

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ ЦЕНТР ВНЕШКОЛЬНОЙ  
РАБОТЫ БУРЕЙСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА

ПРИНЯТА:  
методическим советом  
протокол от 20.06.2024 № 5

УТВЕРЖДЕНА:  
директор *И.В. Варламова*  
приказ от 21.06.2024 № 41



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА  
«ТАНЕЦ»**

Направленность:	художественная
Возраст обучающихся:	7-17 лет
Срок реализации:	10 лет
Уровень программы:	разноуровневая
Составитель (разработчик):	Габайдулина Оксана Сергеевна, педагог дополнительного образования

п. Новобурейский

2024

## Содержание программы

1. Комплекс основных характеристик программы.....	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цели и задачи программы.....	8
1.3. Содержание программы.....	10
1.4. Планируемые результаты.....	60
2. Комплекс организационно-педагогических условий.....	62
2.1. Форма аттестации и оценочные материалы.....	62
2.2. Условия реализации программы.....	63
2.3. Календарный учебный график.....	67
3. Список литературы.....	70
4. Приложения.....	72

# 1. Комплекс основных характеристик программы

## 1.1 Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая разноуровневая программа «Танец» **художественной направленности.**

В последнее время заметна тенденция возросшего интереса к танцевальной культуре. Танцевальное искусство в современное время становится одним из самых действенных факторов формирования гармонически развитой, духовно богатой личности. Благодаря систематическому хореографическому образованию и воспитанию учащиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру. Движение и музыка одновременно влияя на учащегося, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память, учат благородным манерам. Учащийся познает многообразие танца: классического, народного, современного и др. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Хореографические занятия совершенствуют учащихся физически, укрепляют их здоровье. Они способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, освоению навыков самомассажа, формируют красивую фигуру. Эти занятия хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и, в целом, повышают жизненный тонус учащихся.

Программа направлена на:

- формирование и развитие творческих способностей учащихся;
- удовлетворение индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном, художественно-эстетическом развитии;
- развитие и поддержку учащихся, проявивших интерес и определенные способности к художественному творчеству.

**Актуальность программы** заключается в том, что на современном этапе развития общества она отвечает запросам учащихся и родителей (законных представителей несовершеннолетних учащихся): формирует социально значимые знания, умения и навыки оказывает комплексное обучающее, развивающее, воспитательное и здоровьесберегающее воздействие, способствует формированию эстетических и нравственных качеств личности, приобщает учащихся к творчеству.

В рамках освоения программы **реализуется целевая модель наставничества по форме: «ученик-ученик»**, в основе которой лежит технология демократического сотрудничества.

«Ученик-наставник» - это обучающийся, который посещает объединение «Непоседа» не менее 3-х лет, и освоивший дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу не менее чем на 60%, обладающий сформированным комплексом профессиональных и личностных качеств, обладает высокими показателями в обучении, высоким уровнем творческих достижений, прилежен и трудолюбив. Он назначается педагогом на учебный год (если хорошо себя проявит, то и дольше). На каждого «ученика-наставника» приходится от 2 до 5 обучающихся, которым требуется чей-то личный положительный пример (это могут быть талантливые обучающиеся с заниженной самооценкой, или, напротив, талантливые с завышенной самооценкой).

**Педагогическая целесообразность программы** обусловлена важностью художественного образования. Использование познавательных и воспитательных возможностей хореографических занятий, формирующих у учащихся творческие способности, чувство прекрасного, эстетический вкус, а также пробуждение в учащихся стремления к прекрасному, интереса к музыкальному и танцевальному творчеству; приобщение к физической культуре и здоровому образу жизни; усиление эмоциональной отзывчивости и творческой активности; знакомство с танцевальной культурой, развитие образного мышления и воображения.

**Уровень программы:** разноуровневая.

Разноуровневость программы реализует право каждого ребёнка на овладение компетенциями, знаниями и умениями в индивидуальном темпе, объёме и сложности.

- **Стартовый** - основными задачами данного уровня являются: первоначальное знакомство с предметом, формирование интереса к данной деятельности, приобретение первоначального опыта деятельности по предмету.

- **Базовый** – предполагает освоение умений и навыков по предмету.

- **Продвинутый уровень** — для формирования компетентностей и творческой самореализации учащихся, проявляющих особые способности. Пройдя полный курс по программе, дети на этом уровне обучения занимаются только постановочной работой. Главной целью, которой, является концертно-исполнительская деятельность.

**Отличительной особенностью программы** является то, что обучающиеся могут начать свое образование с первого года обучения по базовому уровню, минуя первый стартовый уровень, поскольку темы занятий тесно взаимосвязаны, перекликаются друг с другом и являются логичным продолжением первого стартового уровня обучения. Учащиеся могут начать обучение с 1,2 или 3 года обучения по программе «Танец» согласно своему возрасту и при прохождении мониторинга знаний, умений и навыков.

**Новизна программы** заключается в непрерывности и преемственности образовательного процесса в области танцевального творчества, в

использовании нетрадиционных форм организации образовательного процесса: урок-сказка, урок-спектакль, видео урок.

Преемственность программы базируется на сохранении и последовательном обогащении тематики программы от уровня к уровню обучения. Учащийся переводится на базовый уровень обучения по программе «Танец» после освоения стартового уровня. Затем обучение продолжается по продвинутому уровню. Уровни взаимосвязаны и тематически дополняют друг друга при переходе с одного уровня обучения на другой, совершенствуются знания и умения, полученные на предыдущем уровне. Таким образом, учащиеся имеют возможность непрерывного и полноценного обучения хореографии.

**Адресат программы:** Программа рассчитана на обучение детей в возрасте от 7 до 17 лет.

*Стартовый уровень:* учащиеся в возрасте 7-9 лет (младший школьный возраст). Возраст 7-9 лет благоприятен для развития как специальных (в том числе физических двигательных), так и творческих способностей. Основным видом деятельности становится учение, (хотя не исключается ролевая игра). Психика развивается в интеллектуально-познавательном плане (дети любознательны, всем интересуются). В этом возрасте преобладает наглядно-действенное мышление, но происходит быстрое формирование абстрактно-логического мышления. Внимание развито в большей степени произвольное, формируются все виды памяти (словесная, двигательная, образная, зрительная, слуховая). Хорошо развиваются ощущение, восприятие, дети воспринимают, прежде всего, те объекты, признаки и свойства, которые вызывают непосредственную эмоциональную реакцию. Сила воли слаба, ребенок не умеет длительно преследовать намеченную цель, упорно преодолевать трудности и препятствия, обдумывать свои решения.

В физическом плане уделяется особое внимание развитию таких координационных способностей, как точность воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесие, согласование движений, ритм, ориентирование в пространстве, а также скоростных способностей.

Дети привыкают к новым условиям организации занятий, учатся выполнять требования, соблюдать дисциплину, игры используются преимущественно учебного характера.

*Базовый уровень:* учащиеся в возрасте 10-14 лет (средний школьный возраст). В подростковом возрасте ведущим видом деятельности постепенно становится общение, формируется характер. Происходит быстрое формирование абстрактно-логического мышления, развивается реализм воображения, и дети могут оценивать образы воображения с позиций логики. Важная возрастная особенность - подражательность взрослым и сверстникам, героям книг, фильмов, но копировать могут всё - как позитивное, так и негативное. Формируются трудолюбие, прилежание, дисциплинированность, умение сдерживать себя, контролировать свои

поступки. Восприятие становится более конкретным, внимание устойчивым, дети могут долго и сосредоточенно работать, проявляя силу воли.

Подростковый возраст - переломный период в развитии двигательных функций ребёнка. У детей складываются благоприятные предпосылки для углубленной работы над развитием двигательных способностей. В связи с этим главными задачами становятся развитие координационных (ориентирование в пространстве, быстрота перестроения двигательных действий, быстрота и точность двигательных реакций, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования силовых, пространственных и временных параметров движений). В соответствии с дидактическими принципами развивается техника и тактика танцевальных движений.

*Продвинутый уровень:* учащиеся в возрасте 15-17 лет (старший школьный возраст). Это возраст перемен, противоречий и контрастов. Они уже не маленькие, но им еще очень далеко до того, чтобы стать взрослыми. Для таких детей характерен повышенный интерес к себе и к изменениям, происходящим в организме, в сознании. На первый план выступает общение со сверстниками, их оценки и ценности. В этом возрасте пробуждается интерес к собственной личности. Они склонны завышать свои возможности, оправдывают свои поступки. Если их самооценка не совпадает с оценкой окружающих, они переживают серьезные потрясения. С взрослыми предпочитают быть на равных, постоянно стремятся к самоутверждению. В тоже время внутренне они часто застенчивы, легкоранимы. В отношениях с подростками необходимо, прежде всего, проявить максимум терпения и понимания. Важно не только предъявить требования, а показывать способы реализации их требований, проявить максимум внимания к внутреннему миру подростков. Отрицательные явления в поведении подростка легко устранить, если стремления детей этого возраста проявить свою «взрослость» находят удовлетворения в деятельности, которая носит ярко выраженный общественный смысл. Всё, что возможно, пусть делают сами. Необходимо чаще их ставить в ситуации ответственности за дело, товарищей, младших ребят, чаще прислушиваться к их мнению, постараться вызвать у них доверие. Предлагаемые подросткам занятия должны быть достаточно серьезными и общественно-значимыми. С ними надо много говорить обо всём, что их интересует, в чём они пытаются разобраться. Эти дети любят откровенные душевные беседы о жизни, отношениях между людьми, о мировых проблемах.

Формирование учебных групп осуществляется без специального отбора и хореографической подготовки, по возрастному признаку – учащиеся младшего, среднего и старшего школьного возраста.

Прием учащихся в коллектив осуществляется по предъявлению медицинской справки и заявления от родителя или лиц, заменяющих их.

**Объём и срок реализации программы:** дополнительная общеобразовательная, общеразвивающая программа по курсу обучения

хореографии «Танец» составлена с учетом возрастных особенностей учащихся. Полный курс программы рассчитан на 10 лет обучения (36 учебных недель в учебный год).

**Форма и режим занятий:** занятия проводятся с использованием различных **форм организации учебной деятельности** (групповая, массовая, индивидуальная). Разнообразные типы и формы занятий создают условия для развития познавательной активности, повышения интереса учащихся к обучению. Широко применяются коллективная, групповая, индивидуальная, фронтальная и парная форма организации учебной деятельности, а также нетрадиционные формы занятий: занятие - спектакль; занятие-путешествие; занятие – фантазия; занятие – творчество; репетиционные занятия, занятие-концерт, занятие-соревнование, занятие экскурсия, конкурсы, праздники, видео занятия; занятия-консультации; занятие взаимообучения учащихся; занятие-зачёт; занятие - игра.

Распределение учебных часов, организация занятий в соответствии с уровнями обучения осуществляется следующим образом:

Стартовый уровень:

- 1 и 2 год обучения, учащиеся в возрасте 7-9 лет, программа рассчитана на 144 часа в год (2 раза в неделю по 2 академических часа), 4 часа в неделю;

Базовый уровень:

- 3, 4, 5, 6, 7, 8 года обучения, учащиеся в возрасте 10-14 лет, программа рассчитана на 216 часов в год (3 раза в неделю по 2 академических часа), 6 часов в неделю;

Продвинутый уровень:

- 9, 10 года обучения, учащиеся в возрасте 15-17 лет, программа рассчитана на 288 часов в год (4 раза в неделю по 2 академическому часу), 8 часов в неделю.

Вновь прибывший учащийся поступает на соответствующий уровень обучения в зависимости от имеющихся у него умений, возможно поступление на 2 и 3 год обучения по результатам тестирования.

Перевод на следующий год обучения осуществляет педагог после успешного освоения программы текущего года обучения.

Наполняемость групп обучения – не менее 15 человек для 1 года обучения, 12-15 человек для 2 года обучения, 10-12 человек для последующих годов обучения.

По окончании программы в полном объеме учащийся получает свидетельство о дополнительном образовании установленного образца.

**Методы обучения**, применяемые в ходе образовательного процесса:

- *метод практического обучения*, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решений;

- *метод словесного обучения*: рассказ, объяснение, беседа, дискуссия о правильности выполнения упражнения, движения, постановки рук корпуса. С его помощью описывается техника движений, связанная с музыкой, дается терминология, историческая справка и др.;

- *наглядные методы обучения*: демонстрация видеофильмов, видеороликов с танцевальной тематикой (концерты различных коллективов, курсы растяжек, художественные танцевальные фильмы), показ танцевальных движений, наблюдение за выполнением преподавателем танцевального движения и др.;

- *метод активного слушания музыки* для проживания образных представлений и превращения их в двигательные упражнения;

- *игровой метод*, что позволяет учащимся раскрепощаться и избавляться от эмоциональных зажимов, что поможет в дальнейшем учащимся успешно выступить перед зрителями на сценической площадке.

## 1.2. Цели и задачи программы

**Цель программы:** создание условий для формирования творческой, инициативной и целеустремленной личности в процессе обучения искусству хореографии. Воспитание гармонично развитой личности.

**Задачи программы:**

### Стартовый уровень:

**Обучающие:**

- пробуждать и формировать интерес детей к хореографии;
- познакомить с понятиями: характер, темп, ритм, музыкальный размер, динамические оттенки, музыкальная форма, ритмический рисунок;
- приучать детей к правильной осанке корпуса;
- формировать представление о классическом танце;
- обучать практическими умениями и навыками в различных видах музыкально творческой, танцевальной и исполнительской деятельности;
- познакомить с правилами техники безопасности на занятиях.

**Развивающие:**

- развивать чувства ритма, музыкального слуха, эмоциональной отзывчивости на музыку;
- развивать наблюдательность, внимание, любознательность, расширять кругозор детей;
- развивать координацию движений, навыки владения своим телом;
- способствовать развитию физических данных.

**Воспитательные:**

- воспитывать культуру общения учащихся;
- учить адекватно, оценивать свои поступки, чутко относиться к творчеству сверстников;
- воспитывать силу воли, самостоятельность, стремление доводить начатое дело до конца, понимать значение результатов своего творчества.



### **Базовый уровень:**

#### **Обучающие:**

- обучать искусству хореографии, в ее стилевом многообразии классического танца, народно-сценического танца, историко – бытового и современного танца;
- обучать навыкам партерной гимнастики.

#### **Развивающие:**

- развивать у учащихся выразительность исполнения и формировать художественно образное восприятие и мышление;
- развивать нравственно-эстетические, духовные и физические качества личности;

#### **Воспитательные:**

- воспитывать уважение к культуре, языкам, традициям и обычаям народов, проживающих в Российской Федерации;
- воспитывать волевые качества учащихся: целеустремленность, выдержка, дисциплинированность;
- воспитывать культуру здорового образа жизни;
- способствовать развитию в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности.

### **Продвинутый уровень:**

#### **Обучающие:**

- сформировать представление о специфике разнообразных жанров танцевального искусства;
- сформировать навыки самостоятельной деятельности в освоении основ танцевальной культуры;

#### **Развивающие:**

- развивать устойчивый интерес к изучению различных областей хореографического искусства;
- расширять имеющиеся знания и обеспечить условия для дальнейшего развития навыков партерной гимнастики;
- способствовать приобщению подрастающего поколения к ценностям мировой культуры и искусства.

#### **Воспитательные:**

- формировать у учащихся высокий уровень духовно-нравственного развития, чувство причастности к историко-культурной общности русского народа и судьбе России.
- способствовать приобщению подрастающего поколения к ценностям мировой культуры и искусства.

### 1.3. Содержание программы

#### Учебный план 1-й год обучения. Стартовый уровень.

Раздел, тема	Количество часов			Форма аттестации ( контроля)
	всего	теория	практика	
Вводное занятие	2	1	1	Первичная диагностика – собеседование
Игровой стрейчинг	18	4	14	Устный опрос, игровые задания
Музыкальная грамота	18	4	14	Творческий отчёт, практические показы.
Партерная гимнастика	24	4	20	Контроль над выполнением упражнений
Танцевальная мозаика	26	4	22	Педагогическое наблюдение, тестирование
Игровое танцевальное творчество	18	4	14	Контроль над исполнением игрового задания. Свободный опрос
Освоение танцевального репертуара	32	4	28	Педагогическое наблюдение
Сценическая практика	4	1	3	Показательные выступления для родителей
Итоговое занятие	2	1	1	Викторина. Класс - концерт
<b>Всего:</b>	<b>144</b>	<b>27</b>	<b>117</b>	

#### Содержание учебного плана

##### Тема 1. Вводное занятие (2 часа)

*Теория:* знакомство с танцевальным искусством, как одним из видов детского творчества, режимом работы, темами, основными видами деятельности, установление расписания. Инструктаж по технике безопасности.

