

ТАЙМЫРСКОЕ МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР ТУРИЗМА И ТВОРЧЕСТВА «ЮНИОР»

РАССМОТРЕНО

Педагогическим советом

ТМБ ОУДО «ДЮЦТТ «Юниор»

Протокол № 5 «11» 05 20 21



УТВЕРЖДАЮ
Директор ТМБ ОУДО «ДЮЦТТ
«Юниор»

Н.А. Рубан

20 21

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Азбука танца»

Художественная направленность

Уровень – стартовый, базовый

Возраст обучающихся: 6 – 11 лет

Срок реализации: 5 лет

Автор – составитель:
педагог дополнительного образования
Хомякова Альмира Исмаиловна

Дудинка
2021

СОДЕРЖАНИЕ

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1	Пояснительная записка	стр. 3
1.2	Цель и задачи программы	стр. 7
1.3	Содержание программы	стр. 8
1.4	Планируемые результаты	стр. 37

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1	Календарный учебный график	стр. 42
2.2	Условия реализации программы	стр. 43
2.3	Формы аттестации и оценочные материалы	стр. 44
2.4	Методический материал	стр. 48
2.5	Список литературы	стр. 51
2.6	Приложения	стр. 53

I. Комплекс основных характеристик программы

1.1 Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «*Азбука танца*» разработана в соответствии с нормативными документами:

- Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 31.07.2020) "Об образовании в Российской Федерации" (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.08.2020).

- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р.

- Концепции развития дополнительного образования детей до 2020 (Распоряжение Правительства РФ от 24.04.2015 г. № 729-р).

- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 г. №533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом министерства просвещения российской федерации от 09.11.2018 г. №196».

- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.01.2014 г. №2 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

- Письма Минобрнауки России от 29.03.2016 г. № ВК-641/09 «Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей».

- Письма Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование».

- Письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.08.2015 г. № АК-2563/05 «О методических рекомендациях по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ».

- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

- Устава Таймырского муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеский центр туризма и творчества «Юниор» (далее – ТМБ ОУДО «ДЮЦТТ «Юниор»).

- Лицензии ТМБ ОУДО «ДЮЦТТ «Юниор».

- Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам ТМБ ОУДО «ДЮЦТТ «Юниор».

Направленность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Азбука танца» (далее – ДОП) - художественная. Направлена на развитие творческих способностей обучающихся, на формирование культуры здорового образа жизни, укрепления здоровья, организацию свободного времени, на адаптацию младших школьников к жизни в обществе.

Актуальность: программа «Азбука танца» составлена с учетом родительского спроса на обучение детей танцевальному искусству. Программа поддерживает двигательную активность в условиях Крайнего Севера и возможность приобретения исполнительского и сценического опыта.

Новизна ДОП «Азбука танца» основана на комплексной хореографической подготовке обучающихся и способствует развитию новых сценических форм в народной хореографии.

Отличительная особенность программы «Азбука танца» от уже существующих программ художественной направленности состоит в том, что:

- Программа построена на основе русского народного танца и дополнена танцами других народов России.

- В программе используется новая форма обучения, стилизация народной хореографии.

Программа «Азбука танца» является модифицированной, поскольку составлена на основе сборников программ по хореографии отделений школ искусств. А также на основе программы Шершнев В.Г. «Программа для образовательных учреждений дополнительного образования» / В.Г Шершнев. - Москва: «Один из лучших» 2008 год.

В 2009 году программа была приведена в соответствие с федеральными и региональными требованиями к программам дополнительного образования детей, а 2014 году в программу были

внесены коррективы после вступления в силу новых нормативных документов в области образования.

Программа ДОП является общекультурной и представляет собой стартовый (ознакомительный) уровень и базовый уровень, так как удовлетворяет познавательный интерес, обогащает навыками общения и приобретение умений в совместной деятельности. Содержание и материал дополнительной общеобразовательной программы соответствует следующим уровням сложности:

- 1 - 2 год обучения – стартовый уровень.
- 3 - 5 год обучения – базовый уровень.

По принципам разработки и построению ДОП - комплексная и направлена на решение общих целей и задач.

Место реализации программы. Занятия проводятся на базе «Юниора» по адресу ул. Горького, 34. В хореографическом классе, оснащенным необходимым оборудованием (см.материально – техническое обеспечение).

Адресат программы. Дополнительная общеобразовательная программа «Азбука танца» адаптирована на младших школьников, в возрасте 6-11 лет. Вид детской группы – профильная. Состав группы постоянный, количество детей 1-го года обучения не менее 15 человек, 2 и 3 – годов обучения не менее 12 человек, 5 –го года обучения не менее 10 человек. Таким образом, программа является групповой.

Обучающиеся принимаются в группы вне конкурса, на основе обоюдного желания детей и родителей, с учетом отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям, предусмотрен переход учащихся из одной группы в другую в связи с индивидуальными способностями и успешным освоением умений и навыков по данной программе. Также предусмотрен прием детей в течение года на 2 и последующие года обучения, если ребенок ранее занимался хореографией, либо его умения и навыки соответствуют входящему минимуму определенного года обучения.

Срок реализации программы и объем учебных часов. Программа рассчитана на 5 лет обучения. Количество учебных часов для обучающихся 1-го года обучения - 216 часов; 2-го года обучения – 288 часов; 3-го года обучения – 288 часов; 4-го года обучения – 288 часов; 5-го года обучения – 288 часов. Общий объем учебных часов за весь период обучения составляет – 1368 часов.

Форма обучения. Программа реализуется в очной форме.

Режим занятий:

Занятия для 1-го года обучения проводятся 3 раза в неделю по группам, продолжительностью 2 академических часа (академический час – 30 мин.).

Занятия для 2-го года обучения проводятся 3 раза в неделю по группам, 2 раза в неделю по 3 часа, 1 раз неделю по 2 часа (академический час – 40 мин.).

Занятия для 3-го года обучения проводятся 3 раза в неделю по группам, 2 раза в неделю по 3 часа, 1 раз неделю по 2 часа (академический час – 40 мин.).

Занятия для 4-го года обучения проводятся 3 раза в неделю по группам, 2 раза в неделю по 3 часа, 1 раз неделю по 2 часа (академический час – 40 мин.).

Занятия для 5-го года обучения проводятся 3 раза в неделю по группам, 2 раза в неделю по 3 часа, 1 раз неделю по 2 часа (академический час – 40 мин.).

Между академическими часами проводится перемена не менее 10 минут.

1.2 Цель и задачи программы

Цель программы: Создание условий и содействие активному росту творческого потенциала младших школьников средствами художественно-эстетического воспитания.

Задачи:

- Познакомить обучающихся основам хореографического искусства.
- Познакомить с народно-сценическим танцем, а также с танцами народов России.
- Освоить знания и навыки в классическом и народно-сценическом танце.
- Выработать практические умения и навыки.
- Формировать социальную активность, культуру общения и поведения в социуме.
- Способствовать становлению и проявлению индивидуальности.
- Способствовать формированию художественного вкуса и эмоциональной отзывчивости.
- Формировать потребность к здоровому образу жизни.
- Воспитание ответственности, целеустремленности в достижении конечных результатов.
- Научить самостоятельно, пользоваться полученными навыками.

1.3 Содержание программы
Учебный план
I года обучения (стартовый уровень)

№	Наименование разделов и тем	Общее количество учебных часов	Количество часов		Формы аттестации (контроля)
			теория	практика	
I	Водное занятие	1	-	1	Входящая диагностика
1.1	Техника безопасности.	-	-	-	Познакомить обучающихся с техникой безопасности
II	Классический танец	40	2	38	
2.1	Изучение позиции рук (1: 2: 3)	5	-	4	Практические упражнения
2.2	Изучение позиции ног (1: 2: 3) лицом к станку.	5	-	4	Практические упражнения
2.3	Упражнения у станка.	20	1	19	Практические упражнения
2.4	Упражнения. На середине зала.	11	1	10	Практические упражнения Опрос
III	Народный танец	100	3	97	
3.1	Изучение шагов и движений.	30	1	29	Практические упражнения
3.2	Комбинации в русском народном характере	30	1	29	Практические упражнения
3.3	Учебно – тренировочная работа	30	1	29	Практические упражнения
3.4	Прыжки.	10	-	10	Практические упражнения

IV	Музыкально – ритмические движения	20	1	19	
4.1	Ритмика.	10	1	9	Практические упражнения
4.2	Музыкальные и подвижные игры.	10	-	10	Объяснение правила игры
V	Партерная гимнастика	25	2	23	Практические упражнения
5.1	Упражнения, сидя и лежа.	10	1	9	Практические упражнения
5.2	Растяжка.	15	1	14	Практические упражнения
VI	Закрепление и повторение пройденного материала	30	1	29	
6.1	Отработка движений и рисунков по частям.	15	-	15	Практические упражнения. Объяснение
6.2	Работа над техникой исполнения	15	-	15	Практические упражнения. Объяснение
	ИТОГО:	216	9	207	

Содержание программы I года обучения

Учебный план первого года обучения состоит из теоретической и практической части.

I. Вводное занятие.

1.1 Техника безопасности.

II. Классический танец. Постановка корпуса, изучение позиций ног, рук, положение головы. Упражнения развивают физические данные, устойчивость, координацию движений, музыкальность.

Практика:

2.1 Изучение позиции рук. Упражнение для рук; подготовительная позиция, 1, 2, 3 позиции, переводы рук из позиции в позицию. 2.2 Изучение

позиций ног (лицом к станку). Переход из первой позиции во вторую, переход из второй позиции в пятую, исходное положение – первая позиция.

2.3 Упражнения у станка (лицом к опоре). Изучение позиций ног: 1,2,5 позиции ног, перевод ноги из одной позиции в другую;

- *demi plie* - медленное приседание, вырабатывает силу ног и выворотность, участвует корпус, руки, голова. Мышцы и связки ног растягиваются и сокращаются в спокойных медленных движениях.

- *battments tendus* - это отведение ноги на носок, и обратно в позицию, развивает голеностоп и подвижность суставов;

- *battements tendus jetes* – это маленькие броски ногой, вырабатывают силу ног.

- *releve* – означает подъем на полупальцы по всем позициям. Развивает голеностоп и подвижность суставов.

Теория: Изучение терминологии классических упражнений, схема выполнения, последовательность выполнения, методика выполнения упражнений у станка.

Формы контроля: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения. Опрос. Контрольная проверка один раз в месяц.

III. Народный танец. Знакомство обучающихся с народно – сценическим танцем с его культурой, традициями, особенностями и костюмом.

Практика:

3.1 Изучение шагов и движений. Разучивание основных шагов и движений; переменный ход вперед, русский ход с каблука, гармошка, припадание, моталочка, тройной шаг, подскоки, приставные шаги, разновидности шага - польки, ковырялочка, моталочка, бег в за хлест голени, притопы.

3.2 Комбинации в русском народном характере. Несложные комбинации двух трёх движений подготавливают учащегося к овладению формой, и стилем народного танца, развивающим координацию движений всего тела и выразительность танца.

3.3 Учебно – тренировочная работа. Многократное повторение движений, шагов, переход из одного рисунка в другой в соответствии с характером и темпом музыки: разучивание движений под счет, выполнение движений с музыкальным сопровождением, отрабатываются шаги, ходы, подскоки, приставные шаги, бег, индивидуальная работа.

3.4 Прыжки. По характеру исполнения прыжки подразделяются на четыре вида: с двух ног на одну, с двух ног на две, с одной ноги на две, с одной ноги на другую. Включая прыжки в учебное занятие, учащийся приобретает способность легко выполнять движения, развиваются физические данные.

