

Управление образования администрации Ачинского района

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования  
«Детско-юношеский центр Ачинского района»

Рассмотрено и рекомендовано  
методическим советом  
МБОУ ДО «ДЮЦ Ачинского района»  
Протокол № 1  
от «31» августа 2021 г.

Утверждаю  
И.о. директора МБОУ ДО «ДЮЦ  
Ачинского района»  
А.Г. Островская  
Приказ №25  
от «31» августа 2021 г.



Дополнительная  
общеобразовательная общеразвивающая программа  
**«Танцевальные жемчужины»**

Направленность художественная  
уровень продвинутый (углубленный)  
Вид программы модифицированная  
Возраст обучающихся 7-17 лет  
Срок реализации 6 лет

Составитель и реализует программу:  
Егорова Вера Павловна,  
Дмитриева Татьяна Семёновна,  
педагоги дополнительного образования

Ачинский район,

2021 г.

## Содержание программы

Раздел 1. Пояснительная записка.....	3
Раздел 2.Содержание программы.....	10
Раздел 3.Форма аттестации и оценочные материалы.....	28
Раздел 4. Организационно-педагогические условия реализации программы...	29
Список использованных источников.....	29
<i>Приложение №1</i> Календарный учебный график.....	30

## Раздел 1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа «Танцевальные жемчужины» является общеразвивающей модифицированной программой *художественной направленности*.

Разработана программа в соответствии с требованиями Федерального государственного стандарта. При составлении программы использован опыт ведущих специалистов хореографии, учтены современные тенденции, рассмотрены различные танцевальные стили и направления.

Разработана программа в соответствии с требованиями Федерального государственного стандарта.

Программа составлена в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепцией развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 24.04.2015 г. №729-р);
- Приказом Министерства образования и науки РФ от 09.01.2014 г. №2 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- СанПин 2.4.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Данная программа имеет *продвинутый (углубленный) уровень*.

*Актуальность* проблем художественной направленности обусловлена современным социальным заказом на образование и задачами художественного образования школьников, которые выдвигаются в концепции модернизации российского образования. В ней подчёркивается важность художественного образования, использования познавательных и воспитательных возможностей предметов художественно-эстетической направленности, формирующих у обучающихся творческие способности, чувство прекрасного, эстетический вкус.

Проблема формирования у обучающихся эстетического отношения к искусству является одной из приоритетных проблем современной теории и практики эстетического воспитания. Это обуславливает не только интерес к этой проблеме со стороны научно-педагогической общественности, но и необходимостью её творческого осмысления и верного практического решения.

Занятия в объединении способствуют социальной активности ребёнка, там он знакомится с основами искусства, приобщается к одному из его видов. В танцевальных группах немаловажное место занимает подготовка репертуара и выступление перед зрителем. Каждый хореографический номер, осваемый в учебном курсе, требует от обучающихся эмоциональности, творческой активности, мобилизации духовных и физических сил.

*Цели и задачи программы*

*Цель* программы «Танцевальные жемчужины» - способствовать эстетическому развитию подрастающего поколения через хореографию.

*Учебно-музыкальные задачи:*

- дать всем детям первоначальную хореографическую подготовку, выявить их склонности и способности;
- дать всем детям первоначальную хореографическую подготовку в области классического и джазового танца, выявить их склонности и способности;
- опираться в обучении на основные принципы педагогики;
- знакомить детей с хореографическими терминами и понятиями;
- научить взаимосвязи музыки и движения;

- учить детей мыслить, слушать и слышать учителя, уметь исправлять неточности в исполнении;
- привить детям любовь к танцу, формировать их танцевальные способности (музыкально-двигательные, художественно-творческие).

*Развивающие задачи:*

- развить чувство ритма, эмоциональную отзывчивость на музыку;
- развить танцевальную выразительность, координацию движений, ориентировку в пространстве;
- пробуждать фантазию, способность к импровизации;
- развивать артистизм, умение исполнять ролевые танцы.

*Воспитательные задачи:*

- воспитывать художественный вкус, интерес к танцевальному искусству;
- сплотить коллектив, строить в нём отношения на основе взаимопомощи и сотворчества;
- принимать участие в концертной деятельности.

*Адресат программы.*

Данная программа предназначена для работы с обучающимися в системе дополнительного образования.

Рекомендуемый возраст обучающихся – от 7 до 17 лет. Количество детей в разновозрастной группе: от 10 до 15 человек.

В объединения принимаются не только те дети, которые обладают способностями и природными данными (т.е. гибкость, растяжка, выворотность, музыкальный слух) для занятий хореографией, а все желающие заниматься танцами. Основными требованиями, предъявляемыми к обучающимся, являются: регулярное посещение занятий, настойчивость, трудолюбие, добросовестность, доброжелательное отношение друг к другу.

К занятиям допускаются дети прошедшие медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья

*Форма обучения – групповая.*

*Режим занятий.*

Учебная нагрузка 152 часа в год. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа (педагогический час - 45 мин).

*Программа с 1 по 4 год обучения содержит следующие разделы:*

Раздел «*Ритмика*» включает ритмические упражнения, музыкальные игры, музыкально-ритмические задания по слушанию и анализу танцевальной музыки. Упражнения этого раздела способствуют развитию музыкальности: формированию музыкального восприятия, дают представление о выразительных средствах музыки, развивают чувство ритма, умение ориентироваться в маршевой и танцевальной музыке, определять её характер, метроритм, строение и умение согласовывать музыку с движением.

Также целесообразно ввести и использование аэробики, как тренажа, которая помимо развития и укрепления мышц шеи, рук, плечевого пояса, ног, туловища, стопы, развивает детей ритмически, вносит в занятие массу положительных эмоций, доставляет детям радость и удовлетворение от красивых двигательных упражнений, воспитывает эстетически.

Раздел «*Основы русского народного танца*» даёт широкое представление о русском народном танце, одном из наиболее распространенных и древних видов творчества русского народа. Русский народный танец – средство приобщения подрастающего поколения к богатству танцевального и музыкального творчества. На протяжении многовековой истории своего развития он всегда был связан с песней, бытом, трудом и обычаями русского человека.

При изучении раздела «*Танцы народов мира*» обучающиеся знакомятся с национальными особенностями народных танцев, народных обрядов, жизнью и историей народа. Всё это усилит выразительность исполнения, поможет более глубокому проникновению в национальный характер, воспитывает чувства интернациональной дружбы, коллективизма, культуру поведения и общения

«*Современный балльный танец*», задача этого раздела дать представление о стилистических особенностях и манере исполнения историко-бытовых и современных балльных танцев различных эпох, научить понимать характер исполнения танца, научить общению партнёров, культуре поведения. Изучение этого раздела является наиболее общедоступной формой приобщения школьников к хореографии.

«*Театр Мод*» как современный жанр сценического искусства – это синтез моды, музыки, эстрады и театра. Он требует для своего воплощения не только наличия у участников определенных способностей (артистичности, музыкальности, внешних сценических данных, пластичности, образного мышления), но и конкретных знаний и практических навыков: умения двигаться по сцене, распределяя время и пространство, в соответствии с музыкой разных жанров и стилевых направлений, используя разнообразные элементы дефиле. Выход на сцену – верхняя ступень мастерства, требующего самосовершенствования, это конечный результат серьезной подготовки.

Программа может изменяться по усмотрению руководителя без нарушения целостности программы и соотношения тренировочных занятий с разучиванием балльных танцев разных стилистических групп.

Основой программы является репертуар, который рекомендуется для разучивания и исполнения не только на занятиях, но и праздниках, конкурсах, концертах

Структура занятий включает в себя три основные части: подготовительную, основную, заключительную.

#### *Подготовительная часть занятия*

Общее назначение – подготовка организма к предстоящей работе. Конкретными задачами этой части является: организация группы (повышение внимания и эмоционального состояния занимающихся) умеренное разогревание организма. Основными средствами подготовительной части является: строевые упражнения (различные формы ходьбы и бега) несложные прыжки, короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов упражнения на связь с музыкой и др. Все упражнения исполняются в умеренном темпе и направлены на общую подготовку опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем

#### *Методические особенности.*

Продолжительность подготовительной части определяется задачами и содержанием занятия, составом занимающихся и уровнем их подготовки. На эту часть отводится примерно 10-15 % общего времени занятия.

#### *Основная часть занятия.*

Задачами основной части являются: развитие и совершенствование основных физических качеств; формирование правильной осанки; воспитание творческой активности; изучение, и совершенствование движений танцев и их элементов; отработка композиций.