*Практика:* Первичная диагностика. Игры на знакомство, коллективообразование: «Назови имя», и др.

## **Тема 2. Игровой стрейчинг (разогрев) (18 часов)**

*Теория:* Назначение разминки, последовательность выполнения и правила выполнения упражнений.

*Практика:* Комплекс разминочных упражнений в игровой форме:

- упражнения для головы;
- упражнения для плечевого пояса;
- упражнения для рук;
- упражнения для корпуса;
- упражнения для ног;
- упражнения для тренировки равновесия;
- упражнения на координацию движения;
- упражнения для улучшения подвижности и эластичности мышц голени и стопы;
- упражнения для исправления осанки;
- прыжки.

## **Тема 3. Музыкальная грамота (18 часов)**

### 1. Характер музыки. Средства музыкальной выразительности.

*Теория:* Прослушивание музыкальных композиций: П. Мориа «Осенняя сюита», С. Рахманинов «Гусары», Ц. Пуни «Танец скоморохов», П. Чайковский «Времена года».

*Практика:* Определение их характера (весёлый, грустный, торжественный, спокойный, озорной и т. д). Движение в характере, заданном музыкой.

### 2. Музыкальные размеры.

*Теория:* Прослушивание музыкальных композиций: И. Штраус «Вальс с мячом», С. Рахманинов «Полька с гирляндами», Л. Минкус «Лошадки», Ф. Шуберт «Вальс».

*Практика:* Определение музыкальных размеров 2/4, 3/4, 4/4. Выделение акцентов (сильной доли) хлопками, притопами, наклонами, взмахами.

### 3. Динамические оттенки.

*Теория:* Роль и значение различных видов динамических оттенков. Прослушивание музыкальных композиций: Л. Бетховен «Танец фонариков», В. Моцарт «Оркестровые шутки», Д. Шостакович «Бусинки».

*Практика:* Движение в характере, заданном музыкой. Определение динамических оттенков музыки - piano (тихо), (fortissimo) — очень громко, (forte) — громко.

### 4. Музыкальная форма.

*Теория:* Прослушивание музыкальных композиций: Н. Римский - Корсаков «Яр хмель», И. Пономар «Школьная кадрили», А. Лядов «Танец льдинок». Определение музыкальной формы: двухчастной, трехчастной, куплетной.

*Практика:* Деление произведения на «вступление», «период», «фразу», «заключение», «предложение». Обучение одновременно начинать и заканчивать движения с началом и завершением музыкального произведения.

#### **Тема 4. Партерная гимнастика (24 часа)**

*Теория:* Назначение упражнений гимнастики, последовательность выполнения и правила выполнения упражнений.

*Практика:* Освоение комплекса партерной гимнастики:

- упражнения на укрепления мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад;
- упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклона вперед;
- упражнения на укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов в сторону;
- упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бёдер, ног;
- упражнения на укрепление и развитие стоп;
- упражнения на развитие выворотности;
- упражнения на снятие напряжения мышц;
- растяжка на полу.

#### **Тема 5. Танцевальная мозаика (26 часов)**

*Теория:* Методика исполнения основных движений, разучивание текста слов к этюду.

*Практика:* Разучивание танцевальных движений:

- «мышинная история»
- «а у зебры есть полоски»;
- «волшебные часы»;
- «мы маленькие звёзды»;
- «раз ладошка, два ладошка»;
- «сказочка»;
- «хорошее настроение».

#### **Тема 6. Игровое танцевальное творчество (18 часов)**

1. «Лесное царство» танцевальные этюды.

*Теория:* Приобретение навыков актерского мастерства.

*Практика:* Работа над образом заданных животных: медведя, кошки, зайки и т.д.; растений: цветок, дерево, ягоды и т.д. Этюды: «На полянке», «По грибы, по ягоды», «Звериная семейка». Творческие задания в группах и индивидуальные.

2. «Меня зовут...» игровые задания на воображение.

*Теория:* Развитие фантазии, воображения. Приобретение навыков актерского мастерства.

*Практика:* Изображение одушевленных и неодушевленных предметов по темам: «Во дворе», «Дом», «Путешествие» и т.д. Творческие задания на воображение в группах и индивидуальные.

3. «Говорящие предметы» танцевальные этюды.

*Теория:* Предметы - игрушки, гимнастические ленты, мячи, кубики и т.д. Развитие быстроты реакции, сообразительности, умения владеть предметом, способности «обыграть» предмет.

*Практика:* Танцевальные этюды «Веселые кубики», «Спортивный», «Танец с игрушками». Творческие задания в группах и индивидуальные.

4. «Рисунки на паркете» танцевальные этюды.

*Теория:* Приобретение навыков ориентации в пространстве и работы в ансамбле. Использование танцевальных рисунков на практике.

*Практика:* Построения маршем и шагом с носка в клин (открытый, закрытый), круги, лепестки, колонны, шеренги. Танцевальный материал: «Хоровод», «Птицы», «Марш». Игра «Нарисуй и покажи». Творческие задания в группах и индивидуальные.

#### **Тема 7. Освоение танцевального репертуара (32 часа)**

*Теория:* Характер движений, манера исполнения. Объяснение правильного исполнения.

*Практика:* Постановка танцевальных номеров.

- изучение танцевальных движений;
- соединение движений в танцевальные композиции;
- отработка техники танцевальных движений;
- работа над чистотой исполнения рисунка танца;
- работа над синхронностью исполнения рисунка танца.

#### **Тема 8. Сценическая практика (4 часа)**

Неотъемлемая часть учебного процесса в подготовке юного артиста, развивающая его смелость, выразительность и артистичность.

*Теория:* Правила поведения на сцене и за кулисами.

*Практика:* Выступление для родителей. Участие в отчетном концерте.

#### **Тема 9. Итоговое занятие (2 часа)**

*Теория:* Подведение итогов работы группы. Поощрения лучших воспитанников.

*Практика:* «Посвящение в танцоры» - открытое занятие для учащихся и родителей с демонстрацией полученных знаний и умений. Анализ работы.

### **Учебный план 2-й год обучения. Стартовый уровень.**

Раздел, тема	Количество часов			Форма аттестации (контроля)
	всего	теория	практика	
Вводное занятие	2	1	1	Входной контроль
Игровой стрейчинг	18	4	14	Устный опрос, игровые задания

Партерный экзерсис	22	2	20	Контроль над выполнением упражнений
Игровое танцевальное творчество	16	2	14	Практические показы. Коллективное обсуждение
Азбука классического танца	28	4	24	Педагогическое наблюдение, тестирование
Музыкально – ритмические навыки	18	4	14	Анализ исполнения движений. Фронтальный опрос
Освоение танцевального репертуара	32	4	26	Педагогическое наблюдение
Сценическая практика	6	1	5	Показательные выступления для родителей
Итоговое занятие	2	1	1	Викторина. Класс - концерт
<b>Всего:</b>	<b>144</b>	<b>25</b>	<b>119</b>	

### Содержание учебного плана

#### Тема 1. Вводное занятие (2 часа)

*Теория:* Цели и задачи 2 года обучения, план работы. Инструктаж по технике безопасности. Введение в программу. Что такое «хореографический язык» - приветствие и прощание – «поклон».

*Практика:* Водный контроль. Изучение техники выполнения поклона на середине зала. Игры на сплочение коллектива.

#### Тема 2. Игровой стрейчинг (разогрев) (18 часов)

*Теория:* Назначение разминки, последовательность выполнения и правила выполнения упражнений.

*Практика:* Комплекс разминочных упражнений в игровой форме:

- упражнения для головы;
- упражнения для плечевого пояса;
- упражнения для рук;
- упражнения для корпуса;
- упражнения для ног;
- упражнения для тренировки равновесия;

- упражнения на координацию движения;
- упражнения для улучшения подвижности и эластичности мышц голени и стопы;
- упражнения для исправления осанки;
- прыжки.

### **Тема 3. Партерный экзерсис (22 часа)**

*Теория:* Назначение упражнений гимнастики, последовательность выполнения и правила выполнения упражнений.

*Практика:* Освоение комплекса партерной гимнастики:

- упражнения на гибкость спины;
- упражнения для развития выворотности стопы;
- упражнения на растяжку связок и развитие выворотности тазобедренного сустава;
- упражнения для укрепления мышц пресса;
- упражнения на укрепление мышц спины;
- силовые упражнения.

### **Тема 4. Игровое танцевальное творчество (16 часов)**

1. «Трансформеры» игровые задания на воображение.

*Теория:* Развитие фантазии, воображения. Приобретение навыков актерского мастерства.

*Практика:* Изображение одушевленных и неодушевленных предметов по темам: «В магазине игрушек», «Экскурсия в зоопарк», «Чем пахнут ремесла» и т.д. Творческие задания в группах и индивидуальные.

2. «На все нужна сноровка» танцевальные этюды с предметами.

*Теория:* Предметы - игрушки, гимнастические палочки, гимнастические ленты, мячи, коробки, подушки и т.д. Развитие быстроты реакции, сообразительности, умения владеть предметом, способность «обыграть» предмет.

*Практика:* Танцевальные этюды «Мой веселый, звонкий мяч»,

3. «Танцевальная импровизация» танцевальные этюды.

*Теория:* Развитие фантазии, воображения.

*Практика:* Приобретение навыков актерского мастерства. Приобретение навыков импровизации в танце: умение передавать настроение, характер музыки, рассказать «свою историю». Творческие задания в группах и индивидуальные. Темы для импровизации в танце: «Времена года», «История о...», «Настроение».

4. «Причудливый узор» рисунок танца.

*Теория:* Развитие фантазии, воображения, внимания, ориентации в пространстве, умение работать в ансамбле. Использование танцевальных рисунков на практике.

*Практика:* Построения маршем и шагом с носка в шеренги (1,2,3,4), колонны (1,2,3,4), круги (1,2,3,4), (большие, маленькие), змейкой, звездочкой. Танцевальный материал: «Мы заводим хоровод», «Зимние узоры», «Орнамент».

### **Тема 5. Азбука классического танца (28 часов)**

*Теория:* Знакомство с творчеством великих русских танцоров 19-20 в. Просмотр видеофильма «Мастера русского балета». Формирование интереса и уважения к русскому балету.

Постановка корпуса - важнейший этап в занятиях классическим танцем. Правильная постановка корпуса гарантирует устойчивость, внутреннюю собранность и эстетическую восприимчивость при исполнении классических элементов.

*Практика:* Освоение упражнений классического танца:

- постановка корпуса, упражнение «Арбуз»;
- понятия рабочая нога и опорная нога;
- позиции ног (6,1,2,3);
- позиции рук (подготовительная, 1,2,3);
- releve по бпоз. ног, далее - по 1 поз;
- demi-plie по бпоз. ног, далее - по 1 поз;
- прыжки по 6 поз.

### **Тема 6. Музыкально – ритмические навыки (18 часов)**

*Теория:* Методика исполнения основных движений.

*Практика:* Освоение техники исполнения движений:

- шаги;
- бег;
- танцевальные положения рук;
- совершенствование маршевого шага;
- шаг польки;
- подскоки;
- галоп.

### **Тема 7. Освоение танцевального репертуара (32 часа)**

*Теория:* Характер движений, манера исполнения. Объяснение правильного исполнения.

*Практика:* Постановка танцевальных номеров:

- изучение танцевальных движений;
- соединение движений в танцевальные композиции;
- отработка техники танцевальных движений;
- работа над чистотой исполнения рисунка танца;
- работа над синхронностью исполнения рисунка танца.

### **Тема 8. Сценическая практика (6 часов)**

*Теория:* Правила поведения на сцене и за кулисами.

*Практика:* Выступление для родителей. Участие в отчетном концерте.

### **Тема 9. Итоговое занятие (2 часа)**

*Теория:* Подведение итогов работы группы. Поощрения лучших воспитанников.

*Практика:* Класс – концерт, демонстрация полученных знаний и умений.

Анализ работы.



**Учебный план 3-й год обучения. Базовый уровень.**

Раздел, тема	Количество часов			Форма аттестации ( контроля)
	всего	теория	практика	
Вводное занятие	2	1	1	Входной контроль
Азбука классического танца	32	4	28	Контроль за выполнением упражнений. Устный опрос.
Русский танец	38	8	30	Педагогическое наблюдение. Тестирование.
Как танцуют в разных странах	28	4	24	Анализ исполнения движений. Фронтальный опрос.
Партерный экзерсис	32	4	28	Педагогическое наблюдение. Тестирование.
Игровое танцевальное творчество	16	4	12	Анализ творческого задания. Свободный опрос.
Индивидуальные занятия	10	2	8	Работа над ошибками.
Освоение танцевального репертуара	40	6	34	Анализ проделанной работы.
Репетиционная работа	8	2	6	Контроль за выполнением. Практический показ.
Сценическая практика	8	2	6	Показательные выступления для родителей
Итоговое занятие	2	1	1	Викторина. Класс - концерт
<b>Всего:</b>	<b>216</b>	<b>38</b>	<b>178</b>	

## Содержание учебного плана

### Тема 1. Вводное занятие (2 часа)

*Теория:* Цели и задачи 3 года обучения, план работы. Инструктаж по технике безопасности.

*Практика:* Водный контроль. Просмотр видеоролика «Путешествие в мир танца». Игры на сплочение коллектива «Горошины».

### Тема 2. Азбука классического танца (32 часа)

*Теория:* «Зарождение первых балетов» - иллюстрированный реферат. Освоение позиции рук и ног и упражнений классического танца. Особенности выполнения упражнений.

*Практика:* Освоение техники исполнения упражнений классического танца:

- ported bras № 1., упр. «Арбуз», «Посчитай до восьми»;
- позиции ног – 5.4;
- grand-plie (большое приседание) по 1поз. ног, далее – по 2поз., упр. «Пружинка», «Паучок», «Затяжка»;
- battement tendu (отведение и приведение ноги) из 1 поз ног, упр. «Утюжок», «Пятка высоко»;
- allegro- sauté прыжок из бпоз. потом – 1 поз ног;
- allegro- sissonne simple. из 1поз. ног. Игра «Выше всех».

### Тема 3. Русский танец (38 часов)

#### 1. Танцы Древней Руси.

*Теория:* Зарождение первых танцев на Руси. Танцевальная культура Древней Руси.

*Практика:* Видео фильм «Русский танец». Разновидности русского танца. Формирование интереса и уважения к русской культуре и народному творчеству.

#### 2. Хоровод.

*Теория:* Русская танцевальная культура. Формирование интереса и уважения к русской культуре и народному творчеству.

*Практика:* Освоение хороводных рисунков: «круг», «двойной круг», «звездочка», «карусель». Разновидности хороводов.

#### 3. Позиции и положения рук. Позиции ног.

*Теория:* Позиции ног, положение стопы, подъема. Позиции рук, движение кисти.

*Практика:* Освоение техники исполнения: позиции ног, положение стопы. Позиции рук, движение кисти: «подбоченясь», скрещены на груди, с платочком, варианты комбинированных положений.

#### 4. Поклон. Подготовка к началу движения (preparation).

*Теория:* Поклоны в русском танце: маленький поклон, поясной поклон, поклон ниже пояса, сложный праздничный женский поклон.

*Практика:* освоение техники исполнения поклонов.

5. Полуприседания и большие приседания (plie) по 1-й, 2-й, 5-й позициям.

*Теория:* Понятия полуприседания и большие приседания (plie) по 1-й, 2-й, 5-й позициям.

*Практика:* Полуприседания: медленные, с подъемом на полупальцы, с наклоном корпуса, с подъемом на полупальцы и наклоном корпуса, быстрые. Полные приседания: медленные (основной вид), с подъемом на полупальцы, с наклонами корпуса, с подъемом на полупальцы и наклоном корпуса, с поворотом коленей.

6. Упражнение на развитие подвижности стопы (battement tendu).

*Теория:* Упражнение развивает силу и легкость ног, подвижность стопы, выворотность бедер, мягкость и эластичность мышц.

*Практика:* Перевод ноги с носка на пятку и обратно, с полуприседанием и на опорной ноге, с полуприседанием в момент возвращения ноги в позицию, с подъемом пятки опорной ноги, с ударом работающей ноги об пол.

7. Круг ногой по полу носком (rond de jambe).

*Теория:* Круговые движения по полу носком (основной вид).

*Практика:* С полуприседанием на опорной ноге, с поворотом пятки на опорной ноге, с полуприседанием и поворотом пятки опорной ноги, круговые движения на полу пяткой, с полуприседанием на опорной ноге, с поворотом пятки опорной ноги, с полуприседанием и поворотом пятки опорной ноги.

8. Медленный подъём ноги (relevé lent).

