

- Познавательный метод осуществляется в форме, лекций, бесед, встреч с мастерами, экскурсий, походов, чтением литературы.

- Метод самореализации осуществляется через самоуправление в коллективе, через различные творческие дела, индивидуальные обязанности в активе.

- Метод контроля: контроль качества усвоения программы, роста динамики творческих показателей.

- Для реализации метода преемственности могут использоваться разнообразные формы работы для создания коллективизма: посвящение в коллектив, походы, встречи с выпускниками-студентами и т.д.

**Учебно-тематический план**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *Год обучения* | № | Темы | Всего | Теоретич. Часы | Практич. часы |
| *Первый год обучения* | 1  2  3  4  5  6  7  8  9    10  11  12  13  14  15 | Вводное занятие. Правила ТБ  Что такое "Танец"? Основные понятия.  Поклон  Постановка корпуса. Основные правила  Позиции рук. Позиции ног.  Движения на развитие координации.  Бег и подскоки.  Движения по линии танца.  Тренировочный танец "Стирка"  Позиции в паре. Основные правила.  Танец "раз ладошка". Элементы танца.  Основные движения танца "Раз ладошка". Разучивание движений.  Тренировочный танец «Ладошки». Основные движения, переходы в позиции рук.  Танец «Вару - Вару». Разучивание танцевальных движений.  Танец "Медвежата". Разучивание танцевальных движений.  Повторение всех танцев.  Итого: | 1  1  1  5  5  5    6  10  10  16  12  16  20  32  144 | 1  1  1  1  1  1    - | -  -    4  4  4    6  10  10  16  12  16  20  32 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *Год обучения* | № | Темы | Всего | Теоретич. Часы | Практич. часы |
| *Второй год обучения* | 1  2  3  4  5  6  7  8    9      10    11  12  13  14  15 | Вводное занятие. Правила ТБ  Сбор участников ансамбля. Изучения поклона.  Разминка на середине: повороты и наклоны головы, работа руками(кисти, локти, плечи - круговые движения).  Постановка корпуса. Основные правила  Позиции рук. Позиции ног.  Движения на развитие координации.  Бег и подскоки.  Движения по линии танца.  Постановка корпуса, рук при выполнении различных упражнений.  Позиции в паре. Основные правила.  Свободная танцевальная импровизация под заданную музыку.  Постановочная работа.  Танец Разучивание танцевальных движений.  Танец "Медвежата". Разучивание танцевальных движений.  Отработка и детальный разбор номера (танца).  Отработка всего номера.  Репетиционная работа.  Итого: | 1  1  1  5  5  5    4  8  10  16  12  18  24  34  144 | 1  1  1  1  1  1    - | -  -    4  4  4    4  8  10  16  12  18  24  34 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *Год обучения* | № | Темы | Всего | Теоретич. Часы | Практич. часы |
| *Третий год обучения* | 1  2  3  4  5  6  7 | Вводное занятие. Правила ТБ  Введение в программу.  Ознакомление с историей якутского танца.  Ознакомление с наследием танцевального искусства.  Правила гигиены.  Разминки на середине зала  Постановка этюдов  Постановка танцев    Итого: | 1  1  1  1  18  22  100  144 | 1  1    2  2  2 | 1  16  20  98 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *Год обучения* | № | Темы | Всего | Теоретич. Часы | Практич. часы |
| *Четвертый год обучения* | 1  2  3  4  5  6  7 | Легенда о происхождении народа Саха  Традиционное национальное празднество "Ысыах"  Основные элементы якутского танца  Природа, мир животных в сказках, легендах, преданиях.  Правила гигиены  Постановка этюдов  Постановка танцев    Итого: | 1  1  1  1  18  22  100  144 | 1  1    2  2  2 | 1  16  20  98 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *Год обучения* | № | Темы | Всего | Теоретич. Часы | Практич. часы |
| *Пятый год обучения* | 1  2  3  4  5  6  7 | Вводная беседа. Творчество лучших танцевальных коллективов РС(Я). Легенды происхожде ния народа саха. Национальные герои якутов.  Разминки у станка и на середине зала.  Правила гигиены  Уроки актерского мастерства, ассоциативные, подражательные движения.  Постановка танцев  Постановка этюдов  Итого: | 1  1  1  1  18  22  100  144 | 1  1    2  2  2 | 1  16  20  98 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *Год обучения* | № | Темы | Всего | Теоретич. Часы | Практич. часы |
| *Шестой год обучения* | 1  2  3  4  5  6  7 | Вводная беседа.  Учение о «трех мирах», о «трех уровнях» Л.А.Афанасьева-Тэрис.  Танцевальное наследие народа саха.  Физиологические изменения в организме. Ассоциативные, подражательные движения трех уровней.  Экзерсис у станка и на середине зала.  Постановка танцев.  Творческий экзамен  Итого: | 1  1  1  1  18  22  100  144 | 1  1    2  2  2 | 1  16  20  98 |

**Рабочая программа разработана на основании**:

Закона РФ «Об образовании»

п. 2.7, ст.32 – о разработке учебных программ;

п. 6, 7, 8, ст. 9, п.5. ст. 14 о содержании образовательных программ;

п. 3.2, ст. 32 – о реализации в полном объеме образовательных программ.