Средства основной части занятия: упражнения на силу, растягивание и расслабление (движения у палки); хореографические упражнения; элементы современного балльного танца, народного танца, танцевальные композиции; постановочная работа

#### *Методические особенности.*

На данную часть занятия отводится примерно 75-85% общего времени. Порядок решения двигательных задач в части строится с учётом динамики работоспособности детей. Разучивание и корректировка новых движений происходит в начале основной части, в конце – отработка знакомого материала.

#### *Заключительная часть занятия.*

Основные задачи – постепенное снижение нагрузки; краткий анализ работы, подведение итогов, на эту часть отводится 5-10% общего времени.

Основными средствами являются: спокойные танцевальные шаги и движения; упражнения на расслабление; плавные движения руками; знакомые танцы, которые доставляет детям радость.

*Методические особенности.* В заключительной части проводится краткий разбор достигнутых на занятии успехов в выполнении движений, что создаёт у обучающихся чувство удовлетворения и вызывает желание совершенствоваться, замечания и советы по поводу недостаточно освоенных движений помогают обучающимся сосредоточить на них внимание на следующем занятии.

*Оценка эффективности занятий.*

Эффективность занятий оценивается педагогом в соответствии с программой, исходя из того, освоил ли обучающийся за год всё то, что должен был освоить. На занятиях самостоятельная отработка обучающимися танцевальных движений позволяет педагогу оценить, насколько понятен материал, внести соответствующие изменения.

Важным параметром успешного обучения является устойчивый интерес к занятиям, который проявляется в регулярном посещении занятий каждым обучающимся, стабильном составе групп. Эти показатели постоянно анализируются педагогом, и позволяет ему корректировать свою работу.

В конечном итоге, успех обучения характеризуется участием ребят в концертах, где они могут показать уровень профессиональной обученности.

*Принципы и методы организации образовательного процесса.*

Приёмы, принципы и методы организации образовательного процесса. Для достижения цели, задач и содержания программы необходимо опираться в процессе обучения на следующие *хореографические принципы*:

- принцип формирования у детей художественного восприятия через пластику;
- принцип развития чувства ритма, темпа, музыкальной формы;
- принцип обучения овладению культурой движения: гибкость, выворотность, пластичность

*Принципы дидактики:*

- принцип развивающего и воспитывающего характера обучения;
- принцип систематичности и последовательности в практическом овладении основами хореографического мастерства;
- принцип движения от простого к сложному как постепенное усложнение инструктивного материала, упражнений, элементов народного, бального танца;
- принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения, показа;
- принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности обучающихся;
- принцип доступности и посильности;
- принцип прочности обучения как возможность применять полученные знания во внеурочной деятельности, в учебных целях.

*Для реализации программы в работе с обучающимся применяются следующие методы:*

- метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонации в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения – образы;
- метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология. Историческая справка и др;

- метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям;
- метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.

*Программа с 5 года обучения содержит следующие разделы:*

Раздел *«Классический танец»* включает танцевально-тренировочные упражнения классического тренажа, формирующие у детей хорошую осанку, гибкость, координацию и культуру движения. Это способствует подготовке двигательного аппарата к выполнению более сложных танцевальных комбинаций.

*«Модерн-джаз-танец»*, цель данного предмета являются: расширение возможностей хореографического искусства, знакомство и овладение новыми видами танцевальной техники, развитие импровизационных способностей, достижение максимального эмоционального «раскрытие» обучающихся. Задачами раздела являются: изучение основных стилей, направлений, школа танцев модерн, джаз, хип-хоп; освоение особенностей манеры исполнения; закрепление пройденного материала на основе собственной сочинительской работы учителя. Содержание раздела *«Модерн-джаз-танец»* может постоянно изменяться, непрерывно пополняться новыми знаниями с помощью курсов усовершенствования, семинаров, творческого общения с педагогами, коллективами – профессиональными и самодеятельными, работающими в этом направлении, специальной литературы, в том числе переведённой с иностранных языков, видеоматериалами, информацией из интернета.

Целью содержания раздела *«История хореографического искусства»* является овладение учащимися знаниями основных этапов развития хореографии, знакомство с основными видами хореографического искусства в современной культуре.

В содержание раздела входит краткое описание жизни и творчества выдающихся хореографов и балетмейстеров, деятельность которых определяла развитие профессионального искусства.

Основой программы является репертуар, который рекомендуется для разучивания и исполнения не только на занятиях, но и праздниках, конкурсах, концертах.

*«Постановка танца»*, данный раздел включает в себя постановку танца, отработку сложных движений, изучение рисунка танцевальной композиции, просмотр видеокассет, дисков и работу с отстающими детьми. Показ танца является необходимым этапом постановочной работы. Во время выступления учащиеся воспитывают отношение к публичному выступлению и самоутверждаются. Репертуар постановок планируется в соответствии с актуальными потребностями и творческим состоянием той или иной группы. Вынашивая ту или иную тему, обдумывая хореографические средства, какими будет решаться номер, всегда необходимо помнить: для кого именно предназначена постановка. Дело в том, что для того чтобы поставить танец, необходимо учитывать физические данные, возраст ребенка, тип характера. Так, например, если занятие проводится с «меланхоликом», то танец будет выбран на медленную музыку, которая будет являться отражением лирического образа, но такой танец противопоказан «холерикам». Не менее важно, чтобы заложенные в танец мысли, воссозданные реальные события или сказка волновали детей, были очень близки к их душевному миру. Ведь дети чутки не только к внешней стороне танца, но и к идеям, к нравственному заряду каждой картины, потому что они хотят и делают это для себя, для своей души.

В объединении принимаются не только те дети, которые обладают способностями и природными данными (т.е. гибкость, растяжка, выворотность, музыкальный слух) для занятий хореографией, а все желающие заниматься танцами. Основными требованиями, предъявляемыми к обучающимся, являются: регулярное посещение занятий, настойчивость, трудолюбие, добросовестность, доброжелательное отношение друг к другу.

*Основной формой организации образовательного процесса является групповое занятие.*

Структура занятий включает в себя три основные части: подготовительную, основную, заключительную.

*Подготовительная часть занятия*

Общее назначение – подготовка организма к предстоящей работе. Конкретными задачами этой части является: организация группы (повышение внимания и эмоционального состояния занимающихся) умеренное разогревание организма. Основными средствами подготовительной части является: строевые упражнения (различные формы ходьбы и бега) несложные прыжки, короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов упражнения на связь с музыкой и др. Все упражнения выполняются в умеренном темпе и направлены на общую подготовку опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем

*Методические особенности.*

Продолжительность подготовительной части определяется задачами и содержанием занятия, составом занимающихся и уровнем их подготовки. На эту часть отводится примерно 10-15 % общего времени занятия.

*Основная часть занятия.*

Задачами основной части являются: развитие и совершенствование основных физических качеств; формирование правильной осанки; воспитание творческой активности; изучение, и совершенствование движений танцев и их элементов; отработка композиций.

Средства основной части занятия: упражнения на силу, растягивание и расслабление (движения у палки); хореографические упражнения; элементы современного и классического танца, танцевальные композиции; постановочная работа

*Методические особенности.*

На данную часть занятия отводится примерно 75-85% общего времени. Порядок решения двигательных задач в части строится с учётом динамики работоспособности детей. Разучивание и корректировка новых движений происходит в начале основной части, в конце – отработка знакомого материала.

*Заключительная часть занятия.*

Основные задачи – постепенное снижение нагрузки; краткий анализ работы, подведение итогов, на эту часть отводится 5-10% общего времени.

Основными средствами являются: спокойные танцевальные шаги и движения; упражнения на расслабление; плавные движения руками; знакомые танцы, которые доставляет детям радость.

*Методические особенности.* В заключительной части проводится краткий разбор достигнутых на занятии успехов в выполнении движений, что создаёт у обучающихся чувство удовлетворения и вызывает желание совершенствоваться, замечания и советы по поводу недостаточно освоенных движений помогают обучающимся сосредоточить на них внимание на следующем занятии.

*Оценка эффективности занятий.*

Эффективность занятий оценивается педагогом в соответствии с программой, исходя из того, освоил ли обучающийся за год всё то, что должен был освоить. На занятиях самостоятельная отработка обучающимися танцевальных движений позволяет педагогу оценить, насколько понятен материал, внести соответствующие изменения.

Важным параметром успешного обучения является устойчивый интерес к занятиям, который проявляется в регулярном посещении занятий каждым обучающимся, стабильном составе групп. Эти показатели постоянно анализируются педагогом, и позволяет ему корректировать свою работу.