*Теория:* Медленное поднимание ноги на  $90^\circ$  — развивает силу и легкость ног в танцевальном шаге.

*Практика:* На два вступительных аккорда правая рука, приоткрываясь за тактом, открывается на вторую позицию. Работающая нога скользящим движением вытягивается вперед и, не задерживаясь на полу, выворотная и натянутая, медленно поднимается точно по прямой на высоту  $90^\circ$ . Натянутая нога фиксирует высоту, после чего медленно опускается и, коснувшись пола вытянутыми пальцами, скользящим движением возвращается в исходную позицию.

9. Перегибы корпуса.

*Теория:* Правила выполнения движения.

*Практика:* Выполняется у палки и на середине зала.

10. Бег на месте с продвижением вперед и назад на полупальцах, в сторону. *Теория:* Задача упражнений в ходьбе и беге является выработка легких, свободных движений с хорошей координацией в движениях рук и ног.

*Практика:* Бег на месте; бег с продвижением вперед и назад; бег вокруг себя в обе стороны; бег с высоким подниманием колен, сгибая ноги назад; подскоки на одной ноге, другая вперед, в сторону, назад, со сменой

ног; скачки на двух вправо-влево, вперёд-назад, вправо-назад, влево-назад; скачки в сочетании с приседаниями.

11. Ходы и проходки: бытовой, переменный, шаркающий, девичий плавный, дробный, с подскоками.

*Теория:* В русских танцах имеется значительное количество танцевальных ходов: простых, дробных, с подскоками и т. д. Некоторые из них широко распространены, другие характерны только для той или иной области.

*Практика:* Простой бытовой шаг. Переменный ход на всю ступню. Переменный ход с первым шагом на каблук. Сценический переменный ход. Шаркающий ход. Ход с подскоками и ударами носком свободной ноги позади опорной.

12. Боковые ходы: «припадание», «гармошка», «ёлочка».

*Теория:* Боковой ход: «припадание», «припадание» в русском сценическом женском танце. Гармошка — передвижение танцора боком, посредством последовательного сведения разведения носков и пяток.

*Практика:* Разучивание проходки «ёлочка», «гармошка».

13. Русский лирический танец «Сударушка».

*Теория:* «История происхождения русского лирического танца «Сударушка» - иллюстрированный реферат. Особенности и манерой исполнения танца.

*Практика:* Разучивание основного шага, основных элементов и фигур танца «Сударушка».

#### **Тема 4. Как танцуют в разных странах (28 часов)**

1. Танцы народов мира.

*Теория:* Зарождение первых танцев. Танцевальная культура разных стран и народов.

*Практика:* Видео фильм «Танцы народов мира». Знакомство с видами народно сценического танца. Формирование интереса и уважения к культуре народов мира.

2. Берлинская полька.

*Теория:* Знакомство с танцем, с его особенностями и манерой исполнения. Немецкий танец «Берлинская полька».

*Практика:* Разучивание основного шага, основных элементов и фигур танца «Берлинская полька». Постановка этюда.

3. Итальянская Тарантелла.

*Теория:* Знакомство танцевальной культурой Италии. Итальянский танец «Тарантелла». Особенности и манера исполнения.

*Практика:* Разучивание основного шага, основных элементов и фигур танца «Тарантелла». Постановка этюда.

#### **Тема 5. Партерный экзерсис (32 часа)**

1. Дивная пластика.

*Теория:* Техника безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Формирование волевых навыков. Тестовые упражнения по оценке гибкости и подвижности в суставах.

*Практика:* Упражнения для улучшения подвижности позвоночника. Упражнения, включающие максимальное сгибание туловища: «Кольцо», «Дельфин», «Мост» из положения лежа.

## 2. Гимнастические растяжки.

*Теория:* Освоение навыков растягивания мышц бедра. Формирование волевых навыков.

*Практика:* Упражнения для улучшения подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра. Высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой. Упражнения: «Веревочка», «Шпагат», «Оттяжка» из положения сидя, «Складка в шпагате» «Складка из «веревочки». Подготовительные упражнения «Бабочка» на спине, на животе, в складке.

## 3. Координация и апломб.

*Теория:* Освоение навыков ориентации в пространстве, умения координировать свое тело, внутренней собранности, устойчивости (апломб).

*Практика:* Деление зала по точкам-1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8. Выполнение движений по точкам по порядку и в разброс, движение по направлениям 8 точек. Упражнения на развитие апломба: «Ласточка», «Цапля» на полупальцах, «Йога».

## 4. Супер Стойки.

*Теория:* Освоение навыков внутренней собранности, формирование волевых навыков, спортивного характера.

*Практика:* Упражнения: стойка на лопатках (с согнутыми и прямыми ногами) - «Березка».

## 5. Колесо.

*Теория:* Техника безопасности при выполнении элементов акробатики. Освоение навыков внутренней собранности, формирование волевых навыков, спортивного характера.

*Практика:* Упражнение «Колесо» (на месте, в продвижении).

## 6. Чудо – складки.

*Теория:* Элементы акробатики, как способ украшения и обогащения танцевальных композиций. Техника безопасности при выполнении элементов акробатики. Освоение навыков внутренней собранности, формирование волевых навыков, спортивного характера.

*Практика:* Упражнения: складки «Книжка» из положения сидя, стоя, лежа, складки в шпагате «Веревочка».

## 7. Кувырок раз, кувырок два.

*Теория:* Техника безопасности при выполнении элементов акробатики. Освоение навыков группировки, внутренней собранности. Формирование волевых навыков, спортивного характера.

*Практика:* Упражнения «Кувырок» (вперед), «Кувырок» (назад), комбинации кувырков (вперед- назад).

### **Тема 6. Игровое танцевальное творчество (16 часов)**

#### 1. «В ролях...».

*Теория:* Развитие фантазии, воображения. Приобретение навыков актерского мастерства.

*Практика:* Изображение одушевленных и неодушевленных предметов по темам: «Кино», «Театр», «Игра» и т.д. Творческие задания в группах и индивидуальные.

#### 2. «Ах, эта импровизация».

*Теория:* Развитие фантазии, воображения.

*Практика:* Приобретение навыков актерского мастерства. Приобретение навыков импровизации в танце: умение передавать настроение, характер музыки, рассказать «свою историю». Творческие задания в группах и индивидуальные. Темы для импровизации в танце: «Классический танец», «Характер», «Если с другом вышел в путь».

#### 3. «Умные предметы».

*Теория:* Предметы – флажки, платки, гимнастические ленты, мячи. Развитие быстроты реакции, сообразительности, умения владеть предметом, способности «обыграть» предмет.

*Практика:* Танцевальные этюды: «Морская азбука», «Платочек», «В мечтах».

### **Тема 7. Индивидуальные занятия (10 часов)**

Работа с воспитанниками, отстающими в освоении программного материала

*Теория:* Работа над ошибками.

*Практика:* Практический показ.

### **Тема 8. Освоение танцевального репертуара (40 часов)**

*Теория:* Характер движений, манера исполнения. Объяснение правильного исполнения.

*Практика:* Постановка танцевальных номеров:

- изучение танцевальных движений;
- соединение движений в танцевальные композиции;
- отработка техники танцевальных движений;
- работа над чистотой исполнения рисунка танца;
- работа над синхронностью исполнения рисунка танца.

### **Тема 9. Репетиционная работа (8 часов)**

Отработка готовых номеров в танцевальном зале и на сцене, подготовка к выступлению.

*Теория:* Работа над ошибками.

*Практика:* Практический показ.

### **Тема 10. Сценическая практика (8 часов)**

*Теория:* Привитие сценической культуры (внешний вид, поведение на сцене и за кулисами). Анализ ошибок в синхронности исполнения номера. Значение для детей реакции зрителей на выступление детей.

*Практика:* Выступление учащихся на различных сценических площадках посёлка. Участие в конкурсах, фестивалях, концертах различного уровня. Развитие «сценической» смелости. Применение полученных знаний, умений и навыков на практике. Обмен опытом между коллективами. Связь с родителями, общественностью.

**Тема 11. Итоговое занятие (2 часа)**

*Теория:* Подведение итогов работы группы. Поощрения лучших воспитанников.

*Практика:* Класс – концерт, демонстрация полученных знаний и умений. Анализ работы.

**Учебный план 4-й год обучения. Базовый уровень.**

Раздел, тема	Количество часов			Форма аттестации (контроля)
	всего	теория	практика	
Вводное занятие	2	1	1	Входной контроль
Азбука классического танца	32	4	28	Контроль над выполнением упражнений. Устный опрос.
Русский танец	46	8	38	Педагогическое наблюдение. Тестирование.
Как танцуют в разных странах	30	4	26	Анализ исполнения движений. Фронтальный опрос.
Партерный экзерсис	32	4	28	Педагогическое наблюдение. Тестирование.
Индивидуальные занятия	10	2	8	Работа над ошибками.
Освоение танцевального репертуара	40	6	34	Анализ проделанной работы.

Репетиционная работа	10	2	8	Контроль за выполнением. Практический показ.
Сценическая практика	12	2	10	Показательные выступления для родителей
Итоговое занятие	2	1	1	Викторина. Класс - концерт
<b>Всего:</b>	<b>216</b>	<b>34</b>	<b>182</b>	

### Содержание учебного плана

#### **Тема 1. Вводное занятие (2 часа)**

*Теория:* Цели и задачи 4 года обучения, план работы. Инструктаж по технике безопасности. Введение в программу.

*Практика:* Водный контроль. Просмотр видеоматериала с выступлениями детей.

Игры на сплочение коллектива.

#### **Тема 2. Азбука классического танца (32 часа)**

*Теория:* «Великие русские танцоры 19 века» - доклад о расцвете русского балета 19 века и танцевальных легендах 19 века. Понятия: «классический экзерсис» - у станка, на середине; «Preparation» - «приготовиться».

*Практика:* Освоение упражнений классического танца:

- упражнения, входящие в классический экзерсис;
  - освоение техники выполнения preparation;
  - battement tendu jete (бросок), проучивается из 1поз ног у станка в сторону, далее вперед, назад. Упражнения «Утюжок», «Пятка высоко», «Затяжка», «Бросок на 30\*»;
  - grand battement jete (большой бросок, мах) из 1поз. ног у станка, лицом к станку. Упражнения «Утюжок», «Затяжка». «Бросок на 90 \*»;
  - releve lent» (медленный подъем ноги на 30\*, 45\*, 60\*) из 1поз. ног у станка, лицом к станку, в сторону;
  - allegro-jete (прыжок) - важнейшего элемента в хореографии.
- Упражнения на развитие прыжка «Лужи».

#### **Тема 3. Русский танец (38 часов)**

1. Пляс, перепляс.

*Теория:* Русская танцевальная культура. Формирование интереса и уважения к русской культуре и народному творчеству.

*Практика:* Освоение рисунков плясовых переплясов: «шторки», «коробка», «шеренги», «клин». Манера исполнения. Основной ход:



«зазорный», «парный». Основные элементы плясок: «дробь», «каблучные», «парные». Перепляс «Девчата». Постановка этюда.

### 2. Дробь, переборы.

*Теория:* Русская танцевальная культура. Формирование интереса и уважения к русской культуре и народному творчеству.

*Практика:* Освоение дробных упражнений. Разновидности дробей, переборов. Похлопывание, потом протаптывание ритма. Упражнения «Ключ», «Притоп», «Трилистник», «Синкопированная дробь». Танцевальный этюд «Топотушки».

### 3. Кадриль.

*Теория:* Русская танцевальная культура. Формирование интереса и уважения к русской культуре и народному творчеству.

*Практика:* Освоение рисунков кадрили: «квадрат», «звездочка», «шеренги». Кадриль «Городская». Основной ход: «с удара», элементы кадрили «парные» и фигуры кадрили. Постановка этюда.

## **Тема 4. Как танцуют в разных странах (28 часов)**

### 1. Танцы народов мира.

*Теория:* Зарождение первых танцев. Танцевальная культура разных стран и народов.

*Практика:* Видео фильм «Танцы народов мира». Знакомство с видами народно сценического танца. Формирование интереса и уважения к культуре народов мира.

### 2. Греческий танец «Сиртаки».

*Теория:* Знакомство танцевальной культурой Греции. Греческий танец «Сиртаки». Особенности и манера исполнения.

*Практика:* Разучивание основного шага, основных элементов и фигур танца. «Сиртаки» - иллюстрированный реферат, доклад о происхождении и распространении танца «Сиртаки».

### 3. Китайские веера.

*Теория:* Знакомство с танцевальной культурой Китая. Китайский танец «Веера». Особенности и манера исполнения.

*Практика:* Разучивание основного шага, основных элементов и фигур танца «Веера».

## **Тема 5. Партерный экзерсис (32 часа)**

### 1. Пластические комбинации.

*Теория:* Техника безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Формирование волевых навыков.

*Практика:* Тестовые упражнения по оценке гибкости и подвижности в суставах. Упражнения на напряжение и расслабления мышц спины, растяжки позвоночника. Комбинации упражнений «Кольцо», «Лягушка», «Корзинка», «Лодочка», «Дельфин», «Мост» из положения стоя и подъем из «Моста». Этюд «Юные гимнасты».

### 2. Динамические растяжки.

*Теория:* Совершенствование навыков растягивания мышц бедра. Формирование волевых навыков.

*Практика:* Упражнения для улучшения подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра. Высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой. Упражнения: «Веревочка», «Шпагат», «Оттяжка» в положении стоя, «Складка в шпагате», «Разножка», «Бабочка», «Складка» в «Бабочке».

### 3. Акробатические зарисовки.

*Теория:* Элементы акробатики, как способ украшения и обогащения танцевальных композиций. Техника безопасности при выполнении элементов акробатики.

*Практика:* Освоение навыков группировки, внутренней собранности. Формирование волевых навыков, спортивного характера. Комбинации упражнений: «Кувырок» (вперед), «Кувырок» (назад), «Березка», «Складка», «Разножка в повороте», «Веревочка», «Шпагаты». Этюд «Акробатический».

### 4. На арене цирка.

*Теория:* Элементы акробатики, как способ украшения и обогащения танцевальных композиций. Техника безопасности при выполнении элементов акробатики.

*Практика:* Освоение навыков группировки, внутренней собранности. Формирование волевых навыков, спортивного характера. Комбинации упражнений «Кувырок» из «Березки» через «Складку», «Колесо» вперед - «Колесо» назад, «Шпагат». Этюд «Цирковой».

### **Тема 6. Индивидуальные занятия (10 часов)**

Работа с воспитанниками, отстающими в освоении программного материала.

*Теория:* Работа над ошибками.

*Практика:* Практический показ.

### **Тема 7. Освоение танцевального репертуара (40 часов)**

*Теория:* Характер движений, манера исполнения. Объяснение правильного исполнения.

*Практика:* Постановка танцевальных номеров:

- изучение танцевальных движений;
- соединение движений в танцевальные композиции;
- отработка техники танцевальных движений;
- работа над чистотой исполнения рисунка танца;
- работа над синхронностью исполнения рисунка танца.

### **Тема 8. Репетиционная работа (10 часов)**

Отработка готовых номеров в танцевальном зале и на сцене, подготовка к выступлению.

*Теория:* Работа над ошибками.

*Практика:* Практический показ.

### **Тема 9. Сценическая практика (10 часов)**

*Теория:* Привитие сценической культуры (внешний вид, поведение на сцене и за кулисами). Анализ ошибок в синхронности исполнения номера. Значение для детей реакции зрителей на выступление детей.

*Практика:* Выступление учащихся на различных сценических площадках посёлка. Участие в конкурсах, фестивалях, концертах различного уровня. Развитие «сценической» смелости. Применение полученных знаний, умений и навыков на практике. Обмен опытом между коллективами. Связь с родителями, общественностью.

**Тема 10. Итоговое занятие (2 часа)**

*Теория:* Подведение итогов работы группы. Поощрения лучших воспитанников.

*Практика:* Класс – концерт, демонстрация полученных знаний и умений. Анализ работы.

**Учебный план 5-й год обучения. Базовый уровень.**

Раздел, тема	Количество часов			Форма аттестации ( контроля)
	всего	теория	практика	
Вводное занятие	2	1	1	Входной контроль
Азбука классического танца	32	4	28	Контроль над выполнением упражнений. Устный опрос.
Русский танец	40	8	32	Педагогическое наблюдение. Тестирование.
Как танцуют в разных странах	32	4	28	Анализ исполнения движений. Фронтальный опрос.
Партерный экзерсис	32	4	28	Педагогическое наблюдение. Тестирование.
Индивидуальные занятия	10	2	8	Работа над ошибками.
Освоение танцевального репертуара	42	6	36	Анализ проделанной работы.