Теория: Название движений, методика выполнения.

Формы контроля: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения. Опрос. Практическая проверка изученных движений.

IV. Музыкально – ритмические движения.

Практика:

4.1 Ритмика. Особое внимание уделяется развитию чувства ритма. Знакомство с характером музыкального произведения. Умение слушать музыку, отражать в движении разнообразные оттенки, характера музыкальных произведений (веселый, спокойный, энергичный, торжественный). Знакомство с выразительным значением темпа музыки (очень медленно, медленно, умеренно, быстро). Умение выполнять движения в различных темпах. Навыки выразительного движения направлены на тренировку и совершенствование культуры движения, которые в процессе занятий становятся более ритмичными, координированными, выразительными, свободными, пластичными.

4.2 Музыкальные и подвижные игры. Игра привлекает ребят и познавательным содержанием, и разнообразием широты действий, и эмоциональной окрашенностью. На занятиях используются разнообразные музыкальные игры, игры – танцы («музыкальный предмет», « я на солнышке лежу», «голубой вагон» игра- танец «колобок»). Подвижные игры; «хитрая лиса, «дни недели» «золотая рыбка».

Теория: Объяснение условий игры, правила в игре.

Формы контроля: Наблюдение

V. Партерная гимнастика.

Практика:

5.1 Упражнения, сидя, и лежа. Комплексы гимнастических упражнений включают в работу основные группы мышц: мышцы верхнего плечевого пояса, брюшного пресса, мышц ног. Следует помнить о физической, психической, эмоциональной нагрузках.

На занятиях применяются следующие упражнения:

- сидя на полу: наклоны корпусом (ноги вместе, ноги врозь), махи;
- упражнения для стоп;
- упражнения для укрепления мышц ног и брюшного пресса;
- упражнения для разогревания позвоночника скручиванием в

стороны;

- упражнения для развития гибкости позвоночника;
- упражнения для мышц спины;
- упражнения для укрепления мышц бедер;
- упражнения для укрепления голеностопных суставов.

5.2 Растяжка. Махи ногами - стоя и в положении лежа, наклоны, три вида шпагатов, мостик, стойка на лопатках, колесо.

Теория: Объяснение и показ упражнений.

Формы контроля. Индивидуальная проверка растяжки.

VI. Закрепление и повторение пройденного материала.

Практика:

6.1 Повторение движений и рисунков по частям, танцевальные комбинации. В него включены лексика, композиционный рисунок, техника исполнения, пластика.

6.2 Работа над техникой, музыкальностью, синхронностью, актерской выразительностью. Отработка, «чистка» танцевального материала (движения, танцевальные шаги, бег, повороты, переходы из одного рисунка в другой). Повторение комбинаций.

Формы контроля. Проверка комбинаций по группам.

Учебный план II года обучения

№	Наименование разделов и тем	Общее количество учебных часов	Количество часов		Формы аттестации (контроля)
			теория	практика	
I	Вводное занятие	1	1		Входящая диагностика
1.1	Техника безопасности.				Правила техники безопасности.
II	Классический танец	54	2	52	
2.1	Упражнение для рук (подготовительная, 1,2,3). Упражнения у станка (лицом к станку)	31	1	30	Практические упражнения
2.2	Упражнение на середине. Вращение, прыжки.	23	1	22	Практические упражнения. Опрос
III	Народный танец	155	3	152	
3.1	Изучение основных движений в народном танце.	105	1	104	Практические упражнения. Опрос.
3.2	Комбинации в народном характере.	20	1	19	Практические упражнения
3.3	Учебно – тренировочная работа	20		20	Практические упражнения. Опрос
3.4	Прыжки, шаги, повороты. Вращение	10	1	9	Практические упражнения
IV	Музыкально-ритмические движения	5		5	

4.1	Ритмика.	3	-	3	Практические упражнения
4.2	Музыкальные и подвижные игры	2	-	2	Объяснение. Правила игры. Наблюдение
V	Партерная гимнастика	13	1	12	
5.1	Упражнения, сидя и лежа.	3		2	Практические упражнения
5.2	Растяжка.	10		10	Практические упражнения
VI	Закрепление и повторение пройденного материала	20	-	20	
VII	Постановочная работа	40		40	
6.1	Постановка танцевальной композиции	40		40	Практические упражнения
	ИТОГО:	288	7	281	

Содержание программы II года обучения

I. Вводное занятие.

1.1 Техника безопасности. Поклоны в классическом и в народном характере. Общая разминка.

II. Классический тренаж.

Основой хореографии является классический танец. Занятия по основам классического танца формирует культуру тела, красивую осанку. Все движения в классическом танце основываются на выворотности – одного из важнейших качеств, в классическом танце, которое просто необходимо для любого сценического танца.

Хореографическая терминология – система специальных наименований, предназначенных для обозначения упражнений или понятий, которые кратко объяснить или описать сложно. Экзерсис у опоры или на середине: это комплекс тренировочных упражнений, способствующих развитию мышц, связок, координации движений у танцоров. Экзерсис выполняется у «станка» и на середине учебного зала и состоит из одних и тех же элементов.

2.1 Упражнение для рук. Позиции рук: подготовительная позиция, 1, 2, 3 позиции, переводы рук из позиции в позицию. Упражнения повторяются на каждом занятии (согласно календарному плану).

2.2 Изучение упражнений у станка. Практическое занятие лицом к опоре:

- *demi plie* - медленное приседание, вырабатывает силу ног и выворотность, участвует корпус, руки, голова. Мышцы и связки ног растягиваются и сокращаются в спокойных медленных движениях;

- *battments tendus* - это отведение ноги на носок, и обратно в позицию, развивает голеностоп и подвижность суставов;

- *battements tendus jetes* – это маленькие броски ногой, вырабатывают силу ног;

- *releve* – означает подъем на полупальцы по всем позициям. Развивает выворотность, устойчивость на полупальцах, укрепляет мышцы ног. Упражнения у станка усложняются, изучаются новые комбинации.

Теория. Хореографическая терминология – система специальных наименований, предназначенных для обозначения упражнений. Методика исполнения.

Формы контроля. Объяснение. Проверка по группам.

2.2 Упражнения на середине. Вращение и прыжки.

- *Changement* - (шажман де пье) прыжок с переменной ног в воздухе (в V позиции).

- *Echappe* - (эшаппе) – прыжок с раскрытием ног во вторую позицию и собираем из второй в пятую.

- *Grand jete* (гранд жете) – прыжок с одной ноги на другую с продвижением вперед, назад в сторону. Ноги раскрываются максимально и принимают в воздухе положение в шпагат.

- *Sauté (cote)* – прыжок с двух ног на две ноги I II V.

Вращение и поворотов в классическом танце много. Практически все движения могут исполняться в повороте. Повороты есть на двух и на одной ноге, вращение всегда выполняются на одной ноге.

Теория. Хореографическая терминология – система специальных наименований, предназначенных для обозначения упражнений. Методика исполнения.

Формы контроля. Опрос. Проверка по группам.

III. Народный танец. Является основным разделом в программе. Сюжетная хореографическая постановка появилась на основе игровых танцев и хороводов. Танцевальным языком является народная пластика. На занятиях изучаются шаги, движения, прыжки, комбинации и этюды.

Практика.

3.1 Изучение основных движений в народном танце. Движения: ковырялочка с подскоком, моталочка, приставные шаги, гармошечка, каблучок.

- «Моталочка» – движения ногой по принципу маятника встречаются двух видов: продольные, исполняемые одной ногой назад – вперед с подскоком на опорной ноге. Исполнение маятникообразных движений, в сочетании со скользящим ударом полупальцами рабочей ноги, с бегом, «молоточками», хлопками;

- «ковырялочка с подскоком» – движение выполняется по принципу простой ковырялочка с притопами, идет перескок с одной ноги на другую. В этом движении притоп не выполняется. Чередуется – с одной ноги на другую;

- «гармошечка». Исходное положение ноги в шестой позиции, руки сложены перед корпусом одна на другую. Разводим пятки – носки на месте (приседаем в деми плие, возвращаемся в исходную позицию).

3.2 Комбинации в народном характере. На втором году обучения, наряду с прохождением нового материала повторяются и закрепляются уже изученный материал, усложняются, дополняются новыми движениями, переходами и рисунками. Изучение комбинаций у станка и на середине зала, развивают технику ног, гибкость корпуса, пластичность рук. Несложные комбинации двух трёх движений подготавливают учащегося к овладению формой, и стилем народного танца. Развивает координацию движений всего тела и выразительность исполнения. В этой части урока проучиваются основные элементы русского народного танца; «ковырялочка», «верёвочка», «моталочка», дроби, присядки, хлопушки, вращения, подскоки.

Теория. Объяснение методики исполнения.

Формы контроля. Опрос. Практические задания.

3.3 Учебно – тренировочная работа.

- изучение движений под счет;
- изучение движений под медленную музыку;
- индивидуальная работа;
- работа с подгруппой;
- работа над синхронностью и четкостью исполнения;

3.4 Прыжки, шаги, повороты, вращение. По характеру исполнения прыжки подразделяются на четыре вида: с двух ног на одну, с двух ног на две, с одной ноги на две, с одной ноги на другую. Включая прыжки в учебное занятие, учащийся приобретает способность легкости выполнения прыжков, развивает физические данные учащихся - силу ног, прыгучесть. При изучении прыжков следует обращать внимание; отдача от пола делается с деми плие всей стопой и особенно пяткой. В момент прыжка колени, подъем стопы и пальцы ног, должны быть напряжены, и вытянуты. После прыжка возвращение на пол должно быть мягким на пальцы. Эта часть урока тренирует дыхание, выносливость.

Теория. Методика выполнения движений. Название движений.

Формы контроля. Отработка по группам.

Общеразвивающие прыжки.

- прыжок по шестой позиции, руки выполняют движения (положение рук вперед, положение рук в сторону);

- прыжок с поджатыми ногами;
- прыжок ноги врозь (в поперечный шпагат);
- прыжок в сочетании первого, второго и третьего вариантов, (исполняются поочередно);
- прыжок «мяч»;
- прыжок с положения – сидя, вверх.

Теория. При изучении прыжков следует обращать внимание; отдача от пола делается с деми плие всей стопой и особенно пяткой. В момент прыжка колени, подъем стопы и пальцы ног, должны быть напряжены, и вытянуты. После прыжка возвращение на пол должно быть мягким на пальцы. Эта часть урока тренирует дыхание, выносливость, легкость.

Формы контроля. Педагогическое наблюдение.

IV. Музыкально – ритмические движения.

4.1 Ритмика. Чувства ритма, знакомство с характером музыкального произведения. Умение слушать музыку, отражать в движении разнообразные оттенки, характера музыкальных произведений (веселый, спокойный, энергичный, торжественный). Знакомство с выразительным значением темпа музыки (очень медленно, медленно, умеренно, быстро). Умение выполнять движения в различных темпах.

Закрепляются знания и навыки. Продолжается работа над музыкальными темпами: характер, темп, динамические оттенки в музыке и передача их в движении на новом музыкальном материале; длительность, ритмический рисунок, строение музыкального произведения. Расширение представлений об особенностях марша и таких танцевальных жанрах как полька, галоп. 4.2 Музыкальные и подвижные игры «инопланетяне», «музыкальный мяч».

Формы контроля. Педагогическое наблюдение.

V. Партерная гимнастика.

Практика:

5.1 Упражнения, сидя и лежа.

Подбор упражнений и движений, составленных с учетом возраста и физической подготовленности ребенка, а также последовательного включения различных частей тела к работе, постепенного увеличения и снижения нагрузки.