В конечном итоге, успех обучения характеризуется участием ребят в концертах, где они могут показать уровень профессиональной обученности.



### *Принципы и методы организации образовательного процесса.*

Приёмы, принципы и методы организации образовательного процесса. Для достижения цели, задач и содержания программы необходимо опираться в процессе обучения на следующие хореографические принципы:

- принцип формирования у детей художественного восприятия через пластику;
- принцип развития чувства ритма, темпа, музыкальной формы;
- принцип обучения овладению культурой движения: гибкость, выворотность, пластичность

#### *Принципы дидактики:*

- принцип развивающего и воспитывающего характера обучения;
- принцип систематичности и последовательности в практическом овладении основами хореографического мастерства;
- принцип движения от простого к сложному как постепенное усложнение инструктивного материала, упражнений, элементов народного, бального танца;
- принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения, показа;
- принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности обучающихся;
- принцип доступности и посильности;
- принцип прочности обучения как возможность применять полученные знания во внеурочной деятельности, в учебных целях.

*Для реализации программы в работе с обучающимся применяются следующие методы:*

- метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонации в образных представлениях: импровизация;
- метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология. Историческая справка и др.;
- метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям;
- метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.

### *Особенности организации образовательного процесса*

	1 год обучения	2 год обучения	3 год обучения	4 год обучения	5 год обучения	6 год обучения	Летний образовательный модуль
Количество часов в неделю по годам обучения	4	4	4	4	4	4	4
Количество учебных недель	38	38	38	38	38	38	4
Количество учебных часов по программе	152	152	152	152	152	152	16
Количество учебных часов согласно расписанию	152	152	152	152	152	152	16

### *Планируемые результаты*

*К концу 1 года обучения обучающихся должны:*

Уметь: различать характер и темп музыки; строиться в колонну по одному, по два, четыре на месте и в продвижении.

Научиться выполнять движения: полуприседание, танцевальный шаг с носка, одинарные, двойные и тройные притопы, боковые приставные шаги, тройные хлопки, попеременные подскоки.

Иметь: представления о характере, выразительности исполняемых танцев, знать элементарные правила общения в паре; общее понятие о танце, его видах.

*К концу 2 года обучения обучающихся должны уметь:*

Определять и передавать в движении элементы музыкальной грамоты: характер музыки, темп; двухдольный и трёхдольный размеры.

Передать в движении сильную и слабую доли.

Выполнять подражательные движения, а также движения, передающие образы любимых героев мультфильмов.

Перестраиваться из круга в одну шеренгу, две, четыре и обратно.

Исполнять движения: шаг с подскоком, переменный шаг, попеременный вынос ноги вперёд на носок и каблук, подскоки на двух ногах, двойной и тройной притопы, ковырялочку, галоп, шаг польки и др.

Выразительно исполнять программные танцы и игры.

*К концу 3 года обучения обучающихся должны:*

Уметь: определять структуру музыкального произведения, четырёхдольный размер; ориентироваться в пространстве, перестраиваться в различные рисунки; импровизировать на заданную тему.

Знать и уметь выполнять танцевально-тренировочные упражнения, включённые в программу третьего года обучения.

Иметь представление о характере и манере исполнения танцев, включённых в программу.

*К концу 4-6 года обучения обучающихся должны:*

Знать основные фигуры групповых плясок в народно-сценическом танце, чувствовать национальный характер, ритм.

Познакомиться с основными движениями русского народного танца, уметь правильно их исполнять.

Понимать характер бального танца на эстраде.

Владеть соответствующей координацией и силовой нагрузкой в исполнении танцевального программного материала.

## Раздел 2. Содержание программы

### Учебно-тематический план 1 года обучения

№ п/п	Перечень разделов	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	<b>Вводное занятие.</b> Вводное занятие. Правила поведения на занятии. Техника безопасности. Особенности внешнего вида обучающегося	2	2	-	Опрос
2	<b>Ритмика 30ч.</b>				
	Элементы музыкальной грамоты. Определение и передача в движении.	6	-	6	Наблюдение
	Упражнения на развитие ориентации в	6	-	6	Наблюдение

	пространстве.				
	Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов.	6	-	6	Наблюдение
	Упражнения на развитие художественно-творческих способностей.	6	-	6	Наблюдение
	Слушание и анализ танцевальной классической музыки.	6	6	-	Опрос
<b>3</b>	<b>Русский народный танец, 30ч.</b>				
	Знакомство с русским народным танцем его истоками, традициями.	6	4	2	Опрос. Наблюдение
	Разучивание разнообразных шагов, поклонов.	6	-	6	Наблюдение
	Разучивание притопов в сочетании с простой ковырялочкой.	6	-	6	Наблюдение
	Припадание, присядка для мальчиков	6	-	6	Наблюдение
	Разучивание небольших этюдов, танцев, на основе выученных движений и комбинации русского народного танца	6	-	6	Наблюдение
<b>4</b>	<b>Танцы народов мира, 28ч.</b>				
	Знакомство с литовской танцевальной культурой.	18	2	16	Опрос. Наблюдение
	Элементы танца «Козлик»: разучивание перескоков с ноги на ногу; различных прыжков.	10	-	10	Наблюдение
<b>5</b>	<b>Современный балльный танец, 28ч.</b>				
	Учебно-тренировочная работа	8	2	6	Опрос. Наблюдение
	Разучивание танца с хлопками	10	-	10	Наблюдение
	Разучивание танца пляски цифр и букв	10	-	10	Наблюдение
<b>6.</b>	<b>Театр Мод, 30 ч.</b>				
	Вводное занятие - «Модель – это образ жизни»	2	2	-	Опрос
	Физическая подготовка	10	-	10	Наблюдение
	Основы классического танца	4	-	4	Опрос. Наблюдение
	Основы актерского мастерства	4	-	4	Опрос. Наблюдение
	Искусство дефиле	4	-	4	Опрос. Наблюдение
	Работа с предметами	4	-	4	Опрос. Наблюдение
	Лекция «Сумка модели»	2	2	-	Опрос
<b>7.</b>	<b>Итоговый контроль (аттестация обучающихся)</b>	4	2	2	Педагогическая диагностика
	<b>Итого:</b>	<b>152</b>	<b>22</b>	<b>130</b>	

**Вводное занятие.**

*Теория:* Вводное занятие. Правила поведения на занятии. Техника безопасности. Особенности внешнего вида обучающегося

**Раздел. Ритмика.**

Знакомство с простейшими элементами музыкальной грамоты. Исполнения хлопками, притопами ритмических рисунков некоторых музыкальных произведений, включённых в программу 1 класса. Овладение простейшими навыками координации движений. Развитие выворотности, правильной осанки, гибкости, музыкальности. Слушание и анализ музыки.

1). *Элементы музыкальной грамоты.*

*Практика:* Определение и передача в движении:

- характера музыки (весёлый, грустный);
- темпа (медленный, быстрый);
- динамических оттенков (тихо, громко);
- куплетная форма (вступление, запев, припев);
- жанров музыки (марш, песня, танец);
- метроритма (длительный: четверть-шаг, восьмая-бег)
- пауза (четверной, восьмой)

2). *Упражнения на развитие ориентации в пространстве.*

*Практика:* Построение в колонну по одному, по два, расход парами, четвёрками в движении и на месте. Построение в круг, движение по кругу

3). *Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов.*

*Практика:* Напряжение и расслабление мышц рук. Сгибание кистей: вниз, вверх, вперёд, назад. Поднимание рук вверх и опускание вниз. Напряжение и расслабление мышц ног. Вращение стопы: поднимание носком вверх и опускание вниз, отведение вправо, влево. Наклоны, повороты головы, круговые движения плечами.

4). *Упражнения на развитие художественно-творческих способностей:*

*Практика:* «упражнение с воображаемыми цветами», «хитрая лиса и волк», «мама спит», «прогулка по лесу».

5). *Слушание и анализ танцевальной музыки.*

*Теория:*

- П.И. Чайковский. Музыка из балета «Щелкунчик» (фрагменты)
  - Детский альбом. П. И. Чайковский.
- Октябрь (Осенняя песня). Из цикла «Времена года».

**Раздел. Русский народный танец.**

В задачу этого раздела входит знакомство с основными позициями и положениями рук и ног, положением головы и корпуса во время исполнения простейших элементов и движений на середине, развитие координации движений. Научить детей двигаться по кругу по одному и в парах на примере несложных игровых массовых танцев.