Репетиционная работа	10	2	8	Контроль за выполнением. Практический показ.
Сценическая практика	14	2	12	Показательные выступления для родителей
Итоговое занятие	2	1	1	Викторина. Класс-концерт
<b>Всего:</b>	<b>216</b>	<b>30</b>	<b>186</b>	

### Содержание учебного плана

#### Тема 1. Вводное занятие (2 часа)

*Теория:* Цели и задачи 5 года обучения, план работы. Инструктаж по технике безопасности. Введение в программу: стили и направления хореографического искусства: классический танец, народно-сценический танец.

*Практика:* Водный контроль. Просмотр видео «Танцевальные стили и направления» и слайдов по теме «Стили».

#### Тема 2. Азбука классического танца (32 часа)

1. *Теория:* «Балет, как высшая ступень развития хореографии Синтез искусства в балете. Создание балетного спектакля» - иллюстрированный реферат.

2. Aplomb.

*Теория:* Понятие aplomb.

*Практика:* Отработка правильной постановки корпуса, устойчивости.

3. Позы: croisee и efface.

*Теория:* Позы croisee и efface (вперед, назад).

*Практика:* Поза croisee вперед. Поза croisee назад. Поза effacee вперед. Поза effacee назад

4. Demi-plie et grand-plie.

*Теория:* Понятия: Demi-plie и grand-plie.

*Практика:* Grand plie в 1, 2, 5, 6 позициях. Releve на полупальцах в 1, 2, 5 позициях, с вытянутых ног и с demi-plie у станка и на середине.

5. Battement tendu.

*Теория:* Понятие Battement tendu.

*Практика:* Элементы выполняются по 1, 3, 5 позициям, первоначально у станка, затем на середине зала с различным темпом.

6. Battement tendu jete.

*Теория:* Понятие Battement tendu jete.

*Практика:* Элементы выполняются по 1, 3, 5 позициям, первоначально у станка, затем на середине зала с различным темпом.

7. Rond de jambe par terre.

*Теория:* Понятие de jambe par terre.

*Практика:* Элементы выполняются у станка и на середине зала в различном темпе.

8. Releve lent.

*Теория:* Понятие Releve lent.

*Практика:* Элементы выполняются по 1, 3, 5 позициям, первоначально у станка, затем на середине зала с различным темпом.

9. Ported bras (1, 2, 3).

*Теория:* Упражнения для рук, корпуса, головы.

*Практика:* Разучивание на середине 1, 2, 3 – ported bras.

### **Тема 3. Русский танец (40 часов)**

1. Танец–обряд.

*Теория:* Русская танцевальная культура. Формирование интереса и уважения к русской культуре и народному творчеству. Народные языческие праздники.

*Практика:* Обрядовые хороводы: «Иван Купала», «Ярилин день». «Танцы - обряды на Руси» - иллюстрированный реферат, доклад об старинных обрядах и народных языческих праздниках.

2. Мелкий дробный ход, каблучная дробь «горох», дробь, «ключ».

*Теория:* Понятие мелкий дробный ход, каблучная дробь «горох», дробь, «ключ».

*Практика:* Мелкий дробный ход с каблука. Дробь в сочетании с подскоком на опорной ноге. Дробь «в три ножки», или «трилистник». Дробный ход с ударами каблуком и подушечкой стопы. Каблучная дробь «горох». Дробная концовка на месте – «ключ».

3. «Ковырялочка» и её разновидности.

*Теория:* Это легкие последовательные удары носком и пяткой каждой ноги, со сменой ног и кратковременным протаптыванием.

*Практика:* «Ковырялочка» простая, в пол; простая, с броском ноги на 45 градусов и небольшим отскоком на опорной ноге; «ковырялочка» на 90 градусов с активной работой корпуса и ноги; в чередовании с одинарными, двойными и тройными притопами.

4. «Моталочка» и её разновидности.

*Теория:* Плясовое движение, которое заключается в поочередных маховых движениях ногами.

*Практика:* Подготовка к «моталочке». «Моталочка» по 1 прямой позиции. «Моталочка» с задержкой ноги сзади, впереди. «Моталочка» в «чистом» виде.

5. Хлопушки: на присядке, с прыжком, с дробью.

*Теория:* Хлопушки являются одним из основных и очень распространенных элементов русского народного танца

*Практика:* Хлопушка с фиксированным ударом. Хлопушка со скользящим ударом. Хлопушки в сочетании с разными движениями: на присядке, с прыжком, с дробью.

#### **Тема 4. Как танцуют в разных странах (32 часа)**

1. Основные движения татарского танца «Танца с платками».

*Теория:* Ознакомление учащихся с элементами татарского танца.

*Практика:* «основной татарский ход», «ковырялочка», «зигзаги», «бегунец», «припадание», «двойной битек», «бег вперед», «ход с каблука».

2. Основные движения танцев стран Прибалтики (Эстония, Литва, Латвия).

*Теория:* Ознакомление учащихся с элементами танцев стран Прибалтики.

*Практика:* «Прибалтийская полька»: «основной ход», «галоп», «перескоки», «подскоки», «прыжки».

3. Танцевальные комбинации в характере пройденных национальностей.

*Теория:* Составляются несложные танцевальные комбинации на 8–16 с манерой исполнения упражнения и характером изучаемой национальности. Движения осуществляются на базе совершенствования пройденного материала.

*Практика:* Комбинации Татарский танец, танцы стран Прибалтики (Эстония, Литва, Латвия).

#### **Тема 5. Партерный экзерсис (32 часа)**

1. Упражнения для стоп.

*Теория:* Техника безопасности при выполнении гимнастических упражнений.

*Практика:* Разучивание и отработка комплекса гимнастических упражнений для разогрева и подвижности суставов стопы. Для повышения эластичности связок. 2. Упражнения на выворотность.

*Теория:* Изучение упражнений на выворотность.

*Практика:* Упражнения на выворотность: «бабочка», «угол», «лягушка», «шнур», «выворотная складочка», «складочка с оттягиванием носка», «паучок».

3. Упражнения на гибкость вперед.

*Теория:* Упражнения для туловища в горизонтальной плоскости, из положения стоя.

*Практика:* Наклоны туловища вперед из положения стоя. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Наклоны туловища вперед из положения сидя с ногами вместе, раздельно.

4. Развитие гибкости назад.

*Теория:* Комплекс упражнений на развитие гибкости назад

*Практика:* Разучивание и отработка комплекса упражнений на развитие гибкости назад: наклоны назад, различные «мостики», «корзиночка», «лодочка».

5. Силовые упражнения для мышц живота.

*Теория:* Развитие мышц брюшного пресса.

*Практика:* Сгибание корпуса в положении лежа + скручивание в противоположную сторону. Сгибание корпуса в положении лежа + скручивание в одноименную сторону. Скручивание в положении сидя. Скручивания в положении лежа. Скручивания, лежа на боку.

6. Силовые упражнения для мышц спины.

*Теория:* Разучивание и отработка комплекса упражнений для мышц спины.

*Практика:* Разучивание и отработка комплекса упражнений для мышц спины: «мостик бедрами», «собака и птица», «планка на боку», выпады, «сарпасана», поясничные скручивания, поза младенца, удержание ног в статике.

7. Силовые упражнения для мышц ног.

*Теория:* Комплекс упражнений для мышц ног.

*Практика:* Приседания с отягощением и без. Сгибание и разгибания ног в коленях. Подъемы и опускания на носках. Подъем на носки "осликом". Подъемы ног вперед, сторону, назад.

8. Упражнения на развитие шага.

*Теория:* Комплекс упражнений на развитие танцевального шага.

*Практика:* Разучивание и отработка комплекса упражнений на развитие танцевального шага.

### **Тема 6. Индивидуальные занятия (10 часов)**

Работа с воспитанниками, отстающими в освоении программного материала.

*Теория:* Работа над ошибками.

*Практика:* Практический показ.

### **Тема 7. Освоение танцевального репертуара (42 часа)**

*Теория:* Характер движений, манера исполнения. Объяснение правильного исполнения.

*Практика:* Постановка танцевальных номеров:

- изучение танцевальных движений;
- соединение движений в танцевальные композиции;
- отработка техники танцевальных движений;
- работа над чистотой исполнения рисунка танца;
- работа над синхронностью исполнения рисунка танца.

### **Тема 8. Репетиционная работа (10 часов)**

Отработка готовых номеров в танцевальном зале и на сцене, подготовка к выступлению.

*Теория:* Работа над ошибками.

*Практика:* Практический показ.

### **Тема 9. Сценическая практика (12 часов)**

*Теория:* Привитие сценической культуры (внешний вид, поведение на сцене и за кулисами). Анализ ошибок в синхронности исполнения номера. Значение для детей реакции зрителей на выступление детей.

*Практика:* Выступление учащихся на различных сценических площадках посёлка. Участие в конкурсах, фестивалях, концертах различного уровня. Развитие «сценической» смелости. Применение полученных знаний, умений и навыков на практике. Обмен опытом между коллективами. Связь с родителями, общественностью.

**Тема 10. Итоговое занятие (2 часа)**

*Теория:* Подведение итогов работы группы. Поощрения лучших воспитанников.

*Практика:* Класс – концерт, демонстрация полученных знаний и умений. Анализ работы.

**Учебный план 6-й год обучения. Базовый уровень.**

Раздел, тема	Количество часов			Форма аттестации ( контроля)
	всего	теория	практика	
Вводное занятие	2	1	1	Входной контроль
Азбука классического танца	20	4	16	Контроль за выполнением упражнений. Устный опрос.
Народно – сценический танец	48	8	40	Педагогическое наблюдение. Тестирование.
Джаз - танец	40	8	32	Анализ исполнения движений. Фронтальный опрос.
Историко – бытовой танец	10	2	8	Коллективное обсуждение.
Партерный экзерсис	20	4	16	Педагогическое наблюдение. Тестирование.
Индивидуальные занятия	8	2	6	Работа над ошибками.



Освоение танцевального репертуара	40	8	32	Анализ проделанной работы.
Репетиционная работа	10	2	8	Контроль за выполнением. Практический показ.
Сценическая практика	16	2	14	Показательные выступления для родителей
Итоговое занятие	2	1	1	Викторина. Класс - концерт
<b>Всего:</b>	<b>216</b>	<b>42</b>	<b>174</b>	

### Содержание учебного плана

#### **Тема 1. Вводное занятие (2 часа)**

*Теория:* Цели и задачи 6 года обучения, план работы. Инструктаж по технике безопасности. Введение в программу: стили и направления хореографического искусства: историко – бытовой и современный танец.

*Практика:* Водный контроль. Импровизированные этюды на тему «Летние каникулы».

#### **Тема 2. Азбука классического танца (20 часов)**

##### 1. Passe.

*Теория:* Понятие passe - пересечённый.

*Практика:* Passe исполняется в воздухе, то есть, нога, отведённая в сторону или другое положение, сгибается в колене в выворотном состоянии и располагается рядом с углублением в колене.

##### 2. Battement developpe.

*Теория:* Battement developpe— разворачивающееся движение — развивает силу ног и выворотность тазобедренного сустава, необходимую для так называемого танцевального шага, вырабатывает изящество основных поз классического танца.

*Практика:* Battement developpe вперед, в сторону и назад.

##### 3. Grand battement jete.

*Теория:* Grand battement jete— движение с большим броском — как и в battement releve lent на 90°, развивает силу и легкость ног в танцевальном шаге.

*Практика:* Grand battement jete вперед, в сторону, назад. Grand battement jete начинают изучать в сторону лицом к палке, затем так же назад; grand battement jete вперед изучают держась за палку одной рукой.

##### 4. Arabesque. 1-й arabesque, 2-й arabesque.

*Теория:* В arabesque корпус подтянут, плечи, сохраняя ровность, раскрыты и опущены. Руки находятся в arabesque на одном уровне: рука, открытая на вторую позицию, продолжает линию плеча; рука, направленная вперед, выдерживает прямую линию.

Кисти, поворачиваясь ладонями вниз, продолжают общую линию рук, локти смягчаются.

*Практика:* Изучение и отработка 1-й arabesque и 2-й arabesque.

#### 5. Pas de bourree.

*Теория:* Pas de bourree развивает подвижность и живость стопы, а также придает четкость и ловкость движениям ног.

*Практика:* Pas de bourree начинают изучать лицом к палке. Выработав четкость, его переносят на середину зала. Сначала движение заканчивают, раскрывая руки в направлении второй позиции, затем — в маленькие позы.

### **Тема 3. Народно – сценический танец (48 часов)**

#### 1. Молдавский народный танец

*Теория:* «Молдавские народные танцы» - характер и темперамент, - иллюстрированный реферат, доклад о происхождении и распространении танца.

В основном молдавские танцы массовые, что приучает к ансамблевой дисциплине.

*Практика:* Научить правильно, выполнять движения молдавского танца:

- медленный женский ход;
- ход назад с остановкой на третьем шаге;
- «веревочка» простая и двойная;
- «тынок» (перескок с ноги на ногу);
- «голубцы» с притопами;
- «выступцы» (подбивание одной ногой другую);
- позиции и положения ног;
- позиции и положения рук;
- положения рук в парном и массовом танце;
- подготовка к началу движения;
- простые поклоны на месте без рук и с руками (женские);
- притопы;
- «бегунец»;
- «голубец» на месте и с продвижением в сторону.

#### 2. Украинский народный танец.

*Теория:* «Украинские народные танцы» - характер и темперамент, - иллюстрированный реферат, доклад о происхождении и распространении танца.

*Практика:* Научить правильно, выполнять движения украинского танца:

- «бигунец»;
- «голубец»;

- «выхилиясник»;
- «дорожка плетёна»;
- «верёвочка»;
- «метёлочка»;
- «подсечка»;
- «ползунок»;
- «тынок»;
- «обертас»;
- «голубец».

3. Танцевальные комбинации в характере пройденных национальностей.

*Теория:* Составляются несложные танцевальные этюды с манерой исполнения упражнения и характером изучаемой национальности. Движения осуществляются на базе совершенствования пройденного материала. Танцевальным этюдом называется маленькое танцевальное произведение, которое имеет законченную форму. В него включены лексика, композиционный рисунок.

*Практика:* Танцевальные этюды в характере пройденных национальностей.

#### **Тема 4. Джаз - танец (40 часов)**

##### **1. Свобода движения.**

*Теория:* История происхождения модерна, джаз - танца. Почему стало недостаточно классического танца. Творчество Айседоры Дункан. Основные направления джаз - танца. Техника безопасности на уроках.

*Практика:* Видео «Прорыв». «Завораживающий танец Айседоры Дункан» - иллюстрированный реферат, доклад о жизни и творчестве Айседоры Дункан.

##### **2. Джазовые позиции рук.**

*Теория:* Понятия и виды движений и позиций рук. Особенности позиций рук, положение кисти.

*Практика:* Проработка на середине зала движений и позиций рук «солнце» и «пресс».

##### **3. Джазовые позиции ног.**

*Теория:* Понятия и виды позиций ног.

*Практика:* Освоение основных позиции ног в джаз - танце: вторая параллель, четвертая параллель, перпендикуляр. Проработка на полу положений ног – flex, point (4 свободных позиций, 2 параллельных позиций).

##### **4. Изолированные движения головой.**

*Теория:* Понятия и виды изолированных движений головой.

*Практика:* Проработка на середине зала изолированных движений головы: «кивок», вращения, наклоны, повороты, «сандери» (сдвигание шейных позвонков в сторону).

##### **5. Изолированные движения плеч.**

*Теория:* Понятия и виды изолированных движений плеч.

*Практика:* Проработка на середине зала изолированных движений плеч: подъём и опускание плеч, «твист».

6. Изолированные движения грудной клетки.

*Теория:* Понятия и виды изолированных движений грудной клетки.

*Практика:* Проработка на середине зала изолированных движений грудной клетки: движение вперёд, движение назад, движение в сторону, движение вперёд – назад, «круг», «крест».

7. Изолированные движения бёдер.

*Теория:* Понятия и виды изолированных движений бёдер.

*Практика:* Проработка на середине зала изолированных движений бёдер: движение таза в сторону, движение вперёд – назад, «крест», «круг».

8. Demi plie u battement tendu.

*Теория:* Виды. Правила исполнения. Ошибки.

*Практика:* Владение техникой исполнения:

- demi plie (ноги параллельные);
- demi plie (ноги выворотом);
- battement tendu вперёд по 6 поз.
- battement tendu в сторону по 1 поз.

9. Шаги с бедром.

*Теория:* Виды. Правила исполнения. Ошибки.

*Практика:* Владение техникой исполнения:

- шаги с бедром на прямых коленях;
- шаги с бедром, колено чуть смягчено;
- комбинация шагов с хлопками.