На занятиях применяются следующие упражнения:

- Упражнения для мышц шеи, плечевого пояса;
- упражнения для подвижности тазобедренных суставов;
- упражнение для развития голеностопного сустава.

5.2 Растяжка. Упражнения и движения на развитие гибкости и выворотности.

- Шпагаты;
- наклоны;
- мостик;
- элементы акробатики (колесо, колесо в шпагат, стойка на лопатках);

- гимнастическая комбинация.

Формы контроля. Наблюдение.

VI. Закрепление и повторение пройденного материала.

Выполняется в конце занятия. Отработка, «чистка» танцевального материала. Объяснение важности повторов, репетиторской работы; выработка волевых качеств личности, показ работы, оценка результатов творческой деятельности, вот основные задачи этого раздела. Используются приемы; прием многократного повторения в медленном темпе, среднем темпе, в темпе музыкального сопровождения.

Формы контроля. Наблюдение.

VII. Постановочная работа.

7.1 Постановка танцевальной композиции - непростой процесс.

Педагогу нужно соединить все навыки танцоров, заинтересовать их, научить танцу, чтоб дети смогли запомнить довольно продолжительную комбинацию движений. Прежде всего, педагог должен самостоятельно детально продумать постановку. Начинать стоит с определения темы и жанра танцевальной композиции.

Огромную роль играет правильный выбор музыки. Она должна формировать нужное настроение, обладать нужным ритмом и характером. Хореограф должен постоянно находиться в поиске музыки. Слушать народные, классические композиции, запоминать их характер, вдохновляться ими, запоминать ритм. Постановка может вызревать в фантазии педагога достаточно долго, он должен детально продумать характеры танцующих, общую динамику танца, переходы, рисунок, танцевальные элементы. При постановке танцевального номера, педагог должен учитывать: возраст подготовку и интерес участников.

Формы контроля. Проверка по частям.

Учебный план III года обучения (базовый)

№	Наименование разделов, тем	Общее количество учебных часов	Количество часов		Формы аттестации (контроля)
			теория	практика	
I	Вводные занятия	1			
1.2	Техника безопасности				Правила
II	Классический танец.	60	2	58	
1.1	Классический тренаж .	30	1	29	Практическое задание, опрос
1.2	Упражнения на середине	10	1	9	Практическое задание, опрос

1.3	Прыжки.	10		10	Практическое задание, опрос
1.4	Вращение в классическом танце	10		10	Практическое задание, опрос
III	Народный танец.	155	3	152	
1.1	Изучение народного тренажа.	50	1	49	Практическое задание, опрос
1.2	Изучение танцевальных движений, шагов.	50	1	49	Практическое задание, опрос
1.3	Движения Северного танца	40	1	39	Практическое задание, опрос
1.4	Разновидности вращений и прыжков на середине зала.	5		5	Практическое задание, опрос
1.5	Простые и сложные дробы.	10		10	Практическое задание, опрос
IV	Партерная гимнастика.	15		15	
4.1	Упражнения: сидя, лежа.	5		5	Объяснение
4.2	Растяжка.	10		10	Практическое задание.
V	Постановочная работа	57	3	54	
5.1	Работа над танцем по частям	20	2	18	Практическое задание, опрос
5.2	Рисунки и переходы	37	1	36	Практическое задание, опрос
	ИТОГО:	288	8	280	

Содержание программы III года обучения

I. Вводное занятие.

1.1 Техника безопасности. В начале занятия - общая разминка.

- Поклон (народный или классический);
- упражнения для рук (классический);
- общая разминка по кругу (ходы, шаги, бег, приставные шаги, подскоки, повороты).

II. Классический танец. Систематическое занятие классическим танцем влияет на постановку корпуса, ног, рук и головы. Тренаж на третьем году обучения выполняется боком к опоре. Упражнения проучиваются отдельно, то правой, то с левой ноги. Упражнения добавляются и усложняются. При выполнении классического тренажа развивается координация движения, устойчивость, равновесие, гибкость мышц.

Практика.

2.1 Классический тренаж.

- demi- plie - медленное приседание, вырабатывает силу ног и выворотность, участвует корпус, руки, голова, мышцы и связки ног растягиваются и сокращаются в спокойных медленных движениях;
- battments tendus - это отведение ноги на носок, и обратно в позицию, развивает голеностоп и подвижность суставов;
- battements tendus jetes – это маленькие броски ногой, вырабатывают силу ног;
- battments releves lents на 45 градусов - это подъем вытянутой ноги на 45 градусов в любом направлении. Вырабатывает силу ног, устойчивость, укрепляет мышцы живота;
- grands battements jetes – это энергичный бросок ногой. Развивает силу ног, шаг, укрепляет мышцы;
- releve– означает подъем на полупальцы по всем позициям. Развивает выворотность, устойчивость на полупальцах, мышцы ног;
- rond de jambe par terre en dehors et en dedans. Круг ногой по полу. Вырабатывает правильное движение верхней части ноги в различных направлениях.

Формы контроля. Проверка по группам. Опрос.

2.2 Упражнения на середине. Развивает устойчивость, равновесие, постановку корпуса, головы, положение рук, выворотность, силу ног.

- demi- plie - медленное приседание, вырабатывает силу ног и выворотность, участвует корпус, руки, голова, мышцы и связки ног растягиваются и сокращаются в спокойных медленных движениях;
- battments tendus - это отведение ноги на носок, и обратно в позицию, развивает голеностоп и подвижность суставов;
- battements tendus jetes – это маленькие броски ногой, вырабатывают силу ног;
- grands battements jetes – это энергичный бросок ногой. Развивает силу ног, шаг, укрепляет мышцы.

Теория. Классическая терминология, методика исполнения, последовательность выполнения, схема выполнения упражнений.

Формы контроля. Проверка и опрос по группам.

2.3 Прыжки. Allegro. При изучении прыжков следует обращать внимание; отдача от пола делается с demi plié всей стопой и особенно пяткой. В момент прыжка колени, подъем стопы и пальцы ног, должны быть напряжены, и вытянуты. После прыжка возвращение на пол должно быть мягким на пальцы.

Эта часть урока тренирует дыхание, выносливость.

- Sauté (соте) – прыжок с двух ног на две ноги I II V.
- Changement de pied – маленькие прыжки по V позиции
- Echappe - (эшаппе) – прыжок с раскрытием ног во вторую позицию и собираем из второй в пятую.

2.4 Вращение в классическом танце. Подготовка к вращениям на месте и по диагонали. Ходьба на полупальцах по диагонали. Попытка вращения по диагонали. Существует ряд несложных упражнений, подготавливающих ребят, к устойчивости во вращениях. Это, маленькие шаги с поворотами на месте, а потом по диагонали (голова, взгляд участвуют при каждом повороте).

Разучивается полуповорот на полупальцах. Начинается он с demi plié в 5 позиции; затем делается подъем на полупальцы и поворот. Руки берут небольшой форс, соединяются в 1-й позиции и помогают при повороте; голова и взгляд также участвуют в повороте. Заканчивается поворот в 5 позицию на demi plié, ноги меняются.

Теория. Классическая терминология, методика исполнения, последовательность выполнения, схема выполнения упражнений.

Формы контроля. Проверка и опрос по группам.

III. Народный танец. Народно - сценический танец в значительной степени расширяет и обогащает исполнительские возможности, формируя качества и навыки, которые не могут быть развиты за счет обучения только классическому танцу. Народный танец является основным разделом в программе. Сюжетная хореографическая постановка появилась на основе игровых танцев и хороводов. Танцевальным языком является народная пластика. За последнее время сюжетный танец сильно изменился большим количеством движений.

3.1 Изучение народного тренажа.

Учебные комбинации – это «кирпичики», из которых вырастает танец. Движения, выстроенные в определенной последовательности – это форма, которую необходимо наполнить содержанием. Причем недостаточно собрать в одной комбинации имеющийся в данном разделе материал. Нужно дополнить его другими движениями, каждый раз усложняя комбинацию. Соединяя танцевальные движения с шагами, прыжками, вращениями, можно получить интересные комбинации.

- demi- plié. Выполняется в народном характере, в медленном темпе;
- battments tendus, battements tendus jetés. В упражнение входит два упражнения – ковырялочка, моталочка. Характер полки;

- дробная комбинация. Разновидности простой дроби, вынос ноги на каблучок, притопы, ключ. Комбинация в русском характере;

- *grands battements jetes*. Комбинация энергичная. Народный характер. Комбинации у станка, после изучения и отработки можно использовать и на середине зала.

Теория. Знать названия движений, методика исполнения всех движений.

Форма контроля. Практическое задание.

3.2 Изучение танцевальных движений и шагов.

Основы русского народного танца. Положение рук в русском танце. Усвоение основных движений русского народного танца, а также разновидность движений, например, гармошка в продвижение, ковырялочка с подскоком, притопы с окончанием - ключ, простые дроби, моталочка – с притопом. Ходы русского народного танца: переменный шаг, припадание, тройной шаг, переменный шаг на каблучок, простая веревочка (разновидности веревочки).

Основы украинского танца. Положение рук, кулачками сбоку на талии; руки скрещены на груди. Ходы и движения: бегунец, голубцы, веревочка.

Особенности киргизского народного танца. Движения рук: вращение кистей рук, повороты рук от локтя, боковой ход, простые шаги.

Шаги с притопом выполняется с правой ноги вперед, 3-и шага, подставляем левую ногу, с левой ноги назад, подставляем правую ногу. Приставной шаг - правой ногой в сторону левую подставляем, шаг левой ногой правую ногу подставляем.

Моталочка. Исполняется 2 такта 2/4. Необходимо следить за четким соскоком опорной ноги в пол, четким одинаковым по значению "шарканьем" рабочей ноги об пол. В дальнейшем движение исполняется на 1 такт 2/4, поочередно левой и правой ногой, добавляются более усложненные элементы. Эта группа элементов основана на движении ног от колена вперед-назад, вправо-влево, от себя-к себе, при этом ударяют в пол полупальцами или ребром каблука, реже всей стопой. Движение можно выполнять одной ногой подряд и поочередно то одной, то другой ногой, без подскоков или с небольшими подскоками на опорной ноге- на полной стопе или на полупальцах.

Подготовка к веревочке. Скольжение рабочей ноги по опорной, проучиваем медленно. Сначала одной ногой, потом другой. Колени выворотные, следим за позицией ног.

Переменный шаг: Длинный шаг вперед правой ногой – небольшой шаг левой ногой, как бы обгоняя правую ногу – небольшой шаг правой ногой вперед.

Притопы: Это движение соответствует веселой плясовой музыке, часто передают ее ритмический рисунок. На счет раз следует топнуть ногой, на два приставляем ногу к ноге.

Приседание с выставлением ноги на каблучок. На счет раз пружинистое приседание, на два – одновременное выпрямление ноги, и выставление на пятку.

3.3 Движения Северного танца. Танцы народов Севера очень самобытны и ярки. Они всегда основаны на сюжетах и сценах из повседневной жизни (охота, ловля рыбы, выделывание шкуры оленя). Участники хоровода, двигающиеся по ходу движения солнца, производят круговорот в пространстве и времени. Кроме того, взяв друг друга за руки, люди чувствуют силу и положительные импульсы рядом стоящих, что объединяет и делает ещё сильнее каждого.

3.4 Разновидности вращений и прыжков на середине зала.

Многократные повороты исполнителей в народных танцах называют вращениями. В основе любого вращения одно – два движения или небольшая комбинация. От этого зависит темп и динамика поворотов. Вращение можно исполнять на месте и с продвижением: на подскоках, беге, на полупальцах. При вращении должно, сохранятся поступательное движение, необходимо для выполнения каждого поворота. Наиболее характерны вращения для русских, украинских, белорусских и во многих других. Освоение вращений начинается с выполнения поворотов, важен при этом и активный поворот головы. Подготовительные упражнения: медленно переступая на полупальцах, поворачиваться в задорном направлении; увеличивается темп вращения, исполнять с продвижением по прямой линии или по кругу.