Рассказать о значении танца в жизни русского народа. Русский народный танец – часть национальной культуры русского народа. Связь русского народного танца с песней, обычаями, обрядами, бытом народа. Места, где проходили гулянья. Разнообразие народных игр, хороводов, плясок. Русские праздничные костюмы, их связь с бытом, танцами и природой, Традиции, сложившиеся в исполнении русского народного танца.

*Теория:* Знакомство с русским народным танцем его истоками, традициями.

*Практика:* Основные движения русского танца:

- простой поклон на месте;
- простой поклон с продвижением вперёд;
- одинарные, тройные притопы;

- простой шаг вперёд, скользящий шаг, переменный, быстрый шаг вперёд, галоп;
- простая ковырялочка: носок, каблук;
- припадание по 6-й позиции вперёд в продвижении;
- подготовка к присядкам: приседание по 6-й позиции;
- подскоки;

Умения и навыки, приобретённые при разучивании движения, демонстрируются во время постановочных этюдов:

- «Сударушка» (муз. народная)
- Круговой галоп (венгерская народная мелодия)

#### **Раздел. Танцы народов мира.**

В задачу раздела входит знакомство с прибалтийским народным танцем. Особенности предлагаемого материала является его внешняя схожесть. Дети знакомятся с основными позициями и положениями рук и ног, положением головы и корпуса во время исполнения простейших элементов, освоение этих элементов на середине, развитие элементарных навыков координации движений. В работе используется только 6-я позиция ног и 1-я и 3-я свободная позиция.

##### *Литовский народный танец.*

*Теория:* Знакомство с литовской танцевальной культурой.

*Практика:* По своему характеру литовские танцы спокойны или сдержанно оживленны. Им свойственна простота и не непосредственность. С начала и до конца танец исполняется либо плавно, степенно. Либо весело, без резких смен ритма.

Отличительная черта литовских танцев – продуманность построения разнообразие и богатство фигур. Распространены в Литве танцы, изображающие животных. С большим юмором и меткой наблюдательностью они передают характер и особенности животных.

##### *Элементы танца «Козлик»*

*Практика:*

- «прогулка»– простые шаги на приседание
- Перескоки с ноги на ногу на месте и с продвижением
- Прыжки из 6-й позиции во 2-ю и обратно
- «бодание» -прыжки с перекрещенными ногами
- «брыкание» - прыжки с выбрасыванием ног в сторону
- Прыжки с поджатыми ногами на месте с продвижением

#### **Раздел. Современный балльный танец.**

*Теория:* Учебно-тренировочная работа: связь элементов тренажа с разучиванием танцев. Азбука музыкального движения.

*Практика:* Пластические упражнения в характере и темпе музыки. Танцевальный шаг с носка, шаг на полупальцах, лёгкий бег, шаг с подскоком. Танцевальные шаги в образе различных животных, любимых героев мультфильмов.

- «Танец с хлопками» – парный, построен на лёгком беге и хлопками.
- «Пляска цифр и букв» – в руках у детей цифры и буквы. Танец построен на боковом шаге в сторону, тройном притопае на месте, отведение ноги вперёд на носок, в сторону на каблук.

#### **Раздел. «Театр мод».**

Задача раздела – это умения двигаться по сцене, распределяя время и пространство, в соответствии с музыкой разных жанров и стилевых направлений, используя разнообразные элементы дефиле. Выход на сцену – верхняя ступень мастерства, требующего самосовершенствования, это конечный результат серьезной подготовки.

*Теория:* Вводное занятие - «Модель – это образ жизни». Лекция «Сумка модели».

*Практика:* Физическая подготовка. Основы классического танца. Основы актерского мастерства. Искусство дефиле. Работа с предметами.

*Основные требования к знаниям и умениям обучающихся 1 года обучения.*

Уметь различать характер и темп музыки. Уметь строиться в колонну по одному, по два, четыре на месте и в продвижении.

Научиться выполнять движения: полуприседание, танцевальный шаг с носка, одинарные, двойные и тройные притопы, боковые приставные шаги, тройные хлопки, попеременные подскоки.

Иметь представления о характере, выразительности исполняемых танцев, знать элементарные правила общения в паре. Иметь общее понятие о танце, его видах.

*Учебно-тематический план 2 года обучения*

№ п/п	Перечень разделов	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1</b>	<b>Вводное занятие</b> Вводное занятие. Правила поведения на занятии. Техника безопасности. Особенности внешнего вида обучающегося	<b>2</b>	<b>2</b>	-	Опрос
<b>2</b>	<b>Раздел. Ритмика</b>	<b>30</b>	<b>6</b>	<b>24</b>	
	Элементы музыкальной грамоты.	<b>6</b>	-	6	Опрос. Наблюдение
	Упражнения на развитие ориентации в пространстве.	<b>6</b>	-	6	Наблюдение
	Упражнения на развитие «мышечного чувства» и отдельных групп мышц.	<b>6</b>	-	6	Наблюдение
	Упражнения на развитие художественно-творческих способностей.	<b>6</b>	-	6	Наблюдение
	Слушание и анализ танцевальной музыки	<b>6</b>	6	-	Опрос
<b>3</b>	<b>Раздел. Русский народный танец</b>	<b>48</b>	<b>2</b>	<b>40</b>	
	Скоморохи – первые профессиональные танцоры. Особенности развития русского танца в 18-19 веках.	<b>2</b>	2	-	Опрос
	Разучивание различных шагов русского танца, переступание с выносом ноги на каблук	<b>6</b>	-	6	Наблюдение
	Припадание по 3 позиции на месте и в продвижении	<b>6</b>	-	6	Наблюдение
	Присядка с выносом ноги на каблук	<b>4</b>	-	4	Наблюдение
	Разучивание небольших комбинации на основе выученных движений на середине	<b>10</b>		10	Наблюдение
	Разучивание небольших этюдов, танцев, на основе выученных движений и комбинации русского народного танца: кадрили, топотуха.	<b>20</b>		20	Наблюдение
<b>4</b>	<b>Раздел. Танцы народов мира</b>	<b>48</b>	<b>6</b>	<b>42</b>	
	Движения танца «Бульба»	<b>16</b>	2	14	Наблюдение

	Движения танца «Лявониха»	<b>16</b>	2	14	Наблюдение
	Движения танца «Йоксу-полька»	<b>16</b>	2	14	Наблюдение
<b>5</b>	<b>Раздел. Современный бальный танец:</b>	<b>20</b>	-	<b>20</b>	
	Пластические упражнения для мышц рук, ног, корпуса, шеи.	4	-	4	Наблюдение
	Разучивание «Берлинской польки».	8	-	8	Наблюдение
	Разучивание танца «Морячок».	8	-	8	Наблюдение
<b>6</b>	<b>Итоговый контроль (аттестация обучающихся)</b>	<b>4</b>	2	2	Педагогическая диагностика
	<b>Итого:</b>	<b>152</b>	<b>18</b>	<b>134</b>	

### *Содержание учебно-тематического плана 2 года обучения*

#### **Вводное занятие**

*Теория:* Вводное занятие. Правила поведения на занятии. Техника безопасности. Особенности внешнего вида обучающегося

#### **Раздел. Ритмика.**

##### *1) Элементы музыкальной грамоты*

*Практика:* Определение и передача в движении:

- характер музыки (спокойный, торжественный)
- темпа (умеренный)
- метроритма (длительностей: половинной, целой)
- определение сильных и слабых долей
- определение двухдольного и трёхдольного размеров

##### *2) Упражнения на развитие ориентации в пространстве.*

*Практика:* Положение в парах. Свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну. Построение из круга в одну шеренгу, в две шеренги, в четыре и обратное перестроение на месте, в продвижении.

##### *3) Упражнение на развитие «мышечного чувства» и отдельных групп мышц.*

*Практика:* Разведение рук в стороны с напряжением «растягивание резинки». Напряжение и расслабление мышц шеи, наклоны головы. Напряжение и расслабление мышц плечевого пояса, корпуса.

##### *4) Упражнения на развитие художественно-творческих способностей:*

*Практика:* Движения в образах любимых героев мультфильмов: Белоснежка и семь гномов, волк и семеро козлят, два весёлых гуся, цирковые лошадки, снежинки.

##### *5) Слушание и анализ танцевальной музыки*

*Теория:*

- П. И. Чайковский «Времена года»
- Шуман «Смелый наездник»
- Вальс из балета «Спящая красавица»

#### **Раздел. Русский народный танец.**

Этот период включает в себя продолжение разучивания элементов и движений русского народного танца. Особое внимание уделяется умению правильно открывать и закрывать руки. На основе изученных элементов вводятся небольшие танцевальные комбинации, способствующие развитию координации движений.