10. Движения по диагонали.

*Теория:* Виды. Правила исполнения. Ошибки.

*Практика:* Владение техникой исполнения:

- rirs с переступанием;
- rirs с demi plae;
- rirs с deve Hoppe.

11. Джаз-партер.

*Теория:* Виды. Правила исполнения. Ошибки.

*Практика:* Владение техникой исполнения:

- поза «плуга»;
- поза «змеи»;
- обратная арка спины.

## **Тема 5. Историко-бытовой танец (10 часов)**

Польский танец «Полонез».

*Теория:* Знакомство с видами историко-бытового танца, с его особенностями и манерой исполнения. Польский танец «Полонез».

*Практика:* Разучивание основного шага, основных элементов и фигур танца «Полонез». Постановка этюда.

## **Тема 6. Партерный экзерсис (20 часов)**

### 1. Упражнения для стоп.

*Теория:* Техника безопасности при выполнении гимнастических упражнений.

*Практика:* Разучивание и отработка комплекса гимнастических упражнений для разогрева и подвижности суставов стопы. Для повышения эластичности связок.

### 2. Упражнения на выворотность.

*Теория:* Изучение упражнений на выворотность.

*Практика:* Упражнения на выворотность: «бабочка», «угол», «лягушка», «шнур», «выворотная складочка», «складочка с оттягиванием носка», «паучок», «ноги вверх».

### 3. Упражнения на гибкость вперед.

*Теория:* Упражнения для туловища в горизонтальной плоскости, из положения стоя.

*Практика:* Наклоны туловища вперед из положения стоя. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Наклоны туловища вперед из положения сидя с ногами вместе, отдельно.

### 4. Развитие гибкости назад.

*Теория:* Комплекс упражнений на развитие гибкости назад

*Практика:* Разучивание и отработка комплекса упражнений на развитие гибкости назад: наклоны назад, различные «мостики», «корзиночка», «лодочка».

### 5. Силовые упражнения для мышц живота.

*Теория:* Развитие мышц брюшного пресса.

*Практика:* Сгибание корпуса в положении лежа + скручивание в противоположную сторону. Сгибание корпуса в положении лежа + скручивание в одноименную сторону. Скручивание в положении сидя. Скручивания в положении лежа. Скручивания, лежа на боку.

### 6. Силовые упражнения для мышц спины.

*Теория:* Разучивание и отработка комплекса упражнений для мышц спины.

*Практика:* Разучивание и отработка комплекса упражнений для мышц спины: «мостик бедрами», «собака и птица», «планка на боку», выпады, поясничные скручивания, поза младенца, удержание ног в статике.

### 7. Силовые упражнения для мышц ног.

*Теория:* Комплекс упражнений для мышц ног.

*Практика:* Приседания с отягощением и без. Сгибание и разгибания ног в коленях. Подъемы и опускания на носках. Подъем на носки "осликом". Подъемы ног вперед, сторону, назад.

### 8. Упражнения на развитие шага.

*Теория:* Комплекс упражнений на развитие танцевального шага.

*Практика:* Разучивание и отработка комплекса упражнений на развитие танцевального шага.

### 9. Прыжки.

*Теория:* Опорные и простые (не опорные) прыжки. Четыре фазы не опорных прыжков: подготовка к толчку, толчок одной или двумя ногами, полет и приземление.

*Практика:* Отработка простых прыжков. Подбивные прыжки.

### **Тема 7. Индивидуальные занятия (8 часов)**

Работа с воспитанниками, отстающими в освоении программного материала.

*Теория:* Работа над ошибками.

*Практика:* Практический показ.

### **Тема 8. Освоение танцевального репертуара (40 часов)**

*Теория:* Характер движений, манера исполнения. Объяснение правильного исполнения.

*Практика:* Постановка танцевальных номеров:

- изучение танцевальных движений;
- соединение движений в танцевальные композиции;
- отработка техники танцевальных движений;
- работа над чистотой исполнения рисунка танца;
- работа над синхронностью исполнения рисунка танца.

### **Тема 9. Репетиционная работа (10 часов)**

Отработка готовых номеров в танцевальном зале и на сцене, подготовка к выступлению.

*Теория:* Работа над ошибками.

*Практика:* Практический показ.

### **Тема 10. Сценическая практика (16 часов)**

*Теория:* Привитие сценической культуры (внешний вид, поведение на сцене и за кулисами). Анализ ошибок в синхронности исполнения номера. Значение для детей реакции зрителей на выступление детей.

*Практика:* Выступление учащихся на различных сценических площадках посёлка. Участие в конкурсах, фестивалях, концертах различного уровня. Развитие «сценической» смелости. Применение полученных знаний, умений и навыков на практике. Обмен опытом между коллективами. Связь с родителями, общественностью.

### **Тема 11. Итоговое занятие (2 часа)**

*Теория:* Подведение итогов работы группы. Поощрения лучших воспитанников.

*Практика:* Класс – концерт, демонстрация полученных знаний и умений. Анализ работы.

**Учебный план 7-й год обучения. Базовый уровень.**

Раздел, тема	Количество часов			Форма аттестации ( контроля)
	всего	теория	практика	
Вводное занятие	2	1	1	Входной контроль
Азбука классического танца	20	4	16	Контроль над выполнением упражнений. Устный опрос.
Народно – сценический танец	44	8	36	Педагогическое наблюдение. Тестирование.
Джаз - танец	40	8	32	Анализ исполнения движений. Фронтальный опрос.
Историко – бытовой танец	12	2	10	Коллективное обсуждение.
Партерный экзерсис	20	4	16	Педагогическое наблюдение. Тестирование.
Индивидуальные занятия	8	2	6	Работа над ошибками.
Освоение танцевального репертуара	40	8	32	Анализ проделанной работы.
Репетиционная работа	10	2	8	Контроль за выполнением. Практический показ.
Сценическая практика	18	2	16	Показательные выступления для родителей
Итоговое занятие	2	1	1	Викторина. Класс-концерт
<b>Всего:</b>	<b>216</b>	<b>42</b>	<b>174</b>	

## Содержание учебного плана

### Тема 1. Вводное занятие (2 часа)

*Теория:* Цели и задачи 7 года обучения, план работы. Инструктаж по технике безопасности. Беседа: Народная мудрость, народный характер, народный юмор в танце.

*Практика:* Просмотр и обсуждение видеоматериала.

### Тема 2. Азбука классического танца (20 часов)

#### 1. Passe.

*Теория:* Понятие passe пересечённый.

*Практика:* Passe исполняется в воздухе, то есть, нога, отведённая в сторону или другое положение, сгибается в колене в выворотном состоянии и располагается рядом с углублением в колене.

#### 2. Battement developpe.

*Теория:* Battement developpe — разворачивающееся движение — развивает силу ног и выворотность тазобедренного сустава, необходимую для так называемого танцевального шага, вырабатывает изящество основных поз классического танца.

*Практика:* Battement developpe вперед, в сторону и назад.

#### 3. Grand battement jete.

*Теория:* Grand battement jete — движение с большим броском — как и в battement releve lent на 90°, развивает силу и легкость ног в танцевальном шаге.

*Практика:* Grand battement jete вперед, в сторону, назад. Grand battement jete начинают изучать в сторону лицом к палке, затем так же назад; grand battement jete вперед изучают держась за палку одной рукой.

#### 4. Arabesque: 3-й arabesque, 4-й arabesque.

*Теория:* В arabesque корпус подтянут, плечи, сохраняя ровность, раскрыты и опущены. Руки находятся в arabesque на одном уровне: рука, открытая на вторую позицию, продолжает линию плеча; рука, направленная вперед, выдерживает прямую линию. Кисти, поворачиваясь ладонями вниз, продолжают общую линию рук, локти смягчаются.

*Практика:* Изучение и отработка 3-й arabesque и 4-й arabesque.

#### 5. Adagio на середине.

*Теория:* Это упражнение на середине зала, состоящее из комбинации различных поз, наклонов и перегибов корпуса, поворотов, вращений и других движений в спокойном темпе, задача которого - выработка устойчивости, выразительности, музыкальности, чувства позы, гармонии и плавности

*Практика:* Упражнения на середине зала начинают с маленького adagio, не загружая его большим количеством поз и положений. В маленьком adagio новые движения сочетают с уже пройденными, как, например, с port de bras-préparation и т. д. Переходы из одного положения в другое



окрашиваются свободными движениями корпуса, головы и особенно рук, это развивает танцевальность.

### **Тема 3. Народно – сценический танец (44 часа)**

#### 1. Венгерский танец. Испанский танец.

*Теория:* Прослушивание национальной музыки разных народов Мира.

*Практика:* Показ видеозаписей танцев разных народов.

Сравнительный анализ венгерского танца и испанского танца.

#### 2. Основные движения венгерского танца «Чардаш».

*Теория:* «Чардаш» - характер и темперамент, - иллюстрированный реферат, доклад о происхождении и распространении танца.

*Практика:* Разбор и отработка основных движений венгерского танца:

- «веревочка»;
- разворачивание ноги (developpe) вперед и в пол;
- боковой ход с приседанием;
- шаг в сторону с двумя переступаниями (pasbalance);
- «голубец» и подбивка;
- «ключ» – удар каблуками;
- парные движения.

#### 3. Испанский танец.

*Теория:* «Испанский танец» - характер и темперамент, - иллюстрированный реферат, доклад о происхождении и распространении танца.

*Практика:* Разбор и отработка основных движений испанского танца:

- «припадание»;
- «движения рук (port de bras) с одновременным перегибанием корпуса»;
- «удлиненные шаги в полуприседании»;
- «соскоки» в 1, 4, 5 поз;
- сценический ход (па-де-баск);
- балансе с различными положениями корпуса и рук;
- дробные выстукивания в испанском стиле.

4. Танцевальные комбинации в характере пройденных национальностей.

*Теория:* Творческие задания для учащихся. Учащиеся сами придумывают комбинации в характере пройденных национальностей.

*Практика:* Защищают свои работы. После анализа работ учащихся, педагог дает свою комбинацию.

#### 5. Танцевальные этюды в характере пройденных национальностей.

*Теория:* Повторение пройденных движений.

*Практика:* Разучивание и отработка танцевальных этюдов в характере пройденных национальностей.

### **Тема 4. Джаз - танец (40 часов)**

#### 1. Вводное занятие.

*Теория:* Познакомить с современными направлениями джаз – танца.  
План работы. Техника безопасности на уроках.

2. Джазовые позиции рук и кистей.

*Теория:* Понятия и виды позиций рук и кистей. Особенности позиций рук, положение кисти.

*Практика:* Проработка на середине зала позиций рук и кистей: позиция «вниз», позиция «вверх», «веер» кистей, «круг» кистей.

3. Изолированные движения головой.

*Теория:* Понятия и виды изолированных движений головой.

*Практика:* Проработка на середине зала изолированных движений головы: «крест», «квадрат», «круг», «полукруг».

4. Изолированные движения плеч.

*Теория:* Понятия и виды изолированных движений плеч.

*Практика:* Проработка на середине зала изолированных движений плеч: «крест», «круг».

5. Изолированные движения бёдер.

*Теория:* Понятия и виды изолированных движений бёдер.

*Практика:* Проработка на середине зала изолированных движений бёдер: квадратные движения бёдер, «восьмёрка» таза.

6. Джаз прыжки.

*Теория:* Виды. Правила исполнения. Ошибки.

*Практика:* Владение техникой исполнения:

- с одной ноги на одну (hop);
- с одной ноги на другую (leap jetel);
- с двух ног на две (jump saute);
- с одной ноги на две (assemble);
- с двух ног на одну (скачек и галоп).

7. Виды и возможности движений.

*Теория:* Виды. Правила исполнения. Ошибки.

*Практика:* Владение техникой исполнения:

- ходьба и бег;
- «виноградная лоза»;
- «кукуруза»;
- шаг с бедром.

8. Волна (body roll).

*Теория:* Виды. Правила исполнения. Ошибки.

*Практика:* Владение техникой исполнения:

- body roll в верх;
- body roll в вниз;
- body roll в влево-вправо;
- body roll в влево-вправо с переходом.

9. Вращения.

*Теория:* Виды. Правила исполнения. Ошибки.

*Практика:* Владение техникой исполнения:

- «степ» - поворот, поворот на право;
- поворот на оси, поворот на подскока;
- джазовые повороты, повороты в воздухе.

### **Тема 5. Историко-бытовой танец (12 часов)**

Вальс.

*Теория:* Знакомство с видами историко-бытового танца, с его особенностями и манерой исполнения. Австрийский танец «Вальс». «Вальс, вальс, вальс...» - иллюстрированный реферат, доклад о происхождении и распространении танца «Вальс».

*Практика:* разучивание основного шага, основных элементов и фигур танца «Вальс». Постановка этюда.

### **Тема 6. Партерный экзерсис (20 часов)**

#### **1. Упражнения для стоп.**

*Теория:* Техника безопасности при выполнении гимнастических упражнений.

*Практика:* Разучивание и отработка комплекса гимнастических упражнений для разогрева и подвижности суставов стопы. Для повышения эластичности связок.

#### **2. Упражнения на выворотность.**

*Теория:* Изучение упражнений на выворотность.

*Практика:* Упражнения на выворотность: «бабочка», «угол», «лягушка», «шнур», «выворотная складочка», «складочка с оттягиванием носка», «паучок», «ноги вверх».

#### **3. Упражнения на гибкость вперед.**

*Теория:* Упражнения для туловища в горизонтальной плоскости, из положения стоя.

*Практика:* Наклоны туловища вперед из положения стоя. Поднимание туловища из положения, лежа на спине. Наклоны туловища вперед из положения, сидя с ногами вместе, отдельно.

#### **4. Развитие гибкости назад.**

*Теория:* Комплекс упражнений на развитие гибкости назад.

*Практика:* Разучивание и отработка комплекса упражнений на развитие гибкости назад: наклоны назад, различные «мостики», «корзиночка», «лодочка».

#### **5. Силовые упражнения для мышц живота.**

*Теория:* Развитие мышц брюшного пресса.

*Практика:* Сгибание корпуса в положении лежа + скручивание в противоположную сторону. Сгибание корпуса в положении лежа + скручивание в одноименную сторону. Скручивание в положении сидя. Скручивания в положении лежа. Скручивания, лежа на боку.

#### **6. Силовые упражнения для мышц спины.**

*Теория:* Разучивание и отработка комплекса упражнений для мышц спины.

*Практика:* Разучивание и отработка комплекса упражнений для мышц спины: «мостик бедрами», «собака и птица», «планка на боку», выпады, поясничные скручивания, поза младенца, удержание ног в статике.

7. Силовые упражнения для мышц ног.

*Теория:* Комплекс упражнений для мышц ног.

*Практика:* Приседания с отягощением и без. Сгибание и разгибания ног в коленях. Подъемы и опускания на носках. Подъем на носки "осликом". Подъемы ног вперед, сторону, назад.

8. Упражнения на развитие шага.

*Теория:* Комплекс упражнений на развитие танцевального шага.

*Практика:* Разучивание и отработка комплекса упражнений на развитие танцевального шага.

### **Тема 7. Индивидуальные занятия (8 часов)**

Работа с воспитанниками, отстающими в освоении программного материала.

*Теория:* Работа над ошибками.

*Практика:* Практический показ.

### **Тема 8. Освоение танцевального репертуара (40 часов)**

*Теория:* Характер движений, манера исполнения. Объяснение правильного исполнения.

*Практика:* Постановка танцевальных номеров:

- изучение танцевальных движений;
- соединение движений в танцевальные композиции;
- отработка техники танцевальных движений;
- работа над чистотой исполнения рисунка танца;
- работа над синхронностью исполнения рисунка танца.

### **Тема 9. Репетиционная работа (10 часов)**

Отработка готовых номеров в танцевальном зале и на сцене, подготовка к выступлению.

*Теория:* Работа над ошибками.

*Практика:* Практический показ.

### **Тема 10. Сценическая практика (18 часов)**

*Теория:* Привитие сценической культуры (внешний вид, поведение на сцене и за кулисами). Анализ ошибок в синхронности исполнения номера. Значение для детей реакции зрителей на выступление детей.

*Практика:* Выступление учащихся на различных сценических площадках посёлка. Участие в конкурсах, фестивалях, концертах различного уровня. Развитие «сценической» смелости. Применение полученных знаний, умений и навыков на практике. Обмен опытом между коллективами. Связь с родителями, общественностью.

### **Тема 11. Итоговое занятие (2 часа)**

*Теория:* Подведение итогов работы группы. Поощрения лучших воспитанников.

*Практика:* Класс – концерт, демонстрация полученных знаний и умений. Анализ работы.