**Содержание программы:**

(Первый год обучения)

**Вводное занятие.** Обучающиеся знакомятся с программой "обучение танца". Беседа о целях и задачах , правилах поведения на занятиях, о форме одежды для занятий.

**Основы хореографии.** Поклон. Обучающиеся знакомятся со следующими понятиями:

- позиции ног;

- позиции рук;

- позиции в паре.

- точки класса;

**Разминка.**

Проводится на каждом уроке в виде “статистического танца” в стиле аэробики под современную и популярную музыку, что создает благоприятный эмоциональный фон и повышает интерес к упражнениям.

Задача - развитие координации, памяти и внимания, умения “читать” движения, увеличение степени подвижности суставов и укрепление мышечного аппарата.

Примерные упражнения:

- наклоны головы вправо, влево, вперед, назад, круговые движения;

- вытягивание шеи вперед из стороны в сторону;

- подъем и опускание плеч (поочередно правого, левого и синхронно обоих); - круговое движение плечами вперед и назад поочередно правого и левого;

- наклоны корпуса вперед, назад, вправо, влево;

- повороты корпуса вправо, влево, круговые движения;

- движения рук «волна»;

- подъем рук через стороны вверх и опускание вниз;

- то же, с вращением кистей в одну и в другую сторону;

- подъем рук через плечи вверх, вниз, вправо, влево;

- работа бедер вправо, влево, круг, «восьмерка», повороты;

- пружинка на месте по VI позиции;

- перенос веса тела с одной ноги на другую;

- упражнения на развороты стоп из VI позиции в I (полуповоротную) поочередно правой и левой, затем одновременно двух стоп;

**Общеразвивающие упражнения**.

Движения по линии танца и диагональ класса: на носках, каблуках; шаги с вытянутого носка; перекаты стопы; высоко поднимая колени «Цапля»; выпады; ход лицом и спиной; бег с подскоками; галоп лицом и спиной, в центр и со сменой ног.

Упражнения на улучшение гибкости

- наклоны вперед, назад, в стороны, круговые движения;

- ноги во II свободной позиции, наклоны вперед, кисти на полу;

- ноги в VI позиции, наклоны вперед, кисти на полу;

- сидя на полу, наклоны вправо, влево, вперед;

- сидя на полу в парах, наклоны вперед;

- «бабочка»;

- «лягушка»;

- полу шпагат на правую ногу, корпус прямо, руки в стороны;

- полу шпагат на левую ногу, корпус прямо, руки в стороны;

- полу шпагат на правую ногу, руки на пояс, корпус назад;

- полу шпагат на левую ногу, руки на пояс, корпус назад;

- «кошечка»;

- «рыбка».

**Ритмические комбинации**.

Отрабатываются разновидности шагов

1. Комбинация «Гуси»:

- шаги на месте;

- шаги с остановкой на каблук;

- шаги по точкам (I, III, V, VII);

- приставные шаги

1. Танец «Стирка»

Имитируется процесс стирки белья.

- два шага вправо, два шага влево, стираем;

- полощем;

- выжимаем;

- развешиваем;

- устали.

2. Танец «Раз ладошка»

- приставные шаги вперед-назад;

- приставной шаг вперед, два кик вперед, приставной шаг назад;

- приставной шаг вперед, два кик вперед и два хлопка, приставной шаг назад, поворот. Движения повторяются по четырем точкам.

Смотр знаний проводится в конце учебного года.

Рекомендации по подбору музыкальных произведений:

- детские песни из мультфильмов (ремиксы, оригиналы и минусовки);

- популярные детские песни.

Знания и умения:

- знать позиции рук, ног, точки класса;

- знать движения, выученные за год;

- знать названия движений и танцев;

- знать танцы, выученные за год;

- уметь танцевать в заданном темпе.