Формы контроля. Проверка по группам. Опрос.

3.5 Простые и сложные дроби.

Дробные движения или, как их еще называют, - дроби, являются основой танцев у многих народов. Особенно они характерны для русских, марийских, мордовских, испанских, мексиканских танцевальных движений, приемы исполнения дробей различны: они выполняются в разных темпах и ритмах, всей ступней, ребром каблука, полупальцами, а также в сочетании с переступаниями, на подскоках, с хлопком, поворотом в характере и манере.

Упражнение подготавливает учащихся к исполнению дроби на середине зала. Движения развивают четкость, ритмичность, силу ног, укрепляют мышцы стопы, икроножные мышцы. Исполняются в I прямой позиции всей ступней.

Например, Музыкальное сопровождение «Барыня», 2/4. Вступление – 2 такта. Такты 1-2: прослушать музыкальное вступление.

Затакт: «и» – поднять правую руку в I позицию, голова слегка наклон влево.

Такт 3: «раз» – правая рука на II позицию, голова вправо;

«и» – шаг с ударом всей стопой левой ноги, правую приподнять;

«два» – ударить всей стопой правой ноги.

Такт 7-8: повторить движения.

На счет раз восьмого такта сделать поворот от станка на 180° и встать к станку правой рукой, к центру зала левой. Всю комбинацию повторить с другой ноги.

Притопы: Это движение соответствует веселой плясовой музыке, часто передают ее ритмический рисунок. На счет раз следует топнуть ногой, на два приставляем ногу к ноге. При усложнении вместо шага выполняется прыжок. Притопы могут быть точкой при исполнении вращения, шагов, после исполнения любого движения.

Формы контроля. Опрос. Проверка по группам. Практическое задание.

IV. Партерная гимнастика.

4.1 Упражнения, сидя и лежа. Упражнения сидя и лежа, это подготовительные, согревающие упражнения. Простота и доступность упражнений обеспечили ей особое место в программе. Подбор упражнений и движений, составлены с учетом возраста и физической подготовленности учащегося, а также последовательного включения различных частей тела к работе, постепенного увеличения и снижения нагрузки.

Разучивая гимнастические комплексы, необходимо добиваться осознанного отношения к своим действиям.

Практика. Комплексы гимнастических упражнений включают в работу основные группы мышц: мышцы верхнего плечевого пояса, брюшного пресса, мышц ног.

Для достижения наибольшей эффективности результатов по разделу необходима строгая продуманность каждого занятия. Следует помнить о физической, психической, эмоциональной нагрузках.

- Упражнение для мышц шеи. Наклон головы в разные направления. Круговые движения. Резкие повороты головой;

- упражнения для улучшения эластичности плечевого пояса и подвижности плечевых суставов;

- упражнения для подвижности локтевого сустава;

- упражнения для улучшения подвижности позвоночника;

- упражнения для подвижности тазобедренных суставов;

- упражнения для развития голеностопного сустава;

- упражнения для напряжения и расслабления мышц;

- упражнения для гибкости.

4.2 Растяжка.

- Шпагаты;

- мостик;

- наклоны.

Включены несложные элементы акробатики.

- Прыжок в шпагат;

- стойка на руках;

- стойка на плечах;

- колесо.

Формы контроля. Наблюдение. Опрос.

V. Постановочная работа. В создании выразительного образа – сценического танца необходимо в каждом движении выделять и подчеркивать смысловую логику. Воспитывать творческую индивидуальность. Доводить исполнение до определенной стадии автоматизма. Большое внимание нужно уделять музыкальному оформлению танцевального материала, грамотной музыкально – ритмической раскладке движений.

5.1 Работа над танцем. Начинать работу над той или иной танцевальной комбинацией, особенно если она трудно координируемая: Начать с медленного или умеренного темпа, который способствует выработке внимания, двигательной памяти, ритмичности исполнения, музыкальности. Педагог, показывая отдельные связки движений не должен навязывать свою «манеру» исполнения, а следить за развитием творческой индивидуальности.

5.2 Рисунки и переходы. Для того чтобы приступить к постановке танца, необходимо: разобрать все рисунки и переходы, знать ходы и движения, разводить танец по частям, переходить от одной части к другой постепенно, в заключении соединить все части и работать над всей композицией.

Формы контроля. Наблюдение. Опрос. Практическое задание.

Учебный план IV года обучения

№	Наименование разделов, тем	Общее количество учебных часов	Количество часов		Формы аттестации (контроля)
			теория	практика	
I	Вводное занятие.	1			Входящая диагностика
1.1	Техника безопасности				Правила т.б
II	Классический танец.	60	1	59	
2.1	Классический тренаж у станка	20		20	Практические упражнения
2.2	Классический тренаж на середине	20		20	Практические упражнения
2.3	Прыжки. Allegro.	10		10	Практические упражнения
2.4	Вращение	10		10	Практические упражнения
III	Народный танец.	100	2	98	
3.1	Народный тренаж.	60	1	59	Практические

	Упражнения у станка				упражнения
3.2	Движение «Веребочка»	10		10	Практические упражнения
3.3	Танцевальные комбинации. Движения Северного танца	10	1	9	Практические упражнения
3.4	Вращений на середине.	10		10	Практические упражнения
3.5	Простые и сложные дроби	10		10	Практические упражнения
IV	Партерная гимнастика.	9		9	
4.1	Упражнения: сидя, лежа.	4		4	Практические упражнения
4.2	Растяжка.	5		5	Практические упражнения. Опрос
V	Постановочная работа	118	3	115	
5.1	Работа над танцем	70	1	69	Практические упражнения
5.2	Рисунки и переходы	48	2	46	Практические упражнения
	ИТОГО:	288	6	282	

Содержание программы IV года обучения

I. Вводное занятие – техника безопасности. В начале занятия - общая разминка.

- Поклон (народный или классический);
- Упражнения для рук (классический);
- Общая разминка по кругу (ходы, шаги, бег, приставные шаги, подскоки, повороты).

Занятия классическим танцем влияет на постановку корпуса, ног, рук и головы. Усложняются упражнения у станка, выполняются и проучиваются отдельно с левой и правой ноги. При выполнении классического тренажа развивается координация движения, устойчивость, равновесие, гибкость мышц, формирует осанку.

II. Классический танец.

Практика.

2.1 Классический тренаж у станка.

- Plie по V позиции. Приседание, развивает сухожилия и связки голеностопного сустава.

- Battement tendu из V позиции в сторону, вперед, назад по 4 раза.
Ноги в V позиции.

- Battement tendu jete из V позиции. Бросок ногой, развивает четкость ноги и бедра (верхней части ноги).

- Rond de jambe par terre en dehors et en dedans. Круг ногой по полу. Выбатывает правильное движение верхней части ноги в различных направлениях.

- Battement releve lent на 45° из V позиции во всех направлениях по 4 раза. Выбатывает силу верхней части ноги, правильное положение, напряженность ноги. Это движение из adagio, ему присущ медленный темп, его следует исполнять с задержкой на крайней точке.

- Releve на полупальцы по V позиции с вытянутых ног и с demi-plie. Выбатывает силу мышц стопы.

- Grands battements jetes

2.2 Классический тренаж на середине.

- Demi-plie по 1,2,5 позициям.

- Battement tendu из 5 позиции в сторону

- Battement tendu jete из 5 позиции в сторону

- Rond de jambe par terre en dehors et en dedans

- Battement releve lent на 45° из 5 позиции

- Releve на полупальцы со сменой позиции 1,2,5

- Вращение на двух ногах в V позиции на полупальцах на одном месте (с поворотом головы в зеркало).

- Grands battements jetes/

- Упражнение для рук. 1,2 port de bras. Три позиции рук и подготовительное положение, правильно выученные и тщательно соблюдаемые в тренировочной работе, открывают неограниченные возможности в сценическом танце. Руки смогут сознательно управлять движениями тела.

Теория. Терминология, методика исполнения, последовательность выполнения.

Форма контроля. Контрольное занятие. Опрос.

Практика.

2.3 Прыжки. Allegro. Прыжок – преодоление препятствия или пространства в свободном полете без дополнительной опоры руками после отталкивания ногами. Все хореографические прыжки можно подразделить на определенные группы в зависимости от амплитуды выполнения на месте и в продвижении.

- Changement - (шажман де пье) прыжок с переменой ног в воздухе (в V позиции).

- Echarpe - (эшаппе) – прыжок с раскрытием ног во вторую позицию и собираем из второй в пятую.

- Grand jete (гранд жете) – прыжок с одной ноги на другую с продвижением вперед, назад в сторону. Ноги раскрываются максимально и принимают в воздухе положение в шпагат.

- Sauté (соте) – прыжок с двух ног на две ноги I II V.

Теория. Методика выполнения прыжков, название прыжков.

Формы контроля. Опрос. Наблюдение.

2.4 Вращение. Вращение выполняются на месте и с продвижением.

При вращении должно, сохранятся поступательное движение, необходимо для выполнения каждого поворота. Освоение вращений начинается с выполнения поворотов, важен при этом и активный поворот головы. Подготовительные упражнения: медленно переступая на полупальцах, поворачиваться в задорном направлении.

Формы контроля. Проверка прыжков по группам. Опрос.

II. Народный танец.

Практика.

3.1 Народный тренаж. Упражнения у станка. Упражнения у станка может строиться на основе одного или нескольких движений. Упражнения — это комплекс движений, направленных на развитие той или той или иной части тела, определенной группы мышц и суставов. Одним из принципов сочетание учебных комбинаций в упражнениях у станка является принцип последовательности.

Танцевальные движения и танцевальные комбинации возле станка.

- demi- plié. Выполняется в народном характере, в медленном темпе.

- battements tendus, battements tendus jetés. В упражнение входит два упражнения из классического танца – ковырялочка, моталочка, каблучок. Характер польки.

- дробная комбинация. Разновидности простой дроби, вынос ноги на каблучок, притопы, ключ. Комбинация в русском характере.

- grands battements jetés . Комбинация энергичная. Народный характер.

Формы контроля. Опрос. Практическое задание.

3.2 Движение «Веревочка». Движение под названием веревочка прочно вошло в русский танец. Движения ног в танце имитируют процесс завивание веревки. В то время как ноги энергично " выют веревочку "- исполнитель стоит на одном месте, не продвигаясь ни назад, ни вперед, корпус его прямой и почти неподвижный. Эта простая веревочка, как ее часто называют, или одинарная, является основой других видов. Может исполняться на всей стопе, и на не высоких полупальцах.

Теория. Необходимо следить за тем, чтобы соскок в пол был четким, рабочая нога скользила носком точно по опорной ноге, колени были предельно развёрнуты в стороны, рабочая нога поднималась не ниже чем до колена опорной ноги. По усвоению и закреплению навыков исполнения

простой верёвочки, можно приступить к более усложненной: двойной, с переступанием, с вращением и передвижением вперед, назад, влево и вправо. Первоначальное изучение на 2 такта 2/4.

Формы контроля. *Опрос.* Практическое задание.

3.3 Танцевальные комбинации. Движения Северного танца.

Изучение комбинаций у станка и на середине зала, развивают технику ног, гибкость корпуса, пластичность рук. Несложные комбинации двух трёх движений подготавливают учащегося к овладению формой, и стилем народного танца. Развивает координацию движений всего тела и выразительность исполнения. В этой части урока проучиваются основные элементы русского народного танца; «ковырялочка», «верёвочка», «моталочка», дроби, присядки, хлопушки, вращения, подскоки.