### Учебный план 8-й год обучения. Базовый уровень.

Раздел, тема	Количество часов			Форма аттестации ( контроля)
	всего	теор ия	практ ика	
Вводное занятие	2	1	1	Входной контроль
Классический танец	36	10	26	Контроль над выполнением упражнений. Устный опрос
Партерный экзерсис	36	10	26	Педагогическое наблюдение Тестирование
Ознакомительно – познавательные занятия	18	9	9	Коллективное обсуждение
Постановочная работа	60	20	40	Творческий показ Анализ проделанной работы
Индивидуальные занятия	22	8	14	Контроль за выполнением
Репетиционная работа	18	6	12	Контроль за выполнением Практический показ
Сценическая практика	22	2	20	Показательные выступления для родителей
Итоговое занятие	2	1	1	Викторина Класс – концерт
<b>Всего:</b>	<b>216</b>	<b>67</b>	<b>149</b>	

### Содержание учебного плана

#### Тема 1. Вводное занятие (2 часа)

*Теория:* Цели и задачи 8 года обучения, план работы. Инструктаж по технике безопасности. Введение в программу.

*Практика:* Водный контроль. Импровизированные этюды на тему «Как я провёл это лето».

## **Тема 2. Классический танец (36 часов)**

*Теория:* Повторение ранее пройденного материала. Развитие силы и выносливости ног за счет ускорения темпа исполнения, увеличения количества каждого тренируемого движения. Продолжение развития координации, усложнение техники исполнения ранее пройденных движений.

Раскрытие индивидуальности учащихся через музыкальный характер танцевальных комбинаций.

*Практика:*

### 1. Экзерсис у станка:

- demi-plies и grand plies;
- battements tendus;
- battements tendus jete;
- rond de jambe par terre en dehors и en dedans;
- battements fondus и battements soutenus;
- battements frappes;
- petits battements sur le cou-de-pied;
- battements releves lents и battements developpes;
- grands battements jetes и grands battements jetes pointes.

### 2. Экзерсис на середине:

- demi-plies и grand plies;
- battements tendus;
- battements tendus jetes;
- rond de jambe par terre en dehors и en dedans;
- battements fondus и battements soutenus;
- battements frappes, battements doubles frappes;
- battements releves lents и battements developpes;
- grands battements jetes и grands battements jetes pointes;
- 1, 2, 3, 4, 5 и 6 port de bras;

## **Тема 3. Партерный экзерсис (36 часов)**

Повторение и закрепление выученного за 4-7-й годы обучения. Ускоряем темп исполнения упражнений. Добавляем более сложные элементы, развивающие гибкость, танцевальный шаг, выворотность.

### 1. Упражнения для стоп.

*Теория:* Техника безопасности при выполнении гимнастических упражнений.

*Практика:* Разучивание и отработка комплекса гимнастических упражнений для разогрева и подвижности суставов стопы. Для повышения эластичности связок.

### 2. Упражнения на выворотность.

*Теория:* Изучение упражнений на выворотность.

*Практика:* Упражнения на выворотность: «бабочка», «угол», «лягушка», «шнур», «выворотная складочка», «складочка с оттягиванием носка», «паучок», «ноги вверх».

### 3. Упражнения на гибкость вперед.

*Теория:* Упражнения для туловища в горизонтальной плоскости, из положения стоя.

*Практика:* Наклоны туловища вперед из положения стоя. Поднимание туловища из положения, лежа на спине. Наклоны туловища вперед из положения, сидя с ногами вместе, отдельно.

### 4. Развитие гибкости назад.

*Теория:* Комплекс упражнений на развитие гибкости назад

*Практика:* Разучивание и отработка комплекса упражнений на развитие гибкости назад: наклоны назад, различные «мостики», «корзиночка», «лодочка».

### 5. Силовые упражнения для мышц живота.

*Теория:* Развитие мышц брюшного пресса.

*Практика:* Сгибание корпуса в положении лежа + скручивание в противоположную сторону. Сгибание корпуса в положении лежа + скручивание в одноименную сторону. Скручивание в положении сидя. Скручивания в положении лежа. Скручивания, лежа на боку.

### 6. Силовые упражнения для мышц спины.

*Теория:* Разучивание и отработка комплекса упражнений для мышц спины.

*Практика:* Разучивание и отработка комплекса упражнений для мышц спины: «мостик бедрами», «собака и птица», «планка на боку», выпады, поясничные скручивания, поза младенца, удержание ног в статике.

### 7. Силовые упражнения для мышц ног.

*Теория:* Комплекс упражнений для мышц ног.

*Практика:* Приседания с отягощением и без. Сгибание и разгибания ног в коленях. Подъемы и опускания на носках. Подъем на носки "осликом". Подъемы ног вперед, сторону, назад.

### 8. Упражнения на развитие шага.

*Теория:* Комплекс упражнений на развитие танцевального шага.

*Практика:* Разучивание и отработка комплекса упражнений на развитие танцевального шага.

### 9. Прыжки.

*Теория:* Опорные и простые (не опорные) прыжки. Четыре фазы не опорных прыжков: подготовка к толчку, толчок одной или двумя ногами, полет и приземление.

*Практика:* Отработка простых прыжков. Подбивные прыжки.

## **Тема 4. Ознакомительно – познавательные занятия (18 часов)**

### 1. «Волшебная страна Танцевальная» - урок путешествие.

*Теория:* Беседа. Что такое танец, интересен ли мир танца для меня, как я могу проявить себя в танце. Виды танца (народный, историко-бытовой), настроение танца, ритм и его значение в танце, характер танца.

*Практика:* Игры-импровизации. Коллективное обсуждение.

2. «Чему учат танцевальные движения» - урок беседа.

*Теория:* Беседа. Роль танца в нашей жизни. Что развивают занятия хореографией, как влияет танец на настроение, самочувствие, здоровье.

3. «К собственному «Я» - через танец» - урок фантазия.

*Теория:* Беседа. Самобытность человека. Что отличает меня от других: индивидуальные особенности, задатки, эмоции, чувства, характер. Необходимость изучения своих эмоций, чувств, характера и способностей для реализации своего творческого потенциала. Что объединяет меня с другими людьми: любовь к близким, общие интересы, национальная принадлежность и т.д.

*Практика:* Выражение эмоций, чувств, переживаний через исполнение свободных танцевальных движений под музыкальную тему: «Мама - первое слово» (Ж. Бужов), марш «Радость победы» (Б. Беккер), обсуждение пережитых чувств, анализ своих движений. Разучивание танцевальных упражнений на взаимодействие с партнером «Зеркало» и др.

4. «Язык музыки. Какой он?» - урок семинар.

*Теория:* Беседа. Особенности музыкального восприятия. Как музыка влияет на наши чувства, мысли, настроение? Как можно передать музыкальный образ?

*Практика:* Характеристика музыкальных образов. Подбор выразительных движений для создания образа. Самостоятельное использование музыкально-двигательной деятельности в импровизациях.

5. «Красота движений» - урок тренировка.

*Теория:* Беседа. Красота движения – необходимое условие для гармоничного становления человека. Классический танец как средство развития уверенности, спокойствия, эмоциональной устойчивости.

*Практика:* Постановка корпуса, позиций рук, ног, поворотов головы, принятых в классическом танце. Положение корпуса у палки. Партерная классика. Свободный опрос.

6. Жест. «Как общаться с окружающими и понимать их без слов?»

*Теория:* Учить понимать и «прочитывать» в жестах информацию о человеке, его отношении к окружающему.

*Практика:* Разучивание жестов: «прошу», «не надо», «иди сюда», «уходи», плача, ласки, клича (в пространство), шептания (на ухо) и прислушивания; жесты, выражающие согласие, несогласие, приглашение, благодарность, приветствие, агрессию и пр. Музыкальные упражнения с элементами театрализации. Работа над ошибками.

7. «В чем уникальность русского народного танца?» - урок беседа.



*Теория:* Беседа. Простейшие сведения о народном танце, его особенностях, своеобразии. Хороводы, пляски. Связь танца с национальным костюмом и бытом. Происхождение народных праздников. Анкетирование.

8. Образное перевоплощение. «Как создается музыкальный образ?» - урок фантазия.

*Теория:* Учить элементарным приемам передачи характерных особенностей персонажей танцевальными движениями.

*Практика:* Этюды: «Кошка», «Щенок», «Медведь», «Лиса», «Заяц» и т.д.

9. Сюжетные танцевальные этюды. «Общение через танец» - урок спектакль.

*Теория:* Формировать умение выстраивать план сюжетного этюда.

Учить приемам организации межличностного взаимодействия.

*Практика:* Этюды: «Игра с водой» (муз. Ф. Шуберта), «Перетягивание каната» (муз. Д. Львова-Компанейца), «Волк и Красная Шапочка» (муз. М. Валоваца). Практический показ.

### **Тема 5. Освоение танцевального репертуара (60 часов)**

Пополнение концертного репертуара новыми сценическими постановками.

*Теория:* Характер движений, манера исполнения. Объяснение правильного исполнения.

*Практика:* Работа над техникой и эмоциональностью исполнения номера. Постановка танцевальных номеров:

- изучение танцевальных движений;
- соединение движений в танцевальные композиции;
- отработка техники танцевальных движений;
- работа над чистотой исполнения рисунка танца;
- работа над синхронностью исполнения рисунка танца.

### **Тема 6. Индивидуальные занятия (22 часа)**

Индивидуально занимаются солисты танцевальной групп, на которых разучиваются сольные номера или сольные партии к массовым номерам.

*Теория:* Правила выполнения движений.

*Практика:* Работа над техникой исполнения сольного номера или сольной партии и артистичностью солиста.

### **Тема 7. Репетиционная работа (18 часов)**

Отработка готовых номеров в танцевальном зале и на сцене, подготовка к выступлению.

*Теория:* Работа над ошибками.

*Практика:* Работа над техникой и эмоциональностью исполнения номера.

### **Тема 8. Сценическая практика (22 часа)**

*Теория:* Привитие сценической культуры (внешний вид, поведение на сцене и за кулисами). Анализ ошибок в синхронности исполнения номера. Значение для детей реакции зрителей на выступление детей.

*Практика:* Выступление учащихся на различных сценических площадках посёлка. Участие в конкурсах, фестивалях, концертах различного уровня. Развитие «сценической» смелости. Применение полученных знаний, умений и навыков на практике. Обмен опытом между коллективами. Связь с родителями, общественностью.

**Тема 9. Итоговое занятие (2 часа)**

*Теория:* Подведение итогов работы группы. Поощрения лучших воспитанников.

*Практика:* Класс – концерт, демонстрация полученных знаний и умений. Анализ работы.

**Учебный план 9-й год обучения. Продвинутый уровень.**

Раздел, тема	Количество часов			Форма аттестации ( контроля)
	всего	теория	прак тика	
Вводное занятие	2	1	1	Входной контроль
Классический танец	52	10	42	Контроль над выполнением упражнений. Устный опрос.
Партерный экзерсис	60	20	40	Педагогическое наблюдение. Тестирование.
Ознакомительно – познавательные занятия	18	9	9	Коллективное обсуждение.
Постановочная работа	90	28	62	Творческий показ. Анализ проделанной работы.
Индивидуальные занятия	22	6	14	Контроль за выполнением.
Репетиционная работа	20	6	14	Контроль за выполнением. Практический показ.
Сценическая практика	22	8	14	Показательные выступления для родителей.
Итоговое занятие	2	1	1	Викторина. Класс – концерт
<b>Всего:</b>	<b>288</b>	<b>91</b>	<b>197</b>	

## Содержание учебного плана

### Тема 1. Вводное занятие (2 часа)

*Теория:* Цели и задачи 9 года обучения, план работы. Инструктаж по технике безопасности. Беседа: Что такое индивидуальный художественный стиль исполнителя? Я в полной мере использую свои способности и возможности? Как приблизиться к виртуозному исполнению?

*Практика:* Коллективное обсуждение.

### Тема 2. Азбука классического танца (52 часа)

*Теория:* Повторение ранее пройденного материала. Развитие силы и выносливости ног за счет ускорения темпа исполнения, увеличения количества каждого тренируемого движения. Продолжение развития координации, усложнение техники исполнения ранее пройденных движений.

Раскрытие индивидуальности учащихся через музыкальный характер танцевальных комбинаций.

*Практика:*

#### 1. Экзерсис у станка:

- demi-plies и grand plies;
- battements tendus;
- battements tendus jete;
- rond de jambe par terre en dehors и en dedans;
- battements fondus и battements soutenus;
- battements frappes;
- petits battements sur le cou-de-pied;
- battements releves lents и battements developpes;
- grands battements jetes и grands battements jetes pointes.

#### 2. Экзерсис на середине:

- demi-plies и grand plies;
- battements tendus;
- battements tendus jetes;
- rond de jambe par terre en dehors и en dedans;
- battements fondus и battements soutenus;
- battements frappes, battements doubles frappes;
- battements releves lents и battements developpes;
- grands battements jetes и grands battements jetes pointes;
- 1, 2, 3, 4, 5 и 6 port de bras;

### Тема 3. Партерный экзерсис (60 часов)

Повторение и закрепление выученного за 4-7-й годы обучения. Ускоряем темп исполнения упражнений. Добавляем более сложные элементы, развивающие гибкость, танцевальный шаг, выворотность.

#### 1. Упражнения для стоп.

*Теория:* Техника безопасности при выполнении гимнастических упражнений.

*Практика:* Разучивание и отработка комплекса гимнастических упражнений для разогрева и подвижности суставов стопы. Для повышения эластичности связок.

2. Упражнения на выворотность.

*Теория:* изучение упражнений на выворотность.

*Практика:* упражнения на выворотность: «бабочка», «угол», «лягушка», «шнур», «выворотная складочка», «складочка с оттягиванием носка», «паучок», «ноги вверх».

3. Упражнения на гибкость вперед.

*Теория:* Упражнения для туловища в горизонтальной плоскости, из положения стоя.

*Практика:* Наклоны туловища вперед из положения стоя. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Наклоны туловища вперед из положения сидя с ногами вместе, отдельно.

4. Развитие гибкости назад.

*Теория:* Комплекс упражнений на развитие гибкости назад

*Практика:* Разучивание и отработка комплекса упражнений на развитие гибкости назад: наклоны назад, различные «мостики», «корзиночка», «лодочка».

5. Силовые упражнения для мышц живота.

*Теория:* Развитие мышц брюшного пресса.

*Практика:* Сгибание корпуса в положении лежа + скручивание в противоположную сторону. Сгибание корпуса в положении лежа + скручивание в одноименную сторону. Скручивание в положении сидя. Скручивания в положении лежа. Скручивания, лежа на боку.

6. Силовые упражнения для мышц спины.

*Теория:* Разучивание и отработка комплекса упражнений для мышц спины.

*Практика:* Разучивание и отработка комплекса упражнений для мышц спины: «мостик бедрами», «собака и птица», «планка на боку», выпады, «сарпасана», поясничные скручивания, поза младенца, удержание ног в статике.

7. Силовые упражнения для мышц ног.

*Теория:* Комплекс упражнений для мышц ног.

*Практика:* Приседания с отягощением и без. Сгибание и разгибания ног в коленях. Подъемы и опускания на носках. Подъем на носки "осликом". Подъемы ног вперед, сторону, назад.

8. Упражнения на развитие шага.

*Теория:* Комплекс упражнений на развитие танцевального шага.

*Практика:* Разучивание и отработка комплекса упражнений на развитие танцевального шага.

9. Прыжки.

*Теория:* Опорные и простые (не опорные) прыжки. Четыре фазы не опорных прыжков: подготовка к толчку, толчок одной или двумя ногами, полет и приземление.

*Практика:* Отработка простых прыжков. Подбивные прыжки.

#### **Тема 4. Ознакомительно – познавательные занятия (18 часов)**

1. «Мой взгляд на мир танца» - урок общения.

*Теория:* Беседа: Что значит танец для меня? Как я могу выразить себя через танец? Чему я научился и как мне это поможет? Что нового я узнаю?

*Практика:* Игры-импровизации, просмотр и анализ видео материалов. Тестирование.

2. Гимнастика чувств. «Как развить физические ощущения?» - урок семинар.

*Теория:* Беседа. Внимателен ли я к своим ощущениям, к окружающему миру? Посредством чего мы воспринимаем окружающий мир? Органы чувств.

*Практика:* Знакомство с ощущениями, которые дарят нам органы чувств и наша память. Тренинг «Память ощущений и физических самочувствий».

3.«Выполнять акробатические трюки очень сложно. Смогу ли я?» - урок тренировка.

