

Муниципальное автономное учреждение  
дополнительного образования  
«Дворец творчества детей и молодежи»

РАССМОТРЕНО  
Методическим советом  
МАУ ДО ДТДМ  
Протокол № 4 от 10 мая 2023 г.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ДО «ДТДМ»  
Л.Н. Фокшей  
« 12 » 05 2023 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«МИР ТАНЦА +»

Направленность: художественная  
Уровень программы: стартовый,  
базовый, продвинутый  
Возраст обучающихся: 7 - 16 лет  
Срок реализации: 9 лет

Составитель: педагог  
дополнительного образования,  
Панько Надежда Валерьевна

Норильск  
2023

## Оглавление

### I. Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты

- |    |   |         |
|----|---|---------|
| 1. | <u>Пояснительная записка</u>                        | стр. 3  |
| 2. | <u>Цель и задачи программы</u>                      | стр. 5  |
| 3. | <u>Планируемые результаты по окончанию обучения</u> | стр. 6  |
| 4. | <u>Учебный план</u>                                 | стр. 9  |
| 5. | <u>Содержание учебного плана</u>                    | стр. 12 |

### II. Комплекс организационно-педагогических условий, включающих формы аттестации

- |    |  |         |
|----|--|---------|
| 1. | <u>Календарный график</u>  | стр. 37 |
| 2. | Календарно-тематическое планирование   | стр. 37 |
| 3. | <u>Методическое обеспечение программы</u>  | стр. 38 |
| 4. | <u>Материально-техническое обеспечение программы</u>   | стр. 38 |
| 5. | <u>Формы контроля и механизм оценки образовательных результатов</u>  | стр. 40 |
| 6. | <u>Литература</u>  | стр. 40 |
| 7. | <u>Приложения</u> (формы «РЕЗУЛЬТАТЫ прохождения образовательной программы» (Прил.1) и «Сведения о результативности и качестве реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы за год» (Прил.2)) | стр. 42 |

# **I. Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты**

## **1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мир танца+» имеет художественную направленность и предназначена для реализации в системе дополнительного образования детей. Программа обучает основам классической и народной хореографии.

Программа составлена с учетом следующих нормативно-правовых документов:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 30.12.2021) "Об образовании в Российской Федерации" (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.03.2022);
2. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р.;
3. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 (Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р);
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам" (вступ. в силу с 01.03.2023);
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
6. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
7. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации 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»;
8. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);
9. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 31.01.2022 № ДГ-245/06 "О направлении методических рекомендаций" (вместе с "Методическими рекомендациями по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий");
10. Письмо 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»;
11. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 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».

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Мир танца+» реализуется в очной форме с возможностью изучения отдельных тем с помощью дистанционных образовательных технологий, нацелена на формирование у учащихся начальных творческих компетентностей посредством приобщения их к танцевальному искусству (приобретение навыков и знаний в области народного танца, умение красиво и свободно двигаться, формирование художественного вкуса, эстетического и физического развития).

Уровень сложности содержания данной программы:  
стартовый, базовый, продвинутый.

#### ***Актуальность программы***

Хореография — это искусство синтетическое. Оно позволяет решать задачи физического, музыкально-ритмического, эстетического, и, в целом, психического развития детей. Как никакое другое, танцевальное искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Занятия хореографией учат понимать и созидать, развивают образное мышление и фантазию, память и трудолюбие, развивают любовь к прекрасному. Благодаря систематическому хореографическому образованию и воспитанию учащиеся приобретают общую танцевальную культуру, повышают эмоциональное и физическое здоровье. Занятия хореографией помогают раскрыть внутренний мир и способствует формированию у детей уверенности в себе, развивают фантазию и образное мышление. Развивается наблюдательность, дисциплинированность.

Основу данной программы составляет, с одной стороны, ориентация на общечеловеческие ценности мировой танцевальной культуры, а с другой – установка на развитие творческой индивидуальности ребенка. Обучение хореографии на протяжении многих лет остается одним из самых востребованных направлений творческой деятельности в системе дополнительного образования, спрос на места в хореографических коллективах стабильно высокий.

#### ***Отличительная особенность программы***

Программа нацелена на то, чтобы практически на каждом занятии создавалась ситуация успеха для того, чтобы ребенок, несмотря на все трудности, верил в свои силы и, таким образом, постоянно поддерживалось его желание заниматься народными танцами.

В результате освоения программы дети имеют широкое представление о народном танце в частности, и о танцевальной культуре в целом. По истечении девяти лет занятий танцами учащиеся умеют красиво и свободно двигаться, самовыражаться в танце, у них формируется эстетический и художественный вкус, потребность в здоровом образе жизни, активной организации досуга. Помимо обучения хореографии, программа составлена таким образом, чтобы ребенок имел возможность широкого творческого развития и самовыражения. Воспитательный потенциал программы направлен на становление личности ребенка, развития его ключевых компетенций и качеств, необходимых для успешной жизни в современном обществе. Достижение успехов в танце порождает у детей чувство воодушевления, которое в дальнейшем обеспечивает новый, еще более высокий уровень успешной деятельности, что дает дополнительный толчок воображению и творчеству. Творческое воображение, в свою очередь, связано с логическим мышлением, особенно с такими его операциями как анализ, сравнение, синтез, обобщение. Таким образом, танцевальное искусство развивает личность ребенка многосторонне, обеспечивает условия для самовыражения.

#### ***Адресат программы***

Основная возрастная категория учащихся – от 7 до 16 лет.

Обучение по программе – без предварительного отбора, по желанию ребенка и с согласия родителей. Программой подразумевается постоянный состав учащихся. В течение года возможен дополнительный прием детей после собеседования на свободные места.

### ***Объем и сроки освоения программы***

Программа рассчитана на девять лет обучения и включает в себя три основных уровня:

Стартовый (1 год) – учащиеся 7-8 лет (15 учащихся в группе) 72 часа в год;

Базовый (6 лет) – учащиеся 8-14 лет (10-13 учащихся в группе) 144 часа в год;

Продвинутый (2 года) – учащиеся 14-16 лет (8-10 учащихся в группе) 144 часа в год.

Количество недель по учебному плану – 36

Дата начала реализации программы: 01.09.

Дата окончания реализации программы: 31.05.

Последовательность тем совпадает с учебным планом.

Длительность программы (9 лет) обусловлена ее целевыми установками – освоением хореографического искусства и комплексным развитием личности ребенка.

### ***Режим занятий***

Для успешной реализации программы с учетом возрастных особенностей детей и принятых санитарных правил, занятия проводятся на стартовом уровне – 2 часа в неделю (1 раз по 2 часа, продолжительность учебного часа - 30 мин.), перемена между учебным часом 10 мин, на остальных уровнях – 4 часа в неделю (2 раза по 2 часа, продолжительностью 45 мин.), перемена между учебным часом 10 мин.

Начиная с базового уровня обучения в программу вводится раздел «Постановочная деятельность», включающий в себя постановку новых концертных номеров и самостоятельную постановку учащимися продвинутого уровня обучения небольших этюдов и хореографических картинок. Постановочная деятельность может изменяться в зависимости от содержания репертуарного плана коллектива.

### ***Формы обучения***

Занятия проводятся в очном режиме с возможностью изучать отдельные темы дистанционно. Формы организации деятельности обучающихся:

- фронтальная – показ, объяснение;
- коллективная – в составе ансамбля
- групповая (работа в малых группах, парах).
- индивидуальная – при обучении учащихся по индивидуальному заданию.

В процессе обучения используются такие типы занятий как комбинированное, практическое, беседа, вводное. Система отслеживания результатов включает в себя контрольные занятия, отчетные концерты, участие в городских мероприятиях, региональных, краевых, международных конкурсах, итоговую аттестацию по окончании курса обучения, по результатам которой учащемуся выдается свидетельство об успешном прохождении образовательной программы. Концертная и конкурсная деятельность является основной формой определения результативности освоения программы.

## **2. Цели и задачи**

**Цель программы** – создание благоприятных условий для раскрытия творческих способностей формирующейся личности ребенка, содействовать его духовно-нравственному воспитанию через приобщение к искусству народного танца.

Исходя из цели программы, определяются ее **задачи**:

### ***Предметные:***

1. Обучать детей основам народно-сценического танца и танцев народа мира;

2. Изучение истории танцевальной культуры, основ актёрского мастерства.

**Личностные:**

1. Развитие чувства ритма и музыкальности детей, их моторно-двигательной памяти, логического мышления;
2. Развитие физических данных и силовых показателей;
3. Способствовать развитию и реализации творческой активности детей.
4. Воспитывать личностные качества, веру в свои силы, дисциплинированность, ответственность.

**Метапредметные:**

1. Воспитывать уважение к народному хореографическому искусству, народным истокам и искусству в целом;
2. Воспитывать навыки взаимодействия в коллективе и обществе;
3. Через формирование гражданско-патриотических качеств личности воспитывать толерантность, социальную активность, стремление к здоровому образу жизни и творчеству.

### **3. Планируемые результаты по окончании обучения**

Наряду с учебной работой, огромное значение для успешной деятельности коллектива имеет воспитательная работа, которая ведётся через реализацию компетентного подхода.

**Ценностно-смысловая** — это компетенция в сфере мировоззрения, связанная с ценностными ориентирами учащегося, его способностью видеть и понимать окружающий мир, ориентироваться в нем.

**Общекультурная компетенция.** – это опыт деятельности в области национальной и общечеловеческой культуры; духовно-нравственные основы жизни человека и человечества.

**Учебно-познавательная компетенция.** – это совокупность компетенции ученика в сфере самостоятельной познавательной, деятельности.

**Информационная компетенция** – способность при помощи информационных технологий самостоятельно искать, анализировать, отбирать, обрабатывать и передавать необходимую информацию.

**Коммуникативная компетенция** – знание способов взаимодействия с окружающими и удаленными событиями, и людьми; навыки работы в группе, коллективе, владение различными социальными ролями.

**Здоровье сберегающая компетентность** – готовность самостоятельно решать задачи, связанные с поддержанием, укреплением и сохранением здоровья. Решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения.

**Компетенция личного самосовершенствования** – направлена на освоение способов физического, духовного и интеллектуального саморазвития, эмоциональной саморегуляции и самоподдержки.

#### **Общие личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы:**

**Предметные:** владение основами танцевального искусства, навыками выражения собственных ощущений, через искусство хореографии. Обучающиеся приобретут знания, умения и навыки, соответствующие высокому уровню мастерства.

**Метапредметные:** способы деятельности, применяемые при решении проблем в реальных жизненных ситуациях: - использование своего творческого интеллектуального потенциала в различных ситуациях, умение импровизировать.

**Личностные:** целеустремленная, волевая, активная личность обучающегося, оценка возможностей, нацеленность на будущую профессию. Осознание своей роли и места в окружающем социуме.

### **Планируемые результаты освоения программы по годам и уровням**

#### **Стартовый уровень 1 год:**

Общее знакомство с базовой хореографией:

- особенности танцевальных жанров;
- художественно-выразительные средства танца;
- основные позиции и положения рук, ног, головы в танце;
- понятия – кости, суставы, мышцы.

К окончанию стартового уровня (1 год) обучения учащиеся будут уметь:  
Правильно исполнять простые танцевальные этюды, построенные на подскоке, галопе, польке;  
Выполнять самые простые танцевальные рисунки (линия, колонна, шеренга, круг, полукруг);  
Передавать характер и настроение музыки.

#### **Базовый уровень 1 год обучения:**

- историю развития народного танца;
- основные позиции и положения рук, ног, головы в народном танце;
- основные термины классического танца;
- историю и особенности русского народного танца и танцев Прибалтики;
- правила исполнения тренажных упражнений.