Обучающиеся знакомятся с истоками развития русского народного танца.

*Теория:* Танец в древних игрищах и языческих обрядах. Скоморохи и их роль в развитии русского народного танца. Светский характер искусства и хореографии при Петре 1. Отношение официальных кругов к русскому народному танцу. Особенности развития русского народного танца в 18-19вв. Сохранение и развитие танцевальных традиций русской хореографии на современном этапе.

*Практика:* Основные движения русского танца.

- Поклон
- Простой шаг назад, переменный шаг с каблука, медленный русский ход, шаркающий шаг, мужской шаг с каблука

- «ёлочка»
- Припадание по 3-й позиции
- Тройные переступания
- Переступание с выносом ноги на каблук
- Присядка вперёд по 6-й позиции с выносом ноги на каблук
- «мячик» - с одинарным хлопком впереди
- Быстрый бег в ритмическом разнообразии

На основе всех выученных движений русского народного танца разучиваются танцы или танцевальные этюды.

- Кадриль (муз. народная)
- Топотуха (муз. народная)

#### **Раздел. Танцы народов мира.**

Этот период обучения включает в себя продолжения разучивания элементов и движений белорусского и эстонского танцев. Разучиваются несложные танцевальные комбинации, этюды с элементами украинского танца, способствующие развитию координации движений.

*Белорусский народный танец*

*Практика:* Движения танца «Бульба»

- Подскоки с тройным переступанием на месте и с продвижением
- Подскоки на полупальцах по 6-й позиции с поворотом корпуса вправо и влево

- Боковые шаги в сторону с притопом и в повороте
- Удары в пол левой ногой, имитирующие копку картофеля
- Движения рук, связанные с посадкой картофеля, и тройные переступания

ногами

*Практика:* Движения танца «Лявониха»

- Основной ход танца «Лявониха»
- Боковой ход с отбивкой и хлопками
- Ход с отбивкой вперёд, ход назад
- Притопы в три удара
- Присядка с подтягиванием ноги на носок по 6-й позиции
- Присядка с подниманием согнутой ноги вперёд
- Присядка с ударом ногой впереди опорной

*Практика:* Эстонский танец

Парные эстонские танцы чаще всего имеют несложную двухчастную форму. По характеру исполнения танцы иногда степенные, иногда более оживлённые, но всегда спокойные. В движениях сказывается собранность, свойственная национальному характеру эстонского народа.

*Практика:* Движения танца «Йоксу-полька»

- Беговые шаги и подскоки
- Переступание с подскоком и поворотом
- Переходы в паре, простые шаги с подскоком
- Вращение на подскоках в паре



### **Раздел. Современный бальный танец.**

*Теория:* Учебно-тренировочная работа. Изменения темпа движения.

*Практика:* Различные перестроения. Обход одним партнёром другого, смена места с поворотом лицом друг к другу. Пластические упражнения включает в себя координацию движения рук, корпуса, ног и головы от простых к более сложным.

- «Берлинская полька» - парный танец, построен на шаге польки, хлопках в ладоши.

- Танец «Морячка» - танец основан на различные перестроения, обход мальчика девочки. Выполнение характерных для матросского танца движения.

*Основные требования к знаниям и умениям обучающихся 2 года обучения.*

Уметь определять и передавать в движении элементы музыкальной грамоты: характер музыки, темп. Уметь определять двухдольный и трёхдольный размеры. Уметь передать в движении сильную и слабую доли. Уметь выполнять подражательные движения, а также движения, передающие образы любимых героев мультфильмов.

Уметь перестраиваться из круга в одну шеренгу, две, четыре и обратно.

Уметь исполнять движения: шаг с подскоком, переменный шаг, попеременный вынос ноги вперёд на носок и каблук, подскоки на двух ногах, двойной и тройной прыжки, ковырялочку, галоп, шаг польки и др.

Уметь выразительно исполнять программные танцы и игры.

*Учебно-тематический план 3 года обучения*

№ п/п	Перечень разделов	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1</b>	<b>Вводное занятие</b> Вводное занятие. Правила поведения на занятии. Техника безопасности. Особенности внешнего вида обучающегося	<b>2</b>	2	-	Опрос
<b>2</b>	<b>Ритмика</b>	<b>20</b>	<b>2</b>	<b>18</b>	
	Элементы музыкальной грамоты	<b>2</b>	2	-	Опрос. Наблюдение
	Упражнения на развитие ориентации в пространстве	<b>6</b>	-	6	Наблюдение
	Упражнение на развитие «мышечного чувства» и отдельных групп мышц.	<b>6</b>	-	6	Наблюдение
	Упражнения на развитие художественно-творческих способностей	<b>6</b>	-	6	Наблюдение
<b>3</b>	<b>Русский народный танец</b>	<b>40</b>	-	<b>40</b>	
	Основные фигуры хоровода	4	-	4	Наблюдение
	Основные движения хоровода	8	-	8	Наблюдение
	Массовые танцы	28	-	28	Наблюдение
<b>4</b>	<b>Танцы народов мира</b>	<b>46</b>	<b>4</b>	<b>36</b>	
	Упражнения	<b>18</b>	-	18	Наблюдение
	Украинский народный танец	<b>14</b>	2	12	Наблюдение
	Татарский народный танец	<b>14</b>	2	12	Наблюдение

<b>5</b>	<b>Современный балльный танец.</b>	<b>40</b>	<b>-</b>	<b>40</b>	
	Учебно-тренировочная работа	10	4	6	Опрос. Наблюдение
	Разучивание элементов историко-бытовых танцев: «Менуэт»	10	-	10	Опрос. Наблюдение
	«Сударушка» - парный танец	10	-	10	Наблюдение
	«Слонёнок» - парный танец	10	-	10	Наблюдение
<b>6</b>	<b>Итоговый контроль (аттестация обучающихся)</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	Педагогическая диагностика
	<b>Итого:</b>	<b>152</b>	<b>14</b>	<b>138</b>	

*Содержание учебно-тематического плана 3 года обучения*

**Вводное занятие**

*Теория:* Вводное занятие. Правила поведения на занятии. Техника безопасности. Особенности внешнего вида обучающегося

**Раздел. Ритмика.**

*1) Элементы музыкальной грамоты*

*Практика:* Определение и передача в движении:

- Структура музыкального произведения (период, предложение, фраза)
- Форма (двухчастная, трёхчастная)
- Размер 4/4
- Репризы

*2). Упражнения на развитие ориентации в пространстве.*

*Практика:* Перестроение группы из круга в квадрат, перестроение из круга в рассыпную и снова в круг. Построение двух концентрических кругов, «воротца», «звёздочка», «карусель», «змейка». Движение в колонну по одному из углов по диагонали, с переходом в центре через одного. Построение в парах: обход одним партнёром другого и одной пары другой.

*3) Упражнение на развитие «мышечного чувства» и отдельных групп мышц в сочетании с танцевально-тренировочными.*

*Практика:* «Колобок»

*4) Упражнения на развитие художественно-творческих способностей:*

*Практика:* «ветерок и ветер», ритмическая игра «вопрос-ответ», «под дождём», «Антошка». Танцевальная импровизация на музыку, выбранную учителем.

**Раздел. Русский народный танец.**

Продолжается изучение элементов и движений русского танца. Обучающиеся знакомятся с основным жанром русского народного танца – хороводом, его видами. Особое внимание уделяется игровым хороводам. Разучиваются основные фигуры хороводов, подчеркиваются местные особенности исполнения.

Классификация русского народного танца. Хоровод – один из основных жанров русского народного танца. Виды хороводов. Деление русского народного танца на жанры и виды по хореографическим и другим устойчивым признакам. Основные жанры – хоровод, пляска, кадрили. Основные виды хоровод как самый распространенный и самый древний жанр. Характеристика и определение хороводов: игровые, круговые, узорчатые. Примеры хороводов по видам (на усмотрение преподавателя).

*Положение рук в групповых танцах*

*Практика:* В русских танцах исполнители держатся за руки или за платочки, образуя разнообразные построения, называемые фигурами. Разучивать фигуры нужно в движении при изучении хороводов.

- Круг
- «Звёздочка»
- «Карусель» или большая звёздочка
- «Корзиночка»
- «Цепочка»

Основные фигуры хороводов: «круг», «два круга рядом», «круг в круге», «корзиночка», «восьмёрка», «улитка», «змеяка», «колонна», «стенка», «гребень»

*Практика: Основные движения*

- Медленный русский ход с открыванием ноги вперёд
- «Гармошка»
- Маятник
- Притопы – удары всей стопой в пол: на сильную долю, на слабую долю, двумя ногами

- «молоточки»
- Ковырялочка с подскоком
- Простой ключ на переступаниях
- Дробная дорожка каблуками
- Разножка на полу в стороны
- Простая «верёвочка»
- «моталочка» на полупальцах с двумя ногами попеременно
- Хлопушка (одинарные хлопки и удары, акцентирующие в ладони. по бедру, по голенищу).