*Теория:* Беседа. Из каких элементов состоят акробатические упражнения? Какие физические способности позволят мне выполнить акробатические упражнения? Как правильно выполнять акробатические упражнения? Что нужно знать, чтоб не повредиться при исполнении акробатических упражнений? Фронтальный опрос.

*Практика:* Игровые упражнения с кувырком вперед, назад, через одно плечо, переворотом вперед, назад (повтор пройденного материала).

4. «Как достичь красоты движений?»

*Теория:* Беседа. Чему научила меня «азбука классического танца»? Основные термины. Что нужно знать и уметь, чтобы правильно исполнять элементы классического танца? Что такое «настойчивость», «воля», «целеустремленность», как эти качества помогут мне в будущем. Как укрепить мышцы ног, стоп, опорно-двигательный и мышечный аппарат?

*Практика:* Творческие практические показы. Свободный опрос.

5. «Путешествие в прошлое» - урок путешествие.

*Теория:* Беседа. «Как танцевали мои бабушка и дедушка? Основные движения русского народного танца. В чем особенность выполнения движений?» - беседа.

*Практика:* Танцевальные комбинации, этюды. Тестирование.

6. «Как выразить себя в танце?» - урок фантазия.

*Теория:* Беседа. Что такое пластический танец? Чем он отличается от других направлений? В чем заключаются его особенности? Как развить легкость и свободу своих движений? Истоки пластического танца. Основы

выполнения пластических движений. Понятия «вижу», «слышу», «чувствую» в изучении танцевальных движений.

*Практика:* Исполнение свободных движений под музыкальное сопровождение. Анализ пережитых под музыку настроений, чувств, эмоций, образов. Практический показ.

7. «Танец, раскрывающий индивидуальность» - урок тренировка.

*Теория:* Беседа. Понятия джаз, модерн, изоляция. Этапы становления танца модерн – джаз. Основы владения телом в технике модерн–джаз танца. Эмоциональная выразительность.

*Практика:* Основные положения ног, рук, корпуса. Изолированные движения

(закрепление пройденного материала). Викторина.

8. «Наши законы жизни в хореографическом коллективе» - урок путешествие.

*Теория:* Беседа. Что я знаю о танце? Что я умею? В чем мне это пригодится? Что я хочу еще узнать о танце?

*Практика:* Игра-путешествие «Истоки танцевального искусства». Тесты на самостоятельное определение своих физических способностей.

9. «Учимся танцевать – учимся общаться и дружить» - урок фантазия.

*Теория:* Формирование умения грамотно комбинировать изученные движения, сочинять новые движения на основе изученных танцевальных элементов, новые комбинации, танцевальные массовые композиции.

*Практика:* Создание музыкально-пространственных композиций на тему: «Кто я?», «Мы», «Все со всеми», сочинение композиций на свободные темы.

### **Тема 5. Освоение танцевального репертуара (90 часов)**

Пополнение концертного репертуара новыми сценическими постановками.

*Теория:* Характер движений, манера исполнения. Объяснение правильного исполнения.

*Практика:* Работа над техникой и эмоциональностью исполнения номера. Постановка танцевальных номеров:

- изучение танцевальных движений;
- соединение движений в танцевальные композиции;
- отработка техники танцевальных движений;
- работа над чистотой исполнения рисунка танца;
- работа над синхронностью исполнения рисунка танца.

### **Тема 6. Индивидуальные занятия (22 часов)**

Индивидуально занимаются солисты танцевальной групп, на которых разучиваются сольные номера или сольные партии к массовым номерам.

*Теория:* Правила выполнения движений.

*Практика:* Работа над техникой исполнения сольного номер или сольной партии и артистичностью солиста.

### **Тема 7. Репетиционная работа (20 часов)**

Отработка готовых номеров в танцевальном зале и на сцене, подготовка к выступлению.

*Теория:* Работа над ошибками.

*Практика:* Работа над техникой и эмоциональностью исполнения номера.

### **Тема 8. Сценическая практика (22 часов)**

*Теория:* Привитие сценической культуры (внешний вид, поведение на сцене и за кулисами). Анализ ошибок в синхронности исполнения номера. Значение для детей реакции зрителей на выступление детей.

*Практика:* Выступление учащихся на различных сценических площадках посёлка. Участие в конкурсах, фестивалях, концертах различного уровня. Развитие «сценической» смелости. Применение полученных знаний, умений и навыков на практике. Обмен опытом между коллективами. Связь с родителями, общественностью.

### **Тема 9. Итоговое занятие (2 часа)**

*Теория:* Подведение итогов работы группы. Поощрения лучших воспитанников.

*Практика:* Класс – концерт, демонстрация полученных знаний и умений. Анализ работы.

## **Учебный план 10-й год обучения. Продвинутый уровень.**

Раздел, тема	Количество часов			Форма аттестации (контроля)
	всего	теория	практика	
Вводное занятие	2	1	1	Входной контроль
Классический танец	52	10	42	Контроль над выполнением упражнений. Устный опрос.
Партерный экзерсис	60	20	40	Педагогическое наблюдение. Тестирование.
Ознакомительно – познавательные занятия	18	9	9	Коллективное обсуждение.
Постановочная работа	90	28	62	Творческий показ. Анализ проделанной работы.
Индивидуальные занятия	22	8	14	Контроль за выполнением.

Репетиционная работа	20	6	14	Контроль за выполнением. Практический показ.
Сценическая практика	22	8	14	Показательные выступления для родителей.
Итоговое занятие	2	1	1	Викторина. Класс – концерт
<b>Всего:</b>	<b>288</b>	<b>91</b>	<b>197</b>	

### Содержание учебного плана

#### **Тема 1. Вводное занятие (2 часа)**

*Теория:* Цели и задачи 10 года обучения, план работы. Инструктаж по технике безопасности. Беседа: «В чём секрет успеха великих артистов? А я могу стать великим?».

*Практика:* Тренинг «Сценическое внимание». Коллективное обсуждение.

#### **Тема 2. Азбука классического танца (52 часа)**

*Теория:* Повторение ранее пройденного материала. Развитие силы и выносливости ног за счет ускорения темпа исполнения, увеличения количества каждого тренируемого движения. Продолжение развития координации, усложнение техники исполнения ранее пройденных движений.

Раскрытие индивидуальности учащихся через музыкальный характер танцевальных комбинаций.

*Практика:*

##### 1. Экзерсис у станка:

- demi-plies и grand plies;
- battements tendus;
- battements tendus jete;
- rond de jambe par terre en dehors и en dedans;
- battements fondus и battements soutenus;
- battements frappes;
- petits battements sur le cou-de-pied;
- battements releves lents и battements developpes;
- grands battements jetes и grands battements jetes pointes.

##### 2. Экзерсис на середине:

- demi-plies и grand plies;
- battements tendus;
- battements tendus jetes;
- rond de jambe par terre en dehors и en dedans;
- battements fondus и battements soutenus;
- battements frappes, battements doubles frappes;



- battements releves lents и battements developpes;
- grands battements jetes и grands battements jetes pointes;
- 1, 2, 3, 4, 5 и 6 port de bras;
- temps lie par terre все виды.

### **Тема 3. Партерный экзерсис (60 часов)**

Повторение и закрепление выученного за 4-7-й годы обучения. Ускоряем темп исполнения упражнений. Добавляем более сложные элементы, развивающие гибкость, танцевальный шаг, выворотность.

#### **1. Упражнения для стоп.**

*Теория:* Техника безопасности при выполнении гимнастических упражнений.

*Практика:* Разучивание и отработка комплекса гимнастических упражнений для разогрева и подвижности суставов стопы. Для повышения эластичности связок.

#### **2. Упражнения на выворотность.**

*Теория:* Изучение упражнений на выворотность.

*Практика:* Упражнения на выворотность: «бабочка», «угол», «лягушка», «шнур», «выворотная складочка», «складочка с оттягиванием носка», «паучок», «ноги вверх».

#### **3. Упражнения на гибкость вперед.**

*Теория:* Упражнения для туловища в горизонтальной плоскости, из положения стоя.

*Практика:* Наклоны туловища вперед из положения стоя. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Наклоны туловища вперед из положения сидя с ногами вместе, отдельно.

#### **4. Развитие гибкости назад.**

*Теория:* Комплекс упражнений на развитие гибкости назад

*Практика:* Разучивание и отработка комплекса упражнений на развитие гибкости назад: наклоны назад, различные «мостики», «корзиночка», «лодочка».

#### **5. Силовые упражнения для мышц живота.**

*Теория:* Развитие мышц брюшного пресса.

*Практика:* Сгибание корпуса в положении лежа + скручивание в противоположную сторону. Сгибание корпуса в положении лежа + скручивание в одноименную сторону. Скручивание в положении сидя. Скручивания в положении лежа. Скручивания, лежа на боку.

#### **6. Силовые упражнения для мышц спины.**

*Теория:* Разучивание и отработка комплекса упражнений для мышц спины.

*Практика:* Разучивание и отработка комплекса упражнений для мышц спины: «мостик бедрами», «собака и птица», «планка на боку», выпады, поясничные скручивания, поза младенца, удержание ног в статике.

#### **7. Силовые упражнения для мышц ног.**

*Теория:* Комплекс упражнений для мышц ног.

*Практика:* Приседания с отягощением и без. Сгибание и разгибания ног в коленях. Подъемы и опускания на носках. Подъем на носки "осликом". Подъемы ног вперед, сторону, назад.

8. Упражнения на развитие шага.

*Теория:* Комплекс упражнений на развитие танцевального шага.

*Практика:* Разучивание и отработка комплекса упражнений на развитие танцевального шага.

9. Прыжки.

*Теория:* Опорные и простые (не опорные) прыжки. Четыре фазы не опорных прыжков: подготовка к толчку, толчок одной или двумя ногами, полет и приземление.

*Практика:* Отработка простых прыжков. Подбивные прыжки.

#### **Тема 4. Ознакомительно – познавательные занятия (18 часов)**

1. Гимнастика чувств «Умею ли я трудиться?» - урок общения.

*Теория:* Беседа «В чем секрет успеха великих артистов? А я могу стать великим?».

*Практика:* Тренинг «Сценическое внимание». Коллективное обсуждение.

2. «Отражение моего «я» в танцевальных движениях» - урок беседа.

*Теория:* Беседа. Что такое индивидуальный художественный стиль исполнителя? Каков мой стиль? Я в полной мере использую свои способности и возможности? Как приблизиться к виртуозному исполнению?

3. «Как танцевали там, где я родился?» - урок беседа.

*Теория:* Беседа. Почему движения различных народностей так отличаются друг от друга? С чем это связано? Чем они отличаются? Что отражают танцы различных народностей? Как одевались в разных странах? История народных костюмов. Реферат.

4. «Что отображено в народных танцах?» - урок общения.

*Теория:* Беседа: Народная мудрость, народный характер, народный юмор в танце.

*Практика:* Просмотр и обсуждение видеоматериала.

5. Сценическое движение. «Умение управлять собой» - урок семинар.

*Теория:* Беседа. Могу я работать совместно с другими? Что нужно знать и уметь, чтобы свободно держаться на сцене? Что такое баланс, координация, скорость, инерция, напряжение, построение движения? Для чего мне это нужно знать?

6. «Танцы при королевском дворе» - урок путешествие.

*Теория:* Беседа. Какой он королевский танец? Как проходили королевские балы? Какие танцы исполняли на балах? Знакомство с историей развития бытового танца.

*Практика:* Женские и мужские поклоны и реверансы. Техника исполнения поклонов и реверансов. Устный опрос.

7. «Танец вдвоем» - урок тренировка.

*Теория:* Беседа. Как появились бальные танцы? Почему бальный танец – это парный танец? Каков секрет успешного исполнения танца в паре? Умею ли я найти контакт с партнером?

*Практика:* Элементы танца «Рок-н-ролл».

8. Проект «Калейдоскоп народного танца» - урок проект.

*Теория:* Организация творческих групп. Отбор материала по разнообразию народного танца (народность, уклад жизни, национальный костюм, национальные танцы, особенности народной музыки, основные движения) Обработка информации. Интерпретация результатов.

*Практика:* Создание детского методического пособия «Калейдоскоп народного танца».

### **Тема 5. Освоение танцевального репертуара (90 часов)**

Пополнение концертного репертуара новыми сценическими постановками.

*Теория:* Характер движений, манера исполнения. Объяснение правильного исполнения.

*Практика:* Работа над техникой и эмоциональностью исполнения номера. Постановка танцевальных номеров:

- изучение танцевальных движений;
- соединение движений в танцевальные композиции;
- отработка техники танцевальных движений;
- работа над чистотой исполнения рисунка танца;
- работа над синхронностью исполнения рисунка танца.

### **Тема 6. Индивидуальные занятия (22 часов)**

Индивидуально занимаются солисты танцевальной групп, на которых разучиваются сольные номера или сольные партии к массовым номерам.

*Теория:* Правила выполнения движений.

*Практика:* Работа над техникой исполнения сольного номер или сольной партии и артистичностью солиста.

### **Тема 7. Репетиционная работа (20 часов)**

Отработка готовых номеров в танцевальном зале и на сцене, подготовка к выступлению.

*Теория:* Работа над ошибками.

*Практика:* Работа над техникой и эмоциональностью исполнения номера.

### **Тема 8. Сценическая практика (22 часов)**

*Теория:* Привитие сценической культуры (внешний вид, поведение на сцене и за кулисами). Анализ ошибок в синхронности исполнения номера. Значение для детей реакции зрителей на выступление детей.

*Практика:* Выступление учащихся на различных сценических площадках посёлка. Участие в конкурсах, фестивалях, концертах различного уровня. Развитие «сценической» смелости. Применение полученных знаний, умений и навыков на практике. Обмен опытом между коллективами. Связь с родителями, общественностью.

## **Тема 9. Итоговое занятие (2 часа)**

*Теория:* Подведение итогов работы группы. Поощрения лучших воспитанников.

*Практика:* Класс – концерт, демонстрация полученных знаний и умений. Анализ работы.

### **1.4. Планируемые результаты освоения программы обучения**

#### **Предметные результаты**

##### По итогам обучения на стартовом уровне обучающиеся

##### **будут знать:**

- о роли хореографического искусства в жизни человека;
- основные элементы классического танца;
- позиции рук и ног классического танца;
- навыки постановки корпуса;
- характер, жанр и динамические оттенки музыкального произведения, различать его форму, размер, построение (вступление, основная часть, заключение), различать звучание музыкальных инструментов;
- особенности танцевального творчества: танцевальные этюды;
- особенности игрового танцевального творчества: ролевые игры, игры и танцы с использованием предметов.

##### **будут уметь:**

- организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);
- выполнять комплекс упражнений разминки;
- выполнять музыкально – ритмические движения;
- выполнять элементы партерной гимнастики.

##### **У учащихся будут развиты (сформированы):**

- установка на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду;
- образное мышление;
- эмоциональная восприимчивость;
- творческие способности: артистизм, фантазия, способность к импровизации;
- навыки работы в группе, культура общения.

##### По итогам обучения на базовом уровне обучающиеся

##### **будут знать:**

- об искусстве хореографии, в её стилевом многообразии классического танца, народно-сценического, историко - бытового и современного танца;
- элементы танцев классического, народно-сценического, историко - бытового и современного танца;
- элементы комплексов партерной гимнастики;

- особенности развития гимнастических навыков.

**будут уметь:**

- выполнять элементы танцев классического, народно-сценического, историко-бытового и современного танца;
- выполнять комплексов партерной гимнастики;
- выполнять музыкальные танцевальные и творческие задания;
- использовать навыки актёрского мастерства;
- перестраиваться по заданию педагога в заданном рисунке.

**У учащихся будут развиты (сформированы):**

- способность к творческому самовыражению;
- волевые качества: целеустремлённость, выдержка, дисциплинированность;
- ответственность, принципы коллективизма и социальной солидарности.

По итогам обучения на продвинутом уровне обучающиеся

**будут знать:**

- о классическом, народно-сценическом и современном танце;
- об элементах партерной гимнастики;

**будут уметь:**

- выполнять элементы классического, народно-сценического и современного танца;
- выполнять комплексы партерных упражнений.

**У учащихся будут развиты (сформированы):**

- психофизические качества, способствующие успешной самореализации;
- высокий уровень духовно-нравственного развития;
- чувство причастности к историко-культурной общности российского народа и судьбе России.

### **Метапредметные результаты**

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение.