К окончанию базового уровня (1 года) обучения учащиеся должны уметь:  
Грамотно выполнять 1,2,3,5,6 позиции ног;  
Технически правильно исполнять прыжки;  
Грамотно исполнять самые простые вращения на середине зала и по диагонали;  
Выполнять танцевальные рисунки: диагональ, змейка, звездочка, воротца;  
Исполнять основные танцевальные движения русского танца и танцев народов Прибалтики;  
Исполнять программный репертуар.

#### **Базовый уровень 2 год обучения:**

- характерные особенности белорусского танца: музыка, танцевальный язык, костюм, характер - исполнения;
- основные термины классического танца;
- основы сюжетного танца;
- историю костюма и оформление народного танца.

К окончанию базового уровня (2 года) обучения учащиеся будут уметь:  
- исполнять основные танцевальные движения русского танца;  
- исполнять основные танцевальные движения белорусского танца;  
- выполнять хореографические композиции в характере танцев различных национальностей;  
- определять особенность стиля, манеры, характера танцев различных национальностей.

#### **Базовый уровень 3 года обучения:**

- характерные особенности мордовского танца: музыка, танцевальный язык, костюм, характер исполнения;
- основные термины классического танца;
- основы сюжетного танца;
- историю костюма и оформление народного танца.

К окончанию базового уровня (3 года) обучения учащиеся должны уметь:  
 Исполнять основные танцевальные движения русского танца;  
 Исполнять основные танцевальные движения мордовского танца;  
 Выполнять хореографические композиции в характере танцев различных национальностей; определять особенность стиля, манеры, характера танцев различных национальностей.

#### **Базовый уровень 4 года обучения:**

- особенности украинского танца: музыка, хореографический язык, манера исполнения;
- основные движения украинского танца;
- основы актёрского мастерства танцора;
- строение и функции организма человека.

К окончанию базового уровня (4 года) обучения учащиеся должны уметь:  
 Грамотно исполнять в указанном программой объеме экзерсис в классическом характере;  
 Исполнять основные танцевальные движения русского танца;  
 Исполнять основные танцевальные движения украинского танца;  
 Выполнять хореографические композиции в характере танцев различных национальностей;  
 Создавать хореографический образ, доносить его до зрителя.

#### **Базовый уровень 5 год обучения:**

- основы народно-сценического танца, отличительные особенности танцев различных национальностей;
- характерные особенности польского танца: музыка, танцевальный язык, костюм, характер исполнения;
- танцевальные элементы польского танца;
- принципы постановочной работы;
- краткую характеристику травм, причины и профилактику травм.

К окончанию базового уровня (5 год) обучения учащиеся должны уметь:  
 Грамотно исполнять в указанном программой объеме экзерсис в классическом характере;  
 Выполнять хореографические композиции в характере танцев различных национальностей;  
 Создавать хореографический образ, доносить его до зрителя.

#### **Базовый уровень 6 год обучения:**

- основы народно-сценического танца, отличительные особенности танцев различных национальностей;
- характерные особенности венгерского танца: музыка, танцевальный язык, костюм, характер исполнения;

- принципы постановочной работы.

К окончанию базового уровня (6 год) обучения учащиеся должны знать и уметь:  
Грамотно исполнять в указанном программой объеме экзерсис в классическом характере;

Выполнять хореографические композиции в характере танцев различных национальностей;

Создавать усложненный хореографический образ.

#### **Продвинутый уровень 1 год обучения:**

- характерные особенности цыганского, испанского, узбекского танцев: музыка, танцевальный язык, костюм, характер исполнения;

- о творчестве ведущих профессиональных хореографических коллективов;

- принципы постановочной работы;

- приемы создания хореографических произведений.

К окончанию продвинутого уровня (1 год) обучения учащиеся должны уметь:

Выполнять танцевальные элементы цыганского, испанского, узбекского танцев;

Создавать хореографические композиции и исполнять их на высоком техническом и эмоциональном уровнях;

Самостоятельно подходить к решению музыкально-хореографического образа;

Доносить до зрителя хореографический образ.

#### **Продвинутый уровень 2 год обучения:**

- историю развития народного танца;

- характерные особенности грузинского, молдавского танцев: музыка, танцевальный язык, костюм, характер исполнения;

- танцевальные элементы грузинского, молдавского танцев;

- понятие драматургии хореографического произведения.

К окончанию продвинутого уровня (2 год) обучения учащиеся должны уметь:

Выполнять танцевальные элементы грузинского, молдавского танцев;

Создавать хореографические композиции и исполнять их на высоком техническом и эмоциональном уровнях;

Самостоятельно подходить к решению музыкально-хореографического образа;

Доносить до зрителя сложный хореографический образ.

### **4. Учебный план**

#### **Стартовый уровень 1 год обучения**

№ п/п	Раздел программы	Кол-во часов в год	Кол-во часов	
			теория	практика
1.	Вводное занятие	1	1	-
2.	Ритмика и элементы музыкальной грамоты	13	2	11
3.	Партерная гимнастика	15	2	13
4.	Элементы и танцевальные движения	23	2	21
5.	Танцевальные этюды и игры	17	1	16

6.	Основы танцевальной культуры	1	1	-
7.	Итоговые занятия	2	1	1
	<b>Итого:</b>	<b>72</b>	<b>10</b>	<b>62</b>

### Базовый уровень 1 год обучения

№ п/п	Раздел программы	Кол-во часов в год	Кол-во часов	
			Теория	практика
1.	Вводное занятие	4	4	-
2.	Элементы классического танца	40	8	32
3.	Элементы народно-сценического танца	44	4	40
4.	Постановочная деятельность	48	4	44
5.	Основы танцевальной культуры	4	4	-
6.	Итоговые занятия	4	1	3
	<b>Итого:</b>	<b>144</b>	<b>25</b>	<b>119</b>

### Базовый уровень 2 год обучения

№ п/п	Раздел программы	Кол-во часов в год	Кол-во часов	
			Теория	практика
1.	Вводное занятие	4	4	-
2.	Элементы классического танца	40	8	32
3.	Элементы народно-сценического танца	44	4	40
4.	Постановочная деятельность	48	4	44
5.	Основы танцевальной культуры	4	4	-
6.	Итоговые занятия	4	1	3
	<b>Итого:</b>	<b>144</b>	<b>25</b>	<b>119</b>

### Базовый уровень 3 год обучения

№ п/п	Раздел программы	Кол-во часов в год	Кол-во часов	
			теория	практика
1.	Вводное занятие	4	4	-
2.	Элементы классического танца	40	8	32
3.	Элементы народно-сценического танца	44	4	40
4.	Постановочная деятельность	48	4	44
5.	Основы танцевальной культуры	4	4	-
6.	Итоговые занятия	4	1	3
	<b>Итого:</b>	<b>144</b>	<b>25</b>	<b>119</b>

### Базовый уровень 4 год обучения

№	Раздел программы	Кол-во	Кол-во часов
---	------------------	--------	--------------

п/п		часов в год	теория	практика
1.	Вводное занятие	4	4	-
2.	Элементы классического танца	36	4	32
3.	Элементы народно-сценического танца	46	4	42
4.	Постановочная деятельность	50	2	48
5.	Основы танцевальной культуры	4	4	-
6.	Итоговые занятия	4	2	2
	<b>Итого:</b>	<b>144</b>	<b>20</b>	<b>124</b>

#### Базовый уровень 5 год обучения

№ п/п	Раздел программы	Кол-во часов в год	Кол-во часов	
			теория	практика
1.	Вводное занятие	4	4	-
2.	Элементы классического танца	36	4	32
3.	Элементы народно-сценического танца	46	4	42
4.	Постановочная деятельность	50	2	48
5.	Основы танцевальной культуры	4	4	-
6.	Итоговые занятия	4	2	2
	<b>Итого:</b>	<b>144</b>	<b>20</b>	<b>124</b>

#### Базовый уровень 6 год обучения

№ п/п	Раздел программы	Кол-во часов в год	Кол-во часов	
			теория	практика
1.	Вводное занятие	4	4	-
2.	Элементы классического танца	36	4	32
3.	Элементы народно-сценического танца	46	4	42
4.	Постановочная деятельность	50	2	48
5.	Основы танцевальной культуры	4	4	-
6.	Итоговые занятия	4	2	2
	<b>Итого:</b>	<b>144</b>	<b>20</b>	<b>124</b>

#### Продвинутый уровень 1 год обучения

№ п/п	Раздел программы	Кол-во часов в год	Кол-во часов	
			теория	практика
1.	Вводное занятие	4	4	-
2.	Элементы классического танца	32	1	31
3.	Элементы народно-сценического	52	2	50

	танца			
4.	Постановочная деятельность	50	1	49
5.	Основы танцевальной культуры	2	2	-
6.	Итоговые занятия	4		4
	<b>Итого:</b>	<b>144</b>	<b>10</b>	<b>134</b>

### Продвинутый уровень 2 год обучения

№ п/п	Раздел программы	Кол-во часов в год	Кол-во часов	
			теория	практика
1.	Вводное занятие	4	4	-
2.	Основы классического танца	32	1	31
3.	Элементы народно-сценического танца	52	2	50
4.	Постановочная деятельность	50	1	49
5.	Основы танцевальной культуры	2	2	-
6.	Итоговые занятия	4		4
	<b>Итого:</b>	<b>144</b>	<b>10</b>	<b>134</b>

## 5. Содержание учебного плана программы

### Стартовый уровень 1 год обучения

#### 1. Вводное занятие (1 час)

Знакомство с правилами по технике безопасности в танцевальном классе. Правила внутреннего распорядка учебного кабинета.

#### 2. Ритмика и элементы музыкальной грамоты (13 часов)

##### Задачи:

- Учить определять характер, метроритм, строение музыкального произведения, согласовывать движения с характером музыки;
- Развивать чувство ритма, координацию движений;
- Формировать музыкальное восприятие, представление о музыкальных выразительных средствах.

##### Теория

Тема №1. Знакомство со строением музыкального произведения. Понятия: вступление, части, музыкальная фраза. Слушание и анализ танцевальной музыки, определение ее характера

Тема №2. Темп в музыке. Динамические оттенки музыки. Понятие о длительностях, паузах, ритмическом рисунке. Музыкальный размер 2/4, 3/4, 4/4.

##### Практика

Тема №1. Передача в движении разнообразных оттенков характера музыкальных произведений. Выполнение движений в различных темпах. Позиции ног (1,2,3,4,5,6 позиции ног). Позиции рук (подготовительное положение, 1,2,3 позиции).

Тема №2. Выполнение движений с различной силой, амплитудой в зависимости от динамических оттенков музыки. Воспроизведение на хлопках и шагах разнообразных ритмических рисунков. Особенности танцевальных жанров: польки, галопа, вальса, марша.

Тема №3. Маршевая и танцевальная музыка. Характер, темп, динамические оттенки в музыке и передача их в движении. Связь пластики движения с музыкой

Тема №4. Перестроение для танца: линия, круг. Перестроение для танца: колонны.

Тема №5. Перестроение для танца: змейка.

Тема №6. Фигурная маршировка с перестроениями: по диагонали.

Тема №7. Фигурная маршировка с перестроениями: в колонну парами.

Тема №8. Фигурная маршировка с перестроениями: в шахматном порядке.

Тема №9. Фигурная маршировка с перестроениями: по кругу, по квадрату.

Тема №10. Танцевальные импровизации на заданную тему.

Тема №11. Поклоны: мужской и женский.

