

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

ПРИНЯТА:  
методическим советом  
протокол от 23.06.2025 № 4

УТВЕРЖДАЮ:  
директор \_\_\_\_\_ И.В. Варламова  
приказ от 24.06.25 № 36

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

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

п. Новобурейский

2025

## **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..... | 63 |
| 2.1. Форма аттестации и оценочные материалы.....       | 63 |
| 2.2. Условия реализации программы.....                 | 64 |
| 2.3. Календарный учебный график.....                   | 68 |
| 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 реализации программы осуществляется **наставничество**, основанное на принципах демократического сотрудничества. Оно создает уникальную возможность для передачи знаний и опыта, где старшие ребята становятся верными наставниками для младших. Наставничество не только способствует развитию педагогических навыков у обучающихся, но и

укрепляет связи между поколениями, формируя творческую атмосферу и интеллектуальное содружество.

Взаимодействие между поколениями имеет особую душевную ценность. Выпускники объединения приходят на занятия, общаются со своим педагогом и ребятами, делятся воспоминаниями о ярких событиях, о том, как преодолевали трудности, и какие вершины покоряли в рамках творческого коллектива. Такие встречи становятся настоящим праздником, где молодые творцы передают младшим не только знания, но и вдохновение, помогая им осознать свои сильные стороны и поверить в себя, вдохновляя новичков на новые достижения. Взаимная поддержка и дружба формируют атмосферу, в которой каждый может раскрыть свой потенциал. Модель наставничества также позволяет младшим ребятам находить положительные примеры для подражания, создавая эмоциональную связь с более опытными коллегами. Талантливые обучающиеся, нуждающиеся в поддержке, находят среди старших единомышленников, которые понимают их чувства и переживания, будь то заниженная или завышенная самооценка. Эта поддержка очень важна для формирования уверенности в себе, что в дальнейшем способствует успеху в освоении программы и самовыражению в творчестве.

Таким образом, наставничество не только укрепляет традиции художественного коллектива, но и наполняют атмосферу учебного процесса теплотой и заботой, обогащает опыт всех участников, создавая условия для роста молодых талантов в атмосфере взаимопомощи и уважения.

**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 серьёзные 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 предъявлять 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 серьёзными 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 216 часов в год (3 раза в неделю по 2 академическому часу), 6 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 выступать 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<br>( 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.<br>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, ягодки 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<br>( 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<br>( контроля)                      |
|---------------------------------|------------------|--------|----------|------------------------------------------------------|
|                                 | всего            | теория | практика |                                                      |
| Вводное занятие                 | 2                | 1      | 1        | Входной контроль                                     |
| Азбука классического танца      | 32               | 4      | 28       | Контроль за выполнением упражнений.<br>Устный опрос. |
| Русский танец                   | 38               | 8      | 30       | Педагогическое наблюдение.<br>Тестирование.          |
| Как танцуют в разных странах    | 28               | 4      | 24       | Анализ исполнения движений.<br>Фронтальный опрос.    |
| Партерный экзерсис              | 32               | 4      | 28       | Педагогическое наблюдение.<br>Тестирование.          |
| Игровое танцевальное творчество | 16               | 4      | 12       | Анализ творческого задания. Свободный опрос.         |
| Индивидуальные                  | 10               | 2      | 8        | Работа над ошибками.                                 |

|                                   |            |           |            |                                                 |
|-----------------------------------|------------|-----------|------------|-------------------------------------------------|
| занятия                           |            |           |            |                                                 |
| Освоение танцевального репертуара | 40         | 6         | 34         | Анализ проделанной работы.                      |
| Репетиционная работа              | 8          | 2         | 6          | Контроль за выполнением.<br>Практический показ. |
| Сценическая практика              | 8          | 2         | 6          | Показательные выступления для родителей         |
| Итоговое занятие                  | 2          | 1         | 1          | Викторина.<br>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 6поз. 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 (releve lent).

*Теория:* Медленное поднимание ноги на 90° — 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°. 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, вперед-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: «Веребочка», «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, умении 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 «Веребочка».

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<br>( контроля)                       |
|----------------------------|------------------|--------|----------|-------------------------------------------------------|
|                            | всего            | теория | практика |                                                       |
| Вводное занятие            | 2                | 1      | 1        | Входной контроль                                      |
| Азбука классического танца | 32               | 4      | 28       | Контроль над выполнением упражнений.<br>Устный опрос. |
| Русский танец              | 46               | 8      | 38       | Педагогическое наблюдение.                            |

|                                   |            |           |            |                                                   |
|-----------------------------------|------------|-----------|------------|---------------------------------------------------|
|                                   |            |           |            | Тестирование.                                     |
| Как танцуют в разных странах      | 30         | 4         | 26         | Анализ исполнения движений.<br>Фронтальный опрос. |
| Партерный экзерсис                | 32         | 4         | 28         | Педагогическое наблюдение.<br>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.<br>Практический показ.   |
| Сценическая практика              | 12         | 2         | 10         | Показательные выступления для родителей           |
| Итоговое занятие                  | 2          | 1         | 1          | Викторина.<br>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: «задорный», «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<br>( контроля)                       |
|----------------------------|------------------|--------|----------|-------------------------------------------------------|
|                            | всего            | теория | практика |                                                       |
| Вводное занятие            | 2                | 1      | 1        | Входной контроль                                      |
| Азбука классического танца | 32               | 4      | 28       | Контроль над выполнением упражнений.<br>Устный опрос. |
| Русский танец              | 40               | 8      | 32       | Педагогическое наблюдение.                            |

|                                   |            |           |            |                                                   |
|-----------------------------------|------------|-----------|------------|---------------------------------------------------|
|                                   |            |           |            | Тестирование.                                     |
| Как танцуют в разных странах      | 32         | 4         | 28         | Анализ исполнения движений.<br>Фронтальный опрос. |
| Партерный экзерсис                | 32         | 4         | 28         | Педагогическое наблюдение.<br>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.<br>Практический показ.   |
| Сценическая практика              | 14         | 2         | 12         | Показательные выступления для родителей           |
| Итоговое занятие                  | 2          | 1         | 1          | Викторина.<br>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. *Аplomb.*

*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, 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.

## **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<br>( контроля)                      |
|-----------------------------|------------------|--------|----------|------------------------------------------------------|
|                             | всего            | теория | практика |                                                      |
| Вводное занятие             | 2                | 1      | 1        | Входной контроль                                     |
| Азбука классического танца  | 20               | 4      | 16       | Контроль за выполнением упражнений.<br>Устный опрос. |
| Народно – сценический танец | 48               | 8      | 40       | Педагогическое наблюдение.<br>Тестирование.          |

|                                   |            |           |            |                                                   |
|-----------------------------------|------------|-----------|------------|---------------------------------------------------|
| Джаз - танец                      | 40         | 8         | 32         | Анализ исполнения движений.<br>Фронтальный опрос. |
| Историко – бытовой танец          | 10         | 2         | 8          | Коллективное обсуждение.                          |
| Партерный экзерсис                | 20         | 4         | 16         | Педагогическое наблюдение.<br>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.<br>Практический показ.   |
| Сценическая практика              | 16         | 2         | 14         | Показательные выступления для родителей           |
| Итоговое занятие                  | 2          | 1         | 1          | Викторина.<br>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 выполняется 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»;
- «выхиласник»;
- «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:* Овладение 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:* Овладение 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:* Овладение техникой исполнения:

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

#### 11. Джаз-партер.

*Теория:* Виды. Правила исполнения. Ошибки.

*Практика:* Овладение 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<br>( контроля)                       |
|-----------------------------------|------------------|--------|----------|-------------------------------------------------------|
|                                   | всего            | теория | практика |                                                       |
| Вводное занятие                   | 2                | 1      | 1        | Входной контроль                                      |
| Азбука классического танца        | 20               | 4      | 16       | Контроль над выполнением упражнений.<br>Устный опрос. |
| Народно – сценический танец       | 44               | 8      | 36       | Педагогическое наблюдение.<br>Тестирование.           |
| Джаз - танец                      | 40               | 8      | 32       | Анализ исполнения движений.<br>Фронтальный опрос.     |
| Историко – бытовой танец          | 12               | 2      | 10       | Коллективное обсуждение.                              |
| Партерный экзерсис                | 20               | 4      | 16       | Педагогическое наблюдение.<br>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.<br>Практический показ.       |

|                      |            |           |            |                                         |
|----------------------|------------|-----------|------------|-----------------------------------------|
| Сценическая практика | 18         | 2         | 16         | Показательные выступления для родителей |
| Итоговое занятие     | 2          | 1         | 1          | Викторина.<br>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 выполняется 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»;
- развертывание 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*);
- баланс 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:* Овладение 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:* Овладение техникой исполнения:

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

8. Волна (body roll).

*Теория:* Виды. Правила исполнения. Ошибки.

*Практика:* Овладение 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:* Овладение 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 разгибание 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<br>( контроля)                   |
|-----------------------------------------|------------------|-----------|------------|---------------------------------------------------|
|                                         | всего            | теория    | практика   |                                                   |
| 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<br>Тестирование         |
| Ознакомительно – познавательные занятия | 18               | 9         | 9          | Коллективное обсуждение                           |
| Постановочная работа                    | 60               | 20        | 40         | Творческий показ<br>Анализ проделанной работы     |
| Индивидуальные занятия                  | 22               | 8         | 14         | Контроль за выполнением                           |
| Репетиционная работа                    | 18               | 6         | 12         | Контроль за выполнением<br>Практический показ     |
| Сценическая практика                    | 22               | 2         | 20         | Показательные выступления для родителей           |
| Итоговое занятие                        | 2                | 1         | 1          | Викторина<br>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 номер 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<br>( контроля)                    |
|-----------------------------------------|------------------|-----------|------------|----------------------------------------------------|
|                                         | всего            | теория    | практика   |                                                    |
| 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                    | 64               | 20        | 44         | Творческий показ. Анализ проделанной работы.       |
| Индивидуальные занятия                  | 18               | 8         | 10         | Контроль за выполнением.                           |
| Репетиционная работа                    | 18               | 6         | 12         | Контроль за выполнением. Практический показ.       |
| Сценическая практика                    | 22               | 8         | 14         | Показательные выступления для родителей.           |
| Итоговое занятие                        | 2                | 1         | 1          | Викторина.<br>Класс – концерт                      |
| <b>Всего:</b>                           | <b>216</b>       | <b>73</b> | <b>143</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 (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, «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 тренировки.

*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 (64 часа)**

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 (18 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 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 10-й год обучения. Продвинутый уровень.**

| Раздел, тема                            | Количество часов |        |          | Форма аттестации<br>( контроля)                    |
|-----------------------------------------|------------------|--------|----------|----------------------------------------------------|
|                                         | всего            | теория | практика |                                                    |
| Вводное занятие                         | 2                | 1      | 1        | Входной контроль                                   |
| Классический танец                      | 36               | 10     | 26       | Контроль над выполнением упражнений. Устный опрос. |
| Партерный экзерсис                      | 26               | 10     | 26       | Педагогическое наблюдение. Тестирование.           |
| Ознакомительно – познавательные занятия | 18               | 9      | 9        | Коллективное обсуждение.                           |
| Постановочная работа                    | 64               | 20     | 44       | Творческий показ. Анализ проделанной работы.       |

|                        |            |           |            |                                                 |
|------------------------|------------|-----------|------------|-------------------------------------------------|
| Индивидуальные занятия | 18         | 8         | 10         | Контроль за выполнением.                        |
| Репетиционная работа   | 18         | 6         | 12         | Контроль за выполнением.<br>Практический показ. |
| Сценическая практика   | 22         | 8         | 14         | Показательные выступления для родителей.        |
| Итоговое занятие       | 2          | 1         | 1          | Викторина.<br>Класс – концерт                   |
| <b>Всего:</b>          | <b>216</b> | <b>73</b> | <b>143</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 (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;
- temps lie par terre все виды.