## 2. Комплекс организационно-педагогических условий

### 2.1. Форма аттестации и оценочные листы

Процесс обучения предусматривает следующие виды контроля:

<b>Время проведения</b>	<b>Цель проведения</b>	<b>Формы контроля</b>
<b>Входной контроль</b>		
В начале учебного года	Определение уровня развития детей, их творческих способностей.	Анкетирование, собеседование.
<b>Текущий контроль</b>		
В течение всего учебного года	Оценка качества освоения учебного материала пройденной темы, отслеживание их активности, готовности к восприятию нового, корректировка методов обучения.	опрос, практическое задание, творческое задание, педагогическое наблюдение.
<b>Промежуточный контроль</b>		
В конце большой темы, полугодия (декабрь, май).	Определение успешности развития обучающегося и усвоение им программного материала на определенном «этапе» обучения.	Тестирование, контрольный урок, зачёт, концертные выступления.
<b>Итоговый контроль</b>		
В конце курса обучения.	Определение успешности освоения программы и установления соответствия достижений, обучающихся планируемым результатам.	Концертные выступления.

### **Формы проведения аттестации по программе «Танец»:**

- **Входной контроль:** (*первичная диагностика*) проводится в начале учебного года (сентябрь) для определения уровня подготовки обучающихся (Приложение №1). Форма проведения – анкетирование, собеседование, педагогическое наблюдение.

- **Текущий контроль:** проходит в течение всего учебного года на каждом занятии. Формы проведения: контроль над исполнением практического показа, устный опрос, работа над ошибками, анализ творческого задания, коллективное обсуждение, педагогическое наблюдение.

- **Промежуточный контроль:** проходит в конце большой темы, полугодия (декабрь, май). Форма проведения - зачётное занятие.

- **Итоговый контроль:** осуществляется в конце курса обучения (май). Форма проведения – творческий отчёт (выступление детей на отчётном концерте).

\*Фиксация полученных результатов осуществляется через заполнение протокола. (Приложение № 2, 3).

### **Критерии оценивания**

Результативность обучения дифференцируется по трём уровням (низкий, средний, высокий).

*При низком уровне* освоения программы: - исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, неумение анализировать свое исполнение, незнание исполнения изученных движений и т.д.;

*При среднем уровне* освоения программы: - не всегда правильное исполнение движений, небольшие недочеты;

*При высоком уровне* освоения программы: - качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения.

Основным механизмом выявления результатов воспитания является педагогическое наблюдение.

## **2.2. Условия реализации программы**

### **Методическое обеспечение занятий**

Танцевальное искусство обладает огромной силой в воспитании творческой, всесторонне развитой личности. Занятия хореографией приобщают учащихся к миру прекрасного, воспитывают художественный вкус. Соприкосновение с танцем учит учащихся слушать, воспринимать, оценивать и любить музыку. В танце находит выражение жизнерадостность и активность учащегося, развивается его творческая фантазия, творческие способности: учащийся учится сам создавать пластический образ. Выступления перед зрителями являются главным воспитательным

средством: переживание успеха приносит моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувство ответственности, дружбы, товарищества. Поэтому главная задача педагога – помочь учащимся проникнуть в мир музыки и танца.

Систематическая работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает учащимся понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях танцем, но и в повседневной жизни.

В образовательном процессе на занятиях хореографией применяются следующие **педагогические технологии**:

1. **Игровая технология** – объединяет достаточно обширную группу методов и приёмов организации педагогического процесса в форме различных игр. Их основная цель – обеспечение личностно-деятельного характера усвоения знаний, умений, навыков. Основным механизмом реализации являются методы вовлечения детей в творческую деятельность.

2. **Технология личностно-ориентированного обучения** – организация воспитательного процесса на основе глубокого уважения к личности ребёнка, учёт особенностей его индивидуального развития, отношение к нему как к сознательному, полноправному и ответственному участнику образовательного процесса.

3. **Здоровьесберегающие технологии** – создание комплексной стратегии улучшения здоровья обучающихся, разработка системы мер по сохранению здоровья детей и выработка знаний и навыков, которыми должен овладеть воспитанник.

В процессе обучения хореографии применяются специфические **приемы обучения**:

- комментирование;
- сравнение;
- инструктирование;
- корректирование;
- исправление ошибок и закрепление материала;
- совершенствование разученного танцевального материала и проверка знаний;
- индивидуальный и фронтальный опрос;
- обращение к образу;
- разучивание танцевальной лексики в умеренном (более медленном) темпе;
- смена видов деятельности.

#### **Воспитывающий компонент программы**

В образовательном процессе важная роль отводится **воспитательной работе**. Воспитание является неотъемлемым, приоритетным аспектом образовательной деятельности, логично встроенным в содержание учебного процесса. Содержание воспитания находится в зависимости от уровня



программы, этапа обучения, темы учебного занятия. Это не только экскурсии, посещения выставок, концертов, фестивалей, но и традиционные мероприятия танцевального коллектива. Областной фестиваль танца «Область танца», «Хрустальная капля». Праздники «Всемирный день танца», «Новогоднее приключение», семейные праздники «Именины - лучший день в году», «Мамин день» и др. – это калейдоскоп мероприятий, через которые учащиеся объединения не включаются в прекрасный мир творчества, они являются составной частью воспитательной системы детского танцевального коллектива «Непоседа». Благодаря этому происходит укрепление семейных отношений, объединение родителей (законных представителей несовершеннолетних учащихся) и учащихся в союз единомышленников, увлеченных танцевальным творчеством. **Работа с родителями** (законными представителями несовершеннолетних учащихся) предполагает проведение родительских собраний, массовых мероприятий, открытых занятий, на которых родители имеют возможность наблюдать рост исполнительского мастерства своих детей. *Родители* становятся помощниками педагога в образовательном процессе, активно участвуют в жизни коллектива.

Оценивание результатов воспитательной работы происходит в процессе педагогического наблюдения на протяжении всего периода обучения.

Формы воспитательной работы: встречи с интересными людьми, участие в традиционных праздниках центра и социальных акциях, досугово-познавательные мероприятия (посещение концертов, спектаклей, выставок).

В процессе работы с обучающимися используются следующие методы и приёмы воспитания: беседы, рассказы, пример из литературы, личный пример педагога, анализ и обсуждение, похвала, поощрение, замечание.

#### **Перечень методического обеспечения программы:**

<i>Название раздела</i>	<i>Название и форма методического материала</i>
Раздел №1 «Вводное занятие»	Инструкции по технике безопасности. Анкеты. Тематические мультимедийные презентации.
Раздел №2 «Игровой стрейчинг»	Комплекс упражнений. Физические упражнения и подвижные игры.
Раздел №3 «Музыкальная грамота»	Презентация «Азбука хореографии».
Раздел №4 «Танцевальная мозаика»	Игровая гимнастика. Комплекс упражнений.
Раздел №5 «Игровое танцевальное творчество»	Игра - путешествие «В мире танца», карточки с заданиями

Раздел№6 «Классический танец»	Фотографии, презентация, видео.
Раздел№7 «Партерный экзерсис»	Комплекс упражнений на растяжку.
Раздел№8 «Народно-сценический танец»	Видео, презентации, фото, иллюстрации костюмов.
Раздел№9 «Как танцуют в разных странах»	Иллюстрации и фото, видеоматериалы.
Раздел№10 «Джаз-танец»	- Видеоматериалы В. Конев. Рождение джаза.
Раздел№11 «Историко-бытовой танец»	Материалы для занятий по теме «Историко-бытовой танец». Вопросы и задания.
Раздел№12 «Ознакомительно-познавательные занятия »	Комплекс упражнений.
Раздел№13 «Постановка танцевальных номеров»	Видеоматериалы и записи концертных номеров.
Раздел: «Итоговое занятие»	Сценарные разработки, игровые программы. Вопросы для устного опроса

### **Материально- техническое обеспечение Программы:**

Для реализации данной программы имеются наглядные, дидактические пособия.

*Дидактические материалы:*

- фотографии;
- рисунки;
- памятки;
- видео-аудиозаписи;
- фонограммы, CD, DVD диски.

*Для проведения практических занятий необходимо:*

- танцевальный зал, оборудованный зеркалами, тренировочными станками;
- качественное освещение в дневное и вечернее время;
- аппаратура для озвучивания занятий: музыкальный центр;
- фонограммы, CD диски, USB-флеш-накопитель;
- специальная форма и обувь для занятий (для занятий партером - коврик);
- игровой, танцевальный реквизит;

- костюмы для концертных номеров (решение подобных вопросов осуществляется совместно с родителями).

### **Кадровое обеспечение программы**

Дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу «Танец» реализует педагог дополнительного образования Габайдулина Оксана Сергеевна, имеющая высшее профессиональное образование.

**Курсы профессиональной переподготовки:** ФГБОУ ВО Пензенский государственный технологический университет, по программе «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», 17.04.2017 г. (288ч).

**Курсы повышения квалификации:** Автономная некоммерческая организация дополнительного профессионального образования «Институт современного образования» г. Воронеж, по теме «Современные технологии в системе дополнительного образования детей в контексте Федерального проекта «Успех каждого ребёнка», июль 2022г. (72ч.).

Педагог соответствует требованиям Профессионального стандарта педагога дополнительного образования детей и взрослых, утверждённых приказом Министерства труда России от 22.09.2021 №652-н.

### **2.3. Календарный учебный график**

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество во учебных недель	Количество во учебных дней	Количество во учебных часов	Режим занятий
первый (стартовый)	15.09. текущего уч. года	25.05. текущего уч. года	36	72	144	2 раза в неделю по 2 часа
второй (стартовый)	15.09. текущего уч. года	25.05. текущего уч. года	36	72	144	2 раза в неделю по 2 часа
третий (базовый)	15.09. текущего уч. года	25.05. текущего уч. года	36	108	216	3 раза в неделю по 2 часа
<b>четвёртый (базовый)</b>	<b>15.09. текущего уч. года</b>	<b>25.05. текущего уч. года</b>	<b>36</b>	<b>108</b>	<b>216</b>	<b>3 раза в неделю по 2 часа</b>
пятый (базовый)	15.09. текущего уч. года	25.05. текущего уч. года	36	108	216	3 раза в неделю по 2 часа
шестой (базовый)	15.09. текущего уч. года	25.05. текущего уч. года	36	108	216	3 раза в неделю по 2 часа
седьмой (базовый)	15.09. текущего	25.05. текущего	36	108	216	3 раза в неделю

	уч. года	уч. года				по 2 часа
<b>восьмой (базовый)</b>	<b>15.09. текущего уч. года</b>	<b>25.05. текущего уч. года</b>	<b>36</b>	<b>108</b>	<b>216</b>	<b>3 раза в неделю по 2 часа</b>
девятый (продвинут ый)	15.09. текущего уч. года	25.05. текущего уч. года	36	144	288	4 раза в неделю по 2 часа
десятый (продвинут ый)	15.09. текущего уч. года	25.05. текущего уч. года	36	144	288	4 раза в неделю по 2 часа

Продолжительность учебного года в учреждении 36 учебных недель. Учебный процесс начинается с 15 сентября и завершается 25 мая каждого учебного года. В период освоения Программы каникулы не предусмотрены.

### **Учебно-информационное обеспечение Программы Нормативно-правовые акты и документы**

1. Федеральный Закон РФ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. от 31.07.2020 №304-ФЗ, от 02.07.2021 №322-ФЗ).

2. Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

3. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 №678-р.

4. Национальный проект «Образование» (утвержден Президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 №16).

5. Целевая модель развития региональной системы дополнительного образования детей (приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 №467).

6. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (зарегистрировано в Минюсте России 18.12.2020 №61573).

7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 N 02 «Об утверждении санитарных правил СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (Зарегистрировано в Минюсте РФ 29.01.2021 N 62296).

8. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы): приложение к письму Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242.

9. Устав МАУ ДОД ЦВР Бурейского муниципального округа.

10. Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МАУ ДОД ЦВР, утвержденное приказом от 30.12.2022 №118.

11. Положение о режиме занятий в МАУ ДОД ЦВР (приложение №4 приказа от учреждения от 31.08.2021 №37, с изменениями от 18.07.2022 №50).

12. Положение об аттестации обучающихся МАУ ДОД ЦВР (приложение №3 приказа от учреждения от 31.08.2021 №37, с изменениями от 18.07.2022 №50).

### 3. Список литературы

#### Список литературы для педагога:

1. Барышникова, Т.К. Азбука хореографии. Методические указания в помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студий / Т.К. Барышникова. – СПб.: «Люкси», «Респекс», 2006. -367 с.
2. Бахтин, М.М. Эстетическое наследие и современность: Межвуз. сб. науч. тр.: В 2 ч./ М.М. Бахтин. - Саранск: Изд-во Мордов. ун-та, 1992. - 228 с.
3. Блок, Л.Д. Классический танец. История и современность / Л.Д. Блок - М.: Искусство, 1987. – 207 с.
4. Булатова О.С. Педагогический артистизм / О.С Булатова – М.: Издательский центр «Академия», 2001. - 426 с.
5. Воспитание в целостном образовательном процессе// Дополнительное образование детей. - 2004. - №4. - С. 24-25.
6. Гулыга, А.В. Что такое эстетика/ А.В. Гулыга. - М.: Просвещение, 1987. – 73 с.
7. Евладова, Е. Б. Дополнительное образование детей: Учебное пособие для студентов учреждений проф. образования, обучающихся по специальности 0317 "Педагогика доп. образования" / Е. Б. Евладова, Л. Г. Логинова, Н. Н. Михайлова. - М.: Владос, 2002. - 348 с.
8. Ерохина, О. В. Школа танцев для детей: [Фольклор, классика, модерн] / О.В. Ерохина. – Ростов - на - Дону: Феникс, 2003. - 223 с.
9. Каргин, А.С. Самодеятельное художественное творчество: История, теория, практика / А.С. Каргин. - М.: Высшая школа, 2006. - 272 с.
10. Кушаева, Н.А. Основы эстетического воспитания/ Н.А. Кушаева. – М.: Просвещение, 2006. - 277с.
11. Педагогика дополнительного образования: приоритет духовности, здоровья и творчества / Под ред. В.И. Андреева, А.И. Щетинской. - Казань - Оренбург, 2001. – 417 с.
12. Пуртова, Т.В. Учите детей танцевать: Учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования /Т.В. Пуртова, А.Н. Беликова, О.В. Кветная. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. – 256с.
13. Холл, Д. Уроки танцев. Лучшая методика обучения танцам/ Д. Холл; пер., с англ.Т.В. Сидориной. - М.: АСТ: Астрель, 2009,- 409 с.
14. Яковлева, Е.Л. Методические рекомендации учителям по развитию творческого потенциала учащихся/ Е.Л. Яковлева. – М., 2008. – 201с.

#### Список литературы для обучающихся:

1. Акулова О. Театрализованные игры. /О. Акулова — М., 2005. -110 с.

2. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. / Г.А. Колодницкий — М., 1997. - 149 с.
3. Коротков И. М. Подвижные игры детей. / И.М. Коротков. - М., 1987. - 273
4. Михайлова М.А. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. / М.А. Михайлова, Н.В. Воронина - Ярославль, 2000. - 342 с.

### **Список литературы для родителей:**

1. Кветная О.В. Учите детей танцевать. / О.В. Кветная, Т.В. Пуртова, А.Н. Беликова — М., 2003. -243с.
2. Коротков И. М. Подвижные игры детей. / И.М. Коротков.- М., 1987.- 273
3. Михайлова М.А. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. / М.А. Михайлова, Н.В. Воронина - Ярославль, 2000. - 342 с.
4. Пинаева Е.А. Детские образные танцы. / Е.А. Пинаева — Пермь, 2006. - 421
5. Попова А. Танцевальный клондайк (№1. Февраль 2001 г). / А. Попова - М., 2001. - 193 с.

## 4. Приложения

Приложение №1

### Входной контроль

#### Содержание

##### **Теоретическая часть. Вопросы анкеты:**

- 1) Назови своё И.Ф.
- 2) Посещаешь ли ты какие-либо творческие или спортивные объединения? Если «да», то перечисли их.
- 3) Нравится ли тебе танцевать?
- 4) Какие танцы тебе больше нравятся?
- 5) Кто посоветовал тебе начать заниматься танцами?

##### **Практическая часть:** детям предлагают выполнить следующие задания:

###### 1) *исполнение упражнений на ритмичность:*

игра «Повтори за мной» – воспроизведение ритмического рисунка на хлопках под музыкальное сопровождение, методом педагогического наблюдения оценивается правильность и чёткость исполнения.

###### 2) *исполнение упражнений на координацию:*

игра «Замри» - под включённую музыку дети танцуют, когда музыка выключается, нужно замереть в той позе, в которой был.

###### 3) *исполнение упражнений на ориентировку в пространстве:*

игра «Найди свой домик» - дети делятся на группы, каждая встаёт у своего импровизированного домика. По сигналу дети разбегаются в разные стороны. Затем по сигналу «найди свой домик» дети должны вернуться на свои места.