### **3. Партерная гимнастика (15 часов)**

#### **Задачи:**

- Учить детей правильно управлять своим телом;
- Развивать пластичность мышц и подвижность суставов;
- Воспитывать чувство коллективизма, уважительное отношение к сверстникам и взрослым.

Раздел «**Партерная гимнастика**» включает в себя комплекс упражнений для выработки осанки, опоры, крепости и эластичности мышц и подвижности суставов. Данный комплекс упражнений развивает умение расслаблять и закреплять мышцы. Выполнение упражнений требует от ребенка особой внимательности, контроля за той или иной группой мышц. Необходимо, чтобы они сами осознавали момент полного или частичного освобождения мышц от напряжения и тщательно следили за этим.

**Теория.** Содержание раздела предполагает знакомства с понятиями – мышцы, суставы, сухожилия. Рекомендуется использовать упражнения:

- для развития танцевального шага;
- для развития гибкости корпуса;
- для развития выворотности бедра;
- для укрепления мышц брюшного пресса;
- для развития подвижности стопы;
- для развития эластичности мышц.

### **4. Элементы и танцевальные движения (23 часа)**

#### **Задачи:**

- Учить исполнять хлопками, притопами ритмические рисунки музыкальных произведений;
- Развивать координацию движений; формировать навык выступления на сцене;
- Воспитывать чувство коллективизма, уважительное отношение к сверстникам и взрослым.

Раздел «**Элементы и танцевальные движения**» содержит элементы различных танцев. Танцевальные движения способствуют правильной постановке корпуса, ног, рук, головы, развитию физических данных, формированию правильной осанки, выработке координации движений.

Содержание раздела предполагает знакомство с понятиями – «классический танец» и «народный танец», а также рекомендуются следующие *музыкально-пространственные упражнения*:

1. Марш: на месте, с продвижением вперед.
2. Бег: с выносом прямых ног вперед, назад, с высоко поднятыми коленями, с захлестом согнутых ног назад.
3. Подскоки.
4. Галоп.
5. Па польки.
6. Сочетание движений: па польки с подскоком, па польки с галопом.

7. Вальсовая дорожка.
8. Танцевальные шаги: прогулочный, легкий шаг с носка, хороводный, шаг с точкой, шаг с ударом каблуком об пол.
9. Приставной шаг.
10. Прыжки по 6 позиции ног.
11. Присядка «мячик».
12. Раскрывание рук вперед – в сторону из положения на талии, в характере русского танца.
13. Движение плеч и корпуса: подъем плеч, поочередное выведение плеча вперед, наклоны корпуса вперед, назад, в сторону.
14. Вытягивание ноги с носка на каблук (вперед, в сторону) в сочетании с полуприседанием.

### **5. Танцевальные этюды и игры (17 часов)**

#### **Задачи:**

- Учить свободно двигаться в пространстве во время игрового взаимодействия;
- Развивать координацию движений, вырабатывать четкость и ритмичность движений;
- Воспитывать чувство коллективизма, уважительное отношение к сверстникам.

Раздел включает этюды, игры и элементы народного танца. Он состоит из танцевально-игровых упражнений под музыку, в которых используются образы птиц и зверей и образы живой и неживой природы. Репертуарный материал для детей этого возраста носит игровой характер.

#### *Содержание музыкальных и ритмических игр:*

«Чей кружок быстрее соберется?»

#### **Задачи:**

- Выделять различные части музыки.
- Уметь быстро строить круг, находить ведущего.

Музыкальное сопровождение – 2/4, русская народная мелодия «Как под яблонькой», обработка Т. Ломовой.

«Заводные игрушки»

#### **Задачи:**

- Начинать движение после вступления, заканчивать четко с окончанием звучания музыки.
- Движением передавать характер музыки.

Музыкальное сопровождение 2/4. «Зайчики», муз. Т. Ломовой.

«Карусель»

#### **Задачи:**

- Передавать в движении ярко контрастный характер музыки.
- Уметь ускорять, замедлять действие в соответствии с изменениями в музыке.

Музыкальное сопровождение 2/4. «Пляска на лужайке», муз. Д. Кабалевского.

#### **Танцевальные этюды:**

«Птичий двор»;

«Трамвайчик» - музыкальное сопровождение 2/4, «Машины», муз. Т. Ломовой.

«Мамины помощницы» - музыкальное сопровождение 2/4, «Ой, утушка луговая», русская народная мелодия, обработка Т. Ломовой.

«Вальс котят» - музыкальное сопровождение 1/4, муз. В. Золотарева.

Для учащихся стартового уровня обучения предлагается разучивание танца «Топ-топ», «Баю-бай».

#### **Основные элементы танца «Топ-топ»:**

- танцевальный шаг (с носка и с пятки);

- галоп с хлопками;
- прыжки по 6 позиции ног с хлопками;
- подскоки и подскоки в повороте;
- приставной шаг по кругу;
- поклон.

## **6. Основы танцевальной культуры (1 час)**

### **Задачи:**

- Знакомить со строением опорно-двигательного аппарата;
- Учить различать танцевальные жанры;
- Развивать кругозор учащихся в области танцевальной культуры;
- Воспитывать культуру общения.

### **Содержание**

#### Строение и функции организма человека.

Краткие сведения об опорно-мышечном аппарате (кости, суставы, мышцы).

#### Понятие о жанрах хореографии.

Особенности танцевальных жанров. Знакомство с хореографическими понятиями и терминами.

## **7. Итоговые занятия (2 часа)**

### **Задачи:**

- обобщить и систематизировать знания и умения учащихся по изученным темам;
- выявить уровень усвоения ЗУН учащихся по итогам полугодия и учебного года;
- развивать самостоятельность в творческой деятельности.

*Содержание.* Фронтальные беседы, выполнение творческих заданий.

## **Базовый уровень 1 год обучения:**

### **1. Вводное занятие (4 часа)**

**Теория.** Техника безопасности на занятиях хореографией. Правила внутреннего распорядка учебного кабинета. Знакомство с репертуаром начального уровня первого года обучения.

### **2. Элементы классического танца (40 часов)**

#### **Задачи:**

- Учить основным движениям экзерсиса;
- Развивать координацию движений;
- Воспитывать познавательный интерес к классическому танцу.

Экзерсис в классическом танце способствует правильной постановке корпуса, развитию выворотности ног, координации движений; вырабатывает умение распределять тяжесть тела на двух и на одной ноге.

**Теория.** Основные понятия: позиции ног, позиции рук, положение корпуса en face, en aulement, понятия en dehors, en dedans.

Основные принципы классического танца: выворотность ног, устойчивость, воздушность.

Знакомство с терминами в классическом танце: «Releve», «Demi plie», «Grand plie», «Battement tendu», «Battement tendu jete», «Passe par terre».

Знакомство с понятием «Port de bras». Правила исполнения вращений.

#### **Практика.**

##### Экзерсис у станка

Все элементы экзерсиса исполняются лицом к станку.

- Позиции ног 1, 2, 3, 5, переход из одной позиции в другую, понятие «опорная нога» и «работающая».
- Releve на полупальцы по 1,2,3 позициям ног. Музыкальное сопровождение 2/4.
- Demi plie по 1, 2, 3 поз. ног. Музыкальное сопровождение 3/4.
- Grand plie по 1, 2, 3 поз. ног. Музыкальное сопровождение 3/4.
- Battement tendu по 1, 3, 5 поз. ног. Музыкальное сопровождение 2/4.
- Battement tendu jete по 1, 3 поз. ног. Музыкальное сопровождение 2/4.
- Passe par terre по 1 поз. ног. Музыкальное сопровождение 3/4.
- Rond de jambe par terre. Музыкальное сопровождение 3/4.
- Растяжка. Музыкальное сопровождение 3/4.
- Прогибы корпуса назад и в сторону (лицом к станку).

Упражнения на середине зала:

- Releve на полупальцы по 1, 2, 3, 5 поз. ног. Музыкальное сопровождение 2/4.
- Вращения на высоких полупальцах по точкам. Музыкальное сопровождение 2/4.
- Прыжки: sauté по 1, 2, 3, 5 поз. ног. Музыкальное сопровождение 2/4, 4/4.
- 1 port de bras. Музыкальное сопровождение 3/4.

### **3. Элементы народно-сценического танца (44 часа)**

**Задачи:**

- Изучить элементы и движения русского танца и танцев народов Прибалтики;
- Развивать память, внимание;
- Формировать навыки выступления на сцене;
- Расширять кругозор учащихся в области танцевальной культуры.

В данном разделе учащиеся впервые знакомятся с характером, стилем и манерой народных танцев. Несложные комбинации, состоящие из 2-3 движений, подготавливают учащихся к овладению формой и стилем народно-характерного танца и к усложненным комбинациям, развивающим координацию движений всего тела и выразительность танца. Показывая те или иные танцевальные элементы, педагог рассказывает учащимся о народе, создавшем этот танец, его обычаях, истории костюма.

На втором году обучения рекомендуется разучивать элементы и движения русских народных танцев и танцев народов Прибалтики.

**Теория.**

Знакомство с понятием «народно-сценический танец».

Знакомство с историей и особенностями русского народного танца.

Знакомство с историей и особенностями танцев народов Прибалтики.

**Практика.**

Основные движения русского танца:

1. Позиции рук.
2. Положение рук: ладонями с кулачками на талии, руки скрещены на груди (женское), обе руки открыты в стороны.
3. Положение рук в парах: держась за одну руку, за две, под руку, «воротца».
4. Положение рук в круге: держась за руки, «корзиночка», «звездочка».
5. Ходы и движения на месте:
  - простой бытовой шаг;
  - хороводный шаг. И. п. – 3 поз. ног;
  - шаг с ударом каблуком. И. п. – 3 поз. ног;
  - шаг с точкой. И. п. – 3 поз. ног;
  - переменный шаг. И. п. – 3 поз. ног;
  - шаркающий шаг с каблука. И. п. – 3 поз. ног;

- припадание. И. п. – 5 поз. ног;
- «гармошечка». И. п. – 1 поз. ног;
- присядка «мячик»;
- русский земной поклон.

#### Основные танцевальные движения народов Прибалтики:

1. Положение рук: ладонями сбоку на талии, кулачками сбоку на талии, двумя руками за юбочку (женское), руки скрещены на груди (мужское).

2. Основные ходы и движения на месте:

- легкий бег. И. п. – 6 поз. ног;
- галоп с притопом. И. п. – 6 поз. ног;
- подскоки с переступанием. И. п. – 6 поз. ног;
- шаги с подскоком. И. п. – 6 поз. ног;
- небольшие перескоки с выносом ноги вперед. И. п. – 6 поз. ног;
- боковой ход в паре. И. п. – 1 поз. ног;
- шаг польки. И. п. – 3 поз. ног;
- галоп в паре с поворотом. И. п. – 3 поз. ног;
- вальс с пристукиванием ногой. И. п. – 6 поз. ног;
- баянсе, баянсе в повороте. И. п. – 3 поз. ног.

#### **4. Постановочная деятельность (48 час.)**

##### ***Задачи:***

- Научить учащихся определять особенность стиля, манеры, характера танцев различных национальностей;
- Развивать умения и навыки совместного творчества в паре;
- Воспитывать культуру поведения в коллективе.

Данный раздел включает постановку небольших этюдов и сценических номеров. Возможна постановка танцевальных номеров, не указанных в программе обучения.

##### ***Теория.***

Знакомство с особенностями исполнения танцевального репертуара.

##### ***Практика.***

Предлагаемый перечень этюдов и хореографических номеров:

- этюд в характере русского народного танца;
- этюд в характере танцев народов Прибалтики;
- танец «Топ-топ»;
- танец «Кап кап кап»
- танец «Веселые поросята»

Постановочная деятельность может изменяться в зависимости от содержания репертуарного плана коллектива.

