

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА «ЕРМАК»  
ЗЕРНОГРАДСКОГО РАЙОНА

ПРИНЯТО

на заседании Методического совета  
МБУ ДО ДДТ «Ермак»  
Протокол от 31.08.2020 № 1

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБУ ДО ДДТ «Ермак»

С.А. Михайлова

Приказ от 01.09.2020 № 138



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«СОЛНЕЧНЫЙ МИР ТАНЦА»

Срок реализации программы: 4 года

Возрастная категория: от 5 до 14 лет

Автор-составитель:  
Яковенко Ирина Александровна  
педагог дополнительного образования

г. Зерноград  
2020

## Пояснительная записка

*«От красивых образов мы перейдем к красивым мыслям,  
от красивых мыслей к красивой жизни и от красивой  
жизни к абсолютной красоте»*

*Платон*

Хореография, как сценическое творчество, имеет свою специфику и, естественно, свою систему воспитания и обучения. Высокие результаты никогда не даются даром – для этого нужно много работать, а главное, думать, искать новые оригинальные решения проблем.

Танец – вид творчества, в котором художественный образ воплощается через музыкально-организованное движение. Особенность хореографического творчества в том, что содержание любого танцевального произведения раскрывается через пластику человеческого тела. Своими специфическими средствами оно создаёт конкретное сценическое действие и передаёт его внутреннее содержание.

В основу создания данной программы положены принципы преемственности и синтеза основных хореографических дисциплин – классического и современного эстрадного танцев, партерной гимнастики, ритмики и гимнастики.

Общеобразовательная общеразвивающая программа «Солнечный мир танца» имеет **художественную направленность**, так как ориентирована на развитие творческих способностей ребенка средствами хореографии, формирование гармонично и всесторонне развитой личности в процессе овладения хореографическим творчеством. Программа является модифицированной и разработана в соответствии с Приказом Министерства Просвещения РФ от 09.11.2018 № 196 «О порядке организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» и на основе программы Мысик Д.С. «Удивительный мир танца».

**Новизна** программы «Солнечный мир танца» заключается в том, что она рассчитана на работу с детьми независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков творчества в танце. В программе суммированы особенности программ по перечисленным видам танца, что позволяет познакомить учащихся со многими танцевальными стилями и направлениями.

**Актуальность** программы «Солнечный мир танца» обусловлена следующими факторами:

- целью современного образования, в котором дополнительному образованию отводится одна из ведущих ролей в нравственно-эстетическом воспитании ребенка, удовлетворении его индивидуальных потребностей, развитии творческого потенциала, адаптации в современном обществе, повышении занятости детей в свободное время;

- особенностью современной ситуации, когда танцевальному творчеству отводится значимая роль в воспитании подрастающего поколения, в формировании его мировоззрения на лучших и достойных подражания образцах российской и мировой танцевальной культуры.

Результаты исследования образа жизни детей дают основания говорить о возникновении угрожающей общемировой тенденции – недостаточной физической активности и малоподвижном образе жизни. Дети смотрят телевизор или сидят за компьютером более трех часов в сутки.

Развитие детей именно в дошкольном и младшем школьном возрасте имеет решающее значение для формирования прочного фундамента физического и психического здоровья. В этот период происходит наиболее интенсивное развитие и рост организма, формируется характер, базовые жизненные ценности и черты личности. Ребенок, который умеет танцевать, развивается быстрее и гармоничнее своих сверстников.

**Педагогическая целесообразность программы** заключается в практической важности взаимосвязи и реализации принципов обучения, воспитания и развития; создания условий для социального, культурного совершенствования и профессионального самоопределения, творческой самореализации личности учащегося. Движение и музыка, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память, учат благородным манерам. Занятия танцами воспитывают коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться поставленной цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, они развивают ассоциативное мышление, побуждают к творчеству.

Программа ориентирована на приобщение каждого ребенка к танцевально-музыкальной культуре, применение полученных знаний, умений и навыков хореографического творчества в повседневной деятельности.

«Я хочу танцевать» — это желание ребенка и есть главный девиз данной программы. И это желание будет решающим и определяющим при принятии ребенка в объединение. Призвание это или каприз - покажет время, но позволить реализовать себя в этой сфере творчества может каждый, тем более что обучение танцевальному творчеству предполагает большие физические и моральные нагрузки, и здесь без желания и стремления не обойтись.

Выбор профессии – одно из важнейших решений, принимаемых человеком в жизни. Правильно выбранная профессия – это возможность реализовать себя, развить свои таланты и способности, основа материального благополучия и возможности иметь многое для собственного развития и удовлетворения, радость творчества.

Программа «Солнечный мир танца» знакомит учащихся с профессией хореографа. Хореограф может заниматься постановкой не только танцев, но и балетных спектаклей, концертных номеров. При этом главная его задача

неизменно заключается в создании цельной, красиво оформленной и по своему уникальной композиции, а также подбирает музыку и костюмы для концертного номера. Через танцевальное творчество у учащегося формируется представление о мире профессий, связанных с хореографией и в целях получения первичных практических умений, которые в будущем могут оказать большое влияние на предпрофильную подготовку и профессиональное самоопределение личности.

**Отличительной особенностью данной программы** является то, что за весь срок обучения учащиеся познакомятся с основными направлениями в танце. Содержание программы адаптировано к возрасту учащихся, их возможностям (включая детей дошкольного и младшего школьного возраста).

Программа содержит региональный компонент. На занятиях используются музыка, произведения донских композиторов, что позволяет строить обучение хореографии на основе преемственности поколений, уникальности природной и культурно-исторической среды как важнейшего условия развития танцевальной культуры учащихся.

**Адресат программы.** В объединение «Солнечный мир танца» принимаются все желающие от 5 до 14 лет как девочки, так и мальчики. Группы могут формироваться как разновозрастные, так и разновозрастные. В зависимости от возрастных, психофизиологических особенностей учащихся, уровня сформированности их интересов и наличия способностей определяются формы, методы, технологии, приемы организации образовательного процесса. Набор в объединение осуществляется путём собеседования с учащимися и на основании заявления родителей (законных представителей) в соответствии с локальным актом (положением о приеме, переводе, отчислении и восстановлении учащихся) при отсутствии медицинских противопоказаний.

Проводится стартовая диагностика (входной контроль) с целью выяснения уровня готовности ребенка и его индивидуальных особенностей (интересов, первичных умений и навыков, мотивации для занятий танцами, физической формы). Требования к предварительной подготовке и уровню образования не предъявляются. Состав групп – постоянный. Наполняемость групп – не менее 10 человек (согласно Приложению №1 «Рекомендуемые состав и площади помещений в организациях дополнительного образования» к СанПин 2.4.4.3172-14).

**Уровень программы** – базовый.

**Срок реализации программы** - 4 года.

В группы второго и последующего года обучения могут приниматься учащиеся, не прошедшие курс первого года обучения, но имеющие необходимую подготовку, успешно прошедшие собеседование или другие испытания.

**Форма обучения** – очная.

**Режим занятий.** Согласно СанПин 2.4.4.3172-14 от 04.07.2014 года, для учащихся в возрасте до 8 лет занятия проводятся по 30 минут с 30-минутным перерывом для отдыха и смены деятельности. Для учащихся от 8 лет занятия проводятся по 45 минут с 15-минутным перерывом для отдыха и смены деятельности.

Режим занятий:

- 1 год обучения – 2 раза в неделю по 2 академических часа – 144 часа в год;
- 2 год обучения – 2 раза в неделю по 2 академических часа – 144 часа в год;
- 3 год обучения – 2 раза в неделю по 3 академических часа – 216 часов в год;
- 4 год обучения – 2 раза в неделю по 3 академических часа – 216 часов в год;

**Особенности организации образовательного процесса.** Основной формой обучения является занятие. Занятия проводятся с полным составом группы, при этом по мере приобретения опыта занимающимися делается больший упор на групповые и индивидуальные формы работы. Применяется дифференцированный подход через получение индивидуальных заданий упрощенной или усложненной формы. Виды занятий определяются содержанием программы и предусматривают беседы, дискуссии, практические занятия, учебные игры, тренинги, конкурсы.

В группы второго и последующих лет обучения могут приниматься учащиеся, не прошедшие курс первого года обучения, но успешно прошедшие собеседование или другие испытания.

Дети объединяются в группы с учетом возраста, психологических особенностей и физических данных. Основанием для отчисления являются: длительная непосещаемость занятий, смена места жительства, другие основания в соответствии с положением о правилах приема, перевода, отчисления и восстановления учащихся дома детского творчества станицы Калининской.

Обучение строится на следующих принципах: доступность, последовательность, сотрудничество, наглядность, активность, драматизация, и т.д.

Содержание программы разработано в соответствии с требованиями современного хореографического искусства и образом жизни современного ребенка.

**Цель программы:** формирование социальной компетенции посредством регулярных занятий современным эстрадным танцем, создание особой образовательной среды и условий для творческого, личностного развития детей через знакомство с различными направлениями современной хореографии.

**ЗАДАЧИ:**

**предметные:**

- развить природные хореографические данные учащихся, овладеть танцевальными навыками;
- познакомить с различными направлениями танца;
- развить чувство ритма;

- развить артистизм и эмоциональность;
- развить умение согласовывать движения тела с музыкой;
- обучить технике хореографического исполнительства, профессиональной терминологии;
- обучить навыкам художественной выразительности исполнения;
- обучить навыкам сценического движения;
- привить культуру, свободу выразительности движений;
- развить музыкально-ритмические навыки;
- обучить выполнению требований безопасности на занятиях;
- познакомиться основами импровизации;

#### **личностные:**

- сформировать мировоззрение, гражданскую и нравственную позиции на основе изучения эстрадного наследия;
- воспитать самостоятельность, культуру общения, дисциплину, добросовестное отношение к труду, общественной собственности; чувство товарищества и взаимопомощи; активную жизненную позицию;
- сформировать потребности в соблюдении основ гигиены и здорового образа жизни, укрепления здоровья, закаливания организма;
- сформировать творческое мышление учащихся через познание методик и техник ведущих направлений хореографии;
- развить эстетический вкус, творческое воображение, умение видеть красоту окружающего мира;
- сформировать координацию, чувство ритма, ориентацию в сценическом пространстве;

#### **метапредметные:**

- сформировать умение планировать и организовывать свою деятельность с учетом ее безопасности, распределять нагрузку;
- освоить универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные, коммуникативные), овладеть ключевыми компетенциями (ценностно-смысловыми, общекультурными, учебно-познавательными, информационными, коммуникативными, социально-трудовыми);
- развить аналитическое, критическое и творческое мышление, сформировать умение объективно оценивать явления, события, собственные действия в ходе образовательного процесса; давать им и собственным действиям, результатам своего труда объективную оценку на основе полученных знаний.

### **Планируемые результаты**

#### **Предметные результаты:**

- развиты природные хореографические данные учащихся;
- освоена техника хореографического исполнительства, владение профессиональной терминологией;
- приобретены навыки художественной выразительности исполнения;
- освоены навыки сценического движения;

- приобретены знания различных направлений танца;
- привита культура, свобода выразительности движений;
- приобретены знания и умение выполнять требования к безопасности на занятиях хореографией;
- сформированы координация, чувство ритма, ориентации в сценическом пространстве;
- развиты артистизм и эмоциональность;
- развито умение согласовывать движения тела с музыкой;
- знают танцевальную терминологию;
- умеют слушать и слышать музыку;
- получены знания основ импровизации;

#### **личностные результаты:**

- приобретены танцевальные, музыкально-ритмические навыки;
- выработаны самостоятельность, культура общения, дисциплина, добросовестное отношение к труду, общественной собственности;
- развиты чувства товарищества и взаимопомощи, активной жизненной позиции;
- сформирована потребность в соблюдении правил гигиены и здорового образа жизни, укреплении здоровья, закаливании организма;
- сформировано творческое мышление через познание методик и техник ведущих направлений хореографии;
- развиты актерские способности учащихся;
- развиты эстетический вкус, творческое воображение, умение видеть красоту окружающего мира;
- сформированы навыки самообслуживания, самостоятельности, культуры общения, дисциплины, добросовестного отношения к труду, общественной собственности; чувства товарищества и взаимопомощи; выражения и отстаивания своей жизненной позиции;
- приобретены лидерские, морально-волевые качества, уважения к национальным традициям; умения отстаивать свое мнение;

#### **метапредметные результаты:**

- сформировано умение планировать и организовывать свою деятельность с учетом ее безопасности, распределять нагрузку;
- освоены универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные, коммуникативные), ключевые компетенции (ценностно-смысловые, общекультурные, учебно-познавательные информационные, коммуникативные, социально-трудовые);
- приобретены навыки аналитического мышления, умения объективно оценивать явления, события, собственные действия в ходе образовательного процесса; давать им и собственным действиям, результатам своего труда объективную оценку на основе полученных знаний и опыта.

### **Способы выявления образовательных результатов программы.**

Для выявления результативности используются 4 вида контроля:

1. **Входной контроль.** Осуществляется в начале каждого года обучения, чтобы установить уровень подготовки учащихся.

2. **Текущий контроль** проводится на каждом занятии. В конце каждого занятия закрепляется материал повторением того, что было на занятии и осуществляется педагогом, ведущим предмет.

3. **Промежуточная аттестация** определяет, насколько успешно происходит развитие обучающегося и усвоение им образовательной программы на каждом этапе обучения.

1. **Итоговый контроль** проводится раз в год в форме комплексной оценки работы ребенка в течении года. По системе «Низкий», «Средний», «Высокий» оценивается: осанка, выворотность, подъем стопы, танцевальный шаг, гибкость, прыжок, координация движений, музыкально-ритмическая координация, эмоциональная выразительность.

**Формы подведения итогов реализации программы.** Каждый год обучения завершается открытыми занятиями и концертами для родителей, педагогов и учащихся коллектива, а так же показательными концертами, которые проводятся в МБУ ДО ДДТ «Ермак» и на сценических площадках города.

Главным экспертом в оценке личностного и творческого роста учащихся является педагог, который с помощью метода наблюдения и метода включения детей в хореографическую деятельность коллектива может оценить учащихся. Механизмом оценки роста является:

- «обратная связь» учащегося и педагога;
- уровень задач, которые ставят перед собой учащиеся и коллектив;
- достижения не только творческого характера, но и личностного.

Учащимся, успешно освоившим дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу «Солнечный мир танца» и прошедшим итоговую аттестацию, выдаются свидетельства установленного образца.



## Учебно-тематический план 1 года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
	<b>Раздел 1. «Знакомимся с искусством хореографии» Вводные занятия. Входной контроль</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	Тестирование Входной контроль
1.1	Танцевальное искусство, как вид детского творчества. ТБ	2	1	1	Викторина
1.2	Хореографический язык	2	1	1	Анализ выполнения упражнений
	<b>Раздел 2. Ритмика</b>	<b>16</b>	<b>4</b>	<b>12</b>	
2.1	Характер музыки. Средства музыкальной выразительности.	4	1	3	Анализ творческой активности. Контроль за успеваемостью
2.2	Музыкальные размеры	4	1	3	Творческий отчет. Практические показы
2.3	Динамические оттенки	4	1	3	Анализ проделанной работы. Устный опрос
2.4	Музыкальная форма	4	1	3	Музыкальная викторина.
	<b>Раздел 3. Вдохновение классического танца</b>	<b>26</b>	<b>8</b>	<b>18</b>	
3.1	Мастера русского балета.	2	2	-	Реферат на тему «Мастера русского балета»
3.2	Положение корпуса в классическом танце	4	1	3	Контроль исполнения упражнения. Фронтальный опрос
3.3	Позиций рук-1,2,3, подготовительная.	4	1	3	Творческие практические показы. Свободный опрос
3.4	Позиций ног – 6,1,2,3	4	1	3	Контроль за выполнением практического исполнения Позиций ног – 6,1,2. Творческий зачет
3.5	releve по 6	4	1	3	Анализ исполнения releve по 6. Устный опрос

3.6	demi-plie	4	1	3	Контроль за выполнением упражнения demi-plie. Творческие практические показы
3.7	Releveetdemi-plie	4	1	3	Контроль за выполнением творческого задания. Педагогическое наблюдение
	<b>Раздел 4. Игровое танцевальное творчество.</b>	<b>24</b>	<b>5</b>	<b>22</b>	
4.1	«Лесное царство» танцевальные этюды.	4	1	4	Контроль за выполнением этюда «Лесное царство». Фронтальный опрос
4.2	«Меня зовут» игровые задания на воображение	4	1	4	Контроль за исполнением игрового задания. Свободный опрос
4.3	«Говорящие предметы» танцевальные этюды	4	1	4	Конкурс пластических этюдов. Викторина
4.4	«За волшебной дверью» танцевальные этюды	6	1	5	Контроль за инсценировкой, парных пластических этюдов. Творческие практические показы. Устный опрос
4.5	«Рисунки на паркете» танцевальные этюды	6	1	5	Творческое задание. Танцевальная олимпиада. Педагогическое наблюдение
<b>5</b>	<b>Раздел 5. Детский танец.</b>	<b>24</b>	<b>6</b>	<b>15</b>	
5.1	Вару-вару	4	1	3	Анализ исполнения Вару-вару. Творческие практические показы.
5.2	Полкис	4	1	3	Педагогическое наблюдение за творческой деятельностью.

5.3	Па-де-грас	4	1	3	Контрольное исполнение заданного репертуара. Устный опрос.
5.4	Сударушка	4	1	3	Анализ творческого задания с использованием реквизита. Педагогическое наблюдение.
5.5	Фигурный вальс	4	1	3	Контроль за выполнением упражнений развивающих координацию движения.
5.6	Берлинская полька	4	1	3	Викторина «Особенности берлинской польки». Творческие практические
	<b>Раздел 6. Гимнастика с элементами акробатики</b>	<b>30</b>	<b>4</b>	<b>26</b>	
6.1	Цепкие пальчики	6	1	5	Анализ исполнения упражнения. Педагогическое наблюдение. Фронтальный опрос
6.2	Гибкий стан	8	1	7	Конкурс «Самый гибкий стан». Анализ исполнения упражнений. Зачет.
6.3	Виртуозные растяжки	8	1	7	Контроль за выполнением упражнения на растяжку мышц. Свободный опрос.
6.4	Ловкость и координация	8	1	7	Творческое задание. Сдача нормативов.
<b>7</b>	<b>Раздел 7. Элементы акробатики</b>	<b>16</b>	<b>4</b>	<b>12</b>	
7.1	Ванька встань-ка	4	1	3	Контроль за выполнением упражнения «кувырок».

7.2	Классные стойки	4	1	3	Контроль за выполнением упражнения «Стойка». Педагогическое наблюдение
7.3	Гимнастическое колесо	4	1	3	Педагогическое наблюдение за выполнением циркового колеса. Анализ занятия
7.4	Забавные Складки	4	1	3	Сдача нормативов.
<b>8</b>	<b>Раздел 8. «Танцевальные ритмы» Итоговый контроль</b>	<b>4</b>	<b>-</b>	<b>4</b>	Контрольное исполнение заданного репертуара
	<b>Итого</b>	<b>144</b>	<b>33</b>	<b>111</b>	

## Содержание программы

### 1-й год обучения

#### 1. Знакомимся с искусством хореографии. Вводные занятия

##### 1.1. Танцевальное искусство, как вид детского творчества. ТБ.

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

*Практика:* правила техники безопасности на занятиях. Игры на знакомство, коллективообразование: «Назови имя», «Дрозд», и др.

##### 1.2. Хореографический язык.

*Теория:* что такое «хореографический язык» - приветствие и прощание - «поклон». *Практика:* изучение техники выполнения поклона на середине. Просмотр видеоролика «Путешествие в мир танца».

#### 2. Ритмика

##### 2.1. 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 (веселый, грустный, торжественный, спокойный, озорной и т. д). Движение в характере, заданном музыкой.

##### 2.2. 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.

### 2.3. 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, (mezzoforte) — умеренно громко, (mezzopiano) — тихо, (pianissimo) — очень тихо.

### 2.4. Музыкальная форма.

*Теория:* прослушивание музыкальных композиций: Н.Римский - Корсаков «Яр хмель», И. Понькин «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.

## 3. Вдохновение классического танца

### 3.1. Мастера русского балета.

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

*Практика:* исследовательская деятельность по теме: «Мастера русского балета» - иллюстрированный реферат, доклад о жизни и творчестве великих русских танцоров 19 века.

### 3.2. Постановка корпуса в классическом танце.

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

*Практика:* освоение постановки корпуса на середине, у станка (ноги в 1 свободной поз., руки - в подготовительной поз.). Упражнение «Арбуз».

### 3.3. Позаций рук-1,2,3, подготовительная.

*Теория:* освоение позаций рук классического танца на середине.

*Практика:* проучивается в порядке - подготовительная, 1,3. В последнюю очередь- 2. Воспитание волевых качеств и трудолюбия. Упражнение «Арбуз», «Посчитай до восьми».

### 3.4. Позаций ног – 6,1,2,3.

*Теория:* освоение позаций ног классического танца на середине.

*Практика:* проучивается в порядке - 6, 1, 2. В последнюю очередь- 3. Воспитание волевых качеств и трудолюбия. Упражнение «Угадай позицию».

### 3.5. Releve.

*Теория:* освоение упражнения классического танца Releve на середине. Особенности выполнения упражнения.

*Практика:* проучивается по 6 поз.ног, далее - по 1 поз. Воспитание волевых качеств и трудолюбия. Разработка голеностопного и коленного сустава (подготовка к прыжку). Упражнение «Паучок», «Затяжка», «Пружинка».

### *3.6. Demi-plie.*

*Теория:* освоение упражнения классического танца Demi-plie у станка. Особенности выполнения упражнения.

*Практика:* проучивается по 6 поз.ног, потом по 1 поз. Воспитание волевых качеств и трудолюбия. Разработка голеностопного и коленного сустава (подготовка к прыжку). Упражнение «Паучок», «Затяжка».

### *3.7. Reveetdemi-plie.*

*Теория:* освоение комбинации упражнений классического танца Reveetdemi-plie у станка. Особенности выполнения упражнения.

*Практика:* проучивается по 6 поз.ног, далее - по 1 поз. Воспитание волевых качеств и трудолюбия. Разработка голеностопного и коленного сустава (подготовка к прыжку). Упражнение «Пружинка», «Паучок», «Затяжка».

## **4.Игровое танцевальное творчество**

### *4.1. «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.

### *4.2. «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.

### *4.3. «Говорящие предметы» танцевальные этюды.*

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

*Практика:* танцевальные этюды «Веселые гимнасты», «Спортивный», «Танец с игрушками». Творческие задания в группах и индивидуальные. Игра «Музыкальная подушка».

### *4.4 «За волшебной дверью» танцевальные этюды.*

*Теория:* воспитательная функция.

*Практика:* разучивание сказок, обыгрывание эпизодов, импровизация, танцевальная инсценировка сказок. Приобретение навыков актерского мастерства. Работа над образом. Освоение элементов театрализации на материале сказок: «Волк и семеро козлят», «Белоснежка и семь гномов», «Кошкин дом», «Емеля».

### *4.5. «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.

## **5. Детский танец**

### *5.1. Вару-вару.*

*Теория:* знакомство с видами детского бального танца, с его особенностями и манерой исполнения.

*Практика:* разучивание основного шага, основных элементов и фигур танца «Вару-вару».

### *5.2. Полкис.*

*Теория:* знакомство с видами детского бального танца, с его особенностями и манерой исполнения.

*Практика:* разучивание основного шага, основных элементов и фигур танца «Полкис».

### *5.3. Па-де-грас.*

*Теория:* знакомство с видами историко-бытового танца, с его особенностями и манерой исполнения. Старинный бальный танец «Па-де-грас».

*Практика:* разучивание основного шага, основных элементов и фигур танца «Па-де-грас».

### *5.4. Сударушка.*

*Теория:* знакомство с видами историко-бытового танца, с его особенностями и манерой исполнения. Русский лирический танец «Сударушка».

*Практика:* разучивание основного шага, основных элементов и фигур танца «Сударушка». Исследовательская деятельность по теме: «История происхождения русского лирического танца «Сударушка» - иллюстрированный реферат, доклад об авторе происхождения танца «Сударушка».

### *5.5. Фигурный вальс.*

*Теория:* знакомство с видами историко-бытового танца, с его особенностями и манерой исполнения. Австрийский танец «Вальс».

*Практика:* разучивание основного шага, основных элементов и фигур танца «Фигурный вальс».

### *5.6. Берлинская полька.*

*Теория:* знакомство с видами историко-бытового танца, с его особенностями и манерой исполнения. Немецкий танец «Берлинская полька».

*Практика:* разучивание основного шага, основных элементов и фигур танца «Берлинская полька». Исследовательская деятельность по теме: «История происхождения берлинской польки» - иллюстрированный реферат, доклад о происхождении танца «Берлинская полька».

## **6. Гимнастика с элементами акробатики**

### *6.1. Цепкие пальчики.*

*Теория:* элементы гимнастики и акробатики, как способ украшения и обогащения танцевальных композиций. Техника безопасности при выполнении гимнастических упражнений.

*Практика:* формирование волевых навыков и трудолюбия. Освоение комплексов упражнений на выработку подвижности и эластичности стопы. Упражнения «Цепкие пальчики», «Карандаш», «Нарисуй кружок», «Тупой-острый». Игра «Возьми конфетку с пола».

### *6.2. Гибкий стан.*

*Теория:* техника безопасности при выполнении гимнастических упражнений.

*Практика:* формирование волевых навыков. Тестовые упражнения по оценке гибкости и подвижности в суставах. Упражнения для улучшения подвижности позвоночника. Упражнения, включающие максимальное сгибание туловища: «Кольцо», «Лягушка», «Корзинка», «Лодочка плывет», «Мост» из положения лежа.

### *6.3. Virtuозные рас тяжки.*

*Теория:* освоение навыков растягивания мышц бедра.

*Практика:* формирование волевых навыков. 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 лежа, «Складка в шпагате». Подготовительные упражнения «Бабочка», «Полушпагаты».

### *6.4. Ловкость и координация.*

*Теория:* освоение навыков ориентации в пространстве, умения координировать свое тело, внутренней собранности.

*Практика:* произвольное преодоление простых препятствий: беговые упражнения «Змейка», «Лужи», «Сугробы». Передвижения шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам: упражнение «Болото»

## **7.Элементы акробатики в танце**

### *7.1. Ванька встань-ка.*

*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. Упражнения «Группировка» (1,2), перекаты в группировке. Упражнения «Кувырок» (вперед), «Кувырок» (назад), комбинации кувырков.

### *7.2. Класные стойки.*

*Теория:* техника безопасности при выполнении элементов акробатики.

*Практика:* освоение навыков внутренней собранности, формирование волевых навыков, спортивного характера. Упражнения: стойка на лопатках (с согнутыми и прямыми ногами) - «Березка», «Складка из березки», «стойка на руках»-подготовительные упражнения для укрепления мышц рук.

### *7.3. Цирковое колесо.*



*Теория:* техника безопасности при выполнении элементов акробатики.

*Практика:* освоение навыков внутренней собранности, формирование волевых навыков, спортивного характера. Упражнение «Медвежье колесо» (на месте, в продвижении). «Медвежье колесо» постепенно усовершенствуется в «Цирковое колесо».

#### 7.4. Забавные складки.

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

*Практика:* освоение навыков внутренней собранности, формирование волевых навыков, спортивного характера. Упражнения: складки «Книжка» из положения сидя, стоя, лежа, складки в шпагате «Веревочка».

### 8. «Танцевальные ритмы» итоговое занятие

*Практика:* открытое занятие для учащихся и родителей.(законных представителей несовершеннолетних учащихся). Демонстрация полученных знаний и умений. Анализ работы.

#### **К концу первого года обучения учащиеся будут знать:**

- о роли хореографического искусства в жизни человека;
- основные элементы классического танца;
- позиции рук и ног классического танца;
- навыки постановки корпуса;
- элементы танцев разных народностей;
- 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 гимнастические комплексы;
- выполнять акробатические элементы;
- выполнять комплексы растяжки;
- выполнять комплексы ритмической 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.

## Учебно-тематический план 2 года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
	<b>Раздел 1. «Приглашение на танец» вводное занятие. ТБ. Входной контроль</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	Тестирование Входной контроль
	<b>Раздел 2. Азбука классического танца</b>	<b>26</b>	<b>8</b>	<b>18</b>	
2.1	На балу у Золушки	2	2	-	Викторина
2.2	Portdebras№ 1	4	1	3	Творческие практические показы. Устный опрос
2.3	Позиций ног – 5,4	4	1	3	Контроль за выполнением позиций ног – 5,4. Практический показ.
2.4	Grand-plie	4	1	3	Контроль за выполнением Grand-plie. Фронтальный опрос
2.5	Battementtendu	4	1	3	Контроль за выполнением Battementtendu.Свободный опрос
2.6	Allegro-Sauté	4	1	3	Контроль за выполнением творческого задания. Практический показ
2.7	Allegro- Sissonnesimple	4	1	3	Контроль за выполнением творческого задания, постановка на сцене. Зачет
<b>3</b>	<b>Раздел 3. Как танцуют в разных странах</b>	<b>34</b>	<b>10</b>	<b>24</b>	
3.1	Танцы народов мира	2	2	-	Мини сочинение на тему «Танцы народов мира»
3.2	Украинский гопак	4	1	3	Творческий показ. Анализ проделанной работы

3.3	Восточные мотивы	4	1	3	Педагогическое наблюдение. Творческие задания
3.4	Ирландская полька	4	1	3	Викторина. Практический показ
3.5	Итальянская Тарантелла	4	1	3	Тестирование.
3.6	Зажигательный фламенко	4	1	3	Составление презентации и защита. Танцевальная олимпиада
3.7	Китайские веера	4	1	3	Иллюстративный реферат «Китайские веера». Устный опрос
3.8	Русская кадрили	4	1	3	Тестирование. Контроль исполнения творческого задания
3.9	Африканские бубны	4	1	3	Коллективное обсуждение.
<b>4</b>	<b>Раздел 4. Игровое танцевальное творчество. Промежуточный контроль</b>	<b>20</b>	<b>4</b>	<b>16</b>	
4.1	«Трансформеры» игровые задания на воображение	6	1	5	Мозговой штурм. Анкетирование. Творческие практические показы.
4.2	«На все нужна сноровка» танцевальные этюды с предметами	4	1	3	Коллективное обсуждение. Анализ творческого задания
4.3	«Танцевальная импровизация» танцевальные этюды	4	1	3	Контроль за выполнением творческого задания. Свободный опрос
4.4	«Причудливый узор» рисунок танца	6	1	5	Практический показ. Анализ исполнения творческого задания.
<b>5</b>	<b>Раздел 5. Партерный экзерсис</b>	<b>18</b>	<b>3</b>	<b>15</b>	
5.1	Изящная осанка	6	1	5	Анализ выполнения упражнений. Творческое задание
5.2	Формируем «птичку»	6	1	5	Контроль за исполнением

					упражнений. Работа над ошибками. Педагогическое наблюдение
5.3	Формируем ножку	6	1	5	Контроль за выполнением творческого задания. Контроль постановки на сцене.
	<b>Раздел 6. Гимнастика с элементами акробатики</b>	<b>18</b>	<b>3</b>	<b>15</b>	
6.1	Дивная пластика	6	1	5	Викторина. Контроль за исполнением упражнений на развитие пластичности
6.2	Гимнастические растяжки	6	1	5	Контроль за выполнением творческого задания. Зачет.
6.3	Координация и апломб	6	1	5	Тестирование. Творческие практические показы.
<b>7</b>	<b>Раздел 7. Элементы акробатики</b>	<b>16</b>	<b>4</b>	<b>12</b>	
7.1	Супер стойки	4	1	3	Контроль за выполнением творческого задания.
7.2	Колесо	4	1	3	Анализ выполнения упражнения «Колесо». Практический показ
7.3	Чудо - складки	4	1	3	Анализ творческого задания
7.4	Кувырок раз, кувырок два	4	1	3	Контроль за выполнением творческого задания.
<b>8</b>	<b>Раздел 8. «Танцевальное ассорти» итоговое занятие. Итоговый контроль</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	
	Отчетный концерт	2	2		Анализ концерта
	<b>ИТОГО:</b>	<b>144</b>	<b>33</b>	<b>111</b>	

## Содержание программы

### 2-й год обучения

#### 1. «Приглашение на танец» вводное занятие

*Практика:* просмотр видео «Танцевальные стили и направления» и слайдов по теме «Стили».

#### 2. Азбука классического танца

##### 2.1. На балу у Золушки.

*Теория:* зарождение первых балетов. Итальянская танцевальная культура 16 в. "Комедийный балет королевы" Бальтазарини, Жан Жорж Новер, Мария Тальони. *Практика:* просмотр слайдов по теме «Первые балеты». Формирование интереса и уважения к мировому балету. Исследовательская деятельность по теме: «Воздушный танец Марии Тальони» - иллюстрированный реферат, доклад о жизни и творчестве балерины 16 века Марии Тальони.

##### 2.2. Portdebras№ 1.

*Теория:* освоение позиций рук классического танца на середине. Освоение упражнения «Portdebras№ 1».

*Практика:* манера исполнения. Воспитание волевых качеств и трудолюбия. Упражнение «Арбуз», «Посчитай до восьми».

##### 2.3. Позиций ног – 5.4.

*Теория:* освоение позиций ног классического танца на середине.

*Практика:* 5 позиция ног проучивается после подготовительных упражнений на развитие выворотности: упражнение «Замок». Самой последней проучивается 4 поз.ног. Воспитание волевых качеств и трудолюбия. Упражнение «Посчитай до восьми».

##### 2.4. Grand-plie.

*Теория:* освоение упражнения классического танца «Grand-plie» (большое приседание) у станка. Особенности выполнения упражнения.

*Практика:* проучивается по 1 поз.ног. Далее – по 2 поз.ног. Особенности исполнения по 1 и по 2 поз.ног. Воспитание волевых качеств и трудолюбия. Разработка голеностопного и коленного сустава (подготовка к прыжку). Упражнение «Пружинка», «Паучок», «Затяжка».

##### 2.5. Battementtendu.

*Теория:* освоение упражнения классического танца «Battementtendu» (отведение и приведение ноги) из 1 поз.ног.у станка в сторону. Далее проучивается упражнение вперед и назад. Особенности выполнения упражнения.

*Практика:* воспитание волевых качеств и трудолюбия. Способствовать выработке силы ног, натянутости стопы. Упражнения «Утюжок», «Пятка высоко», «Затяжка».

##### 2.6. Allegro- Sauté.

*Теория:* развитие прыжка - важнейшего элемента в хореографии, который дает ощущение легкости и воздушности исполнения.

*Практика:* освоение техники исполнения прыжка Sauté из 6 поз. потом – 1 поз.ног. Упражнения на развитие прыжка: «Releve», «Demi-plie». Игра «Выше всех».

### *2.7. Allegro- Sissonnesimple.*

*Теория:* развитие прыжка - важнейшего элемента в хореографии, который дает ощущение легкости и воздушности исполнения.

*Практика:* освоение техники исполнения прыжка. Sissonnesimple из 1 поз.ног. Упражнения на развитие прыжка: «Releve», «Demi-plie». Игра «Выше всех».

## **3. Как танцуют в разных странах**

### *3.1. 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.

### *3.2. Украинский гопак.*

*Теория:* знакомство танцевальной культурой Украины. Украинский танец «Гопак». Особенности и манера исполнения.

*Практика:* разучивание основного шага, основных элементов и фигур танца «Гопак».

### *3.3. Восточные мотивы.*

*Теория:* знакомство с видами народно-сценического танца, с его особенностями и манерой исполнения. Восточный танец.

*Практика:* разучивание основного шага, основных элементов и фигур танца «Восточный».

### *3.4. Ирландская полька.*

*Теория:* знакомство танцевальной культурой Ирландии. Ирландский танец «Ирландская полька». Особенности и манера исполнения.

*Практика:* разучивание основного шага, основных элементов и фигур танца «Ирландская полька».

### *3.5. Итальянская Тарантелла.*

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

*Практика:* разучивание основного шага, основных элементов и фигур танца «Тарантелла». Исследовательская деятельность по теме: «Итальянская тарантелла» - иллюстрированный реферат, доклад о происхождении и распространении итальянского танца «Тарантелла».

### *3.6. Зажигательный фламенко.*

*Теория:* знакомство танцевальной культурой Испании. Испанский танец «Фламенко». Особенности и манера исполнения.

*Практика:* разучивание основного шага, основных элементов и фигур танца «Фламенко». Исследовательская деятельность по теме: «Фламенко» - иллюстрированный реферат, доклад о происхождении и распространении испанского танца «Фламенко».

### 3.7. Китайские веера.

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

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

### 3.8 Русская кадриль.

*Теория:* знакомство танцевальной культурой России. Танец «Русская кадриль». Особенности и манера исполнения.

*Практика:* разучивание основного шага, основных элементов и фигур танца «Русская кадриль».

### 3.9. Африканские бубны.

*Теория:* знакомство танцевальной культурой Африки. Африканский танец «Бубны». Особенности и манера исполнения.

*Практика:* разучивание основного шага, основных элементов и фигур танца «Бубны».

## 4. Игровое танцевальное творчество

### 4.1. «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.

### 4.2. «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», «Музыкальные Флажки», «Домовой», «Сюрприз» и т.д.

### 4.3. «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».

### 4.4. «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». Игра «Нарисуй и покажи».

## 5. Партерный экзерсис

### 5.1. Изящная осанка.

*Теория:* освоение навыков постановки корпуса в хореографии.

*Практика:* формирование волевых навыков и трудолюбия. Упражнения на формирование правильной осанки: «3 позиция», «Египет», «Руки вверх», «Бревнышко». Игра «Строим плот».

### 5.2. *Формируем «птичку».*

*Теория:* «Птичка» - форма натянутой стопы с оттяжкой к мизинцу.

*Практика:* формирование волевых навыков и трудолюбия. Освоение комплексов упражнений на выработку подвижности и эластичности стопы, разработки подъема. Упражнения: «Цепкие пальчики», «Нарисуй кружок», «Тупой- острый». Игра «Возьми конфетку с пола».

### 5.3. *Формируем ножку.*

*Теория:* формирование волевых навыков и трудолюбия.

*Практика:* освоение комплексов упражнений на выработку силы мышц ног. Упражнения «Карандаш», «Нарисуй кружок», «Ножницы».

## **6. Гимнастика с элементами акробатики**

### 6.1. *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.

### 6.2. *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.

### 6.3. *Координация и апломб.*

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

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

## **7. Элементы акробатики в танце**

### 7.1. *Супер Стойки.*

*Теория:* техника безопасности при выполнении элементов акробатики.

Освоение навыков внутренней собранности, формирование волевых навыков, спортивного характера. *Практика:* упражнения: стойка на лопатках (с согнутыми и прямыми ногами) - «Березка», «Складка из березки» с прямыми ногами, в «разножке», «стойка на руках». Подготовительные упражнения для



укрепления мышц рук «бег на руках», «мини-стойка».

### 7.2. Колесо.

*Теория:* техника безопасности при выполнении элементов акробатики. Освоение навыков внутренней собранности, формирование волевых навыков, спортивного характера. *Практика:* упражнение «Колесо» (на месте, в продвижении). Комбинации «Колесо» вперед-назад.

### 7.3. Чудо – складки.

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

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

### 7.4. Кувырок раз, кувырок два.

*Теория:* элементы акробатики, как способ украшения и обогащения танцевальных композиций. 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). Выход в «Кувырок» из «Березки» через «Складку».

## 8. «Танцевальное ассорти» итоговое занятие

*Практика:* открытое занятие для учащихся и родителей (законных представителей несовершеннолетних учащихся) с демонстраций полученных знаний и умений. Анализ работы.

### **К концу второго года обучения учащиеся будут знать:**

- о значении хореографии для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное);
- о разнообразии танцевального искусства;
- основные понятия «Азбуки классического танца»
- элементы танцев разных народностей;
- 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 гимнастические комплексы;
- выполнять акробатические элементы;
- выполнять элементы партерного экзерсиса;

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

- навыки (компетенции) в области хореографии;
- эстетическое восприятие и творческое воображение;
- нравственно-эстетические, духовные и физические качества личности
- навыки работы в группе, культура общения.

## Учебно-тематический план 3 года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
	<b>Раздел 1. «Разнообразие танцевального искусства» Вводное занятие. ТБ. Входной контроль</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	
	<b>Раздел 2. Азбука классического танца</b>	<b>44</b>	<b>10</b>	<b>34</b>	
2.1	Русские сезоны в Париже	2	2	-	Викторина
2.2	Что такое «Экзерсис»	2	1	1	Мини сочинение на тему «Что такое «Экзерсис»»
2.3	Preparation	4	1	3	Тестирование. Творческие показы.
2.4	Sur le cou-de-pied	6	1	5	Контроль исполнения.
2.5	Battement tendu jete	6	1	5	Анализ занятия. Работа над ошибками.
2.6	Grand battement jete	6	1	5	Контроль за выполнением творческого задания.
2.7	Relevé	6	1	5	Контроль за выполнением творческого задания.
2.8	Allegro- Jete	6	1	5	Анализ выступления. Контроль исполнения
2.9	Allegro- Echarpe	6	1	5	Анализ проделанной работы.
<b>3</b>	<b>Раздел 3. Русский танец</b>	<b>32</b>	<b>7</b>	<b>25</b>	
3.1	Танцы Древней Руси	2	2	-	Коллективное обсуждение
3.2	Хоровод	6	1	5	Творческие практические показы.
3.3	Пляс, перепляс	6	1	5	Устный опрос. Творческие задания. Практический показ
3.4	Кадриль	6	1	5	Контроль исполнения творческого задания.
3.5	Дроби, переборы	6	1	5	Наблюдение. Творческие задания. Практический показ

3.6	Танец- обряд	6	1	5	Творческие практические показы.
<b>4</b>	<b>Раздел 4. Основы современного танца</b>	<b>26</b>	<b>6</b>	<b>20</b>	
4.1	Свобода движения	2	2	-	Коллективное обсуждение
4.2	Джазовые позиции рук	6	1	5	Творческие практические показы.
4.3	Джазовые позиции ног	6	1	5	Анализ занятия. Работа над ошибками. Фронтальный опрос
4.4	Энергия танца	12	2	10	Мозговой штурм. Анализ выполненной работы
<b>5</b>	<b>Раздел 5. Игровое танцевальное творчество. Промежуточный контроль</b>	<b>24</b>	<b>4</b>	<b>20</b>	
5.1	«В ролях...» игровые задания на воображение	6	1	5	Анализ творческого задания. Работа над ошибками. Контроль исполнения игрового задания на воображение
5.2	«Ах, эта импровизация» танцевальные этюды	6	1	5	Контроль за исполнением танцевальных этюдов. Анализ танцевальных этюдов.
5.3	«Умные предметы» танцевальные этюды с предметами	6	1	5	Контроль за выполнением творческого задания. Анализ постановки на сцене.
5.4	«Танцевальный орнамент» рисунок танца	6	1	5	Контроль за исполнением танцевальных этюдов. Анализ творческого задания.
<b>6</b>	<b>Раздел 6. Историко-бытовой танец</b>	<b>42</b>	<b>7</b>	<b>35</b>	
6.1	Вальс	6	1	5	Викторина. Контроль за выполнением творческого задания.

6.2	Менуэт	6	1	5	Анализ творческого задания. Контроль исполнения менуэта
6.3	Полонез	6	1	5	Контроль за выполнением творческого задания. Тестирование.
6.4	Контрданс	6	1	5	Контроль за выполнением творческого задания.
6.5	Русский лирический	10	3	7	Контроль за исполнением практического показа.
6.6	Мазурка	8	2	6	Контроль за выполнением творческого задания.
<b>7</b>	<b>Раздел 7. Партерный экзерсис</b>	<b>18</b>	<b>3</b>	<b>15</b>	
7.1	Грация	6	1	5	Анализ творческого задания.
7.2	Чистота линий	6	1	5	Педагогическое наблюдение
7.3	Рисуем в воздухе	6	1	5	Анализ творческого задания. Практический показ.
<b>8</b>	<b>Раздел 8. Гимнастика с элементами акробатики</b>	<b>14</b>	<b>4</b>	<b>10</b>	
8.1	Пластические комбинации	4	1	3	Контроль за выполнением творческого задания.
8.2	Динамические растяжки	4	1	3	Педагогическое наблюдение
8.3	Акробатические зарисовки	4	1	3	Контроль за выполнением творческого задания.
8.4	На арене цирка	2	1	1	Анализ творческого задания
<b>9</b>	<b>Раздел 9. «На танцевальной орбите» Итоговый контроль</b>	<b>14</b>	<b>-</b>	<b>14</b>	
	Мастер-классы	8	-	8	
	Промежуточная диагностика	4	-	4	
	Отчетный концерт	2	-	2	Анализ концерта
	<b>ИТОГО:</b>	<b>216</b>	<b>42</b>	<b>174</b>	

## Содержание программы

### 3-й год обучения

#### 1. «Разнообразие танцевального искусства» вводное занятие

*Теория:* стили и направления хореографического искусства: модерн, джаз-танец, виды русского фольклора.

*Практика:* просмотр видео «Танцевальные стили и направления» и слайдов по теме «Стили».

#### 2. Азбука классического танца

##### 2.1. Русские сезоны в Париже.

*Теория:* русские сезоны в Париже. Русский меценат 19 века - Дягилев. Великие русские танцоры 19 века - Анна Павлова, Михаил Фокин, Петр Нижинский. Формирование интереса и уважения к русскому классическому балету.

*Практика:* исследовательская деятельность по теме: «Русские сезоны в Париже» - иллюстрированный реферат, доклад о расцвете русского балета 19 века и танцевальных легендах 19 века.

##### 2.2. Что такое «Экзерсис».

*Теория:* понятие «классический экзерсис» - у станка, на середине.

*Практика:* упражнения, входящие в классический экзерсис. Манера исполнения классического танца. Чистота и строгость линий. Воспитание волевых качеств и трудолюбия.

##### 2.3. Preparation.

*Теория:* понятие «Preparation» - «приготовиться», «подготовка». Выполняется в начале и в конце упражнений классического экзерсиса.

*Практика:* освоение техники выполнения Preparation. Воспитание волевых качеств и трудолюбия. Упражнение «Посчитай до восьми».

##### 2.4. Surlecou-de-pied.

*Теория:* освоение упражнения классического танца «Surlecou-de-pied» (положение ноги). Бывает «условное» или «учебное», Surlecou-de-pied «спереди», «сзади». Проучивается из 1 поз. ног. с отведения на battement у станка. Особенности выполнения упражнения. *Практика:* воспитание волевых качеств и трудолюбия. Способствовать формированию стопы «птички», выворотности. Упражнения «Возьми конфету с пола», «Пятка высоко».

##### 2.5. Battement tendu jete.

*Теория:* освоение упражнения классического танца «Battement tendu Jete» (бросок). Проучивается из 1 поз. ног у станка в сторону, далее вперед, назад. Особенности выполнения упражнения.

*Практика:* воспитание волевых качеств и трудолюбия. Способствовать выработке силы ног, нотянутости стопы. Упражнения «Утюжок», «Пятка высоко», «Затяжка», «Бросок на 30\*».

##### 2.6. Grand battement jete.

*Теория:* освоение упражнения классического танца «Grand battement Jete» (большой бросок, мах) из 1 поз. ног у станка, лицом к станку. Особенности

выполнения упражнения. *Практика:* воспитание волевых качеств и трудолюбия. Способствовать выработке силы ног, натянутости стопы. Упражнения «Утюжок», «Затяжка». «Бросок на 90 \*».

### 2.7. Relevelent.

*Теория:* освоение упражнения классического танца «Relevelent» (медленный подъем ноги на 30\*, 45\*, 60\*) из 1 поз. ног. у станка, лицом к станку, в сторону. Особенности выполнения упражнения.

*Практика:* воспитание волевых качеств и трудолюбия. Способствовать выработке силы ног, натянутости стопы. Упражнения «Утюжок», «Пятка высоко», «Затяжка».

### 2.8. Allegro-Jete.

*Теория:* развитие прыжка - важнейшего элемента в хореографии, который дает ощущение легкости и воздушности исполнения.

*Практика:* освоение техники исполнения прыжка Jete. Упражнения на развитие прыжка: «Releve», «Demi-plie», «Лужи».

### 2.9. Allegro-Echappe.

*Теория:* развитие прыжка - важнейшего элемента в хореографии, который дает ощущение легкости и воздушности исполнения.

*Практика:* освоение техники исполнения прыжка Echappe (прыжок из 5 поз. во 2 поз. с затяжкой в воздухе) Упражнения на развитие прыжка: «Releve», «Demi-plie».

## 3. Русский танец

### 3.1. 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.

### 3.2. 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. Хоровод «Летел кулик». Основной ход «Лебедушка».

### 3.3. 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». Разновидности плясовых, переплясов. Манера исполнения. Пляска «Веселуха». Основной ход: «задорный», «парный». Основные элементы плясок: «дробь», «каблучные», «парные». Перепляс «Девчата».

### 3.4. 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.

### 3.5. Дроби, 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».

### 3.6. 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». Исследовательская деятельность по теме: «Танцы - обряды на Руси» - иллюстрированный реферат, доклад об старинных обрядах и народных языческих праздниках.

## 4. Основы современного танца

### 4.1. Свобода движения.

*Теория:* история происхождения модерна, джаз-танца. Почему стало недостаточно классического танца. Творчество Айседоры Дункан. Основные направления джаз-танца. *Практика:* видео «Прорыв».

Исследовательская деятельность по теме: «Завораживающий танец Айседоры Дункан» - иллюстрированный реферат, доклад о жизни и творчестве Айседоры Дункан.

### 4.2. Джазовые позиции рук.

*Теория:* освоение основных позиции рук в джаз-танце: подготовительное положение – press-роз; джаз 1, джаз 2, джаз 3, джаз 4. позиция V, позиция L.. Особенности позиций рук, положение кисти.

*Практика:* воспитание волевых качеств и трудолюбия. Упражнение «Посчитай до восьми».

### 4.3 Джазовые позиции ног.

*Теория:* 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).

*Практика:* воспитание волевых качеств и трудолюбия. Упражнение «Посчитай до восьми».

### 4.4. Энергия танца.

*Теория:* освоение торсовой работы корпуса «twist», «twill» Развитие подвижности позвоночника «bodyroll».

*Практика:* проучивание «flatback» вперед. Упражнения stretch-характера. Упражнения «Квадрат», «Крест», «Изоляция». Джазовые «Кроссы».

## **5. Игровое танцевальное творчество**

### *5.1. «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.

### *5.2. «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».

### *5.3. «Умные предметы».*

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

*Практика:* танцевальные этюды «Этюд мячом», «Морская азбука», «Платочек», «В мечтах» и т.д.

### *5.4. «Танцевальный орнамент».*

*Теория:* развитие фантазии, воображения, внимания, ориентации в пространстве, умение работать в ансамбле.

*Практика:* использование танцевальных рисунков на практике. Построения шагом с носка, бегом, галопом, подскоками в круги (1,2,3,4), (большие, маленькие), корзинку, звездочки, расчески, тоннель. Танцевальный материал: «Воздушная кукуруза», «Калинка», «Русские узоры», «Танец троллей».

## **6. Историко бытовой танец**

### *6.1. Вальс.*

*Теория:* знакомство с видами историко-бытового танца, с его особенностями и манерой исполнения. Австрийский танец «Вальс»,

*Практика:* разучивание основного шага, основных элементов и фигур танца «Вальс». Исследовательская деятельность по теме: «Вальс, вальс, вальс...» - иллюстрированный реферат, доклад о происхождении и распространении танца «Вальс».

### *6.2. Менуэт.*

*Теория:* знакомство с видами историко-бытового танца, с его особенностями и манерой исполнения. Французский танец «Менуэт».

*Практика:* разучивание основного шага, основных элементов и фигур танца «Менуэт».

### *6.3. 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».

#### *6.4. Контрданс.*

*Теория:* знакомство с видами историко-бытового танца, с его особенностями и манерой исполнения. Английский танец «Контрданс».

*Практика:* разучивание основного шага, основных элементов и фигур танца «Контрданс». Исследовательская деятельность по теме: «Танец английских рыцарей» - иллюстрированный реферат, доклад о происхождении и распространении танца «Контрданс».

#### *6.5. Русский лирический.*

*Теория:* знакомство с видами историко-бытового танца, с его особенностями и манерой исполнения. Русский танец «Русский лирический».

*Практика:* разучивание основного шага, основных элементов и фигур танца «Русский лирический».

#### *6.6. Мазурка.*

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

*Практика:* разучивание основного шага, основных элементов и фигур танца «Мазурка».

### **7. Партерный экзерсис**

#### *7.1. Грация.*

*Теория:* освоение навыков постановки корпуса в хореографии. Формирование волевых навыков, трудолюбия.

*Практика:* упражнения на формирование правильной осанки: «3 позиция», «Складки по позициям», «Бревнышко», «Хлопки», «Струна». Игра «Строим плот»

#### *7.2. Чистота линии.*

*Теория:* формирование волевых навыков и трудолюбия.

*Практика:* освоение комплексов упражнений на выработку подвижности и эластичности стопы, разработки подъема, на выработку силы мышц ног, отточенности движения. Упражнения: «Нарисуй фигуру», «Тупой - острый», «Карандаш», «Ножницы».

#### *7.3. Рисуем в воздухе.*

*Теория:* формирование волевых навыков и трудолюбия.

*Практика:* освоение комплексов упражнений на выработку подвижности и эластичности стопы, разработки подъема, на выработку силы мышц ног, отточенности движения. Упражнения: «Батманы», «Стрела», «Краски».

### **8. Гимнастика с элементами акробатики**

#### *8.1. 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».

#### 8.2. 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», «Разножка» из положения лежа, сидя. «Бабочка», «Складка» в «Бабочке».

#### 8.3. 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», «Рондад», «Разножка в повороте», «Веревочка», «Шпагаты». Этюд «Акробатический».

#### 8.4. 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-«Рондад», «Колесо на одной руке», «Колесо» - «Колесо на одной руке» - «Шпагат». Этюд «Цирковой».

### 9. «На танцевальной орбите» итоговое занятие

*Практика:* открытое занятие для учащихся и родителей (законных представителей несовершеннолетних учащихся) с демонстрацией полученных знаний и умений. Анализ работы.

#### **К концу третьего года обучения учащиеся будут знать:**

- о разнообразии танцевального искусства и «Азбуке классического танца»;
- о русском и историко-бытовом танце;
- основные элементы классического танца, современного, русского, детского и историко-бытового танца;

#### **будут уметь:**

- организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);
- выполнять основные элементы классического танца, современного, русского, детского и историко-бытового танца;
- использовать навыки актерского мастерства;

- выполнять музыкальные танцевальные и творческие задания;
- перестраиваться по заданию педагога в заданные рисунки.

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

- навыки (компетенции) в области хореографии;
- личность учащегося, способного к творческому самовыражению через овладение основами хореографии;
- уважительное отношение к национальному достоинству людей, их чувствам, религиозным убеждениям.
- эстетическое восприятие и творческое воображение;
- волевые качества: целеустремленность, выдержка, дисциплинированность;
- зрительский, слушательский опыт, визуальной культуры навыки работы в группе, культура общения и т.д.

**Учебно-тематический план 4 года обучения**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
	<b>Раздел 1. «Его величество танец» Вводное занятие. ТБ. Входной контроль</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	Входной контроль
<b>2</b>	<b>Раздел 2. Классический танец</b>	<b>54</b>	<b>16</b>	<b>38</b>	
2.1	Arplomb. Понятие arplomb	3	1	1	Анализ выполнения упражнений
2.2	Понятие Epaulement	3	-	3	Коллективное обсуждение
2.3	Позы croisee и effacee	3	1	2	Анализ творческой активности.
2.4	Понятия endehorsien dedans	3	-	3	Практические показы
2.5	Demi-plie et grand-plie	3	1	2	Анализ проделанной работы.
2.6	Battementtendu	3	1	2	Фронтальный опрос. Творческий зачет
2.7	Battementtendujete	3	1	2	Контроль за успеваемостью. Работа над ошибками
2.8	Rond de jambe par terre. Endehors. Endedans	3	1	2	Анализ выполнения творческого задания. Практический показ
2.9	Sur le cou-de-pied (3 вида)	3	1	2	Контроль исполнения упражнения.
2.10	Relevelent	6	2	4	Творческие практические показы.