- Вращение на месте припаданием по 3 позиции

*Практика: Массовые танцы*

- «Ах вы, сени, мои сени» (муз. народная)
- «Веретёнце» (игровой хоровод)
- «Весенний хоровод» (муз. гр. «Иван купала»).

### **Раздел. Танцы народов мира.**

Этот раздел обучения включает в себя изучение элементов у станка, которые можно перенести на середину зала, а также более сложные танцевальные комбинации, способствующие развитию координации движений учащихся. Изучаются элементы и движения украинского и татарского народного танца, доступные детям данного возраста.

*Практика:*

*Упражнения:* Подготовка к началу движения: движения руки; движения руки в координации с движением ноги;

- Три открытые позиции ног;
- Перевод ноги из позиции в позицию;
- Приседание по 1,2, 3 открытым позициям лицом к станку;
- Приседания по прямым и открытым позициям, переводя ноги различными приёмами;
- Упражнения с напряжённой стопой из 1 позиции на каблук: с приседанием на опорной ноге, с полуприседанием в исходной позиции;
- Выведение ноги на каблук по 1 и 3 открытым позициям вперёд, в сторону, назад;
- Выведение ноги на носок, каблук, носок из 1, 3, 5 открытых позиций вперёд, в сторону, назад;
- Маленькие броски вперёд, в сторону, назад по 1, 3, 5 открытым позициям: с одним ударом стопой в пол через небольшое приседание, с коротким ударом по полу носком или ребром каблука работающей ноги, с полуприседанием на опорной ноге;

- Скольжение работающей ноги по опорной. Подготовка к «верёвочке»
- Опускание на колено на расстоянии стопы от опорной ноги;
- Растяжка из 1 прямой позиции в полуприседание и полное приседание на опорной ноге, стоя лицом к станку

*Украинский народный танец*

Много на Украине танцев и игр, связанных с различными временами года. К их числу относятся – весенние игры «веснянки», летние игры – «Заинька», осенние игры – «ходит гарбуз по городу», зимние игры – «метелица». Все эти танцевальные игры близки к хороводному типу, художественные образы, используемые в них, взяты из окружающей природы, но по характеру исполнения они различны.

Исполнение женских и мужских танцев резко отличается друг от друга. Женские – лиричные, мужские же отличаются динамикой исполнения, широтой движений, большими прыжками и вращениями.

*Теория:* знакомство с историей, обычаями и праздниками украинского народа.

*Практика:*

*Элементы украинского народного танца*

- Положение рук в парном массовом танце
- Простые поклоны на месте без рук и с руками
- Притопы, припадание
- «Верёвочка»
- «Дорожка плетёнка» - припадание в перемещённом положении
- «Выхилиясник»
- «бегунец»
- «Голубец» на месте

*Татарский народный танец.*

Татарское народное творчество отражает многовековую историю народа. Национальные обычаи, обряды, традиции татар особенно ярко выражаются на свадьбах, новогодних праздниках и других народных торжествах. Национальное придаёт больше торжественности массовым народным гуляньям. Величавость и плавность женского танца, энергичность и быстрый ритм движений мужского создают особый красочный колорит татарскому народному танцу.

*Теория:* знакомство с историей, обычаями и праздниками татарского народа.

*Практика:*

*Элементы и движения татарского танца.*

- Положение рук, положение рук в парном танце
- Положение ног
- Основные женские и мужской ходы
- «кучеру» - боковой ход
- «брма» - боковой ход
- «змейка»
- «бишек» - подскоки с переступанием
- «чолоштру» - подсечка
- Вращения
- приседания

**Раздел. Современный бальный танец.**

*Теория:* Учебно-тренировочная работа. Азбука музыкального движения. Понятие о такте и затакте.

*Практика:* Шаг с акцентом на «раз» по четыре и три шага. Движение в колонне по одному с разных сторон по диагоналям. Построение из одного круга в два концентрических

Элементы историко-бытового танца.

- «Менуэт» - парный танец основан на приставных шагах, поклонах и реверансах.
- «Сударушка» - парный танец, построен на тройном ходе с ударом, боковых шагах, шаге-каблуке.
- «Слонёнок» - парный танец, построен на отведение ноги в сторону на носок, подъём согнутой ноги вперёд, броске ноги вперёд, хлопками в ладоши, прыжках на двух ногах в повороте и на месте.

*Основные требования к знаниям и умениям обучающихся третьего года обучения.*

Уметь определять структуру музыкального произведения, четырёхдольный размер. Уметь ориентироваться в пространстве, перестраиваться в различные рисунки. Знать и уметь выполнять танцевально-тренировочные упражнения, включённые в программу третьего года обучения. Уметь импровизировать на заданную тему. Иметь представление о характере и манере исполнения танцев, включённых в программу. Владеть методикой исполнения упражнений народного танца у станка.

*Учебно-тематический план 4 года обучения*

№ п/п	Перечень разделов	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1</b>	<b>Вводное занятие</b> Вводное занятие. Правила поведения на занятии. Техника безопасности. Особенности внешнего вида обучающегося	<b>2</b>	<b>2</b>	-	Опрос
<b>2</b>	<b>Русский народный танец</b>	<b>60</b>	<b>4</b>	<b>56</b>	
	Знакомство с основным жанром русского народного танца – пляской. Отличительные черты её. Образ русского человека в пляске.	<b>4</b>	4	-	Опрос. Наблюдение
	Изучение основных фигур групповых плясок: «звёздочка», «карусель», «челнок», «волна».	<b>8</b>	-	8	Наблюдение
	Изучение видов русской народной пляски: Мужская, женская, парная, перепляс.	<b>8</b>	-	8	Наблюдение
	Разучивание танцевальных этюдов на основе выученных движений: «Светит месяц» или «Выйду на улицу»	<b>40</b>	-	40	Наблюдение
<b>3</b>	<b>Танцы народов мира</b>	<b>52</b>	-	<b>48</b>	
	Упражнения	<b>12</b>	-	12	Наблюдение
	Элементы и движения танца «Тарантелла»	<b>40</b>	-	40	Наблюдение
<b>4</b>	<b>Современный бальный танец</b>	<b>34</b>	<b>2</b>	<b>28</b>	
	Учебно-тренировочная работа.	<b>4</b>	2	2	Опрос. Наблюдение
	«Ча-ча-ча»: «чек»	<b>10</b>	-	8	Наблюдение
	«Медленный вальс»	<b>10</b>	-	8	Наблюдение

	«Ритмический фокстрот»	10	-	8	Наблюдение
5	<b>Итоговый контроль (аттестация обучающихся)</b>	4	2	2	Педагогическая диагностика
	<b>Итого:</b>	<b>152</b>	<b>10</b>	<b>142</b>	

*Содержание учебно-тематического плана 3 года обучения*

**Вводное занятие**

*Теория:* Вводное занятие. Правила поведения на занятии. Техника безопасности. Особенности внешнего вида обучающегося

**Раздел. Русский народный танец.**

Увеличение количества технически сложных движений русского танца. Работа над характером и манерой исполнения. Знакомство с основным жанром русского народного танца – пляской, с её отличительными особенностями.

Пляска – один из основных жанров русского народного танца. Характерные черты исполнения русской народной пляски. История и развития пляски. Отличительные черты её исполнения от хоровода. Импровизация – характерная черта русской пляски. Образ русского человека в пляске.

*Теория:* Знакомство с основным жанром русского народного танца – пляской. Отличительные черты её. Образ русского человека в пляске.

*Практика:*

*Основные фигуры групповых плясок*

- «Звёздочка»
- Шен («перехватка»)
- «Карусель»
- «Челнок»
- «Ручеёк»
- «Волна» и. т. д.

*Виды русской народной пляски*

- Одиночная мужская и женская;
- Парная;
- Перепляс
- Массовый

*Основные движения русской пляски*

- Переменный шаг в сочетании с подскоками, моталочкой
- Беговые ходы в сочетании с моталочками, голубцами, подбивкой.
- Моталочка в сочетании с поворотом, ковырялочкой.
- Верёвочка простая и двойная, в сочетании с ковырялочкой, различными выстукиваниями.
- Дроби в ритмическом разнообразии.
- Вращения: дробный ключ в повороте, моталочка с поворотом, ковырялочка с поворотом, с выниманием ноги вперёд на каблук, хлопущка в повороте.
- «Хлопушечные» танцевальные комбинации
- Использование различных присядок.