#### **5. Основы танцевальной культуры (4 часа)**

##### ***Задачи:***

- Познакомить с возникновением и развитием народного танца;
- Расширять кругозор учащихся в области танцевальной культуры.

##### ***Теория.***

##### *История развития народного танца.*

Возникновение и развитие народного танца. Понятие о русской школе танца.

##### *Режим, питание и гигиена.*

Понятие о режиме дня, его значении в жизнедеятельности человека. Правильное питание, его значение в сохранении и укреплении здоровья. Понятие о гигиене труда, отдыха и режим занятий хореографией.

#### **6. Итоговые занятия (4 часа)**

### **Задачи:**

- Обобщить и систематизировать знания и умения учащихся по изученным темам;
- Выявить уровень усвоения ЗУН учащихся по итогам полугодия и учебного года;
- Развивать самостоятельность в творческой деятельности.

*Содержание.* Фронтальный опрос, выполнение творческих заданий, показ танцев на отчетных концертах.

### **Базовый уровень 2 год обучения:**

#### **1. Вводное занятие (4 часа)**

*Теория.* Повторение правил техники безопасности на занятиях хореографией и правила внутреннего распорядка учебного кабинета. Знакомство с репертуаром начального уровня второго года обучения.

#### **2. Элементы классического танца (40 часов)**

### **Задачи:**

- Продолжать учить основным движениям экзерсиса;
- Продолжать развивать координацию движений, гибкость, пластику;
- Воспитывать познавательный интерес к классическому танцу.

Экзерсис в классическом танце способствует правильной постановке корпуса, развитию выворотности ног, координации движений; вырабатывает умение распределять тяжесть тела на двух и на одной ноге.

*Теория.* Знакомство с терминами в классическом танце: «Rond de jambe par terre», «pas echarpe». Знакомство с вращением по диагонали «шене».

### **Практика**

#### Экзерсис у станка

Все элементы экзерсиса исполняются боком:

- Releve на полупальцы по 1,2,3,5 позициям ног. Музыкальное сопровождение 2/4.
- Demi plie по 1,2,3,5 поз. ног. Музыкальное сопровождение 3/4.
- Grand plie по 1,2,3,5 поз. ног. Музыкальное сопровождение 3/4.
- Battement tendu по 1,3,5 поз. ног. Музыкальное сопровождение 2/4.
- Battement tendu jete по 1,3,5 поз. ног. Музыкальное сопровождение 2/4.
- Passe par terre по 1 поз. ног. Музыкальное сопровождение 3/4.
- Rond de jambe par terre. Музыкальное сопровождение 3/4.
- Battement fondu. Музыкальное сопровождение 4/4.
- Battement developpe. Музыкальное сопровождение 4/4.
- Grand battement jete. Музыкальное сопровождение 2/4.
- Растяжка. Музыкальное сопровождение 3/4.
- Полуповорот en dehors и en dedans в 5 позиции на вытянутых ногах и на demi plie.

#### Упражнения на середине зала

Упражнения, изученные у станка, переносятся на середину.

Вращение по диагонали «шене».

Прыжок: pas echarpe.

#### **3. Элементы народно-сценического танца (44 часа)**

### **Задачи:**

- Расширять познания хореографии русского народного танца;
- Изучить танцевальные элементы белорусского танца;
- Развивать память, внимание, самоконтроль.

*Теория.* Различия в женской и мужской пляске. Многообразие и характерные черты русских хороводов, кадрили, перепляса. Знакомство с характерными особенностями белорусского танца: музыка, танцевальный язык, костюм, характер исполнения.

## **Практика**

Упражнения на середине. Разучиваются танцевальные элементы различных национальностей. Уделяется большое внимание положению корпуса, рук, головы.

### Основные движения русского танца:

- сценический ход русского танца вперед и назад. И. п. – 3 поз. ног;
- двойная веревочка И. п. – 5 поз. ног;
- «веревочка» с переступанием;
- «моталочка». И. п. – 3,6 поз. ног;
- простой ключ. И. п. – 6 поз. ног;
- двойная дробь. И. п. – 6 поз. ног;
- присядка с проскальзыванием на каблуках во 2 поз. ног;
- присядка с проскальзыванием на каблуках одной ногой вперед другой назад;
- присядка с ударами ладонью по голенищу;
- мужские хлопушки.

### Основные движения белорусского танца:

1. Положение рук: на талии, руки скрещены на груди, за спиной (мужское).

2. Ходы и движения на месте:

- основной ход. И. п. – 3 поз. ног;
- боковой ход с подбивкой. И. п. – 1 поз. ног;
- подскок с проскальзыванием вперед на низких полупальцах. И. п. – 6 поз. ног;
- скользящий широкий шаг. И. п. – 3 поз. ног;
- перескок с ноги на ногу. И. п. – 6 поз. ног;
- подбивка с притопом. И. п. – 6 поз. ног;
- веревочка с переступанием. И. п. – 5 поз. ног;
- соскок по 6 поз. ног. с выносом ноги в сторону;
- соскок по 6 поз. ног. с поворотом на 90°.
- соскок с переменной ног из 5 во 2 поз. ног и наоборот;
- подскок с выносом ноги на каблук. И. п. – 6 поз. ног;
- мужская присядка («мячики»). И. п. – 6 поз. ног;
- мужская присядка с выносом ноги на носок. И. п. – 6 поз. ног;
- вращение.

## **4. Постановочная деятельность (48 час.)**

### **Задачи:**

- Научить учащихся определять особенность стиля, манеры, характера танцев различных национальностей;
- Развивать умения и навыки совместного творчества в паре;
- Формировать навыки выступления на сцене;
- Воспитывать культуру поведения в коллективе.

**Теория.** Знакомство с особенностями исполнения танцевального репертуара.

**Практика.** Русский хоровод.

### Предлагаемый перечень этюдов и хореографических номеров:

- этюд в характере русского народного танца;
- этюд в характере белорусского народного танца;
- белорусский танец «Лявониha»;
- русский танец «Земляничка-ягодка»;
- эстрадный танец «Ромашковый ежик».

Постановочная деятельность может изменяться в зависимости от содержания репертуарного плана коллектива.

## **5. Основы танцевальной культуры (4 часа)**

### ***Задачи:***

- Познакомить с основами сюжетного танца, с историей костюма и оформлением народного танца;
- Дать представление об общей и специальной физической подготовке;
- Расширять кругозор учащихся в области танцевальной культуры.

### ***Теория. История развития народного танца.***

Связь народного танца с музыкой, песней, бытом, обычаями, культурой народа. Основы сюжетного танца. История костюма и оформление народного танца. Влияние народного костюма на манеру и характер танца.

### ***Общая и специальная физическая подготовка.***

Понятие об общей и специальной физической подготовке.

## **6. Итоговые занятия (4 часа)**

### ***Задачи:***

- Обобщить и систематизировать знания и умения учащихся по изученным темам;
- Выявить уровень усвоения ЗУН учащихся по итогам полугодия и учебного года;
- Развивать самостоятельность в творческой деятельности.

*Содержание.* Тестирование, выполнение творческих заданий, показ танцев на отчетных концертах.

## **Базовый уровень 3 год обучения:**

### **1. Вводное занятие (4 часа)**

*Теория.* Повторение правил техники безопасности на занятиях хореографией и правила внутреннего распорядка учебного кабинета. Знакомство с репертуаром начального уровня второго года обучения.

### **2. Элементы классического танца (40 часов)**

### ***Задачи:***

- Продолжать учить основным движениям экзерсиса;
- Продолжать развивать координацию движений, гибкость, пластику;
- Воспитывать познавательный интерес к классическому танцу.

Экзерсис в классическом танце способствует правильной постановке корпуса, развитию выворотности ног, координации движений; вырабатывает умение распределять тяжесть тела на двух и на одной ноге.

*Теория.* Знакомство с терминами в классическом танце: «Rond de jambe par terre», «pas echappe», «changement de pieds». Знакомство с вращением по диагонали «шене».

### ***Практика.***

#### ***Экзерсис у станка***

Все элементы экзерсиса исполняются боком:

- Releve на полупальцы по 1,2,3,5 позициям ног. Музыкальное сопровождение 2/4.
- Demi plie по 1,2,3,5 поз. ног. Музыкальное сопровождение 3/4.
- Grand plie по 1,2,3,5 поз. ног. Музыкальное сопровождение 3/4.
- Battement tendu по 1,3,5 поз. ног. Музыкальное сопровождение 2/4.
- Battement tendu jete по 1,3,5 поз. ног. Музыкальное сопровождение 2/4.
- Passe par terre по 1 поз. ног. Музыкальное сопровождение 3/4.
- Rond de jambe par terre. Музыкальное сопровождение 3/4.
- Battement frappe. Музыкальное сопровождение 2/4.
- Battement fondu. Музыкальное сопровождение 4/4.
- Battement developpe. Музыкальное сопровождение 4/4.
- Grand battement jete. Музыкальное сопровождение 2/4.
- Растяжка. Музыкальное сопровождение 3/4.

- Полуоборот en dehors и en dedans в 5 позиции на вытянутых ногах и на demi plie.

#### Упражнения на середине зала

Упражнения, изученные у станка, переносятся на середину.

Вращение по диагонали «шене».

Прыжки: pas echarpe, changement de pieds.

### **3. Элементы народно-сценического танца (44 часа)**

#### **Задачи:**

- Расширять познания хореографии русского народного танца;
- Изучить танцевальные элементы мордовского танца;
- Развивать память, внимание, самоконтроль.

**Теория.** Различие в женской и мужской пляске. Разнообразие и характерные черты русских хороводов, кадрили, перепляса. Знакомство с характерными особенностями мордовского танца: музыка, танцевальный язык, костюм, характер исполнения.

#### **Практика.**

Упражнения на середине. Разучиваются танцевальные элементы различных национальностей. Уделяется большое внимание положению корпуса, рук, головы.

#### Основные движения русского танца:

- сценический ход русского танца вперед и назад. И. п. – 3 поз. ног;
- двойная веревочка И. п. – 5 поз. ног;
- «веревочка» с переступанием;
- «веревочка» с выносом ноги. И. п. – 5 поз. ног;
- «ковырялочка». И. п. – 3 поз. ног;
- дробные выстукивания;
- мужская присядка с выносом ноги в сторону на каблук. И. п. – 1 поз. ног;
- «моталочка». И. п. – 3,6 поз. ног;
- простой ключ. И. п. – 6 поз. ног;
- двойная дробь. И. п. – 6 поз. ног;
- присядка с проскальзыванием на каблуках во 2 поз. ног;
- присядка с проскальзыванием на каблуках одной ногой вперед другой назад;
- присядка с ударами ладонью по голенищу;
- мужские хлопушки.

#### Основные движения мордовского танца:

1. Положение рук: локти параллельно полу, круговое движение руками; руки за спиной (мужское).

2. Ходы и движения на месте:

- основной ход. И. п. – 3 поз. ног;
- бег с хлопками в ладоши;
- вынос ноги на каблук вперед, назад на подушечку. И. п. – 6 поз. ног;
- скользящий широкий шаг накрест. И. п. – 6 поз. ног;
- «трилистник». И. п. – 6 поз. ног;
- подбивка с притопом. И. п. – 6 поз. ног;
- бег с высоко поднятыми коленями вперед, руки крутят «колесо»;
- поворот на одной ноге, толчок другой. И. п. – 6 поз. ног;
- двойная дробь. И. п. – 6 поз. ног;
- мужская хлопушка. И. п. – 6 поз. ног;
- мужская присядка в полуприсяди. И. п. – 6 поз. ног;
- вращение.