Танцевальные шаги наиболее характерный элемент народной хореографии. Они являются основой всех танцев, особенно русских как старинных, традиционных так и современных. Чаще всего шаги встречаются в хороводах, в медленных и плавных плясках. В русском народном танце существует большое количество шагов - шаг с переступанием, простой сценический шаг, переменный шаг, тройной, шаркающий, шаг с соскоком, шаг с притопом, подбивка, припадание и многие другие. Они играют большую роль в соединении отдельных движений между собой. Простой шаг выполняется в медленном и среднем темпах.

В Северном танце движения очень яркие, самобытные. Они всегда основаны на сюжетах и сценах из повседневной жизни (охота, ловля рыбы, выделывание шкуры оленя). Участники хоровода, двигающиеся по ходу движения солнца, производят круговорот в пространстве и времени. Кроме того, взяв друг друга за руки, люди чувствуют силу и положительные импульсы рядом стоящих, что объединяет и делает ещё сильнее каждого.

3.4 Вращение на середине. Вращение можно выполнять на месте и с продвижением: на подскоках, беге, на полупальцах. При вращении должно, сохраняться поступательное движение, необходимо для выполнения каждого поворота. Наиболее характерны вращения для русских, украинских, белорусских и во многих других. Освоение вращений начинается с выполнения поворотов, важен при этом и активный поворот головы. Подготовительные упражнения: медленно переступая на полупальцах, поворачиваться в задорном направлении, увеличивается темп вращения, выполняется с продвижением, по прямой линии или по кругу. На занятиях используются следующие повороты и вращения, как на месте, так и с продвижением.

- Бег на месте (4 счета), поворот (4 счета);
- соскок на месте на счет (раз), на 2,3,4 – поворот;
- бег по диагонали;
- вращение «блинчики»;
- «ковырялочка – моталочка» в повороте.

«Точка вращения» – это направление взгляда вперед в одну точку на уровне глаз. Если «точку» держать ниже уровня глаз (заниженная), то во время вращения исполнитель будет смещаться вперед. Если «точку» держать выше уровня глаз «завышенная», то смещение будет происходить назад. И параллельно может сопровождаться головокружением. Главное помнить, что вращения на одном месте без смещения.

Формы контроля. Индивидуальная проверка. Опрос.

3.5 Простые и сложные дроби: Дробные движения или, как их еще называют, - дроби, являются основой танцев у многих народов. Особенно они характерны для русских, марийских, мордовских, испанских, мексиканских танцевальных движений приемы исполнения дробей различны: они выполняются в разных темпах и ритмах, всей ступней, ребром каблука, полупальцами, а также в сочетании с переступанием, на подскоках, с хлопком, поворотом в характере и манере. Дроби весьма разнообразны по ритму и технике исполнения. В некоторых случаях дробь исполняется ударами поочередно одной и сразу же другой ногой в разных ритмических сочетаниях. Нога с каждым ударом опускается сильно и четко, на всю ступню. В двойной дроби исполнитель два раза подряд ударяет одной ногой об пол, причем первый удар короткий, после него нога тотчас же упруго отделяется от пола; со вторым ударом нога крепко становится на пол, как бы припечатывая. В дробях этого вида как первый, так и второй удар может выполняться не только всей ступней, но также или каблуком, или подушечкой стопы, причем акцентируется чаще второй, но иногда и первый удар. Третий вид дроби — тройная дробь, в которой подряд следуют два коротких удара: обычно первый — каблучком, второй — подушечкой стопы и третий — сильный удар всей ступней другой ноги. Дроби в танце выполняются: на месте, с продвижением вперед, с поворотом, сочетаются с подскоками, хлопками и т. д. К дробным движениям относятся также притопы, т. е. отдельные удары всей ступней об пол. Исполнитель слегка отделяет при-согнутую ногу от пола и с ударом опускает ее на пол на всю ступню. Притопы в русских плясках очень распространены и применяются в различные моменты танца. Исполнитель, начиная танец, может сделать несколько раз притоп одной ногой, на счет «раз» каждого такта, а потом пуститься в пляс. Притоп одной ногой может заканчивать движение; исполнитель, сделав то или иное «колесо», с ударом опускает ногу на всю ступню. Притопы выполняются весело, задорно, лихо.

Теория. Методика исполнения дробей.

Формы контроля. Опрос. Наблюдение.

IV. Партерная гимнастика.

Практика.

4.1 Упражнения, сидя и лежа:

Для достижения наибольшей эффективности результатов по разделу необходима строгая продуманность каждого занятия. Следует помнить о физической, психической, эмоциональной нагрузках.

Практика.

Разминочные упражнения.

- Упражнение для мышц шеи. Наклон головы в разные направления. Круговые движения. Резкие повороты головой;

- упражнения для улучшения эластичности плечевого пояса и подвижности плечевых суставов;

- упражнения для подвижности локтевого сустава;
- упражнения для улучшения подвижности позвоночника;
- упражнения для подвижности тазобедренных суставов;
- упражнения для развития голеностопного сустава;
- упражнения для напряжения и расслабления мышц;
- упражнения для гибкости.

4.2 Растяжка.

- Шпагаты.
- Мостик
- Наклоны.

Включены несложные элементы акробатики.

- Прыжок в шпагат;
- стойка на руках;
- стойка на плечах;
- колесо;
- колесо в шпагат.

После разминочных гимнастических упражнений, а также упражнений на растяжку мышц, выполняется гимнастическая комбинация под музыку. В комбинацию входят все движения, складки, мостик, шпагаты.

Формы контроля. Наблюдение.

V. Постановочная работа.

Практика.

Педагог, знакомит ребят с постановкой, музыкальным произведением, показывая отдельные связки и движения. Для того чтобы приступить к постановке танца, необходимо:

5.1 Работа над танцем. Выучить все движения, входящие в этот танец, работа над руками и движениями.

5.2 Рисунки и переходы. Разводка танца по рисункам, переходы. Многократное повторение в целях запоминания. Весь процесс обучения танцу, следует сочетать наглядность, осмысленность с творческим поиском учащихся.

Формы контроля. Наблюдение. Опрос. Практическое задание.

**Учебный план
V года обучения**

№	Наименование разделов, тем	Общее количество учебных часов	Количество часов		Формы аттестации (контроль)
			теория	практика	
I	Вводное занятие.	1			
1.1	Техника безопасности. Организация занятий				Правила тех. безопасности
II	Классический танец.	60	3	57	
2.1	Тренаж упражнения у станка	25	1	24	Практические упражнения
2.2	Тренаж (середина)	15		15	Практические упражнения
2.3	Прыжки (allegro)	10	1	9	Практические упражнения
2.4	Вращение по диагонали	10	1	9	Практические упражнения
III	Народный танец.	100	3	97	
3.1	Народный тренаж (упражнения у станка)	30	1	29	Практические упражнения
3.2	Движения народного танца (веревочка, молоточки, моталочка)	30	1	29	Практические упражнения Опрос
3.3	Вращение и повороты на середине зала	20	1	19	Практические упражнения
3.4	Простые и сложные дроби, притопы.	20		20	Практические упражнения. Опрос
IV	Партерная гимнастика.	20		20	
4.1	Упражнения: сидя, лежа.	10		10	Практические упражнения
4.2	Растяжка.	10		10	Практические упражнения
V	Постановочная работа.	107	3	104	
5.1	Знакомство с постановкой.		1		Практические упражнения
5.2	Работа по частям	107	2	104	Практические упражнения.

					Опрос
	ИТОГО:	288	9	279	

Содержание программы V года обучения

I. Вводное занятие.

1.1 техника безопасности. Общая разминка.

- Поклон (народный или классический);
- Упражнения для рук (классический);
- Общая разминка по кругу (ходы, шаги, бег, приставные шаги, подскоки, повороты).

II. Классический танец.

Практика.

2.1 Тренаж - упражнения у станка.

• Plie по 1,2,5 позициям. Plie – приседание, развивает сухожилия и связки голеностопного сустава.

- Battement tendu из V позиции в сторону, вперед, назад по 4 раза.
- Ноги в V позиции, с правой и с левой ноги.
- Battement tendu jete из V позиции.

Бросок ногой, развивает четкость ноги и бедра (верхней части ноги).

• Rond de jambe par terre en dehors et en dedans. Круг ногой по полу. Выбатывает правильное движение верхней части ноги в различных направлениях.

• Battement releve lent на 45° из V позиции во всех направлениях по 4 раза.

- Grands battements jetes.

Выбатывает силу верхней части ноги, правильное положение, напряженность ноги. Это движение из adagio, ему присущ медленный темп, его следует исполнять с задержкой на крайней точке.

• Releve на полупальцы по V позиции с вытянутых ног и с demi-plie. Выбатывает силу мышц стопы.

Формы контроля. Опрос. Практическое задание.

2.2 Тренаж (середина зала).

- Demi-plie по 1,2,5 позициям.
- Battement tendu из 5 позиции в сторону
- Battement tendu jete из 5 позиции в сторону
- Battement releve lent на 45° из 5 позиции
- Releve на полупальцы со сменой позиции 1,2,5
- Вращение на двух ногах в V позиции на полупальцах на одном месте (с поворотом головы в зеркало).

Форма контроля. Практическое задание.

2.3 Прыжки. Allegro.

Прыжок – преодоление препятствия или пространства в свободном полете без дополнительной опоры руками после отталкивания ногами. Все хореографические прыжки можно подразделить на определенные группы в зависимости от амплитуды выполнения на месте и в продвижении.

- Changment - (шажман де пье) прыжок с переменной ног в воздухе (в V позиции).
- Echarpe - (эшаппе) – прыжок с раскрытием ног во вторую позицию и собираем из второй в пятую.
- Grand jete (гранд жете) – прыжок с одной ноги на другую с продвижением вперед, назад в сторону. Ноги раскрываются максимально и принимают в воздухе положение в шпагат.
- Sauté (соте) – прыжок с двух ног на две ноги I II V.
- Temps leve saute по V позиции выполняется толчком от пола двумя ногами
- Changement de pied – маленькие прыжки по V позиции

Эта часть урока тренирует дыхание, выносливость.

Формы контроля. Опрос. Контрольные задания. Практические задания.

2.4 Вращение по диагонали.

2.5 Теория. Вращение можно исполнять на месте и с продвижением: на подскоках, беге, на полупальцах. При вращении должно, сохранятся поступательное движение, необходимо для выполнения каждого поворота. Подготовительные упражнения: медленно переступая на полупальцах, поворачиваться в задорном направлении; увеличивается темп вращения, исполнять с продвижением по прямой линии или по кругу.

Форма контроля. Индивидуальная проверка. Наблюдение. Опрос.

III. Народный танец.

Практика.

3.1 Народный тренаж (упражнения у станка). Упражнения — это комплекс движений, направленных на развитие той или той или иной части тела, определенной группе мышц и суставов. Одним из принципов сочетание учебных комбинаций в упражнениях у станка является принцип последовательности. Танцевальные движения и танцевальные комбинации возле станка.

- demi- plié. Выполняется в народном характере, в медленном темпе.
- battments tendus, battements tendus jetes. В упражнение входит два упражнения из классического танца – ковырялочка, моталочка, каблучок. Характер полки.
- дробная комбинация. Разновидности простой дроби, вынос ноги на каблучок, притопы, ключ. Комбинация в русском характере.
- grands battements jetes Комбинация энергичная. Народный характер.

Форма контроля. Практическое задание. Опрос.

Практика.