**Раздел. Танцы народов мира.**

В этот период продолжается дальнейшее изучение более сложных элементов у станка, требующих соответствующей координации в исполнении и силовой нагрузки. Активно работают руки. Добавляются перегибания корпуса, полуповороты. На середине зала допускается построение несложных комбинаций, Увеличивается количество

прыжков с одной ноги на другую, и с двух на одну. Начинается изучение итальянского народного танца.

*Практика: Упражнения на середине.*

- Приседание резкие и плавные по 1, 2, и 5 открытыми позициями и 1 прямой
- Скольжение стопой по полу: носком с остановкой в сторону или назад, ребром каблука,
- Маленькие броски (различные виды)
- Полуприседание на опорной ноге с постепенным поворотом колена работающей ноги из закрытого положения в открытое на 45
- Подготовка к «верёвочке» с поворотом колена работающей ноги в закрытое положение и обратно
- Развёртывание ноги на 90 с одним ударом каблука опорной ноги и полуприседание вперёд, в сторону и назад
- Подготовка к чётке в открытом положении вперёд, в сторону и назад
- Маленькие броски работающей ноги от щиколотки опорной (впер) с вытянутой стопой
- Выстукивания поочерёдные каблуками и полупальцами по 1 прямой позиции
- Растяжка по 1 позиции с перегибом корпуса
- Большие броски

*Итальянский сценический танец*

Изучение итальянского сценического танца строится на движениях «Гарантеллы», которая обрела определённую форму, и в то же время довольно близка к народной. Исполнение этого танца требует высокой техники, яркой выразительности корпуса и чёткой координации движения. Эмоциональный характер танца делает его доступным детям.

*Практика: Элементы и движения танца «Гарантелла»*

- Положение рук и ног в танце, положение рук с тамбурином
- Скольжение на носок вперёд в открытом положении с одновременным проскальзыванием на другой ноге назад в полуприседании ( на месте, с продвижением назад)
- Шаг с ударом носком по полу и одновременным подскоком на опорной ноге на месте и с продвижением назад
- Бег на месте и с продвижением вперёд
- Перескоки с ноги на ногу
- Шаг с подскоком и одновременным броском и сгибанием ноги в колене
- Соскоки двумя ногами во 2 позицию с подниманием ноги перед собой накрест другой
- Маленькие броски с поочерёдными ударами носком и каблуком по полу
- Маленький прыжок на одну ногу вперёд с одновременным откидыванием другой ноги, согнутой на 45 и 90
- Повороты внутрь и наружу

**Раздел. Современный бальный танец.**

*Теория: Учебно-тренировочная работа.*

*Практика: Музыкальные размеры ритмического фокстрота, медленного вальса. Ритмическая основа танца «Ча-ча-ча».*

Элементы историко-бытового танца. Особенности стиля танца по 3-й позиции. Вальсовая «дорожка»

- «Ритмический фокстрот». Начало изучения. Простейшая форма на музыку Фокс-марша (т. е. шаги выполняются на каждую музыкальную долю). Четвертные повороты.

- «Медленный вальс». Начало изучения. Перемена с правой и левой ноги, правый поворот, левый поворот.

- «Ча-ча-ча». Начало изучения: «чек», рука в руке, повороты на месте, плечо к плечу, поворот под рукой направо у партнёрши.

*Основные требования к знаниям и умениям обучающихся четвёртого года обучения.*

Владеть методикой исполнения упражнений у станка и на середине в области народно-сценического танца. Знать основные фигуры групповых плясок. Познакомиться с основными движениями русского народного танца. Уметь правильно их исполнять. Владеть соответствующей координацией и силовой нагрузкой в исполнении танцевального программного материала. Понимать характер бального танца, исполняемого в зале, на сцене, дома. Чувствовать национальный характер, ритм.

*Учебно-тематический план 5 года обучения*

№ п/п	Перечень разделов	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1</b>	<b>Вводное занятие</b> Вводное занятие. Правила поведения на занятии. Техника безопасности. Особенности внешнего вида обучающегося	<b>2</b>	<b>2</b>	-	Опрос
<b>2</b>	<b>Классический танец.</b>	<b>40</b>	-	<b>40</b>	
	Постановка корпуса, ног, рук.	<b>10</b>	-	10	Наблюдение
	Демиплие. Грандплие	<b>10</b>	-	10	Наблюдение
	Батман тандю.	<b>10</b>	-	10	Наблюдение
	Релеве ляж. Прыжки лицом к станку	<b>10</b>	-	10	Наблюдение
<b>3</b>	<b>Модерн-джаз-танец</b>	<b>40</b>	-	<b>40</b>	
	Упражнения	<b>10</b>	-	10	Наблюдение
	Основы овладения техникой джаз-танца.	<b>30</b>		30	Наблюдение
<b>4</b>	<b>История хореографического искусства</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	-	
	Происхождение танца и хореографии.	4	4	-	Опрос
	Основные виды хореографического искусства в современной культуре.	4	4	-	Опрос
	Балет как вид музыкального театра.	4	4	-	Опрос
	Современный балетный театр для детей.	4	4	-	Опрос
<b>5</b>	<b>«Постановка танца»</b>	<b>48</b>	<b>4</b>	<b>38</b>	
	Постановочная работа: знакомство с композицией танца и музыкальным сопровождением.	8	4	4	Опрос. Наблюдение
	Рабочие репетиции (развод танца).	10	-	12	Наблюдение
	Отработка движений.	10	-	12	Наблюдение
	Прогон танца.	10	-	10	Наблюдение
	Работа над характером и манерой исполнения.	10	-	4	Наблюдение
<b>6</b>	<b>Итоговый контроль (аттестация обучающихся)</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	Педагогическая диагностика



<b>Всего</b>	<b>152</b>	<b>24</b>	<b>128</b>	
--------------	------------	-----------	------------	--

*Содержание учебно-тематического плана 3 года обучения*

**Вводное занятие**

*Теория:* Вводное занятие. Правила поведения на занятии. Техника безопасности. Особенности внешнего вида обучающегося

**Раздел. Классический танец.**

Классический танец – основа балетного спектакля. Постановка корпуса, ног, рук. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата. Подготовительное движение руки (препарасьон). Прыжки с двух ног на две. Разные этапы прыжка (тан леве сотэ).

*Практика:*

- Постановка корпуса. Позиции ног. Позиции рук.
- Деми плие в 1, 2, 3, 5 позициях (вначале лицом к станку, позднее боком)
- Гранд плие по 1, 2, 5 позициям
- Батман тандю с 1, позднее с 5 позиции
- Батман тандю с деми плие ( с пур ле пье, пасса пар тер) с 1, позднее с 5 позиции.
- Батман тандю жете – из 1 позиции, сначала лицом к станку, позднее боком
- Батман тандю пике
- Релеве лян на на 25, 45 градусов
- Перегибы корпуса: назад, стоя лицом к станку в 1 позиции.
- Прыжки лицом к станку: тан леве соте – по 1, 2, 5 позициям; па эшапе на 2-ю позицию; шажман де пье.
- Па курю – мелкий бег на полупальцах

**Раздел. Модерн-джаз-танец.**

*Практика:* Основы овладения техникой джаз-танца.

Партер-джаз. Проработка на полу всех основных положений ног и корпуса, характерных для данного вида танца. Закрепление мышечных ощущений, несвойственных ранее, при исполнении классического и народных танцев. Положения контракции и релаксации в положении лёжа и сидя, маленькие «мостики» и «разножки». Сокращающая и круговая работа стоп по 6-й и 5-й позициям. Проработка батмана жете вперёд со стопой, сокращённой от колена. Волнообразные движения корпуса в положении круазе сидя. Ронд де жамб ан леер ан деор ан дедан из положения «лёжа». Проработка выхода на большой «мостик» из положения «стоя». Растяжки лёжа (на проработку положения ноги ан леер в сторону). Растяжка на положения «сидя», включая поясничную работу. Гранд батман жете вперёд, в сторону, назад, используя пасса выворотное и невыворотное.

Упражнение на середине.

Проучивание основных позиций ног джаз-танца: «вторая параллель», «четвёртая параллель», «перпендикуляр». Проучивание основных позиций рук: джаз 1, джаз 2, джаз 3, джаз 4. Работа корпуса, плеч, рук и головы в положении «стоя». Тяговые пор де бра, проработка торсовых смещений, работы боков.