### **4. Постановочная деятельность (48 час.)**

#### **Задачи:**

- Научить учащихся определять особенность стиля, манеры, характера танцев различных национальностей;
- Развивать умения и навыки совместного творчества в паре;
- Формировать навыки выступления на сцене;
- Воспитывать культуру поведения в коллективе.

**Теория.** Знакомство с особенностями исполнения танцевального репертуара.

**Практика.** Русский хоровод.

Предлагаемый перечень этюдов и хореографических номеров:

- этюд в характере русского народного танца;
- этюд в характере мордовского народного танца;
- русский танец «Русская плясовая»;
- мордовский танец
- эстрадный танец «Вуди».

Постановочная деятельность может изменяться в зависимости от содержания репертуарного плана коллектива.

## **5. Основы танцевальной культуры (4 часа)**

**Задачи:**

- Познакомить с основами сюжетного танца, с историей костюма и оформлением народного танца;
- Дать представление об общей и специальной физической подготовке;
- Расширять кругозор учащихся в области танцевальной культуры.

**Теория.** История развития народного танца.

Связь народного танца с музыкой, песней, бытом, обычаями, культурой народа. Основы сюжетного танца. История костюма и оформление народного танца. Влияние народного костюма на манеру и характер танца.

Общая и специальная физическая подготовка.

Понятие об общей и специальной физической подготовке.

## **7. Итоговые занятия (4 часа)**

**Задачи:**

- Обобщить и систематизировать знания и умения учащихся по изученным темам;
- Выявить уровень усвоения ЗУН учащихся по итогам полугодия и учебного года;
- Развивать самостоятельность в творческой деятельности.

**Содержание.** Тестирование, выполнение творческих заданий, показ танцев на отчетных концертах.

## **Базовый уровень 4 год обучения:**

### **1. Вводное занятие (4 часа)**

**Теория.** Повторить правила техники безопасности на занятиях хореографией и правила внутреннего распорядка учебного кабинета. Знакомство с репертуаром углубленного уровня первого года обучения.

### **2. Элементы классического танца (36 часов)**

**Задачи:**

- Продолжать учить основным движениям экзерсиса;
- Развивать гибкость, пластику;
- Воспитывать эмоциональное, чувственное отношение к окружающему миру.

Раздел «Элементы классического танца» включает в себя экзерсис у станка, элементы классического танца на середине зала: *allegro*, *adagio*. В зависимости от степени трудности следует учитывать полезное и логичное сочетание движений, не соединяя их

в комбинации только ради рисунка упражнения. На углубленном уровне первого года обучения следует уделять больше внимания прыжкам.

**Теория.** Знакомство с понятием «rond de jamb en lair», «vattlement double frappe», «pas assemble», тур «en l'air».

### **Практика.**

#### Элементы экзерсиса у станка.

Экзерсис выполняется боком к станку, вводятся более сложные движения, в упражнениях используется 4 позиция ног.

- Demi plie, grand plie по 4 позициям ног. Музыкальное сопровождение 3/4.
- Battement tendu jete pointe. Музыкальное сопровождение 2/4.
- Battement double fondu. Музыкальное сопровождение 3/4.
- Rond de jambe en lair. Музыкальное сопровождение 3/4.
- Battement double frappe. Музыкальное сопровождение 2/4.
- Battements developpe с отведением ноги на  $\frac{1}{4}$  круга. Музыкальное сопровождение 3/4.

#### Элементы классического танца на середине зала.

Все ранее изученные упражнения у станка изучаются на середине зала.

Прыжки:

- pas assemble;
- changement de pieds en tournant на  $\frac{1}{4}$  и  $\frac{1}{2}$  круга.

Вращения по диагонали:

- «шене».

Вращения в воздухе:

- тур en l'air.

### **3. Элементы народно-сценического танца (46 час.)**

#### **Задачи:**

- учить исполнять движения в различных народных ритмах;
- продолжать развивать координацию движений, память, умение выразительно создавать танцевальный образ;
- воспитывать уважение и бережное отношение к народной культуре.

Раздел «**Народно-сценический танец**» на базовом уровне 4 года обучения включает в себя более глубокое изучение народного танца. Предлагается изучение элементов украинского танца (центральной части Украины, Полесья, Закарпатья) и продолжение изучения элементов русского танца.

**Теория.** Знакомство с хореографией украинского танца. Особенности украинского народного танца: музыка, хореографический язык, манера исполнения.

### **Практика**

#### Станок:

- позиции ног в народно-сценическом танце;
- положение и позиции рук;
- положение корпуса и головы;
- полуприседание и полное приседание по 1,2,5 позициям ног, плавные и резкие;
- скольжение носком по полу (Battements tendus №1);
- вынесение рабочей ноги на пятку с акцентом пятки рабочей ноги (Battements tendus №3);
- перевод стопы с носка на пятку и с пятки на носок (Battements tendus №4);
- маленькие броски с ударом пятки опорной ноги (Battements tendus jete);
- сквозные маленькие броски вперед-назад через 1 позицию;
- средний vattement (мазки от себя к себе);
- drobные выстукивания всей стопой по 6 позиции;

- подготовка к ключу и ключ;
- круговращательное движение носком рабочей ноги по полу (Rond de jambe par terre);
- скольжение по ноге (подготовка к веревочке) в открытом и закрытом положении на всей стопе опорной ноги;
- открытие ноги на 90° (Battements developpes);
- большие броски с подбивкой (Grand battements jete);
- соскоки на пятки.

*Упражнения на середине.* Повторение и закрепление элементов русского танца, изученных ранее.

1. Положение рук в групповых танцах и фигурах: круг, карусель, цепочка.
2. Поклоны на месте и в продвижении вперед и назад.

Вводятся вращения по диагонали и по кругу.

Основные движения русского танца:

- молоточки;
- дробные выстукивания;
- дробь в «три ножки» («трилистник»);
- мужские хлопушки;
- присядки «гусачок», «ползунец».

*Вращения на середине зала:*

- припадание в повороте;
- вращение на опорной ноге;
- вращение с соскоком;

*Вращения по диагонали:*

- подскоки в повороте;
- бег в повороте;
- «блинчики»;
- вращения с дробными выстукиваниями.

*Вращения по кругу:*

- бег в повороте;
- «блинчики»;
- бег с «блинчиками».

Основные движения украинского танца:

1. Положение рук (мужское): кулачками сбоку на талии, руки скрещены на груди. Руки ладонями на затылке.

2. Ходы и движения на месте:

- бегунец по 3 поз. ног;
- припадание по 5 поз. ног;
- упадание по 5 поз. ног;
- медленный женский ход с остановкой на третьем шаге по 3 поз. ног;
- тынок по 5 поз. ног;
- голубцы по 1 поз. ног;
- плетеная дорожка по 5 поз. ног;
- выхилильник с угинанием по 6 поз. ног;
- веревочка по 5 поз. ног;
- ковырялочка по 3 поз. ног;
- падебаск по 1 поз. ног;
- голубцы с переступанием;
- мужские присядки.
- кабриоль

- чесночка;
- дорожка;
- дорожка с перекидным прыжком;
- комбинация с ключом.

*Вращения на середине зала:*

- припадание в повороте;
- обертасы;
- вращение в паре.

*Вращения по диагонали:*

- шене;
- вращения с голубцами;
- шене с порт де бра.

#### **4. Постановочная деятельность (50 часов)**

**Задачи:**

- Учить правилам постановки народных танцев;
- Развивать творческие способности учащихся;
- Воспитывать художественно-эстетический вкус.

Данный раздел программы включает в себя постановку концертных номеров на основе разученных ранее танцевальных элементов. Учащиеся приобретают свободу сценического поведения, проявляют свою индивидуальность в самостоятельной постановке этюдов.

**Теория.** История развития танцевального костюма. Основы актёрского мастерства танцора. Создание художественного образа в танце.

**Практика**

Раздел «Постановочная деятельность» предполагает постановку следующих концертных номеров:

- танец кубанских казаков «Варенька»;
- танец «Ромашка»;
- танец «Украинская сюита»;
- танец «Субботея».

Постановочная деятельность изменяется в зависимости от содержания репертуарного плана коллектива.

#### **5. Основы танцевальной культуры (4 часа)**

**Задачи:**

- Познакомить учащихся с исполнительскими средствами выразительности;
- Дать краткие сведения о строении и функциях организма человека;
- Воспитывать умения сотрудничества и сотворчества в коллективе.

**Теория.** Хореография как вид искусства.

Выразительный язык танца, его особенности. Музыкально-хореографический образ. Исполнительские средства выразительности.

Строение и функции организма человека.

Опорно-мышечный аппарат (кости, суставы, мышцы). Строение и функции внутренних органов, органов дыхания и кровообращения, органов пищеварения и нервной системы.

Общая и специальная физическая подготовка.

Методика развития двигательных качеств: гибкости, быстроты, ловкости, прыгучести, силы, выносливости. Правила построения и проведения комплексов по общей и специальной физической подготовке.

#### **6. Итоговые занятия (4 часа)**

### **Задачи:**

- Обобщить и систематизировать знания и умения учащихся по изученным темам;
- Выявить уровень усвоения ЗУН учащихся по итогам полугодия и учебного года;
- Развивать самостоятельность в творческой и учебной деятельности.

*Содержание.* Выполнение тестов, исполнение танцевальных этюдов, показ танцев на отчетных концертах, конкурсах.

### **Базовый уровень 5 год обучения:**

#### **1. Вводное занятие (4 часа)**

*Теория.* Повторить правила техники безопасности на занятиях хореографией и правила внутреннего распорядка учебного кабинета. Знакомство с репертуаром углубленного уровня второго года обучения.

#### **2. Элементы классического танца (36 часов)**

### **Задачи:**

- Продолжать учить основным движениям экзерсиса;
- Совершенствовать технику исполнения элементов классического танца;
- Воспитывать осознанное отношение к танцевальному искусству.

Элементы классического танца на середине зала: allegro, adagio. В зависимости от степени трудности следует учитывать полезное и логичное сочетание движений. На пятом году обучения следует уделять больше внимания вращениям.

*Теория.* Позы классического танца: croise, effacee, ecartee. Знакомство с понятие «Petit battement sur le sou-de-pied».

*Практика.* Повторение и совершенствование техники исполнения элементов, изученных на предыдущих годах обучения. В течение года разучиваются упражнения с подъемом на полупальцы, развивающие силу стопы. Совершенствуется техника исполнения упражнений в более быстром темпе. Вырабатывается устойчивость. Упражнения у станка выполняются в маленьких позах.

#### Элементы экзерсиса у станка.

- Battement tendu в маленьких позах. Музыкальное сопровождение 2/4.
- Battement tendu jete в маленьких позах. Музыкальное сопровождение 2/4.
- Rond de jambe en l'air en dehors и en dedans на полупальцах. Музыкальное сопровождение 3/4.
- Battement fondu с подъемом на полупальцы по 5 поз. ног. Музыкальное сопровождение 3/4.
- Battement frappe и double frappe с подъемом на полупальцы. Музыкальное сопровождение 2/4.
- Petit battement sur le sou-de-pied.
- Developpe с подъемом на полупальцы. Музыкальное сопровождение 3/4.

#### Элементы классического танца на середине зала.

Увеличивается высота прыжка, вырабатывается более сложная координация движений. Продолжаем изучать движения en tournant.

Прыжки: double assamble.

Вращения: Fouette.

Позы классического танца:

- Epaule croise. Epaule efface. Epaule ecartee. Четвертое port de bras.