### **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. Гимнастика чувств «Умею ли я трудиться?» - урок общение.

*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 (64 часа)**

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 (18 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 (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.

### **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:

| Время проведения                                | Цель проведения                                                                                                                                          | Формы контроля                                                              |
|-------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| <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<br>«Вводное занятие»                 | Инструкции по технике безопасности. Анкеты. Тематические мультимедийные презентации. |
| Раздел№2<br>«Игровой стрейчинг»               | Комплекс упражнений. Физические упражнения и подвижные игры.                         |
| Раздел№3 «Музыкальная грамота»                | Презентация «Азбука хореографии».                                                    |
| Раздел№4<br>«Танцевальная мозаика»            | Игровая гимнастика. Комплекс упражнений.                                             |
| Раздел№5<br>«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<br>«Народно-сценический танец»       | Видео, презентации, фото, иллюстрации костюмов.                                      |
| Раздел№9<br>«Как танцуют в разных странах»    | Иллюстрации и фото, видеоматериалы.                                                  |
| Раздел№10                                     | - Видеоматериалы В. Конев. Рождение джаза.                                           |

|                                                    |                                                                               |
|----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|
| «Джаз-танец»                                       |                                                                               |
| Раздел №11 «Историко-бытовой танец»                | Материалы для занятий по теме «Историко-бытовой танец».<br>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.<br>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                    |
|------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|------------------------------|----------------------------|-----------------------------|----------------------------------|
| <b>первый (стартовый)</b>    | <b>15.09. текущего уч. года</b> | <b>25.05. текущего уч. года</b> | <b>36</b>                    | <b>72</b>                  | <b>144</b>                  | <b>2 раза в неделю по 2 часа</b> |
| 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        |
| четвёртый (базовый)          | 15.09. текущего уч. года        | 25.05. текущего уч. года        | 36                           | 108                        | 216                         | 3 раза в неделю по 2 часа        |
| <b>пятый (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> |
| 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 уч. года        | 25.05. текущего уч. года        | 36                           | 108                        | 216                         | 3 раза в неделю по 2 часа        |
| восьмой (базовый)            | 15.09. текущего уч. года        | 25.05. текущего уч. года        | 36                           | 108                        | 216                         | 3 раза в неделю по 2 часа        |
| <b>девятый (продвинутый)</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> |
| десятый (продвинутый)        | 15.09. текущего уч. года        | 25.05. текущего уч. года        | 36                           | 108                        | 216                         | 3 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. Указ президента Российской Федерации от 07.05.2024 №309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года»

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

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

5. Целевая модель развития региональной системы дополнительного образования детей, утвержденная приказом Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 №467 (в редакции от 21.04.2023 года).

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» (в редакции 30.08.2024 года).

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 учреждения от 31.08.2023 №54).

12. Положение об аттестации обучающихся МАУ ДОД ЦВР (приложение №2 приказа учреждения от 31.08.2023 №54)

### 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.

## ПРОТОКОЛ ФИКСАЦИИ РЕЗУЛЬТАТОВ ПРОМЕЖУТОЧНОГО КОНТРОЛЯ

ФИО педагога \_\_\_\_\_

### Образовательная программа и срок её реализации

№ учебной группы                      Год обучения:                      Учебный год 2024 -2025

[illegible]



|  |                          |  |  |  |  |  |
|--|--------------------------|--|--|--|--|--|
|  | Низкий уровень<br>(чел.) |  |  |  |  |  |
|--|--------------------------|--|--|--|--|--|