**Раздел. История хореографического искусства.**

*Тема 1. Происхождение танца и хореографии.*

*Теория:* Происхождение танца. Танец эпохи первобытного строя. Танец в культуре древних цивилизаций – Египта, Индии, Древней Греции, Древнего Рима.

Описание танцев в произведениях древних поэтов, писателей, художников. Танец в эпоху средневековья.

*Тема 2. Основные виды хореографического искусства в современной культуре.*

*Теория:* Танцевальный фольклор. Пляска и танец. Условия формирования народных танцев. Хореографические формы народных танцев: хороводы, переплясы,

кадрилы и т. д. Содержание народной хореографии. Народный танец – исток хореографической культуры народов.

Бытовые танцы. Влияние народного танца на эволюцию бытового танца от 17 до 20 века. Салонные танцы. Современные балльные танцы.

*Тема 3. Балет как вид музыкального театра.*

*Теория:* Первые балеты, их назначение. Комедии-балеты. Общественные танцы. Ведущие хореографы. Единство в балетном спектакле сценарной, музыкальной, сценографической и хореографической драматургии.

*Тема 4. Современный балетный театр для детей.*

*Теория:* Спектакли для детей: классические балеты П.И. Чайковского. Борьба добра со злом. Нравственное содержание спектаклей. Прослушивание музыки из балетов, показ иллюстрации из книг и журналов, демонстрация видеоматериалов. Знать основы владения техникой джаз-танца.

#### **Раздел. «Постановка танца».**

*Практика:* Постановочная работа: знакомство с композицией танца и музыкальным сопровождением. Рабочие репетиции (развод танца). Отработка движений. Прогон танца. Работа над характером и манерой исполнения.

#### *Учебно-тематический план 6 года обучения*

№ п/п	Перечень разделов	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1</b>	<b>Вводное занятие</b> Вводное занятие. Правила поведения на занятии. Техника безопасности. Особенности внешнего вида обучающегося	<b>2</b>	<b>2</b>	-	Опрос
<b>2</b>	<b>Классический танец.</b>	<b>40</b>	-	<b>40</b>	
	Основные правила движения на середине.	40	-	40	Наблюдение
<b>3</b>	<b>Модерн-джаз-танец</b>	<b>50</b>	-	<b>50</b>	
	Техническое овладение упражнениями на середине.	50	-	50	Наблюдение
<b>4</b>	<b>История хореографического искусства</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	-	
	Выразительные средства хореографии.	2	2	-	Опрос
	Истоки русского балета.	2	2	-	Опрос
	Начало хореографического образования в России.	2	2	-	Опрос
	Сюжетный балетный спектакль.	2	2	-	Опрос
<b>5</b>	<b>«Постановка танца»</b>	<b>48</b>	<b>4</b>	<b>46</b>	
	Постановочная работа: знакомство с композицией танца и музыкальным сопровождением.	8	4	4	Опрос. Наблюдение
	Рабочие репетиции (развод танца).	10	-	12	Наблюдение
	Отработка движений.	10	-	12	Наблюдение
	Прогон танца.	10	-	10	Наблюдение
	Работа над характером и манерой исполнения.	10	-	4	Наблюдение

<b>6</b>	<b>Итоговый контроль (аттестация обучающихся)</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	Педагогическая диагностика
	<b>Всего:</b>	<b>152</b>	<b>16</b>	<b>136</b>	

*Содержание учебно-тематического плана 3 года обучения*

**Вводное занятие**

*Теория:* Вводное занятие. Правила поведения на занятии. Техника безопасности. Особенности внешнего вида обучающегося

**Раздел. Классический танец.**

Основные правила движения у станка. Понятия о поворотах ан деор и ан дедан. Эпальман. Эстетика, логика и техника смены эпальман (круазе, эффасе). Закон и эстетика равновесия в позах классического танца. Закономерности координаций рук и головы в пор де бра. Типы прыжков (с двух ног на две, с одной на другую, с двух на одну и с одной на две).

*Практика:*

Исполняются все пройденные элементы движений в различных комбинациях в более быстром темпе. Дополнительно изучаются: деми плие по 4 позиции.

- Гранд плие по 1, 2, 5 позиции
- Батман тандю по всем направлениям
- Рон де жамб партер ан деор и ан дедан
- Батман фондю – носком в пол по всем направлениям
- Батман фραπε – носком в пол
- Релеве лян – во всех направлениях
- Гранд батман жете – вначале изучается лицом к палке
- Па ассамблее – собранный прыжок, вначале лицом к станку
- Па дебурре – с переменной ног.

*Упражнения на середине*

- Гранд плие по 1, 2, 5-й позициям
- Батман тандю по 1-й позиции вперёд и в сторону
- Позы классического танца с ногой на 45 градусов. 1-й арабеск (носком в пол)

**Раздел. Модерн-джаз-танец.**

*Практика:*

**Тема.** Техническое овладение упражнениями на середине. Развёрнутая разминка на материале современного джаза.

Проучивание и освоение в чистом виде:

- Деми и гранд плие по 2, 4, 6 позициям
- Батман тандю вперёд, в сторону. Шаги тандю с разворотом на 180 градусов.
- Батман тандю жете по всем направлениям, шаги жете с разворотом на 180 градусов.
- Ронд де жамб партер ан деор и ан дедан. Проучивание позиции скручивания в 6 позицию. Проучивание «восьмёрки» корпусом одновременно с позицией скручивания.
- Подготовка к ронд де жамб ан лер, стоя лицом к станку и спиной к станку. Проучивания тура с ногой, открытой в сторону.
- Батман девелоппе вперёд, в сторону и назад.
- Гранд батман жете по всем направлениям через девелоппе.
- Пор де бра.

Раскладка основ разминочной части урока на середине зала – работа головы, стоп, коленей, плеч, бёдер со средней частью корпуса, паховые и боковые растяжки. Туры со 2 позиции. Вся разминка основана на данном материале с чётким, ритмически разложенным

рисунком. Характерно использование чередования темпо-ритмов, синкоп, смещенного ритма, свойственного джазовому танцу.

### **Раздел. История хореографического искусства.**

*Теория: Тема 1. Выразительные средства хореографии.*

Танец и пантомима. Виды современного сценического танца: классический, народно-сценический, эстрадный, свободная пластика. Понятие пластических мотивов. Хореографические темы. Хореографическая драматургия.

*Теория: Тема 2. Истоки русского балета.*

Народные истоки русского балета: игрища, хороводы. Искусство скоморохов. Влияние западноевропейского музыкального театра. Театр при дворе царя Алексея Михайловича. «Орфей и Эвридика». Хореография в России в эпоху Петра Первого. Ассамблеи. Появление театрального танца.

*Теория: Тема 3. Начало хореографического образования в России.*

Начало хореографического образования в Петербурге и Москве. Первые балетмейстеры в России.

*Теория: Тема 4. Сюжетный балетный спектакль.*

Сценарная драматургия балета. Фабула, тема, сюжет, идея, конфликт, построения действия, характеры. Музыкальная драматургия балета. Драматургия и хореография

### **Раздел. «Постановка танца».**

*Практика:* Постановочная работа: знакомство с композицией танца и музыкальным сопровождением. Рабочие репетиции (развод танца). Отработка движений. Прогон танца. Работа над характером и манерой исполнения.

## **Раздел 3. Форма аттестации и оценочные материалы**

*Формы аттестации:*

Формы подведения итогов программы:

- участие в конкурсах;
- постановочная работа;
- этюд на основе выученных движений.

Для полноценной реализации данной программы используются разные виды контроля:

- текущий: педагогическое наблюдение, беседа, опрос.
- промежуточный (декабрь) и итоговый (май) —, участие в различных конкурсах, постановочная работа, этюд на основе выученных движений.

## **Раздел 4. Организационно-педагогические условия реализации программы**

*Материально-техническое оборудование:*

- компьютер;
- проектор;
- акустическая система.

*Информационное обеспечение*

- интернет – ресурсы.

**Список использованных источников:**

1. Т. Н. Фисанович. Танцы для девочек.
2. Секрет танца, Издательство «Диамант» 1997г.
3. Начальный курс. Танцы. Издательство «Астрель» 2001г
4. Молодёжная эстрада №1 2001г.
5. Журналы «Мир танца» выпуски №3, №4 2001г.
6. З. Я. Роот. Танцы в начальной школе. Практическое пособие.
7. Ваганова А. Я. Основы классического танца. – Л. – М, 1963
8. Пасюткинская В. Волшебный мир танца. – М, 1985
9. Айседора Дункан. Моя исповедь. Айседора Дункан в воспоминаниях современников.