#### **3. Элементы народно-сценического танца (46 час.)**

### **Задачи:**

- Продолжать учить исполнять движения в различных народных ритмах;
- Развивать умение выразительно создавать танцевальный образ;

- Воспитывать любовь к русскому народному творчеству.

На пятом году обучения базового уровня предлагается изучение элементов польского танца и продолжение изучения элементов русского танца.

**Теория.** Фольклорные ансамбли. Профессиональные ансамбли народного танца. Открытые и закрытые, свободные позиции ног. Дробные движения русского танца, настроение и характер. Знакомство с характерными особенностями польского танца: музыка, танцевальный язык, костюм, характер исполнения.

### **Практика.**

**Станок.** Повторяются ранее разученные упражнения у станка, вводятся новые:

- скольжение полупальцами ноги по полу в сторону с поворотом стопы (Battements tendus №2);
- вынесение ноги в сторону на пятку и перенесение с носка на пятку (Battements tendus №5);
- флик-фляк с акцентом к себе и от себя;
- повороты стопы из выворотного в невыворотное (подготовка к па тортье);
- кругооборот пятки рабочей ноги по полу (Rond de pied);
- подготовка к веревочке с чередованием невыворотного и выворотного положения колен;
- Battements fondues на 45°;
- Battements developpes с работой пятки опорной ноги;
- большие броски через 1 позицию в соединении с ножницами на прыжке;
- «штопор»;
- прогибы корпуса назад и в сторону.

**Упражнения на середине.** Совершенствуется и усложняется техника исполнения русского танца. Вводятся более сложные элементы народного танца. Увеличивается темп вращений по диагонали и по кругу. Вырабатываются навыки общения в паре.

### Основные движения русского танца:

- маятник;
- молоточки в продвижении по 5 поз. ног;
- молоточки по 3 поз. ног в паре;
- бег с молоточками;
- хлопушка с присядкой;
- «гармошечка» с дробными выстукиваниями;
- комбинации дробных выстукиваний
- присядка с круговым вращением ноги в воздухе;
- хлопушка;
- комбинация дробных выстукиваний с обертасами;

### Вращения на середине зала:

- обертас с прыжком и выносом ноги в сторону на 90°;
- вращение с выносом ноги в сторону на 90°.

### Вращения по диагонали:

- шене;
- бегунок
- бегунок с «блинчиками»;

### Вращения по кругу:

- шене;
- бегунок;
- бегунок с блинчиками.

### Трюковые движения:

- «колечко»;
- «склепка»;
- «бедуинский прыжок»;
- «разножка»;
- «коза».

Элементы польского танца:

1. Положение рук, корпуса и головы.
2. Ходы и движения на месте:
  - легкий бег);
  - pas balance;
  - па марше;
  - па галя;
  - па галя с одной ноги;
  - два «голубца» и тройной притоп;
  - «кшэсаны»;
  - скользящий шаг (галоп с подбивкой ноги из «Краковяка»);
  - переменный ход с вращением;
  - вращение на каблуках.

#### **4. Постановочная деятельность (50 часов)**

**Задачи:**

- Продолжать учить правилам постановки народных танцев;
- Развивать наблюдательность, образное мышление, воображение;
- Формировать представление о связи танцевального искусства с окружающим миром и взаимосвязанности различных видов искусств.

Данный раздел программы включает в себя постановку концертных номеров на основе разученных ранее танцевальных элементов. Учащиеся приобретают свободу сценического поведения, проявляют свою индивидуальность в самостоятельной постановке этюдов.

**Теория.** Построение музыкально-хореографических композиций. Тема, идея, сюжет, конфликт, событие в сюжетно-тематическом танце.

**Практика.** Раздел «Постановочная деятельность» предполагает постановку следующих этюдов и концертных номеров:

- танец «Деревенская полька»;
- танец «Северные зарисовки»;
- танец «Ах, вы сени, мои сени»;
- танец «Дыхание Кавказа».

Постановочная деятельность изменяется в зависимости от содержания репертуарного плана коллектива. На пятом году обучения возможно использование стилизованного народного танца.

#### **5. Основы танцевальной культуры (4 часа)**

**Задачи:**

- Учить подразделять народные танцы на жанры и виды по хореографическим (структурным) и другим устойчивым признакам;
- Развивать познавательный интерес к хореографическому искусству.
- Воспитывать внимательное отношение к своему организму, соблюдение техники безопасности на занятиях.

**Теория.** История развития народного танца.

История танцевальной культуры, танцы народов мира разных времён, их связь с укладом жизни людей разных исторических эпох.

### Травмы, заболевания. Меры профилактики.

Понятие о травмах. Краткая характеристика травм: ушибы, растяжения, разрывы связок, мышц и сухожилий. Причины травм и профилактика.

### **6. Итоговые занятия (4 часа)**

#### **Задачи:**

- Обобщить и систематизировать знания и умения учащихся по изученным темам;
- Выявить уровень усвоения ЗУН учащихся по итогам полугодия и учебного года;
- Развивать самостоятельность в творческой деятельности.

*Содержание.* Выполнение тестов, самостоятельная постановка и исполнение танцевальных этюдов, показ танцев на отчетных концертах.

### **Базовый уровень 6 год обучения:**

#### **1. Вводное занятие (4 часа)**

*Теория.* Повторить правила техники безопасности на занятиях хореографией и правила внутреннего распорядка учебного кабинета. Знакомство с репертуаром углубленного уровня третьего года обучения.

#### **2. Элементы классического танца (36 часов)**

#### **Задачи:**

- Продолжать учить основным движениям классического экзерсиса;
- Развивать посредством элементов классического танца устойчивость и гибкость корпуса, выворотность стопы и бедра, танцевальный шаг, баллон;
- Формировать правильную, красивую осанку;
- Воспитывать эмоциональное и осознанное отношение к танцевальному искусству.

Раздел «Элементы классического танца» включает в себя экзерсис у станка, экзерсис на середине зала. В зависимости от степени трудности следует учитывать полезное и логичное сочетание движений, соединяя их в комбинации. Следует уделять больше внимания координации движений, прыжкам и вращениям.

*Теория.* Обобщение полученных практических навыков и знаний. Последовательность и расклад движений на элементы. Способы совершенствования техники исполнения вращений по диагонали и на середине зала.

*Практика.* Завершается работа над постановкой корпуса, ног, рук, головы. Исполняются пройденные элементы в различных комбинациях в более быстром темпе и в больших позах.

*Элементы экзерсиса у станка.* Исполняются все пройденные элементы движений в различных комбинациях, в более быстром темпе. Особенное внимание уделяется выразительности поз, координации движений и развитию силы ног.

*Элементы классического танца на середине зала.*

Позы классического танца:

- Arabesques.

Прыжки:

- Pas chasse.
- Pas de chat.

Пятое port de bras.

#### **2. Народно-сценический танец (46 час.)**

#### **Задачи:**

- Продолжать учить исполнять движения в различных народных ритмах;
- Развивать координацию движений, память, умение выразительно создавать танцевальный образ;
- Воспитывать уважение и любовь к народному творчеству.

На данном уровне обучения предлагается изучение элементов венгерского танца и продолжение изучения элементов русского танца.

**Теория.** Знакомство с характерными особенностями венгерского танца: музыка, танцевальный язык, костюм, характер исполнения.

### **Практика**

**Станок.** Повторяются все пройденные элементы в характере различных национальностей и изучаются новые элементы:

- пяточные упражнения с носком подушечкой стопы по полу (Battements tendus № 6);
- флик-фляк с переступанием;
- одинарное па тортье («змейка»);
- кругооборот рабочей ноги по полу в глубоком приседании на опорной ноге (Rond de jambe par terr);
- подготовка к веревочке с разворотом колена на 90° и опусканием ноги в 5 позицию;
- «качалочка»;
- прогибы корпуса назад и в сторону с шага на одну ногу и сгибанием другой ноги в колене на passé.

**Упражнения на середине.** Повторяются все пройденные элементы русского танца с более усложненными комбинациями в быстром темпе; разучиваются технически более сложные танцевальные элементы венгерского танца.

### Основные движения русского танца:

- перекидной прыжок с разножкой;
- ключ двойной и сложный по 6 поз. ног;
- дробные выстукивания;
- дробная дорожка по 6 поз. ног.

### Вращения на середине зала:

- вращение с поджатыми ногами;
- вращение с дробными выстукиваниями;
- вращение с выносом ноги в сторону.

### Трюковые движения:

- «промокашка»;
- «циркуль»;
- фляк назад.

### Основные движения венгерского танца:

1. Положения рук, корпуса и головы.

2. Основные ходы и движения на месте:

- ход вперед с выбросом и разворотом ноги;
- боковой ход с разворотом корпуса;
- боковой шаг со щелчком каблуками;
- дорожка;
- «голубцы» одинарные и двойные из стороны в сторону;
- «веревочка»;
- ключ простой и двойной;
- дробная дорожка;
- повороты в паре;
- основное парное движение лицом друг к другу «этапе», держась за руки;
- поворот под рукой партнера;
- поворот с соскоком;
- мужские хлопущки.

## **4. Постановочная деятельность (50 час.)**

### **Задачи:**

- Продолжать учить правилам постановки народных танцев;
- Формировать умения анализировать танцевальные композиции;
- Воспитывать уважение и любовь к народному творчеству.

Данный раздел программы включает в себя постановку концертных номеров на основе разученных ранее танцевальных элементов. Учащиеся приобретают свободу сценического поведения, проявляют свою индивидуальность в самостоятельной постановке этюдов.

**Теория.** История развития танцевального костюма. Основы актёрского мастерства танцора. Создание художественного образа в танце.

**Практика.** Раздел «Постановочная деятельность» предполагает постановку следующих этюдов и концертных номеров:

- этюд на основе элементов венгерского танца;
- танец «Сирота казанская»;
- танец «Дуня»;
- танец «Ласточка»;
- сольный танец «Валенки».

Постановочная деятельность изменяется в зависимости от содержания репертуарного плана коллектива. На шестом году обучения возможно использование стилизованного народного танца.

## **5. Основы танцевальной культуры (4 часа)**

### **Задачи:**

- Формировать знания и умения грамотно и выразительно исполнять танцевальные композиции, передавать стиль, манеру исполнения.
- Воспитывать культуру исполнения.

**Теория.** Хореография как вид искусства.

Балет как вид театрального искусства. Синтез искусств в балете: музыки, хореографии, литературы (либретто), изобразительного искусства (оформление).

Основы актёрского мастерства танцора.

Основные принципы подбора репертуара. Знакомство с манерой исполнения национальных танцев. Работа над танцевальным образом.

## **6. Итоговые занятия (4 часа)**

### **Задачи:**

- Обобщить и систематизировать знания и умения учащихся по изученным темам;
- Выявить уровень усвоения ЗУН учащихся по итогам полугодия и учебного года;
- Развивать самостоятельность в творческой деятельности.

**Содержание.** Выполнение тестов, самостоятельная постановка и исполнение танцевальных этюдов, показ танцев на отчетных концертах, конкурсах.

## **Продвинутый уровень 1 год обучения:**

### **1. Вводное занятие (4 часа)**

**Теория.** Повторить правила техники безопасности на занятиях хореографией и правила внутреннего распорядка учебного кабинета. Знакомство с репертуаром профессионального уровня первого года обучения.

### **2. Основы классического танца (32 час.)**

#### **Задачи:**

- Совершенствовать технику выполнения элементов классического экзерсиса;

- Продолжать формировать правильную, красивую осанку;
- Воспитывать эмоциональную отзывчивость на содержание танцевальной композиции.

**Теория.** Методика построения урока классического танца (у станка).

**Практика.**

Экзерсис у станка. В работе у станка используются технически более сложные комбинации. В программе восьмого года обучения уделяется внимание не только чистоте исполнения, но и художественной окраске движений.