3.2 Движения в народном танца. Основы украинского танца. Положение рук, кулачками сбоку на талии; руки скрещены на груди. Ходы и движения: бегунец, голубцы, веревочка.

Особенности киргизского народного танца. Движения рук: вращение кистей рук, повороты рук от локтя, боковой ход, простые шаги.

Подготовка к веревочке. Скольжение работающей ноги по опорной, проучиваем медленно. Сначала одной ногой, потом другой. Колено выворотное, следим за позицией ног.

Переменный шаг: Длинный шаг вперед правой ногой – небольшой шаг левой ногой, как бы обгоняя правую ногу – небольшой шаг правой ногой вперед.

Ключ. Это движение соответствует веселой плясовой музыке, часто передают ее ритмический рисунок. Комбинации и этюды в русском народном характере. Танцевальным этюдом называется маленькое танцевальное произведение, которое имеет законченную форму. В него включены, лексика, композиционный рисунок.

Комбинации бывают:

- 1) На развитие техники исполнения;
- 2) На композиционный рисунок;
- 3) На актёрское мастерство;
- 4) На пластику.

Упражнения на середине зала развивают технику ног, гибкость корпуса, пластичность рук. Несложные комбинации двух трёх движений подготавливают учащегося к овладению формой, и стилем народно танца, развивающим координацию движений всего тела и выразительность танца. В этой части урока проучиваются основные элементы русского народного танца – «ковырялочка», «верёвочка», «моталочка», дробь, присядки, вращения и т.д. А также движения и элементы танцев различных национальностей, как подготовительные движения для использования их в этюдной форме.

Форма контроля. Практическое задание.

3.3 Вращение и повороты на середине. Практика. Многократные повороты исполнителей в народных танцах называют вращениями. В основе любого вращения одно – два движения или небольшая комбинация. От этого зависит темп и динамика поворотов. При вращении должно, сохраняться поступательное движение, необходимо для выполнения каждого поворота. Наиболее характерны вращения для русских, украинских, белорусских и во многих других. Освоение вращений начинается с выполнения поворотов, важен при этом и активный поворот головы. Подготовительные упражнения: медленно переступая на полупальцах, поворачиваться в задорном направлении; увеличивается темп вращения, исполнять с продвижением по прямой линии или по кругу.

- Бег с акцентом в повороте;
- бег по прямой и по кругу;

- вращение «блинчики»;
- вращение «ковырялочка с моталочкой в повороте»;
- подскоки в повороте.

Форма контроля. Практическое задание. Опрос.

3.4 Простые и сложные дроби.

3.5 Дробные движения или, как их еще называют, - дроби, являются основой танцев у многих народов. Особенно они характерны для русских, марийских, мордовских, испанских, мексиканских танцевальных движений приемы исполнения дробей различны: они выполняются в разных темпах и ритмах, всей ступней, ребром каблука, полупальцами, а также в сочетании с переступанием, на подскоках, с хлопком, поворотом в характере и манере.

Упражнение подготавливает учащихся к исполнению дроби на середине зала. Движения развивают четкость, ритмичность, силу ног, укрепляют мышцы стопы, икроножные мышцы. Исполняются в I прямой позиции всей ступней.

Музыкальное сопровождение «Барыня», 2/4. Вступление – 2 такта.

Такты 1-2: прослушать музыкальное вступление. Затакт: «и» – поднять правую руку в I позицию, голова слегка наклон влево. Такт 3: «раз» – правая рука на II позицию, голова вправо, «и» – шаг с ударом всей стопой левой ноги, правую приподнять, «два» – ударить всей стопой правой ноги. Такт 7-8: повторить движения. На счет раз восьмого такта сделать поворот от станка на 180° и встать к станку правой рукой, к центру зала левой. Всю комбинацию повторить с другой ноги.

Ключ. Это движение соответствует веселой плясовой музыке, часто передают ее ритмический рисунок. Обычно ключом заканчивают то или другое движение.

Формы контроля. Опрос. Практическое задание.

IV. Гимнастика.

4.1 Упражнения сидя и лежа. Практика. Разминочные упражнения.

- Упражнение для мышц шеи. Наклон головы в разные направления.

Круговые движения. Резкие повороты головой;

- упражнения для улучшения эластичности плечевого пояса и подвижности плечевых суставов;

- упражнения для подвижности локтевого сустава;
- упражнения для улучшения подвижности позвоночника;
- упражнения для подвижности тазобедренных суставов;
- упражнения для развития голеностопного сустава;
- упражнения для напряжения и расслабления мышц;
- упражнения для гибкости.

4.2 Растяжка.

- Шпагаты.
- мостик;
- наклоны;
- комбинация на растяжку под музыкальное сопровождение;

Включены несложные элементы акробатики.

- прыжок в шпагат;
- стойка на руках;
- стойка на плечах;
- колесо;
- колесо в шпагат;
- мах ногой назад (в шпагат), с наклоном корпуса.

Формы контроля. Наблюдение.

1.4 Планируемые результаты

В ходе освоения программы учащиеся приобретают совокупность личностных, метапредметных и предметных качества:

Личностные результаты. Формируют социальную активность в общественной жизни, культуру общения и поведения, приобретают навыки здорового образа жизни, а также проявление осознанного отношения к особенностям народных традиций родного края.

Метапредметные результаты вырабатывают коммуникативные способности и навыки эффективного общения, проявление творческих способностей детей.

Предметные результаты. Появляется опыт и навыки в танцевальной и концертной деятельности.

К концу I года обучения обучающиеся ансамбля танца «Радуга» в результате изучения программы будут знать:

Предметные;

- правила поведения на занятиях, и технику безопасности;
- азы ритмики «от простого хлопка — к притопу, правильно «прохлопывать» основной метроритмический рисунок музыки;
- ориентироваться в пространстве, легко перестраиваться из одного рисунка в другой;
- основные шаги русского народного танца (шаг с носка, переменный шаг, бег, подскоки, приставные шаги, шаг подскок);
- движения русского народного танца (притопы, вынос ног на каблук, ковырялочка, моталочка, повороты, повороты с хлопками);
- позиции рук и ног в классическом танце;
- упражнение на середине;
- упражнения у станка (лицом к опоре);
- название классических и народных движений;
- гимнастические упражнения;

Будут уметь:

- Определять вступление в танце;
- уверенно определять характер музыки, менять характер движений в соответствии со сменами музыкальных частей;
- самостоятельно менять позиции ног, переходить из одной позиции в другую (лицом к опоре);
- выполнять движения классического танца;
- движения народного танца;
- движения на середине;
- выполнять гимнастические упражнения (шпагаты, мостик, складки ноги вместе, ноги врозь);
- перестраиваться из одного рисунка в другой;
- выполнять упражнения у станка.

Иметь навыки:

- Самостоятельно выполнять команды педагога;
- выполнять прыжки;
- показывать движения;
- определять вступление в танце;
- ориентироваться в пространстве;
- танцевать;

К концу II года обучения обучающиеся будут знать:

Предметные.

- Основные позиции и положение рук, ног, головы в народном и в классическом танце;
- название движений в народном танце и классическом танце;
- последовательность выполнения классического и народного тренажа;
- знать название движений и прыжков, выполняемых на середине зала;
- танцевальные рисунки, переходы;
- название гимнастических упражнений;
- взаимосвязь музыки и танца;
- влияние музыки на характер танца;

Будут уметь;

- выполнять упражнения у станка и на середине в классическом танце и в народном танце;
- вращаться в классическом и народном характере;
- выполнять движения народного танца;
- выполнять разновидности шагов, бега, подскоков;
- исполнять простые дробы;
- ритмично выполнять движения под музыку;
- уметь выполнять элементы гимнастики (шпагаты, мостик, колесо, стойку на плечах, складки ноги вместе, ноги врозь);
- свободно ориентироваться в пространстве;
- строиться и перестраиваться (танцевальные рисунки и переходы);
- самостоятельно показывать движения;
- самостоятельно танцевать на сцене.

Иметь навыки:

- исполнять движений в народном и классическом танце;
- выполнять тренаж в народном и классическом танце;
- выполнять вращение;
- выполнять движения на середине зала;
- выполнять прыжки;
- выполнять гимнастические упражнения;
- самостоятельно танцевать.

К концу III года обучения обучающиеся будут:

Знать:

Предметные.

- Классический тренаж (название упражнений и последовательность выполнения):

- знать основные позиции рук, ног, положение головы при выполнении упражнений у станка и на середине;

- движения народного танца (название движений);

- вращение в классическом и в народном характере;

- название шагов в народном танце;

- знать народные комбинации;

- гимнастические упражнения (растяжку);

- упражнения на середине в народном танце;

- знать основные позиции рук, ног, положение головы при выполнении упражнений у станка и на середине;

- методику выполнения вращения;

- методику выполнения прыжков;

- выполнения дробей.

Будет уметь:

- выполнять тренаж в классическом танце и народном танце;

- выполнять движения на середине зала в классическом танце и в народном;

- вращение на середине зала;

- выполнять прыжки;

- Получат навыки выполнения дробей;

- передавать характер и настроение музыки в танце, различать на слух танцевальные ритмы;

- ориентироваться на сценической площадке;

- научатся выполнять движения народного танца в сочетании с прыжками, дробями, вращениями;

- овладеют элементами растяжек (шпагаты, мостик, складки, колесо);

-самостоятельно танцевать на сценической площадке.

Иметь навыки:

- самостоятельно проводить разминку;

- приобретут навыки в классическом танце (выполнять упражнения у станка):

- прыгать;

- вращаться;

- выполнять гимнастические упражнения;

- получают навыки выполнения дробей;

Учащиеся после четвертого года обучения будут:

знать:

Предметные.

- Основными приемами классического и народного танца;

- будут знать название движений;

- знать позиции и положение рук, ног, головы в народном и в классическом танце;

- понимать взаимосвязь музыки и танца, влияние музыки на характер танца;

- последовательность исполнения упражнений у станка;

- будут знать весь танцевальный репертуар.

Будут уметь:

- выполнять движения у станка и на середине в народном и классическом характере;

- вращаться на середине зала (в классическом и в народном характере);

- танцевальные комбинации на середине;

- выполнять прыжки;

- уметь самостоятельно выполнять гимнастические упражнения (растяжки)

- передавать характер и настроение музыки в танце, различать на слух танцевальные ритмы;

- ориентироваться на сценической площадке;

- заменять друг – друга в танцевальных постановках;

- самостоятельно танцевать на сценической площадке;

- самостоятельно импровизировать и сочинять;

Иметь навыки:

- танцевать на сценической площадке;

- приобретут навыки заменять друг друга в танцевальных постановках;

Учащиеся после пятого года обучения будут знать:

Предметные:

- классический тренаж (название движений);

- народный тренаж;

- вращение в классическом и в народном характере;

- прыжки в народном и классическом характере;

- движения народного танца (название движений, ходов, разновидность прыжков;

- название движений, ходов, прыжков, вращений;

- гимнастические упражнения и способы растяжек (шпагаты, мостик, элементы акробатики).

- знать весь репертуар.

Будут уметь:

- выполнять классический тренаж у станка и на середине;

- народный тренаж у станка;

- классические прыжки (название);

- движения народного танца;

- выполнять комбинации на середине;

- дробные комбинации;

- вращаться на середине зала;

- выполнять разновидности растяжек (шпагаты, мостик, складки);

- уметь передавать характер и настроение музыки в танце, различать на слух танцевальные ритмы;

- ориентироваться на сценической площадке;
- самостоятельно танцевать на сценической площадке;
- самостоятельно импровизировать и сочинять;
- самостоятельно работать над движениями;
- заменять друг – друга в танце;

Иметь навыки:

- прыгать;
- показывать движения;
- вращаться;
- исполнять дроби;
- танцевать;
- импровизировать;
- сочинять комбинации.

Метапредметные:

- Способны к самообучению ;
- обладать коммуникативными способностями;
- решать конфликтные ситуации;
- самостоятельно принимать решения;

Личностные:

Обучающиеся будут обладать следующими качествами:

- приобретут уверенность в себе;
- стремиться к здоровому образу жизни;
- сформированности этических чувств, доброжелательность, понимание и сопереживания окружающим;
- развитие самостоятельности и личной ответственности;
- умение быть терпимым к окружающим, поддерживать дружескую обстановку в коллективе;
- умение использовать полученные знания.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.3 Календарный учебный график

Режим организации занятий по дополнительной общеобразовательной программе «Азбука танца» определяется календарным учебным графиком.

Таблица 1

Календарный график

№ п/п	Год обучения	Дата начало занятий	Дата окончания занятий	Ко-во учебных недель	Кол-во Учебных дней	Кол- учебных часов	Режим занятий	Сроки проведения промежуточной и итоговых аттестаций
1	1	01.09.21	31.05.22	36	108	216	2 раза в неделю по 3 часа, и 1 раз в неделю 2 академических часа	Промежуточная аттестация 20-25 декабря. Итоговая аттестация 10-15 мая
2	2	01.09.21	31.05.22	36	108	288	2 раза в неделю по 3 часа, и 1 раз в неделю 2 академических часа	Промежуточная аттестация 20-25 декабря. Итоговая аттестация 10-15 мая
3	3	01.09.21	31.05.22	36	108	288	2 раза в неделю по 3 часа, и 1 раз в неделю 2 академических часа	Промежуточная аттестация 20-25 декабря. Итоговая аттестация 10-15 мая
4	4	01.09.21	31.05.22	36	108	288	2 раза в неделю по 3 часа, и 1 раз в неделю 2 академических часа	Промежуточная аттестация 20-25 декабря. Итоговая аттестация 10-15 мая
5	5	01.09.21	31.05.22	36	108	288	2 раза в неделю по 3 часа, и 1 раз в неделю 2 академических часа	Промежуточная аттестация 20-25 декабря. Итоговая аттестация 10-15 мая

2.2 Условия реализации дополнительной общеобразовательной программы «Азбука танца»

Для реализации программы требуется кадровое, методическое, информационное и материально – техническое обеспечение.

I. Материально-техническое обеспечение.

Хореографический кабинет, оформленный в соответствии с профилем проводимых занятий и оборудованный в соответствии с санитарными нормами (из расчета 15 человек в группе).

Таблица 2

Перечень материалов и оборудования

№	Наименование	Количество.
1	Зеркала.	26
2	Хореографический станок.	1
3	Телевизор.	1
4	Музыкальный центр.	2
5	Мягкие игрушки.	Комплект.
6	Гимнастические коврики	15

Требование к форме для занятий. Для девочек: Черный купальник, белая юбка, белые носки, балетки, танцевальные туфли. Для мальчиков: черные шорты, белая футболка, белые носки, чешки.

II. Информационное обеспечение.

- Каталог видео: (электронный ресурс).
- Народный танец: (электронный ресурс).
- Движение: (электронный ресурс).

III. Кадровое обеспечение.

- Образование педагога – не ниже средне-профессионального, педагогическое или профильное, без предъявления требований к стажу работы.

2.3 Формы аттестации и оценочные материалы

Форма аттестации представляет собой специально организованную деятельность педагога и обучающихся направленную на решение задач обучения, воспитания и развитие. Оценить успешность обучающихся можно, если знать их уровень в начале года, в середине года и в конце года. В систему отслеживания и оценивания результативности программы обучения входит:

1. Текущий контроль.
2. Промежуточная аттестация.
3. Итоговая аттестация.

Текущий, промежуточный и итоговая аттестация для всех годов обучения проводится по одной схеме. Форма аттестации контрольные занятия, открытые занятия (устный опрос).

1. **Текущий** контроль для учащихся предполагает оценку знаний и умений учащихся по пройденной теме в конце каждого месяца. Результаты заносятся в таблицу педагогом и оцениваются по пятибалльной шкале: каждый балл = 20%.

Таблица 3

Ежемесячные результаты обучающихся

№	Параметры	баллы
1	выполнил все поставленные задачи занятия.	5=100%
2	незначительные замечания к результату выполнения поставленных задач.	4= 80%
3	справился с поставленными задачами.	3= 60%
4	частично справился с поставленными задачами.	2= 40%

Таблица 4

Результаты текущего контроля по разделам программы

Ф.И. учащегося	Разделы программы				Участие в концертах и меропр.	Итоговая оценка
	дата пров.	классический танец	народный танец	гимнастика		

В конце учебного года по каждому ученику выводится средняя арифметическая оценка.

2. **Промежуточная** аттестация проводится 1 раз в полугодие в декабре месяце на каждом году обучения. Форма контрольное занятие. В ходе промежуточной аттестации оцениваются практические умения и навыки.

Для 1-2 года обучения-визуальный контроль практических навыков. Контрольное занятие за первое полугодие позволит педагогу увидеть имеющиеся недоработки и вовремя скорректировать работу с обучающимися на второе полугодие учебного года.

Таблица 5

Результаты промежуточного контроля по разделам программы

Ф.И. учащегося	Разделы программы				Участие в концертах и меропр.	Итоговая оценка
	дата пров.	классический танец	народный танец	гимнастика		

3. **Итоговая** аттестация.

В конце учебного года проводится итоговая аттестация/контроль, когда проверяется уровень усвоения программы, изученной за определенный год обучения, или если этот год является последним годом обучения, тогда проверяются знания всей программы в целом.

Форма итоговой аттестации открытое занятие (устный опрос). Для определения уровня освоения программы обучения в конце года учитываются результаты текущего контроля, промежуточной аттестации и участие в мероприятиях, концертах, конкурсах.

Теоретические знания проводятся в форме устного опроса перед началом движений и упражнений. Практические навыки оцениваются в ходе выполнения движений и упражнений.

Таблица 6

Критерии диагностики итоговой аттестации для учащихся 1и 2 годов обучения

1	Выполнять движения народного танца.
2	Упражнения у станка.
3	Упражнения на середине.
4	Вращение. Прыжки.
5	Танцевальные комбинации.
6	Самостоятельно выполнять музыкально – ритмические движения
7	Названия всех движений
8	Выполнять гимнастические упражнения

9	Выполнять упражнения на растяжку(шпагаты, мостик, складки)
10	Самостоятельно танцевать.

Таблица 7

Критерии диагностики итоговой аттестации для учащихся 3-5 годов обучения

1	Знание упражнений классического тренажа
2	Народный тренаж.
3	Прыжки.
4	Вращение в классическом танце
5	Вращение в народном танце
6	Упражнения по диагонали (махи, наклоны, повороты)
7	Исполнения комбинаций
8	Гимнастические упражнения
9	Растяжка
10	Знания названия всех движений в классическом и народном танце.

Таблица 8

Параметры подведения итогов

	Направление анализа результатов аттестации обучающихся	Параметры подведения итогов
1	Уровень практической подготовки степень сформированности навыков и умений	Уровень знаний, умений и навыков
2	Полнота выполнения программного материала	Количество учащихся полностью освоивших программу в необходимой степени
3	Выявление причин способствующих или препятствующих полноценной реализации программы	Перечень основных причин не выполнение программы. Перечень факторов, способствующих успешному освоению программного материала

Помимо усвоения программного материала, при начислении баллов учитывается и достижения учащихся:

- степень участия каждого учащегося в жизни коллектива;
- участие в мероприятиях Центра «Юниор»;
- участие в городских, региональных и заочных конкурсах.

Важным аспектом результативности является исполнительская деятельность обучающихся.

- освоение танцевального репертуара;
- исполнительская техники;
- активная концертная деятельность;
- умение обучающегося заменить в танце любого участника;
- количество занятых призовых мест на конкурсах различного уровня.

По итогам обучения и результатам выпускной аттестации обучающимся выдаются дипломы о дополнительном образовании (единая форма для Центра), согласно Порядка выдачи дипломов.

2.4 Методические материалы

Особенности организации образовательного процесса - очная.

Для обеспечения полноценного образовательного и воспитательного процесса используются разнообразные *виды деятельности*:

- воспитательные беседы;
- просмотр учебного видео материала;
- репетиции в актовом зале при подготовке к мероприятиям;
- приглашение на занятие психолога, социального работника, для проведения тренингов и тестов;
- проведение и посещение развлекательных и познавательных мероприятий.

Методы реализации программы.

Ведущим источником информации являются словесные методы.

Словесный метод - сопровождается объяснением и показом (рассказ, беседа, обсуждение, объяснение, словесное сопровождение движений под музыку и т.д.).

- методы наглядного восприятия способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению программы по хореографии, повышению интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести: показ упражнений, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связки со звучанием музыкальных отрывков. Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично;

- к репродуктивному методу – воспроизведение по образцу, относится;

- практическая работа - основана на активной деятельности самих обучающихся. По своей сути упражнение есть применение знаний в действии, что и определяет их обучающее и развивающее значение;

- продуктивные методы – это методы получения новых знаний в результате творческой деятельности;

- методы проверки знаний, умений и навыков (устный опрос, контрольный показ, наблюдение);

- практическая работа - эта работа требует предварительного изучения материала она может делиться на несколько групп:

1. устное изложение;
2. метод закрепления;
3. метод проверки;
4. метод учебной работы;
5. метод проверки знаний;

- ступенчатый метод широко используется для освоения самых разных упражнений и танцевальных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения правильности его

исполнения, улучшения выразительности движения и т.п. Этот метод может также применяться при изучении сложных движений;

Форма организации образовательным процессам групповая, при необходимости разделение на под группы.

Форма организации занятий практическое, итоговое, открытое занятия, мастер - классы участие в конкурсах и концертная деятельность.

Помимо учебной работы учащиеся допускаются к репетиционной работе, которая обеспечивает создание хореографических номеров для репертуара творческого коллектива. Участие обучающихся в сводной репетиционной работе определяется педагогом персонально, исходя из индивидуальных способностей учащихся, занятости в репертуарном плане и концертной деятельности. Общий объём сводной репетиционной работы определён репертуарным планом и практической концертной деятельностью творческого коллектива и выходит за рамки учебных часов.

Содержание программы направленно на воспитание и развитие детей младшего школьного возраста, способствует освоить азы хореографического искусства, развивает творческую индивидуальность, навыки общения со сверстниками. В результате обучения дети приобретают исполнительские навыки.

Педагогические технологии.

- Технология группового обучения;
- технология дистанционного обучения;
- Здоровьесберегающие технологии.
- Игровые технологии.
- Информационные технологии.

Методические виды продукции:

- Методическая работа: «Музыкальные и подвижные игры».
- Методическое сообщение: «Мотивация учащихся к творческому росту».
- Конспекты: «Открытых занятий».
- Методическое сообщение: «История возникновения русского хоровода; его символическое, социальное и культурное значение».
- Презентация на тему: «История возникновения русского хоровода»;
- Методическая разработка «Стилизованный народный танец, как средство сохранения народной культуры и народного творчества».

Дидактические материалы:

- Диски с музыкальными композициями и мастер – классы:
- DVD-диски. Танец для детей 4-6 лет. Танец - Юлиана Маркова, вокал - Марина Щербакова. Новосибирск. 2008. 1 ч 20 мин.
- DVD-диск «Стилизация народного танца для детей 9-11 лет». Ольга Вернигора. Барнаул. 2009.
- DVD-диск «Обучение современному эстраднему танцу детей 6-7, 8-10, 11-12 лет». Андрей Гришаев Новосибирск. 2008 год.

- Интернет ресурс.
- DVD-диски. Педагог: С. А. Шерстобоева. «Хореографическая студия «Детство» Костромского областного дворца творчества детей и молодежи». Изд. Studio «Лаукараз – Арт» 2012год.
- DVD-диск. Герасимова Юлия Александровна. Основные элементы русского народного танца. Методика преподавания и комбинации на середине зала. Изготовитель «М-Дик- студия» 2011год.

Методическая литература при написании программы:

1. Гусев Г.П. Упражнения у станка. Методика преподавания народного танца/ Г.П. Гусев. – М.: Владос, 2004. - 156 с.
2. Гусев Г.П. Танцевальные движения и комбинации на середине/ Г.П. Гусев. –М.: Владос, 2004.-160 с.
3. Костровицкая В.В, Писарев А.И. Школа классического танца/ В.В. Костровицкая, А.И. Писарев. - Л.: Искусство, 1986.- 256 с.
4. Костровицкая В.В. 100 уроков классического танца/ В.В. Костровицкая.- Л.: Искусство, 1981. - 262 с.
5. Нилов В.Н. Хореография коренных народов Красноярского края/ В.Н. Нилов. – К.: Век информации Mediatest, 2012. - 320 с.
6. Нилов В.Н Северный танец/ В.Н. Нилов. - Я.: Северные просторы, 2005. - 166 с.
7. Шершнев В.Г. Программа для образовательных учреждений дополнительного образования детей Московской области/ В.Г Шершнев. - М.: Один из лучших, 2008. – 39 с.

2.5 Список литературы

Список литературы рекомендованный педагогам

1. Гусев Г.П. Упражнения у станка. Методика преподавания народного танца/ Г.П. Гусев. – М.: Владос, 2004. - 156 с.
2. Гусев Г.П. Танцевальные движения и комбинации на середине/ Г.П. Гусев. –М.: Владос, 2004. – 160 с.
3. Костровицкая В.В. Писарев А.И. Школа классического танца/ В.В. Костровицкая, А.И. Писарев. - Л.: Искусство, 1986. – 256 с.
4. Костровицкая В.В. 100 уроков классического танца/ В.В. Костровицкая. - Л.: Искусство, 1981. - 262 с.
5. Нилов В.Н. Хореография коренных народов Красноярского края/ В.Н. Нилов. – К.:Век информации Mediatest, 2012. - 320 с.
6. Нилов В.Н. Северный танец/ В.Н. Нилов. - Я.: Северные просторы, 2005. - 166 с.
7. Шершнева В.Г. Программа для образовательных учреждений дополнительного образования детей Московской области/ В.Г Шершнева. - М.: Один из лучших, 2008. – 39 с.
8. Бекина С.И, Ломова Т.П, Соковнина Е.Н. Ритмика/ С.И.Бекина, Т.П. Ломова, Е.Н. Соковникова. – М.: Просвещение, 1983. – 286 с.
9. Бекина С.И, Ломова Т.П, Соковнина Е.Н. Музыка и движение/ С.И.Бекина, Т.П. Ломова, Е.Н. Соковникова. – М.: Просвещение, 1985. - 288 с.
10. Кауль Н.И. Как научиться танцевать. Спортивные, бальные танцы/ Н.И Кауль. - Р.: Феникс, 2004. – 350 с.
11. Пасютинская В. А. Волшебный мир танца/ В.А. Пасютинская. - М.: Просвещение, 1985.- 219 с.
12. Смирнов И.В. Искусство балетмейстера/ И. В. Смирнов. – М.: Просвещение, 1986. - 105 с.
13. Поляков С.С. Основы современного танца/ С.С. Поляков. – Р.: Феникс, 2006. – 40 с.
14. Зацепина К.А, Климова А.И, Рихтер К.А, Народно – сценический танец / К.А. Зацепина, А. И. Климова. – М.: Один из лучших, 2006.-125 с.
15. Мурашко М.Г. Народно – сценический танец/ М.Г. Мурашко. – М.:Один из лучших, 2006.- 110 с.

Перечень литературы для родителей

1. Корсаков И.А. Рассказы о кошках, жизни, уроках добра/ И.А. Корсаков. – М.: Знание, 1989. – 110 с.
2. Власов Ю.П. Цена жизни/ Ю.П. Власов. – М.: Знание, 1989. – 206 с.
3. Мадорский Л.Р. Таня, Люда, Сережа, Антон – младшие школьники/ Л.Р. Мадорский. - М.: Знание, 1989. – 31с.
4. Бойко В.В. Счастье, семья, дети/ В.В Бойко. - М.: Знание, 1980. – 45 с.

5. Васильева Л.Е. Азбука вежливости/ Л.Е. Васильев. – М.: Педагогика, 1989.- 75 с.

**Занятие в танцевальной группе «Радуга»
Группа 1-года обучения (занятие для начинающих)**

Тема: «Путешествие в страну сказок»

Цель занятия: Познакомить ребят со сказочным героем «гномом»

Задачи развивающие:

- развитие образного мышления ребенка;
- развитие творческих способностей ребенка;
- развитие музыкальности;

Воспитательные задачи:

- Организовать детей на выполнение заданий.
- Добиться хорошей дисциплины.
- Добиться внимания и взаимоуважения.
- Повысить эмоциональный настрой.

На занятии используются традиционные и игровые технологии.

К *традиционным методам:* изучения танцевальной техники, построения и разучивание танцевальных комбинаций.

К *игровым технологиям* относится: традиционные упражнения партерной гимнастики, музыкально – ритмических упражнений. Движения приобретают одушевленные формы в виде животных, растений, явлений природы, а также развивают детское воображение и эмоциональность, закладывают истоки творчества. Применяются музыкальные и подвижные игры.

Методы обучения:

- словесный метод;
- методы наглядного восприятия;
- репродуктивный метод;
- игровой метод.

Формы организации:

- практическое занятие

План занятия

Вводная часть: (10 мин.)

- организационный момент (построение, поклон, разминка).

Основная часть: (15 мин)

- Путешествие по сказке.
- Выполнение музыкально – ритмических движений

Заключительная часть: (10 мин.)

- Музыкальные и подвижные игры

Ход занятия

1 часть.

Дети заходят в кабинет и занимают свои места. Перестроение.

Игра: «Запомни свое место». Играет музыка, дети танцуют. Музыка останавливается, дети должны встать на свои места.

Поклон:

Здравствуй, солнце золотое! (показывают солнце)
Здравствуй, небо голубое! (показывают небо)
Здравствуй, вольный ветерок! (показывают ветерок)
Здравствуй, маленький дубок! (показывают дубок)
Здравствуй, утро! (шагнули вправо)
Здравствуй, день! (шагнули влево)
Нам здороваться не лень (поклон головой).

Игра: «Знакомство» Дети садятся по кругу. В руках предмет. Предмет передается по кругу. У кого в руках предмет представляется: «Привет – я лисичка Роксана, а ты кто? Я серый волк меня зовут Артур и.т.д

2 часть

Сегодня, ребята, у нас необычный урок, мы побываем в сказочной стране.

А какие сказки вы знаете? А про гномов вы знаете? Гномы, какие они? Веселые, шутливые, добрые. А теперь представьте, что мы все гномики. Гномы спят (все имитируют сон). Наступило утро. Гномики просыпаются, поднимают руки вверх, вернуться в исходное положение.

Разминка на середине зала.

Гномы всегда делали зарядку по утрам. А кто очень постарается выполнять все задания хорошо, тот гномик получает, приз «орешек». В конце занятия мы подведем итог. Кто наберет много, много «орешков», тот молодец.

Музыкально – ритмические движения. Музыка произвольная.

- Упр. Поднимаемся на высокие полупалцы – опускаемся.
- Упр. Вращение головой, то в одну сторону, то в другую.
- Упр. Черепашка. Вытягиваем подбородок вперед.
- Упр. Считаем пальчики.
- Упр. Гусеница.
- Упр. Оловянные солдатики.
- Упр. Тряпичные куклы.
- Упр. Прыжки.
- Упр. Ветер, ветерок.
- Упр. Повороты вокруг себя.

Задание на воображение и творчество.

Вот гномы сделали зарядку, и пошли гулять по лесу, и вдруг встретили: отгадайте кого? Педагог загадывает загадки, дети изображают в танце.

Загадка:

- Нарядные сестрички

Весь день гостей встречают,

Медом угощают. *Цветок.*

Правильно дети - это цветок. Давайте, изобразим цветок.

Дети присели на корточки, обхватили колени руками и наклонили голову – «Цветок спит». Звучит музыка. Вступление. Цветок пробуждается.

Загадка:

- В подполье, в каморке

Живет она в норке

Серая малышка.

Кто же это? *Мышка.*

Давайте мы как мышки побегаем. Дети бегают, изображая мышку.

Загадка:

- Шелестя, шурша травой

Проползает кнут живой

Вот он встал и зашипел

Подходи, кто очень смел. *Змея.* Взяв друг друга за талию, дети бегут змейкой.

Загадка:

- Мчится без оглядки

Лишь сверкают пятки

Мчится, что есть духа,

Хвост короче уха

Живо угадай-ка

Кто это? *Зайка.* Дети изображают зайца.

Загадка:

- Хитрая плутовка

Рыжая головка

Пушистый хвост – краса

Кто это? (*лиса*). Все танцую, изображая лису.

Загадка:

- Шевелись у цветка

Все четыре лепестка.

Я сорвать его хотел,

Он встряхнул и улетел. *Бабочка.* Дети танцуют, изображая бабочку.

Загадка:

- Трав копытами касаясь,

Ходит по лесу красавец,

Ходит смело и легко

Рога, раскинув широко. *Олень.* Дети танцуют, изображая оленя.

Таким образом, наши гномики каждый день ходили на прогулку брали у природы много энергии, добра и тепла. Также они любили играть в разные игры, давай те поиграем.

Зчасть.

Игра: Музыкальный предмет.

В этой игре развивается внимании.

Описание игры: Дети встают в круг, у одного ребенка в руках предмет. Играет музыка- предмет передают из рук в руки по кругу. Музыка прерывается и у кого в руках предмет – танцует.

Игра: Я на солнышке лежу. Описание игры: Перед началом игры повторить слова песенки. « Я на солнышке лежу, я на солнышко гляжу, все лежу и лежу, и вместо слов и на солнышко гляжу, нужно пропеть имя одного из ребенка, стоящего в круге. И так все дети становятся в круг, один ребенок ложится в центр круга и поет песенку львенка (все дети помогают «львенку» петь). Вместо последних слов львенок поет и на Таню или Сашу, я гляжу (называет любое имя детей стоящих в круге). «Львенок» поднимается и бежит за тем, кого назвал. Таня убегает от « львенка». Потом выбирается другой «львенок» игра продолжается.

Следить, чтобы не нарушались линии круга, чтобы между детьми был интервал, чтобы дети хорошо знали слова песенки, и были внимательными.

Игра: «Дни недели» Познавательно – подвижная игра.

Дети строятся друг за другом. Натягивается веревочка.

Называют – понедельник, перепрыгивают через веревочку.

Вторник – веревочка поднимается выше, дети перепрыгивают.

Среда – веревочка поднимается выше, дети перепрыгивают и так далее.

В заключении мы станцуем танец «Утят». Дети танцуют. Молодцы!! Вы очень постарались. Скажите, вам понравилось? Дети отвечают. Дети строятся на середине, выполняют поклон. Педагог: Занятие закончилось. Всем большое спасибо.

До свидания.