2.11	Port de bras (I-III)	3	1	2	Контроль за выполнением практического исполнения Portdebras (I-III). Творческий зачет
2.12	Tempsleve	3	1	2	Анализ исполнения Tempsleve. Устный опрос
2.13	Passauté	6	2	4	Контроль за выполнением упражнения Passauté.
2.14	Pasechappe. Grandechappe	6	2	4	Анализ исполнения Pasechappe. Grandechappe.
2.15	Pasjete. Grandjete	3	1	2	Контроль за выполнением Pasjete. Grandjete.
<b>3</b>	<b>Раздел 3. Народно-сценический танец</b>	<b>60</b>	<b>20</b>	<b>40</b>	
3.1	Искусство народно-сценического танца. Русский танец	3	1	2	Викторина
3.2	Позиции и положения рук. Позиции ног	3	1	2	Творческие практические показы.
3.3	Поклон. Подготовка к началу движения (preparation)	3	1	2	Творческое задание
3.4	Полуприседания и большие приседания (plie) по 1-й, 2-й, 5-й позициям	3	1	2	Контроль за исполнением полуприседаний и больших приседаний (plie) по позициям
3.5	Упражнение на развитие подвижности стопы (battementtendu)	3	1	2	Творческие практические показы
3.6	Круг ногой по полу носком (ronddejambe)	3	1	2	Контрольное исполнение заданного репертуара.
3.7	Медленный подъем ноги (relevelent)	3	1	2	Анализ творческого задания. Педагогическое наблюдение
3.8	Перегибы корпуса	3	1	2	Контроль за выполнением

					упражнений.
3.9	Бег на месте с продвижением вперед и назад на полупальцах, в сторону	3	1	2	Творческие практические показы.
3.10	Ходы и проходки	3	1	2	Педагогическое наблюдение.
3.11	Боковые ходы	3	1	2	Анализ исполнения упражнения.
3.12	Мелкий дробный ход, каблучная дробь	3	1	2	Анализ исполнения упражнений. Зачет
3.13	«Ковырялочка» и ее разновидности	6	2	4	Контроль за выполнением «Ковырялочки».
3.14	«Моталочка» и ее разновидности	3	1	2	Творческое задание.
3.15	Прыжки с ударом внутренней части стоп	3	1	2	Педагогическое наблюдение.
3.16	Хлопушки	6	2	4	Контроль за выполнением упражнения
3.17	Присядки	6	2	4	Контроль за выполнением упражнения
<b>4</b>	<b>Раздел 4. Современный танец</b>	<b>48</b>	<b>9</b>	<b>39</b>	
4.1	Современный танец как особый вид пластического хореографического языка	3	1	2	Викторина
4.2	Основные положения и позиции корпуса джаз танца	6	1	5	Контрольное исполнение заданного репертуара.
4.3	Понятия isolation и level. Методика изучения isolation на различных levels	6	1	5	Педагогическое наблюдение.
4.4	Изучение isolation головы	3	1	2	Контроль выполнения упражнений.
4.5	Плечи Accents (вверх, вниз, вперед, назад). Полукруг. Круг	6	1	5	Тестирование. Свободный опрос.
4.6	Изучение isolation грудной клетки (сидя и стоя)	6	1	5	Анализ исполнения упражнений.
4.7	Изучение isolation pelvis в полуприседании	6	1	5	Викторина. Практические показы.

4.8	Изучение isolation ног (стоя)	6	1	5	Тестирование Промежуточный контроль
4.9	Изучение isolation рук (стоя, сидя)	6	1	5	Сдача нормативов.
<b>5</b>	<b>Раздел 5. Гимнастика</b>	<b>36</b>	<b>8</b>	<b>28</b>	
5.1	Упражнения для стоп	6	1	5	Анализ выполнения упражнений.
5.2	Упражнения на выворотность	6	1	5	Анализ творческой активности. Контроль за успеваемостью.
5.3	Упражнения на гибкость вперед	3	1	2	Творческий отчет. Практические показы.
5.4	Развитие гибкости назад	6	1	5	Анализ проделанной работы.
5.5	Силовые упражнения для мышц живота	3	1	2	Контроль исполнения упражнений
5.6	Силовые упражнения для мышц спины	3	1	2	Творческие практические показы.
5.7	Силовые упражнения для мышц ног	6	1	5	Педагогическое наблюдение.
5.8	Прыжки	3	1	2	Творческие практические показы.
<b>6</b>	<b>Раздел 6. «Танец» Итоговый контроль</b>	<b>15</b>	<b>-</b>	<b>15</b>	
	Открытое занятие для родителей	3	-	3	Анализ занятия
	Подготовка к отчетному концерту	9	-	9	
	Итоговая аттестация	3		3	
	Отчетный концерт				Анализ концерта
	<b>ИТОГО:</b>	<b>216</b>	<b>54</b>	<b>162</b>	

### Содержание программы 4-й год обучения

#### 1. «Его величество танец» Вводное занятие. ТБ. Входной контроль.

*Теория:* знакомство с творческим объединением, режимом работы, основными видами деятельности по программе. Правила техники безопасности на занятиях.

*Практика:* игры на знакомство, коллективообразование: «Снежный ком», «Агенты 007», «Взаимные презентации», «Пересядьте те, кто...» и др.

#### 2. Классический танец

2.1. *Apłomb. Понятие apłomb.*

*Теория:* Понятие *aplomb*.

*Практика:* Отработка правильной постановки корпуса, устойчивости.

## 2.2. Понятие *Epaulement*.

*Теория:* Понятие *Epaulement*.

*Практика:* положение тела, определяемое поворотом плеча.

## 2.3. Позы *croisee* и *efface*.

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

*Практика:* поза *croisee* вперед. Положение — *epaulementcroise*, пятая позиция, правая нога впереди. Поза *croisee* назад. Исходное положение — *epaulementcroise*. Поза *effacee* вперед. Положение — *epaulementefface*, пятая позиция, правая нога впереди. Поза *effacee* назад. Исходное положение — *epaulementefface*, правая нога впереди.

## 2.4. Понятия *endehorsuendedans*.

*Теория:* положение ноги *surlecou-pied*. Понятие направлений *endehorsetendedans*.

*Практика:* *Demi raud de jambe par terre endehorsetendedans*. Preparation для *rond de jambe par terre endehorseten dedans*. *Rond de jambe par terre endehorseten dedans*. У станка и на середине.

## 2.5. *Demi-plie* и *grand-plie*.

*Теория:* по позициям. *Grandplie* в I, II, V, VI позициях.

*Практика:* *Relevés* на полупальцах в I, II и V позициях, с вытянутых ног и с *demi-plie*. У станка и на середине.

## 2.6. *Battement tendu*.

*Теория:* понятие *Battement tendu*.

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

## 2.7. *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.

## 2.8. *Rond de jambe par terre. Endehors. Endedans*.

*Теория:* понятие *de jambe par terre. Endehors. Endedans*.

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

## 2.9. *Surlecou-de-pied* (3 вида).

*Теория:* изучение условного и безусловного *surlecou-de-pied*.

*Практика:* выполняется по пятой позиции первоначально у станка, затем на паркете.

## 2.10. *Releve lent*.

*Теория:* понятие *Releve lent*.

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

## 2.11. *Portdebras* (I-III).

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

*Практика:* разучивание на середине I; II; III – portdebras.

### 2.12. Tempsleve.

*Теория:* прыжок с места. Исходное положение — первая позиция, корпус подтянут, руки в подготовительном положении, голова enface.

*Практика:* на раз и два ноги, усиливая выворотность, достигают в demiplie максимального сгиба голеностопного сустава, корпус прямой и подтянутый (во всех прыжках классического танца demiplie как перед прыжком, так и после выполняют строго по указанным правилам).

### 2.13. Passauté.

*Теория:* прыжок с двух ног и на две при сохранении в воздухе первоначальной позиции. *Практика:* разучивание и отработка passauté, комбинации с другими движениями.

### 2.14. Petitchangementdepieds. Grandchangementdepieds.

*Теория:* исходное положение — ераulementcroise, пятая позиция, правая нога впереди. На первую восьмую — demipile в пятой позиции. На вторую восьмую ноги отталкиваются от пола, сохраняя в невысоком прыжке enface пятую позицию в воздухе, и, не задерживаясь, усиливая выворотность, меняются, раскрываясь настолько, чтобы одна не задевала другую.

*Практика:* на раз ноги, переходя с носка на всю стопу, опускаются в demiplic пятой позиции, и changementdepied заканчивается в ераulementcroise, левая нога впереди. На два колени медленно вытягиваются. II — затакт для следующего changementdepieds. Grandchangementdepieds- на первую восьмую — demiplic в пятой позиции. На вторую восьмую ноги сильно отталкиваются от пола, фиксируя в высоком прыжке enface пятую позицию в воздухе; к исходу прыжка предельно натянутые ноги, усиливая выворотность и сдерживая инерцию падения, меняются, раскрываясь настолько, чтобы одна не задевала другую. На раз и ноги, переходя с носка на всю стопу, опускаются в demiplic пятой позиции, и changementdepied заканчивается в ераulementcroise, левая нога впереди. На два колени медленно вытягиваются.

### 2.15. Pasechappe. Grandechappe.

*Теория:* на первую восьмую руки слегка раскрываются, на вторую восьмую demiplie в пятой позиции, руки закрываются в подготовительное положение.

На третью восьмую

ноги сильно отталкиваются от пола, фиксируя в высоком прыжке enface пятую позицию в воздухе; руки поднимаются через подготовительное положение в первую позицию.

*Практика:* на раз предельно натянутые ноги, сдерживая инерцию падения, раскрываясь, опускаются на вторую позицию в demiplie, руки раскрываются в направлении второй позиции, голова поворачивается направо. На и ноги, не расслабляя мышц, сильно отталкиваются от пола, фиксируя в высоком прыжке вторую позицию в воздухе; руки и голова сохраняют принятое положение. На два и предельно натянутые ноги, сдерживая инерцию падения, соединяются в воздухе в пятую позицию и постепенно опускаются в



demiplie пятой позиции epaulementcroise. На три и колени вытягиваются, заканчивая echarpe.

## 2.16. Pasjete. Grandjete

*Теория:* исходное положение — пятая позиция, правая нога сзади, руки в подготовительном положении, поворот головы налево.

*Практика:* на раз demiplie в пятой позиции, голова поворачивается enface. На и правая нога броском открывается в сторону второй позиции, тотчас же левая отталкивается от пола, при этом сильно вытягиваются в прыжке колени, подъем и пальцы: в воздухе фиксируется натянутость и выворотность обеих ног. На два и правая нога опускается в demiplie на место левой ноги, которая сгибается на sou-de-pied сзади, голова поворачивается направо. На три и правая нога вытягивается, левая, соединяясь с ней, опускается в пятую позицию назад. На четыре положение сохраняется, после чего pasjete в обратном направлении начинают ногой, стоящей впереди, сгибая другую ногу на условное sou-de-pied.

## 3. Народно-сценический танец

### 3.1. Искусство народно-сценического танца. Русский танец.

*Теория:* первоначальное знакомство с характерными особенностями изучаемых национальностей. Понятия «народно-сценический» и «народно-характерный танец». *Практика:* простейшие тренировочные упражнения у станка, на середине зала. Отдельные движения и небольшие комбинации. Ознакомительная беседа об истории, быте и национальной культуре русского народа.

### 3.2. Позиции и положения рук. Позиции ног.

*Теория:* позиции ног, положение стопы, подъема. Позиции рук, движение кисти: «подбоченясь», скрещены на груди, с платочком, варианты комбинированных положений. *Практика:* переменный ход вперед, назад.

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

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

*Практика:* подготовительные, разминочные движения.

### 3.4. 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.

### 3.5. Упражнение на развитие подвижности стопы (battementtendu).

*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.

### 3.6. Маленькие броски (*battement tendujete*).

*Теория:* маленькие броски (основной вид), с касанием пола вытянутым носком работающей ноги.

*Практика:* маленькие «сквозные» броски (основной вид), с проскальзыванием на опорной ноге, маленькие броски с подскоком на опорной ноге («веер»).

### 3.7. Круг ногой по полу носком (*ronddejambe*).

*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.

### 3.8. Медленный подъем ноги (*relevelent*).

*Теория:* медленное поднятие 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.

### 3.9. Перегибы корпуса.

*Теория:* выполняется у палки и на середине зала.

*Практика:* руки открываются на вторую позицию на два вступительных аккорда, оставаясь совершенно свободными и спокойными во время упражнений. На два специальных заключительных аккорда или в конце музыкальной фразы руки опускаются в подготовительное положение.

### 3.10. 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.

### 3.11. 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. Девичий плавный ход с одной ноги (воронежский ход). Ход с подскоками и ударами носком свободной ноги позади опорной.

*3.12. Боковые ходы: «припадание», «гармошка», «дробный», «елочка».*

*Теория:* боковой ход: «припадание», «припадание» в русском сценическом женском танце. Гармошка — передвижение танцора боком, посредством последовательного сведения-разведения носков и пяток. Дробный ход - небольшие шаги на всю ступню с коротким ударом об пол перед следующим шагом.

*Практика:* разучивание проходки «елочка».

*3.13. 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».

*3.14. «Ковырялочка» и ее разновидности.*

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

*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.

*3.15. «Моталочка» и ее 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.

*3.16. Прыжки с ударом внутренней части стоп (прыжковые «голубцы»).*

*Теория:* два вида «голубцов»: низкие и высокие.

*Практика:* в низком «голубце» удар выполняется стопой о стопу внутренней стороной, причем ноги вытянуты в коленях. В высоком «голубце» удар выполняется ногами, согнутыми в коленях, причем подбивка производится подошвой о подошву или каблуком о каблук. Корпус во время «голубца» отклоняется в сторону, противоположную поднятой ноге, голова поворачивается в сторону поднятой ноги, во время низкого «голубца» корпус отклоняется слегка, во время высокого — значительно. Низкие «голубцы» в сочетании с притопами.

### 3.17. *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.

### 3.18. *Присядки.*

*Теория:* присядки с подниманием ноги вперед, боковая, растяжка на полу.

*Практика:* «Ползунок», «метелочка», «мельница», «подсечка», «качалочка».

*Прыжки:* «Разножка», «Щучка», «Кольцо», «Пистолет», «Бедуинский», «Коза».

## 4. Современный танец

4.1. *Современный танец как особый вид пластического хореографического языка. Теория:* современные направления танцевального искусства. Современный танец в системе пластических искусств.

*Практика:* основные принципы изучения техники движения.

### 4.2 *Основные положения и позиции корпуса джаз танца.*

*Теория:* особенности пластики, стиля и манеры исполнения модерн джаз-танца.

*Практика:* изучение основного положения корпуса, необходимого для джаз танца: положение коллапс. Отличия модерн джаз-танца от классического танца. Изучение основных позиций рук.

### 4.3. *Понятия isolation и level. Методика изучения isolation на различных levels.*

*Теория:* техника isolation – основа модерн джаз-танца. Параллелизм и оппозиция. Level. Виды levels: стоя, сидя, на корточках, сидя на ягодицах, стоя на ягодицах, стоя на коленях, лежа. Акробатические levels – шпагат, стойка на руках и т.д.

*Практика:* изучения isolation на различных levels.

### 4.4. *Изучение isolation головы (стоя, сидя): Наклоны (вперед, назад, в сторону). Повороты (в сторону). «Маятник». Круг.*

*Теория:* в простых сочетаниях даются всевозможные движения изолируемых центров.

*Практика:* Isolation головы (стоя, сидя): наклоны (вперед, назад, в сторону), повороты (в сторону), «маятник», круг.

### 4.5. *Плечи (стоя и сидя, параллелизм): Accents (вверх, вниз, вперед, назад). Полукруг. Круг.*

*Теория:* отличия модерн джаз-танца от классического танца.

*Практика:* изучение и отработка параллелизма. Стоя и сидя выполняем плечами accents вверх, вниз, вперед, назад; полукруг, круг. Контролируем тело таким образом, чтобы при выполнении упражнений максимально сохранялась изоляция.

### 4.6. *Изучение isolation грудной клетки (сидя и стоя).*

*Теория:* особенности пластики, стиля и манеры исполнения модерн джаз-танца.

*Практика:* Accents грудной клетки в сторону, вперед, назад. Движение грудной клеткой верх корпуса (стоя). Bend и bounce (вперед, в сторону, назад). Sidestretch. Deepbodybend. «Tabletop» (вперед, в сторону). Twist – «tabletop». Простой круг через «tabletop» и deepbend. Bodybenddemi-plié с последующим stretch. Relax.

#### 4.7. Изучение *isolationpelvis* в полуприседании

*Теория:* влияние на формирование системы модерн джаз-танца различных видов искусств и спорта, связанных с движением (акробатика, гимнастика, пантомима), народного (этнического) и бытового танцев.

*Практика:* изучение и отработка медленных *isolationpelvis* (вперед, назад, в сторону). Accents (вперед, назад, в сторону). Hipcross (с возвращением в центр). Полукруг. Круг. Hiplift; Soulhiplift.

#### 4.8. Изучение *isolation* ног (стоя)

*Теория:* особенности терминологии современного танца.

*Практика:* Kneerise. Battementstend us и point-flex. Isolationпальцев. Кругистопы.

Kneetaise снаклономверхакорпусавперед. Kickballchange.

#### 4.9. Изучение *isolation* рук (стоя, сидя).

*Теория:* изучение основных позиций рук

*Практика:* Flex кисти. Круги кистью. Круги предплечьем. Тряска кисти.

### 5. Гимнастика

#### 5.1. 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.

#### 5.2. Упражнения на выворотность.

*Теория:* что такое выворотность ног, зачем она нужна, как её разработать.

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

#### 5.3. Упражнения на гибкость вперед.

*Теория:* наклоны вперед это простое, известное многим еще с детства упражнение, которое позволяет развить гибкость позвоночника

*Практика:* наклоны туловища вперед из положения стоя. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Наклоны туловища вперед из положения сидя с ногами вместе, отдельно. Упражнения для туловища в горизонтальной плоскости.

#### 5.4. Развитие гибкости назад.

*Теория:* самые главные правила, помогающие развить гибкость.

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

#### 5.5. Силовые упражнения для мышц живота.

*Теория:* фасции наружных косых мышц живота продолжают вниз к паху. Связки наружных косых участвуют в образовании пахового кольца.

*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.

#### 5.6. Силовые упражнения для мышц спины.

*Теория:* такие упражнения помогают увеличить тонус, укрепить мышечный корсет

*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.

#### 5.7. Силовые упражнения для мышц ног.

*Теория:* эти упражнения хорошо развивают силовые показатели ног и точность.

*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.

#### 5.8. Упражнения на развитие шага.

*Теория:* упражнения на развитие выворотности и танцевального шага.

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

#### 5.9. Прыжки

*Теория:* опорные и простые (неопорные) прыжки.

*Практика:* четыре фазы неопорных прыжков: подготовка к толчку, толчок одной или двумя ногами, полет и приземление. Отработка простых прыжков. Подбивные прыжки.

### 6. «Танец» итоговое занятие. Итоговый контроль.

*Практика:* открытое занятие для учащихся и родителей (законных представителей несовершеннолетних учащихся) с демонстрацией полученных знаний и умений. Анализ работы.

#### **К концу четвертого года обучения учащиеся будут знать:**

- о искусстве хореографии, в ее стилевом многообразии классического танца, народно-сценического и современного танца;
- элементы классического танца, народно-сценического и современного танца;
- особенности игрового танцевального творчества: ролевые игры, игры и танцы с использованием предметов;

#### **будут уметь:**

- выполнять элементы классического танца, народно-сценического и современного танца;
- использовать навыки актерского мастерства;

- перестраиваться по заданию педагога в заданные рисунки;
- выполнять музыкальные танцевальные и творческие задания;

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

- образное мышление;
- волевые качества: целеустремленность, выдержка, дисциплинированность
- эмоциональная восприимчивость;
- творческие способности: артистизм, фантазия, способность к импровизации.

## Комплекс организационно-педагогических условий

### Календарный учебный график

Дата начала и окончания учебного периода	01.09.2020 – 31.05.2021
Количество учебных недель	36
Продолжительность каникул	-
Место проведения занятия	Учебный корпус МБУ ДО ДДТ «Ермак»
Режим занятий	2 раза в неделю по 3 часа
Форма занятий	групповые занятия с ярко выраженным индивидуальным подходом
Сроки контрольных процедур	начало, середина, конец учебного года
Сроки конкурсов, фестивалей	в течение учебного года
Участие в массовых мероприятиях	Праздники, посвященные Дню учителя, Дню города, Дню матери, Дню защитника Отечества, Международному женскому Дню, Дню Победы и др.

Календарный учебный график составляется отдельно на каждую учебную группу.

В 2020–2021 учебном году календарный учебный график первого, второго, третьего годов обучения не актуален, так как набор детей не осуществляется.

### Условия реализации программы

Практический опыт многолетней работы показывает, что в выборе методов обучения, в организации учебного процесса необходимо учитывать специфику данной программы, и для успешной ее реализации необходимо соблюдение следующих условий.

#### **1. Кадровое обеспечение:**

Педагог, работающий по данной программе, должен иметь высшее или среднее профессиональное образование, обладать профессиональными знаниями в хореографическом творчестве, знать специфику дополнительного образования, иметь практические навыки в сфере организации интерактивной деятельности детей.

#### **2. Материально-техническое обеспечение:**

Помещение, в соответствии требованиям СанПиН 2.4.4.3172-14 – 3 кв.м. на одного человека. Техническое оснащение: компьютер, фотоаппарат, USB накопитель, диски с аудиозаписями и видеозаписями, аппаратура для музыкального сопровождения занятий (музыкальный центр), наличие оборудованных раздевалок; наличие концертного зала; наличие репетиционной и концертной одежды и обуви; аппаратура для музыкального



сопровождения занятий, гимнастические коврики.

### **3. Информационное обеспечение:**

Специальная литература. Аудио-, видео-, фото- материалы. Интернет источники.

### **Методические материалы**

Дополнительное образование детей, хотя и не имеет единых стандартов, в соответствии с которыми можно было бы проверить уровень обученности детей, подчиняется общим требованиям педагогической деятельности (имеет цели и задачи, определяемое ими содержание, взаимодействие педагога с детьми, результат обучения, воспитания и развития ребенка).

Все это актуализирует необходимость системного выявления результативности и критериев оценки образовательной деятельности. При этом учебные показатели фиксируют приобретенные ребенком в процессе освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы предметные и общие знания, умения и навыки. Личностные показатели выражают изменения личностных качеств ребенка под влиянием занятий в данном объединении по данной образовательной программе; Творческие показатели фиксируют уровень реализации творческого потенциала учащихся, а, следовательно, и уровень реализации программы.

В качестве **методов** отслеживания результативности обучения используются: педагогическое наблюдение; педагогический анализ по итогам каждой изученной темы; участие в концертной деятельности, конкурсах и фестивалях, творческих отчетных концертах и открытых занятиях.

В работе над репертуаром важным моментом является развитие у учащихся танцевальной выразительности.

В процессе обучения следует учитывать физическую нагрузку, недопуская перенапряжения учащихся, не злоупотребляя партерной гимнастикой и прыжковыми движениями. В каждой группе танцев, предложенных для изучения в программе, даны несколько однотипных, что дает возможность выбора подходящего материала в зависимости от условий. Во время проведения занятий используются этюды, как составленные самим педагогом, так и учащимися. Очень полезна этюдная работа над небольшими сюжетными танцами, отражающими школьную жизнь, сказочные сюжеты, образы животных, птиц, явления природы.

Во время проведения занятий педагог учитывает физические возможности учащихся данного возраста и весь процесс физического воспитания дошкольников и учащихся младшего школьного возраста подчиняет интересам нормального развития растущего организма. В связи с особенностями развития скелета, мышц, внутренних органов, нервной системы необходимы простейшие виды физических упражнений – общеразвивающие упражнения, ходьба, бег, прыжки, равновесие, а также простейшие упражнения художественной гимнастики. Педагог воспитывает

у учащихся дисциплину и прививает навыки организованного поведения в коллективе.

Основной **формой** образовательного процесса является занятие (состав группы не менее 10 человек). Состав группы смешанный (девочки и мальчики).

Для достижения поставленной цели и реализации задач данной программы используются следующие **методы** обучения:

- **наглядный** (наглядно-слуховой, наглядно-двигательный) – личный пример педагога, так как невозможно объяснить словами движение, не показав его правильного исполнения, а так же видеопросмотр выступлений профессиональных коллективов;

- **словесный** (объяснение, беседа, рассказ) – подача нового материала, беседа о коллективе, выпускниках и т.д., дискуссия о прошедшем выступлении на концерте;

- **практический** (упражнения и комбинации) – самый важный. Это работа у станка, общеразвивающие и тренировочные репетиции, упражнения;

- **аналитический** (сравнение и обобщение разученного материала);

- **метод стимулирования** деятельности и поведения – соревнование, поощрение, создание ситуации успеха.

Вспомогательные корригирующие упражнения, дыхательная гимнастика выполняются из разных положений: на спине и животе, сидя, стоя, на коленях, стоя в полный рост. Упражнения, которые выполняются лежа на полу, разгружают позвоночник, приучают детей сосредотачивать внимание на суставно-мышечных ощущениях и учат сознательно управлять мышцами своего тела. Дети осваивают также правила полного расслабления тела. В результате выполнения упражнений увеличивается гибкость суставов, эластичность мышц и связок, что позволяет ребенку уверенней чувствовать себя в выполнении танцевальных движений. Дети развиваются физически, совершенствуются двигательные навыки, развивается способность самовыражения посредством танца.

На практических занятиях:

- объясняются назначение упражнения и правила его исполнения;

- обращается внимание учащихся на особенность упражнения, определяющего его сходство или различия с другими;

- равномерно распределяется физическая нагрузка в течение всего занятия, соотношение статических и динамических нагрузок;

- чередование работы различных групп мышц, развитие внимания и осознанного контроля за работой мышц;

- соотношение темпа выполнения отдельных упражнений;

- воспитание самостоятельности в выполнении заданий педагога.

При организации и проведении занятий необходимо реализуются следующие **принципы**:

-**сознательности и активности**, который предусматривает воспитание осмысленного овладения техникой танца; заинтересованности и творческого отношения к решению поставленных задач;

- **наглядности**, который предусматривает использование при обучении комплекса средств и приемов; личная демонстрация приемов, видео и фотоматериалы, словесное описание нового приема и т.д.

-**доступности**, который требует, чтобы перед учащимися ставились посильные задачи, иначе у учащихся снижается интерес к занятиям. От педагога требуется постоянное и тщательное изучение способностей учащихся, их возможностей в освоении конкретных элементов, оказание помощи в преодолении трудностей;

- **систематичности**, который предусматривает разучивание элементов для расширения активного арсенала приемов, чередования работы и отдыха в процессе обучения с целью сохранения работоспособности и активности учащихся.

Занятия хореографией делятся на несколько видов:

**1.Обучающие занятия:** детально разбирается движение. Раскладка и разучивание упражнений в медленном темпе. Объяснение приема его исполнения.

**2.Закрепляющие занятия:** повтор движений или комбинаций не менее 3-4 раз. Первые повторы исполняются вместе с педагогом. При повторах выбирается кто-то из ребят, выполняющих движение правильно, лучше других, или идет соревнование – игра между второй и первой линиями. И в этом, и в другом случае дети играют роль солиста или как бы помощника педагога.

**3.Итоговые занятия:** учащиеся практически самостоятельно, без подсказки выполняют все заученные ими движения и танцевальные комбинации, демонстрируют знания и владения основной терминологией.

**4.Импровизационная работа:** на этих занятиях дети танцуют придуманные ими вариации или сочиняют танец на тему, данную им педагогом. Такие задания развивают фантазию. Ребенок через пластику своего тела пытается показать, изобразить, передать свое видение образа.

Занятия на каждом этапе обучения строятся по следующей схеме: подготовительная часть, основная часть, заключительная часть.

При обучении и разучивании танцев важное место на занятиях отводится тренажу – системе тренировочных упражнений, которые помогают учащимся легче разучить и усвоить танцевальный репертуар. Построенные по степени усложнения, упражнения подготавливают к более сложным движениям, и физической нагрузке, укрепляют мышцы спины и ног, способствуют координации движений. Каждый элемент танца раскладывается на ряд более простых движений. По мере усвоения схемы движения добавляются детали, постоянно доводящие данный момент до его законченной формы.

Педагог показывает и объясняет движения, проделывает их совместно с детьми сначала в медленном темпе, со счетом вслух, без музыкального сопровождения; затем с музыкой – в спокойном темпе, пока они не будут усвоены учащимися.

В ходе образовательного процесса учащимся прививается умение слышать и понимать музыку. Нельзя допускать, чтобы музыкальное сопровождение являлось «фоном» занятия, т.к. это приводит к безразличию музыкального восприятия. Правильно подобранный музыкальный материал помогает осваивать хореографический материал, соответствуя его характеру, ритмическому рисунку, темпу.

Занятиям классическим танцем придаётся особое значение, т.к. классический танец является фундаментом обучения для всего комплекса танцевальных дисциплин, ориентирован на развитие физических данных учащихся, на формирование необходимых технических навыков, является источником высокой исполнительской культуры, знакомит с высшими достижениями мировой и отечественной хореографической культуры.

Одной из форм обучения и подведения итогов усвоения программы является участие учащихся в различных мероприятиях и программах.

Современные педагогические технологии, применяемые на занятиях:

- **лично-ориентированные** – обучение строится на основе учета индивидуальных особенностей учащихся, где во главе угла ставится самобытность ребенка, его самооценку, т.е. развитие личностных особенностей учащегося, раскрытие его природного дара;

- **здоровьесберегающие** – система мер, включая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья учащегося на всех этапах его обучения и развития. Забота о здоровье – важнейший труд педагога. От здоровья и жизнедеятельности детей зависит их духовная жизнь, умственное развитие, прочность знаний и вера в свои силы. Интеллектуальное здоровье: учащиеся приспосабливаются правильно понимать поведение окружающих людей и друг друга. Эта способность необходима для эффективного межличностного взаимодействия и успешной социальной адаптации. Интеллект – особый «социальный дар», обеспечивающий гладкость в отношениях с окружающими людьми, продуктом которого является социальное приспособление, а не глубина понимания. Уровень интеллекта у учащихся повышается за счет употребления профессиональной терминологии на французском и английском языках. Также и физическая активность способствует повышению работоспособности головного мозга;

- **игровые** (игры на развитие пространственного мышления, физической памяти, воображения). С позиции личностного подхода игра представляет поле, в рамках которого происходит самоопределение и идет процесс «вращения» личности. Личностное самоопределение – это не что иное, как попытка самому себе ответить на вопрос «что есть «Я» в этом мире?». Лишь воспринимая себя в соответствии с другими, можно сформироваться как

личность. Роль игры в обществе исторически менялась, но она всегда была фактором творческого развития личности.

Игровое качество по-разному раскрывается во всех формах танца. Наиболее отчетливо его можно наблюдать, с одной стороны в хороводе и в фигурном танце с другой - в сольном танце, одним словом, там, где танец есть зрелище или же ритмический строй и движение;

- **технология дыхательной гимнастики** – составная часть занятий хореографией, которая ставит своей целью тренировку дыхательного аппарата и повышение эффективности дыхания. Дыхательные упражнения способствуют насыщению каждой клеточки организма кислородом. Умение управлять дыханием способствует умению управлять собой. Кроме того правильное дыхание стимулирует работу сердца, головного мозга и нервной системы, улучшает пищеварение.

Структура проведения занятий:

1. Подготовительная часть (разминка);
2. Основная часть (разучивание нового материала);
3. Заключительная часть (закрепление выученного материала).

## Список литературы

### Для педагога:

1. Базарова Н. Классический танец.- Л.: Искусство 2015г.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. «Респект Люкс» СП.: 2016г
3. Васильева Е. Танец.- М.: Искусство, 2013г.
4. Волконский С.М. Выразительный человек. Сценическое воспитание жеста (по Дельсатру). – 2012г.
5. Захаров Р. Искусство балетмейстера.- М.: Искусство, 2014г.
6. Захаров Р. Сочинение танца.- М.: Искусство, 2014г.
7. Калинина С.А. Духовная культура России. - М., 2015.
8. Костровицкая В. 100 уроков классического танца.- М.Л.: Просвещение, 2015 г.
9. Лиёпа М. Вчера и сегодня в балете. – Российская энциклопедия, М.: Молодая гвардия, 2016г.
10. Постановление главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014г. №41 «Об утверждении СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в образовательных учреждениях дополнительного образования детей».
11. Мессерер А. Танец. Мысль. Время.- М.: Искусство, 2016г.
12. Никитин В.Ю. Модерн-танец: начало обучения / В.Ю. Никитин .- М., 2015г.
13. Никитин В.Ю. Модерн-танец / В.Ю. Никитин .- М.: РАТИ (ГИТИС), 2014г.
14. Петровский Е.Н. Культурное наследие. - М., 2017г.
15. Секрет танца. – СПб: ТОО «Диамант», ООО «Золотой век», 2015г.
16. Сломский Ю. Дидло. – Л.-м.: Искусство, 2016г.
17. Советские балеты: Крат. Содержание. – М.: Сов. Композитор, 2015г.
18. Танец 20 века: Сборник страстей. – Волгоград, 2015.
19. Тарасов Н. Классический танец. – М.: Искусство, 2013г.
20. Хочу танцевать: Метод. Пособие. – М.: Махаон, 2013г.
21. Шереметьевская Н. Танец на эстраде. – М.: Искусство, 2017г.
22. Эльшин Н. Образы Танца. – М.: Знание, 2017г.
23. Журнал - Хореография 2014год

### Для детей и родителей:

1. Аркина Н. Балет и литература.- М.; Знание, 2015г.
2. Балет: Энциклопедия.- М.: Сов. Энциклопедия, 2016г.
3. Карп П. Младшая муза. – М.: Дет. лит., 2014г.
4. Никитин В. Модерн-джаз танец: начало обучения. – М., 2015. – («Я вхожу в мир искусств»; № 5)
5. Пасютинская В. Волшебный мир танца: Кн. для учащихся. – М.: Просвещение, 2013г.

6. Поиграем, потанцуем: Упражнение для детей дошкольного возраста. – СПб: АКЦИДЕНТ, 2017.
7. Страна волшебная – балет: Очерки. – М.: Дет. лит., 2015г.
8. Журнал - Хореография 2014год

#### **Законодательная база**

- Федеральный закон № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства Просвещения РФ от 09.11.2018 г. № 196;
- Постановление Главного государственного санитарного врача от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- Программа развития дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020 года;
- Устав МБУ ДО ДДТ «Ермак»;
- Локальные акты ДДТ «Ермак».