Новые элементы:

- Battement developpe passé.
- Battement developpe tombe.
- Battement soutenu.

Элементы классического танца на середине зала.

Прыжки:

- pas glissade.
- pas emboite.

Вращения:

- Pirouettes с 5 и 2 позиций.

Шестое port de bras.

### **3. Народно-сценический танец (52 час.)**

**Задачи:**

- Продолжать учить исполнять движения в различных народных ритмах;
- Развивать координацию движений, память, технику исполнения танцевальных движений;
- Воспитывать коммуникативную культуру, уважение к народному творчеству.

Раздел «Народно-сценический танец» продвинутого уровня первого года обучения включает в себя экзерсис, построенный на основе многонационального музыкального и хореографического искусства, изучение элементов цыганского, узбекского, испанского танцев и др. Обучение на восьмом году по программе позволяет расширить и углубить знания и умения учащихся, овладеть сложными танцевальными композициями и техническими приемами.

**Теория.** Знакомство с характерными особенностями цыганского, испанского, узбекского танцев: музыка, танцевальный язык, костюм, характер исполнения.

**Практика.** Повторяются все пройденные элементы в характере различных национальностей и изучаются новые элементы.

Экзерсис у станка в народном характере:

- кругооборот рабочей ноги по полу («восьмерка»);
- «голубец»;
- «голубец» с прыжком.

Элементы цыганского танца:

1. Положения рук, корпуса и головы.
2. Основные ходы и движения на месте:
  - скользящий бег;
  - переменный шаг с отбрасывание ноги от бедра;
  - ход назад с открыванием ноги вперед;
  - шаги в сторону, скрещивая ноги;
  - флик-фляк с переступанием на полупальцах;
  - флик-фляк с подскоком на опорной ноге;

- мужской ход с хлопущкой;
- мужская хлопущка;
- вращения в припадании;
- вращение в беге;
- перегибы и наклоны корпуса в цыганском характере;
- движения рук в цыганском характере;
- повороты в паре.

Элементы испанского танца:

1. Положения рук, корпуса и головы.
2. Основные ходы и движения на месте:
  - шаги и соскоки в различные позы;
  - падебаск в испанском характере;
  - скользящий шаг с ударом и двойным ударом по 5 поз. ног;
  - дробные выстукивания в испанском характере;
  - тройное переступание (pas de boirree);
  - прыжок на одну ногу в сторону (sissonne)
  - перегибы корпуса с работой рук в повороте.

Элементы узбекского танца:

1. Положения рук, корпуса и головы.
2. Основные ходы и движения на месте:
  - ход по 5 поз. ног с каблука;
  - скользящий бег;
  - переменный бег;
  - упадание;
  - дорожка;
  - припадание на месте с работой рук;
  - вращение с маленьким припаданием;
  - вращение на полупальцах;
  - вращение с прыжком (glissade);
  - перегибы корпуса с работой рук;
  - работа бедра.

Все элементы используются в различных комбинациях.

#### **4. Постановочная деятельность (50 часов)**

**Задачи:**

- Учить самостоятельной постановке небольших миниатюр и этюдов в народном характере;
- Формировать способности самостоятельно анализировать манеру и стиль исполнения друг друга;
- Развивать творческую инициативу учащихся и способность к самовыражению в танце.

Раздел «Постановочная деятельность» включает в себя постановку новых концертных номеров и самостоятельную постановку учащимися небольших этюдов и хореографических картинок. Необходимо в полном объеме использовать приобретенные учащимися умения и навыки, при этом важно уметь передавать танцевальный образ и красоту внутреннего содержания танца.

**Теория.** Творчество ведущих профессиональных хореографических коллективов. Актёрское мастерство танцоров.

**Практика**

Постановка этюдов и хореографических картинок:

- этюд на основе движений узбекского танца;
- этюд на основе движений испанского танца;
- этюд на основе движений цыганского танца.

Постановка концертных номеров:

- цыганский танец «Солнышко»;
- «Узбекский танец»;
- испанский танец «Фламенко»;
- малые формы: «Подарок», «Сваха», «Как мужик белье стирал».

Постановочная деятельность может изменяться в зависимости от содержания репертуарного плана коллектива.

### **5. Основы танцевальной культуры (2 часа)**

**Задачи:**

- Продолжать знакомить с возникновением и развитием народных танцев;
- Совершенствовать уровень художественно-эстетического развития учащихся;
- Воспитывать эстетические качества в процессе обучения хореографии.

**Теория.** История развития народного танца.

Возникновение и развитие народных танцев (цыганский, узбекский, испанский и др.).

Основы актёрского мастерства танцора.

Создание сценического образа в танце. Персонаж, типаж, характер. Танцевальное движение – средство выражения мысли, чувств, настроения. Актёрское мастерство в общении с партнерами.

### **6. Итоговые занятия (4 часа)**

**Задачи:**

- Обобщить и систематизировать знания и умения учащихся по изученным темам;
- Выявить уровень усвоения ЗУН учащихся по итогам полугодия и учебного года;
- Развивать самостоятельность в творческой деятельности.

**Содержание.** Выполнение тестов, самостоятельная постановка и исполнение танцевальных этюдов, показ танцев на отчетных концертах, конкурсах.

## **Продвинутый уровень 2 год обучения:**

### **1. Вводное занятие (4 часа)**

**Теория.** Повторить правила техники безопасности на занятиях хореографией и правила внутреннего распорядка учебного кабинета, требования к члену творческого коллектива. Знакомство с репертуаром продвинутого уровня второго года обучения.

### **2. Основы классического танца (32 час.)**

**Задачи:**

- Совершенствовать технику выполнения упражнений экзерсиса;
- Прививать профессиональный подход к искусству танца;
- Воспитывать стремление к саморазвитию.

**Теория.** Методика построения урока классического танца (на середине).

**Практика.** На последнем году обучения повторяется и закрепляется пройденный материал за счет усложнения комбинаций. В программе девятого года обучения уделяется большое внимание совершенствованию техники движений, координации и художественной окраске движений.

Элементы классического танца на середине зала

- Pas jete.
- Sissonne simple.
- Sissonne ouverte.

### **3. Элементы народно-сценического танца (52 час.)**

### **Задачи:**

- Продолжать учить исполнять движения в различных народных ритмах;
- Развивать и совершенствовать исполнение элементов народно-сценического танца;
- продолжать формировать умение анализировать свое исполнение и исполнение других детей;
- Воспитывать «чувство локтя», ответственное отношения к коллективному творческому делу.

На последнем году обучения с прохождением нового материала повторяется и закрепляется весь ранее пройденный материал за счет усложнения комбинаций. Большое внимание уделяется развитию координации, танцевальности, отработке техники движений.

**Теория.** Знакомство с характерными особенностями грузинского, молдавского танцев: музыка, танцевальный язык, костюм, характер исполнения.

**Практика.** Станок. Повторяются все пройденные элементы в различных комбинациях, в характере различных национальностей и увеличивается темп исполнения.

#### Элементы грузинского танца:

1. Позиции и положения рук.
2. Основные движения рук.
3. Основные ходы и движения на месте:
  - «сада сриала» - скользящий ход;
  - «укусала» – ход назад в три удара на полупальцах;
  - «ртула» – усложненный мужской ход;
  - «гвердзеевла» – боковой ход в «три удара» на полупальцах;
  - 1-го вида «гасма», «сада сриала» скользящая;
  - 2-го вида «гасма», «гведрула» – с боковым движением.

Все элементы используются в различных комбинациях.

#### Основные движения молдавского танца:

1. Положения рук, корпуса и головы.
2. Основные ходы и движения на месте:
  - шаг в сторону с открыванием другой ноги вперед;
  - мелкие поочередные переступания на полупальцы в полуприседании;
  - шаги с подскоками и подъемом согнутой ноги вперед на 90°;
  - боковой ход – подбивки;
  - характерный шаг вперед с переменной ног;
  - двойной характерный шаг на месте;
  - ход «трясучка»;
  - дорожка;
  - тройной перескок с остановкой;
  - подбивка в сторону;
  - лянка;
  - круговое движение ногой по полу;
  - переборы ногами «па-де-буре»;
  - винт на полу;
  - ножницы на 90°;
  - веер в воздухе с переменной ног;
  - шаги с синкопами.

### **4. Постановочная деятельность (50 часов)**

#### **Задачи:**

- Продолжать учить самостоятельной постановке небольших миниатюр и этюдов в народном характере;
- Завершать формирование знаний об исполнительской культуре, навыках правильного и выразительного исполнения;
- Формировать первоначальный навык объяснения и преподавания движения.

Учащиеся должны уметь создавать хореографические композиции и исполнять их на высоком техническом и эмоциональном уровнях.

**Теория.** Бальный танец. Происхождение, связь с народным танцем. Роль музыки. Современный бальный танец, его особенности, музыка, язык, стиль исполнения.

**Практика.**

Постановка этюдов и хореографических картинок:

- этюд на основе движений грузинского танца;
- этюд на основе движений молдавского танца.

Постановка концертных номеров:

- грузинский танец «Картули»;
- танец кубанских казаков «Маруся»;
- малые формы «Посвящение»;
- танец «Русский праздничный»;
- танец «Тверские вензеля»;
- танец «Еврейский»;
- эстрадный танец «Шизгаре».

Постановочная деятельность может изменяться в зависимости от содержания репертуарного плана коллектива.

## **5. Основы танцевальной культуры (2 часа)**

**Задачи:**

- Учить методике построения урока классического танца;
- Совершенствовать уровень художественно-эстетического развития учащихся;
- Воспитывать эстетические качества в процессе обучения хореографии.

**Теория.** История развития народного танца.

Творческий путь Государственного академического ансамбля народного танца под руководством Игоря Моисеева.

Основы актёрского мастерства танцора.

Драматургия танца. Идея хореографического произведения. Экспозиция и завязка. Развитие действия и кульминация. Развязка (финал).

## **6. Итоговые занятия (4 часа)**

**Задачи:**

- Обобщить и систематизировать знания и умения учащихся по изученным темам;
- Выявить уровень усвоения ЗУН учащихся по итогам полугодия и учебного года;
- Развивать самостоятельность в творческой деятельности.

**Содержание.** Выполнение тестов, самостоятельное создание хореографических композиций, показ танцев на отчетных концертах, конкурсах.

## II. Комплекс организационно-педагогических условий, включающих формы аттестации

### 1. Календарный график

Стартовый уровень обучения

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Срок промежуточной аттестации	Срок итоговой аттестации
1 год	1 сентября ежегодно	31 мая ежегодно	36	36	72	1 раза в неделю	декабрь	май

Базовый и продвинутый уровни обучения

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель 1 год/8 лет	Количество учебных дней 1 год/8 лет	Количество учебных часов 1 год/8 лет	Режим занятий	Срок промежуточной аттестации	Срок итоговой аттестации
8 лет	1 сентября ежегодно	31 мая ежегодно	36/288	72/576	144/1152	2 раза в неделю	декабрь	май

### 2. Календарно-тематическое планирование

Календарно-тематическое планирование будет спланировано к началу учебного года по форме:

№	Дата проведения занятия	Тема занятия	Количество часов		Форма занятия	Форма контроля	Примечания
			Теория	Практика			
<b>Сентябрь</b>							

### **3. Методическое обеспечение программы**

Для успешной реализации программы используются различные хореографические принципы обучения в зависимости от поставленных целей и задач:

Принцип формирования у учащихся художественного восприятия через пластику;

Принцип развития чувства ритма, темпа, музыкальной формы;

Принцип обучению владению культурой движения: гибкость, выворотность, пластичность.