(Третий год обучения)

1. Введение в программу. Девиз: «Если любишь радугу, то не бойся попасть под ее дождь». Цели и задачи программы. Репертуар. Посещение открытого урока.
2. История происхождения якутского танца. Поклонение божествам. Танец удаганок. Дьуо-хардыы. Ехор. Осуохай.
3. Наследие танцевального искусства. Постановки С.Зверева «Узор», «Сэлбэрэскэ», «Хотой ункуутэ», «Алгысчыттар», «Битии» и т.д. Постановки М.Я. Жорницкой «Якутский приветственный», «Дьиэрэнкэй», «Булчуттар». Особенности и их значение.
4. Строение человеческого тела. Скелет человека. Опорно-двигательный аппарат (ОДА). Тазобедренный сустав. Плоскостопие. Сколиоз. Различные травмы суставов. Гибкость суставов.
5. Правила гигиены. Забота о коже, волосах. Правила гигиены тренировочной формы.
6. Знакомство с азами танца. Проверка музыкального слуха. Вариации рук на 8 тактов, на 4 такта, на 2 такта. Понятие «Квадрат». Те же вариации в исполнении ног. Простые движения вперед, по сторонам, назад. Полповорота, полный поворот. Круг. Красная линия. Параллельные линии. 8 точек зала. Анфас и профиль. Работа с зеркалом. Поклоны в начале и в конце урока. Понятие «аплодисменты». Соблюдение режима, расписание занятий.
7. Тренировочные упражнения у станка и на середине зала. Позиции ног – 1,2,3,4,6. Позиции рук – исходное положение, 1,2,3 позиции. Плие по 1,2 позиции. Батман-тандю. Жете крестом. Релеве по 1,2,6 позиции. Порт-де-бра в сторону, назад. Прыжки по 1,2 позиции. Гран – батман. Упражнение на выворотность стопы, гибкость суставов, позвоночника, рук. Снятие напряжения.
8. Основные элементы якутского танца: «дьиэрэнкэй» (бег жеребенка) с продвижением вперед, назад, вокруг себя. «Хаамыы ункуу» (медленный боковой шаг). Хатыйа быра5ыы», «Кириэстии хаамыы» (боковые шаги накрест). «Чохчоохой» (по 2-й позиции на месте, в стороны). «Атах тэпсии» (парами, удары ногой об ногу партнера). Переходы по 4-й позиции. Игровые упражнения: «Кылыы», «буур», «ыт буутун охсуhуута», «бөтууктэhии», «харах симсиитэ» и др. Вариативные соединения, свободная импровизация этих движений.
9. Постановка танцев, этюдов.

(Четвертый год обучения)

1. Вводная беседа. Анализ работы 3-го года обучения. Ознакомление с репертуаром.
2. Легенды о происхождении народа Саха. Эллэй и Омо5ой. Курыкане. Скифы. Хунны. Уйгуры. Степные всадники.
3. Традиционное празднество «Ысыах». Время кумысопития – встреча лета. Встреча солнца. Танец благословления «Битии», «Алгыс». Соревнования по национальным видам спорта (кылыы, буур, ыстана, куобах). Особенности костюма.
4. Природа и мир животных и нечистых сил в сказках, легендах, преданиях. Эпос «Ньургун Боотур Стремительный», «Якутские сказки». Мировоззрение якутов о трех мирах, о трех философских понятиях танца.
5. 9 обязательных движений Б. Баhылая:
6. Движения на мышцы рук, кистей
7. Гибкость рук, кистей.
8. Мас-рестлинг
9. На меткость, зоркость глаз.
10. На координацию.
11. На мышцы ног, тазобедренных суставов.
12. Голеностопные мышцы.
13. Растяжка мышц, суставов.
14. Скорость. Реакция, координация.
15. Варианты танца «Осуохай»:

- Амгинский, Усть-Алданский, Верхоянский, Вилюйский.

Их особенности и отличие. Освоение правильного дыхания, ритма, свободы движе ний, радости в общении. Свобода импровизации.

1. Продолжение экзерсиса у станка и на середине зала. Позиции ног – 1, 2, 3, 4, 6 в темпе. Позиции рук – исходное положение, 1, 2, 3, 6. Порт-де-бра. Плие, гран-плие по позициям. Батман-тандю с ускорением, с переходами. Жете (с ударом) кресты. Релеве по 1, 2, 3, 6. Прыжки по 1,2 позиции. Гран-батман крестом. Положение рук в паре и его разновидность. Положение рук в массовых танцах. Положение рук в танце «Узоры». Упражнения на выворотность стопы, колен, ТБС, рук. Гибкость позвоночного столба, ОДА, рук. Быстрые повороты вокруг себя на обеих ногах и на одной ноге. Снятие напряжения.
2. Основные элементы якутского танца:
   * «Дэгэрэн» (поднимание на полупальцах 1-ой ноги с поднятием другой ноги до щиколотки), «Көтүү» (прыжки на 1 ноге), шаги: бытовые, на полупальцах, на присогнутых коленях, «Куобах» (приседания по 6-й позиции, вперед, назад, вокруг себя).
3. Актерское мастерство. Образ. Артистичность. Снятие комплексов. Этюды на образность. Игры. Постановки маленьких этюдов. Анализ.
4. Постановка авторских танцев.

Соединение 40 движений в 1 танце.

(Пятый год обучения)

1. Танцевальное наследие О.П. Ивановой-Сидоркевич. Образцовый ансамбль России «Амма чэчирэ». Репертуар. Выступления на центральном телевидении в программах «Веселые нотки», «Утренняя звезда». Сказка «Белый олень», «Дьэргэстэй бухатыыр».
2. Творчество лучших танцевальных коллективов РС(Я): «Кыталык», «Туллукчаан», «Көлукэчээн», «Мичээр», «Сандал», «Кундул», Ситим». Профессиональные театры танца «Гулун», «Эрэл».
3. Здоровый образ жизни. Курение. Алкоголь. Наркомания. Токсикомания. Вред здоровью. Привычка, зависимость. Лечение, профилактика.
4. Подростковый период. Физиологические изменения в организме. Здоровый климат в семье и обществе. Правильное питание.
5. Язык мимики, жестов, дистанции. Приемы в сюжетных танцах. Познание себя и своих творческих способностей.
6. Сила и мистика звука. Якутские национальные инструменты: хомус, дүңүр, күпсүүр, дьа5а. Смычковые инструменты: скрипка, контрабас. Духовые инструменты: флейта, саксофон. Фольклорные ансамбли «Тэтим», «Эдзо-дайко», «Кодо». Горловое пение тувинов, бурятов, монголов. Музыка Е. И. Неустроева, В.М. Сивцева, Ю. Спиридонова.
7. Легенда о Манчаары. Детство. Юность. Чоочо Баай. Междоусобные войны. Решение Министерства культуры РС(Я) в 1958 году о признании Манчаары как национального героя. Республиканские соревнования по национальным видам спорта «Игры Манчаары».
8. Экзерсиса у станка и на середине зала. Все позиции рук и ног. Порт-де-бра вперед, стороны, назад. Плие, гран-плие по всем позициям. Усложненный батман-тандю (с плие, с дробью, с релеве). Жете с плие, с махами, с поворотами. Релеве по 1,2,3,6 позиции. Прыжки по всем позициям. Гран-батман с плие, с наклонами и т.д. Добавляются движения с размахами, с образами (птицы, море, волна, растения, восход солнца и т.д.). Движения на выворотность, положения рук те же, что и во 2 году обучения.
9. Уроки актерского мастерства. Маленькие этюды, сценки.
10. Ассоциативные, подражательные движения животных (заяц, горностай, полет орла, петушиный бой, бег жеребенка, змея, лягушка, пчела и т.д.) Постановка этюдов.
11. Постановка танцев.

(Шестой год обучения)

1. Вводная часть.
2. Учение Л.А. Афанасьева – Тэрис о «трех мирах» (верхний, средний, нижний):
3. Благословенные движения.
4. Правильные движения.
5. Неправильные движения. Гротесковые движения. 3 сферы: воздух, земля, вода.
6. Ассоциативные подражательные движения:
7. Воздух (пластика обитателей неба, небесные поклоны).
8. Земля (все обитатели земли, реальный мир).
9. Вода (пластика обитателей водоемов: водоплавающие. борьба светлого и темного, злых духов).
10. «Ситим алгыhа» Ефимовой М.В. Содержание, идея.
11. Физиологическое изменение в организме. Комплексы.
12. Экзерсис у станка и на середине зала тот же, что и в 3-м году обучения. Добавляется ронд де шамб партер, флиг – фляг, адажио.
13. Легенда о Диринг Юряхе. Раскопки, находки экспедиции «Приленская». Ученые Мочанов, Федосеева. Гипотезы Диринга; Андрей И и программа «Искатели» 1 канала ЦТ; Легенда о Лабынкыре; Шишкинские наскальные рисунки. Рисунки реки Сиинэ, Енте. Охра. Значение рисунков. Танец «Наскальные рисунки Сиинэ». Постановка, содержание, смысл; Легенда о курыканах. Версии происхождения. Причины и пути передвижения на север. Отрывки из романа Н.Лугинова «По велению Чингисхана». Образы Тэмучина и прекрасной Ожулун. Легенды о С.Дежневе и прекрасной Абакаяде.
14. Постановка авторских танцев.
15. Творческий экзамен