*Принципы дидактики:*

Систематичность и последовательность в практическом овладении основами хореографического мастерства;

«От простого к сложному» постепенное усложнение материала, упражнений, элементов;

Для реализации программы «Мир танца» применяются следующие методы:

Метод демонстрации с приёмами наблюдения.

Метод самостоятельной работы учащихся по осмыслению и усвоению нового материала.

Метод по применению знаний на практике и выработке умений и навыков.

Метод закрепления учебного материала и метод проверки и оценки знаний, умений и навыков.

Основной формой обучения детей в хореографическом коллективе является *групповое занятие, которое состоит из нескольких этапов.*

#### **Подготовительный**

Общее назначение- подготовка организма к предстоящей работе. Конкретными задачами этой части является: организация группы, повышения внимания и эмоционального состояния занимающихся, умеренный разогрев.

Основными средствами подготовительного этапа являются строевые упражнения, различные формы ходьбы и бега, легкие прыжки. Все упражнения выполняются в умеренном темпе и направлены на подготовку опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

#### **Основной**

Задачами основного этапа является развитие и совершенствование основных физических качеств, формирование правильной осанки, воспитание творческой активности, изучение и совершенствование движений и танцевальных комбинаций, отработка композиций.

Средства используемые в основном этапе занятия упражнения на силу, растягивание и расслабление, экзерсис у станка и на середине зала, усложненные формы прыжков. Танцевальные элементы, комбинации, постановочная работа.

#### **Заключительный**

Основные задачи - постепенное снижение нагрузки, краткий анализ работы, подведение итогов, рефлексия. На этот этап отводится 5-10% общего времени.

Педагог должен проявить определенную гибкость в подходе к каждому ребенку, каждой группе учащихся, творчески решать вопросы, которые ставит перед ними учебный процесс, учитывать состав групп, физические данные и возрастные особенности учащихся. Он может сам перенести или исключить из программы те или иные движения, с другой стороны, может расширять тот или иной раздел программы, в зависимости от способностей учащихся. В процессе обучения не следует перегружать учащихся постановками, частыми выступлениями с целью сохранения здоровья детей.

Важным фактором воспитания и обучения детей является работа с родителями. Проводятся родительские собрания, индивидуальные собеседования, оказывается необходимая психологическая помощь (при непосредственном участии психолога), организуются Дни открытых занятий. Родители активно привлекаются к подготовке и проведению воспитательных мероприятий, к подготовке концертов, выступлений коллектива, оказывают спонсорскую помощь на приобретение сценических костюмов.

#### **4. Материально-техническое обеспечение учебно-воспитательного процесса**

Для успешного решения поставленных в программе задач требуется кадровое, методическое, информационное и материально-техническое обеспечение.

##### **1. Кадровое обеспечение.**

Программа может реализовываться педагогами дополнительного образования, имеющего образование не ниже средне-профессионального, педагогическое или профильное, без предъявления требований к стажу работы. Для реализации программы требуется педагог дополнительного образования по хореографии и концертмейстер.

##### **2. Информационно-методическое (включая дидактические материалы).**

Программа размещена на официальном сайте МАУ ДО ДТДМ ([www.dtdm-noril'sk.rf](http://www.dtdm-noril'sk.rf)) и в АИС «Навигатор дополнительного образования Красноярского края»

Программа реализуется очно, в групповой форме, с возможностью реализации разделов или отдельных тем программы с применением ЭО и ДОТ (в соответствии с организационно-распорядительными документами ДТДМ).

Средства организации деятельности детей в условиях применения электронного обучения и дистанционных образовательных технологий:

- 1) средства для онлайн взаимодействия с группой (сервисы для видеоконференций Zoom, Messenger и др.);
- 2) средства для оффлайн форм взаимодействия (электронная почта, мессенджеры, др.);
- 3) средства для разработки интерактивных заданий, упражнений и обучающих игр (LearningApps, Online Test Pad, Quizizz, Kahoot, Фабрика кроссвордов и др.);
- 4) средства организации контроля (онлайн конструкторы тестов и опросов: Google формы, Kahoot, Online Test Pad и др.);
- 5) средства, предоставляющие определенное пространство для размещения подготовленных к занятию материалов (облачное хранилище Google.Диск, Яндекс.Диск).

**Дидактическое обеспечение**, наличие учебно-методической документации (литература по хореографии (учебники, пособия, справочники по терминологии), фото-видео материалы, аудио).

Важным условием выполнения учебной программы является достаточный уровень материально-технического обеспечения:

**Наличие специального зала** (Учебный кабинет должен быть светлым, чистым, пол – деревянным).

**Тренировочный станок** (станки – две деревянные, гладко отполированные палки в диаметре 5-7 см., закрепленные на стене металлическими кронштейнами. Расстояние от пола до нижней палки 80 см. (для детей младшего возраста), до верхней – 100 см. (для детей среднего и старшего возраста). Станок служит ученикам опорой во время исполнения экзерсиса и при разучивании танцевальных элементов).

**Оснащение зеркалами.** (Зеркала необходимы для того, чтобы учащиеся, отрабатывая движения, могли себя контролировать и исправлять недостатки).

**Музыкальное сопровождение.** (Немаловажную роль в реализации данной программы имеет музыкальное сопровождение занятий наличие концертмейстера и наличие технических средств (музыкальный центр, телевизор, видеомагнитофон, баян, фортепиано)).

**Специальная тренировочная форма** (У девочек – гимнастический купальник, лосины, мягкие тапочки, танцевальные туфли. У мальчиков – белая майка, шорты, мягкие тапочки, танцевальные сапоги.)

**Наличие костюмов и реквизита для танцевальных номеров.**

## **5. Формы контроля и механизм оценки получаемых результатов**

Условием успешной реализации дополнительной образовательной программы является использование нетрадиционных способов контроля над усвоением знаний и умений, в основе которых лежит стремление использовать контроль не столько для проверки того, что знает и умеет ребенок, сколько для повторения материала, закрепления полученных знаний, развития познавательной потребности, пробуждения творческой активности.

Для определения уровня усвоения знаний, умений и навыков учащихся используются следующие формы *контроля*:

- контрольные занятия (промежуточная или итоговая аттестация)
- итоговые занятия после каждой темы, или раздела программы;
- концертная и конкурсная деятельность;

Система оценок в рамках промежуточной или итоговой аттестации предполагает пятибалльную шкалу:

«5»- отлично

«4»-хорошо

«3»- удовлетворительно

«2»- неудовлетворительно

На основе проведённых контрольных занятий и концертов заполняется оценочный лист (**см. приложение 1**).

## **6. Список литературы**

### **6.1 Список литературы для педагога**

1. Базарова Н.П. Классический танец. – Л.: «Искусство», 1984. – 327с.
2. Бекина С.И. Музыка и движение. – М.: «Просвещение», 1983. – 288с.
3. Борзов А.А. Народно-сценический танец. – М.: «Искусство», 1985.
4. Ваганова А. Я. Основы классического танца. 7-е изд. – М., 2000 – 360с.
5. Вевнорская А. О. Сюжетный танец. – М.: «Советская Россия», 1989. – 208с.
6. Гусев Г. П. Методика преподавания народного танца. – М., 2000. – 263с.
7. Гусев Г. П. Экзерсис в народном характере. – М., 1998. – 183с.
8. Гусев Г.П. Методика преподавание народного танца. Упражнения у станка. – М.: ВЛАДОС, 2003.
9. Думенко А. Нотный сборник для музыкального оформления народного экзерсиса. – М., 2001. – 103с.
10. Королева Э.А. Молдавский народный танец. – М.: «Искусство», 1984.
11. Костровицкая В.С., Писарев А. А. Школа классического танца. – Л.: «Искусство», 1968.
12. Линия. Приложение к журналу «Балет». №3,4. 2006.
13. Мессер А. Уроки классического танца. – СПб.: «Лань», 2004. – 400с.
14. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала: Учебное пособие для студентов вузов культуры и искусств. – М., 2003. – 208с.: ил.: ноты.

15. Палилей А. В. Русский танец в Сибири. – Красноярск, 2003. – 108с.
16. Пестов П. А. Уроки классического танца. – М., 1999. – 176с.
17. Профессионал. Журнал, №24, 25.- 2006.
18. Ротт З. Танцы в начальной школе. Практическое пособие. – М., 2004. – 218с.
19. Рыцарева М. Г. Музыка и я: Популярная энциклопедия для детей. – М.: Музыка, 1998. – 367с.: ил.
20. Устинова Т. А. Избранные русские танцы. – М., 1996. – 480с.
21. Устинова Т. А. Московские хороводы. Русские танцы. – М., 1985. – 250с.
22. Фадеева С. Л. Теория и методика преподавания классического танца. – СПб., 2000. – 203с.
23. Яромлович Л. И. Классический танец. – М., 1986.

## **6.2 Список литературы для учащихся**

1. Головкина С.Н. Уроки классического танца в старших классах. – М., 1999. – 196 с.
2. Детское приложение к журналу «Балет» №3, 4, 7, 2005г.
3. Есаулова К. А., Есаулов И. Г. Народно-сценический танец. – СПб., 1998. – 294с.
4. Звездочкин В. А. Классический танец. – М., 2003. – 259с.
5. Константиновский В.А. Учить прекрасному. – М.: «Молодая гвардия», 1973. – 176с.
6. Коренева Т.Ф. Музыкально-ритмические задания и этюды на музыку Г.Свиридова для детей дошкольного, младшего и среднего школьного возраста. - М.: Владос, 2003. – 86 с.
7. Феррари К. Танец-жизнь. Божественная Айседора Дункан. – М., 1994. – 179с.

## Приложение 1

### РЕЗУЛЬТАТЫ прохождения образовательной программы

\_\_\_\_\_ учебный год

\_\_\_\_\_ полугодие

п.д.о.

коллектив « \_\_\_\_\_ » направленность \_\_\_\_\_

Группа № 1 Уровень обучения \_\_\_\_\_ год обучения на уровне \_\_\_\_\_

№	ФИ учащегося	Тема:		Тема:		Тема:		Средний % прохождения образовательной программы в течение года
		Метод контроля:		Метод контроля:		Метод контроля:		
		Дата:		Дата:		Дата:		
		Результат	Примечание	Результат	Примечание	Результат	Примечание	
1								
2								
...								

**отлично** – тему понял в полном объеме и отлично выполнил практическое задание. – 100%

**хорошо** – тему понял в полном объеме, практическое задание выполнил с небольшими погрешностями. – 80%

**удовлетворительно** – тему понял не до конца, слабо смог ответить на контрольные вопросы, практическое задание выполнил, но не в соответствии с определенными требованиями. – 60%

**неудовлетворительно** – пропустил изучение данной темы; - 0%

## Приложение 2

Сведения о результативности и качестве реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы за год

1. Название ДООП.
2. Направленность:
3. ФИО педагога:

Динамика основных показателей учебной деятельности

Таб. 1 Сохранность (%):

Учебный год	Сохранность	Количество групп	Количество учащихся

Таб. 2 Уровень освоения учащимися ДООП

Учебный год	Количество учащихся	ДООП освоена в полном объеме	ДООП освоена в минимальном объеме	ДООП не освоена	Аттестованы по итогам обучения

Таб. 3 Полнота освоения учащимися ДООП

Учебный год	Количество часов по учебному плану	Выполнение (%)

Таб. 4 Достижения учащихся

Учебный год	Уровень достижений		
	В ГОЛ	Городской	Региональный

Таб. 5 Интерес учащихся к занятиям

Количество учащихся	Устойчивый	Формирующийся	Неустойчивый

Выводы: