

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Гимназия № 1» города Сосновоборска

РАССМОТРЕНО
Методическим советом
МАОУ «Гимназия №1»
г. Сосновоборска

Протокол №1 от «30» августа 2022 г.



УТВЕРЖДАЮ:
Директор МАОУ «Гимназия №1»
г. Сосновоборска

О.Ю. Тоцкая
Приказ № 147 от «1» сентября 2022 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

«Хореография»

Направленность: художественная
Уровень программы: базовый
Возраст учащихся: 7-18 лет
Срок реализации программы: 5 лет

Составитель:
педагог дополнительного образования
Авдони́на Маргарита Валерьевна

Сосновоборск
2022

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Хореография» относится к художественной направленности, является программой базового уровня, ориентирована на развитие творческих способностей учащихся и их знакомство с основами народно-сценического танца.

При разработке данной программы были учтены нормативно - правовые документы:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 31.07.2020) "Об образовании в Российской Федерации" (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.08.2020);
2. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р.;
3. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 (Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. N 678-р);
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 г. №533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом министерства просвещения российской федерации от 09.11.2018 г. №196»;
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
6. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.01.2014 г. №2 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
7. Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 г. № ВК-641/09 «Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»;
8. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию

дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование»;

9. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.08.2015 г. № АК-2563/05 «О методических рекомендациях по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»;
10. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарноэпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
11. Устав МАОУ «Гимназия №1» г. Сосновоборска

Танцевальное искусство обладает огромной силой в воспитании творческой, всесторонне развитой личности. Занятия хореографией приобщают ребенка к миру прекрасного, воспитывают художественный вкус. Соприкосновение с танцем учит детей слушать, воспринимать, оценивать и любить музыку. Хореографические занятия хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и в целом, повышают жизненный тонус учащегося. В танце находит выражение жизнерадостность и активность ребенка, развивается его творческая фантазия, творческие способности. Выступления перед зрителями являются главным воспитательным средством: переживание успеха приносит ребенку моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувство ответственности, дружбы, товарищества. Поэтому главная задача педагога – помочь детям проникнуть в мир музыки и танца, а не подготовить их к профессиональной сцене.

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время общество осознало необходимость духовного и нравственно-эстетического возрождения России, через усиление роли эстетического образования подрастающего поколения, что повлекло за собой повышение интереса к созданию и реализации программы сориентированных на изучение культуры, истории и искусства, изучения народного творчества и охрану здоровья детей. Что на современном этапе развития общества отвечает запросам учащихся и родителей (законных представителей несовершеннолетних учащихся), формирует социально значимые знания, умения и навыки оказывает комплексное обучающее, развивающее, воспитательное и здоровьесберегающее воздействие, способствует формированию эстетических и нравственных качеств личности, приобщает учащихся к творчеству. Танцевальное искусство в современное время становится одним

из самых действенных факторов формирования гармонически развитой, духовно богатой личности.

Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству, помогает учащимся понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях танцем, но и в повседневной жизни.

Хореография как вид искусства обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей.

Новизна дополнительной образовательной программы «Хореография» состоит в том, что она разработана с учетом современных тенденций в образовании по принципу блочно-модульного освоения материала, что в ней учтены и адаптированы основные направления хореографии и возможности учащихся. Такой подход направлен на раскрытие творческого потенциала и темперамента каждого учащегося, а также на развитие его сценической культуры.

Отличительные особенности программы

Программа является составительской и основывается на образовательной программе «Программа по хореографии», автор Боголюбская М.С., Министерство просвещения. Программа разработана применительно к целям обучения хореографии в школе, где состав учеников разнороден по способностям и уровню подготовки.

Важной отличительной особенностью программы является то, что дети начинают выступать перед зрителями уже с первого года обучения. Это развивает опыт сценической практики, закаляет детей морально, повышает самооценку и развивает мотивацию к обучению.

Адресат программы

Программа адресована детям 7-18 лет. В группу первого года обучения принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний по заявлению на добровольной основе. На вакантные места в группу второго и последующих годов обучения принимаются дети соответствующего уровня подготовки. Группа может формироваться как разновозрастной, так и разновозрастной.

Наполняемость в группах составляет: первый год обучения — 15 человек, второй и последующие года обучения — 12 человек. Уменьшение числа обучающихся в группе на втором году обучения объясняется увеличением объема и сложности изучаемого материала.

Сроки реализации программы и объем учебных часов

Программа рассчитана на 5 лет обучения 1-2 год по 144 часа в год, 2 раза в неделю по 2 часа, 3-5 год обучения по 180 часов, 2 раза в неделю по 2 часа и 1 раз в неделю, по 1 часу (индивидуальные занятия) . На полное освоение программы требуется 828 часов, включая проведение мастер-классов, участие в конкурсах и фестивалях, посещение концертов.

Формы обучения

Обучение осуществляется в очной форме.

- групповые;

-

-

мелкогрупповые;

индивидуальные.

Формы проведения занятий:

- групповое занятие;

- репетиция;

- открытое занятие;

- игровые занятия (отработка навыков общения в группе);

- предконкурсная подготовка;

- концерт.

Режим занятий

Занятия проходят 2 раза в неделю по 2 академических часа с обязательным перерывом 10 минут.

Цель и задачи дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

Цель: формирование духовно богатой, физически здоровой, творчески мыслящей личности, обладающей прочными базовыми знаниями по хореографии; развитие личности ребёнка и его способности к творческому самовыражению средствами хореографии.

Задачи:

Личностные:

- научиться управлять своими эмоциями в различных ситуациях; концентрировать внимание

- сформировать умение самостоятельно ориентироваться в мире танцевальной эстетики

Метапредметные:

- прививать нормы поведения на сцене и в зрительном зале;

- формировать навыки общения контактности и доброжелательности при решении творческих задач

Предметные результаты: первого года обучения:

- формировать знание единых требований о правилах поведения в хореографическом классе, и на сцене;
- формировать знание к требованиям к внешнему виду на занятиях;
- дать знания о музыкальных размерах, темпе и характере музыки;
- дать знания о хореографических названиях изученных элементов.;
- научить воспроизводить заданный ритмический рисунок хлопками;
- научить владеть корпусом во время исполнения движений;
- сформировать умение ориентироваться в пространстве; координировать свои движения;
- научиться исполнять хореографический этюд в группе.

второго и последующих годов обучения:

- хореографические названия вновь изученных элементов;
- дать знания об истории возникновения и особенности танцев различных народов;
- дать знания об основных элементах танцев различных народов;
- развивать умение корректировать свою деятельность в соответствии с заданиями и замечаниями педагога; контролировать собственное исполнение, согласовывая его с коллективным;
- сформировать умение анализировать музыкальный материал;
- сформировать умение выполнять изученные элементы классического танца и народного;

Учебный план

1 год обучения

№	Разделы / Темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ, ПБ, ЧС, ПДД	2	1	1	Беседа, опрос
2	Азбука музыкального движения	20	5	15	Педагогическое наблюдение
3	Элементы классического танца	30	5	25	Педагогическое наблюдение
4	Элемент народно-сценического танца	24	3	21	Педагогическое наблюдение
5	Элемент историко-бытового и современного танца	22	3	19	Педагогическое наблюдение
6	Танцевальная импровизация	10	4	6	Педагогическое наблюдение
7	Организационная работа	4		4	Беседа, опрос

8	Постановочная работа	14	1	13	Педагогическое наблюдение
9	Репетиционная работа	12	1	11	Педагогическое наблюдение
10	Ритмика	4	1	3	Педагогическое наблюдение
11	Итоговый контроль	2		2	Открытый урок, концерт, зачёт
	Итого:	144	26	118	

Содержание программы

Вводное занятие. Инструктаж по ТБ, ПБ, ЧС, ПДД (2 часа)

Знакомство с участниками танцевального коллектива, с правилами техники безопасности (требования безопасности перед началом работы, техника безопасности во время работы, требования безопасности при аварийных ситуациях). Беседа о культуре поведения, внешнем виде на уроке.

Азбука музыкального движения (20 часов)

Теория: Мелодия и движения. Темп (быстро, медленно, умеренно). Музыкальные размеры: 4/4, 2/4, 3/4. Контрастная музыка: быстрая – медленная, веселая – грустная. Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворотов вправо и влево. Соотнесение пространственных построений с музыкой. Такт и затакт.

Практика: Музыкально-пространственные упражнения: маршировка в темпе и ритме музыки – шаг на месте вокруг себя, вправо, влево. Пространственные музыкальные упражнения: повороты на месте (строевые), продвижение на углах, с прыжком (вправо и влево). Фигурная маршировка с перестроением: из колонны в шеренгу и обратно; из одного круга в два и обратно; продвижение по кругу (внешнему и внутреннему), звездочка, конверт (по 5 - 6 человек на углах и в центре в шеренгу). Танцевальные шаги (с носка на пятку) с фигурной маршировкой. Выделение сильной доли.

Элементы классического танца (30 часов)

Теория: Знания и навыки. Специфика танцевального шага и бега. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата ребенка. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов. Позиции и положения ног и рук.

Практика: Упражнения у станка. Постановка корпуса (в выворотной позиции, липом к станку, со второго полугодия – держась за станок одной рукой). Позиции ног – 1, 2, 3, 5. Постановка рук подготовительная, 1, 2, 3-я позиция (на середине); держась за одну руку, стоя боком к станку.

Батман тандю — движения, вырабатывающие натянутость всей ноги в колене, подъеме, пальцах, развивающие силу и эластичность ног; изучаются

лицом к станку по 1,2, 5-й позициям, вначале в сторону вперед, в конце года – назад.

Деми плие – складывание, сгибание, приседание, развивает выворотность бедра, эластичность и силу ног; изучается лицом к станку по 1,2, 3, 5-й позициям.

Упражнение на середине, повороты на двух ногах по 6-й позиции, по 1/4 круга, партерная гимнастика, растяжка.

Элемент народно-сценического танца (24 часа)

Теория: Характерные положения рук в сольном, групповом танце, рисунки.

Практика: Русский танец. Позиция рук -1,2, 3, на талии. Шаги танцевальные с носка: простой шаг вперед; переменный шаг вперед. Притоп – удар всей стопой; шаг с притопом в сторону; тройной притоп. Выведение ноги на каблук из свободной 1-й позиции, затем приведение ее в исходную позицию. Легкие прыжки с обеих ног. Хлопки (одинарные) – в ладоши. Вращение на подскоках по 1/4 круга на двух подскоках.

Элемент историко-бытового и современного танца (22 часа)

Теория: Поклоны, позы, шаги, манера персонажей в сказочных спектаклях-балетах.

Практика: Поклоны – для девочек, шаг с приставкой и наклон головы – для мальчиков. Па галопа (боковые) по 6-й позиции. Па галопа по 3-й открытой позиции, шаг полонеза.

Танцевальная импровизация (10 часов)

Теория: Развитие внимания ребенка к самому себе, своим чувствам.

Практика: Движения: мелкий бег – па куррю, подскоки, использование выразительного жеста, мимики, например, рук, напоминающих переливы струй воды, тянущихся к солнцу. Шаги, бег с высоко поднятыми коленями, разножка, прыжки с двух ног на две, на одной ноге, изобразительные движения.

Постановочная работа (14 часов)

Теория: Характерные положения и манера исполнения танца.

Практика: Постановка танцевальных номеров. Массовые и сольные композиции.

Репетиционная работа (12 часов)

Теория: Детальный разбор номера.

Практика: Работа над эмоциональной передачей. Работа над синхронностью исполнения танца. Отработка всего номера.

Ритмика(4 часа)

Теория: Слушание и анализ танцевальной музыки.

Практика: Согласование музыки с движением.

2 год обучения

№	Разделы / Темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ, ПБ, ЧС, ПДД	2	1	1	Беседа, опрос
2	Азбука музыкального движения	22	2	20	Педагогическое наблюдение
3	Элементы классического танца	30	4	26	Педагогическое наблюдение
4	Элемент народно-сценического танца	24	3	21	Педагогическое наблюдение
5	Элемент историко-бытового и современного танца	28	5	23	Педагогическое наблюдение
6	Танцевальная импровизация	10	2	8	Педагогическое наблюдение
7	Организационная работа	2		2	Беседа, опрос
8	Постановочная работа	12	2	10	Педагогическое наблюдение
9	Репетиционная работа	12	2	10	Педагогическое наблюдение
10	Итоговый контроль	2		2	Открытый урок, концерт, зачёт
	Итого:	144	21	123	

Вводное занятие. Инструктаж по ТБ, ПБ, ЧС, ПДД (2 часа)

Знакомство с участниками танцевального коллектива, с правилами техники безопасности (требования безопасности перед началом работы, техника безопасности во время работы, требования безопасности при аварийных ситуациях). Беседа о культуре поведения, внешнем виде на уроке.

Азбука музыкального движения (22 часа)

Теория. Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие. Соотнесение пространственных построений с музыкой. Такт и затакт. Особенности музыки - марши, вальсы быстрые и медленные.

Практика: Акцентировка на сильную долю такта в шагах. Вступительные аккорды. Заключительные аккорды. Прослушивание народных мелодий. Марши, польки, вальсы в медленном и умеренном темпе.

Элементы классического танца (30 часов)

Теория. Уровень подъема ног, например положение работающей ноги на уровне щиколотки опорной ноги (ку де пье), икры и колена. Закрывание руки в подготовительное положение на два заключительных аккорда. Координация ног, рук и головы в движении - танрелеве пар тэр. Прыжки - с двух ног на две. Разные этапы прыжка (тан леве сотэ): подготовка к взлету, толчок, взлет, фиксация положения ног, приземление, положение ног после прыжка.

Практика. Повторяются упражнения у станка. Постановка корпуса. Положения ног - 1,2,3,4, 5. Положения рук - 1, 2, 3: вначале изучаются на середине, при неполной выворотности ног.

Деми плие в 1, 2, 3, 5-й позициях (вначале лицом к станку, позднее боком к станку, держась одной рукой). Музыкальный размер 3/4, темп - анданте.

Батман тандю с 1 -и позиции, позднее с 5-й позиции в сторону, вперед, позднее назад. Размер 2/4. темп - модерато.

Демирон де жамб пар тэр - вначале лицом к станку, позднее — держась за станок одной рукой. Правила постановки руки (держась за станок одной рукой). Размер 3/4 - один такт на движение, один такт на фиксацию положения, темп - модерато.

Батман тандю жете - натянутые движения с броском из 1-й позиции, развивают упругость ног в воздухе, легкость и подвижность тазобедренного сустава; изучаются стоя лицом к станку (в сторону 2-й позиции). Размер 2/4, характер четкий, темп - модерато.

Батман релеве лян на 45, 90° (стоя боком к станку). Размер 3/4. 4/4. по такту на движение и фиксацию положения, темп - модерато.

Перегибы корпуса: назад, стоя лицом к станку в 1-й позиции. Размер 3/4, характер медленный, спокойный, по два такта на движение.

Прыжки разучиваются лицом к станку. Тан леве соте - по 1,2, 5-й позициям. Размер 2/4. характер быстрой польки. В музыке сочетаются два темпа: плавный и отрывистый.

Позы классического танца изучаются на середине зала. Поза круазе, поза эффасе (с ногой на полу). Размер 3/4, характер плавный, исполняется на четыре такта.

Па куррю - мелкий бег на полупальцах, исполняется по прямой в невыворотной позиции, вперед и назад. Размер 4/4, 2/4, 3/4, движения исполняются шестнадцатыми. Характер легкий, живой. Опускание на одно колено. Вращения, повороты по 6-й позиции на 1/4, 1/2 круга.

Элемент народно-сценического танца (24 часа)

Теория. Упражнения у станка и на середине - подготовка к более четкому исполнению народных движений (каблучные движения, присядка для мальчиков). Точные позиции положения и движения рук в танцах.

Источники народных тем, сюжетов, движений, их связь с образом жизни народов. Правила народных движений, основные координации и характерные рисунки и ходы.

Практика. Станок. Подготовительные движения рук (из подготовительного положения руки открываются через 1-ю позицию во 2-ю и закрываются на талию). Полуприседание и полное приседание по 1,2,4, 5-й открытым позициям, плавные и резкие. Скольжение стопой по полу - вытягивание ноги на носок с переводом стопы на ребро каблука (вперед, в сторону, назад), лицом к станку. Переступания на полупальцах - в разных ритмических сочетаниях. Ковырялочка - разучивается у станка заново. Скольжение по ноге (подготовка к веревочке), в открытом и закрытом положении на всей стопе опорной ноги; размер 4/4. Маленькие броски от щиколотки с вытянутой стопой, в открытом положении (вперед и в сторону). Подготовка к каблучным движениям.

Упражнения на середине. Повторение и закрепление элементов русского танца. Поклоны - на месте и с движением вперед и назад.

Ходы: простой шаг с продвижением вперед и назад; переменный шаг с продвижением вперед и назад. Притоп - удар всей стопой. Дробь (дробная дорожка) - мелкая непрерывная дробь, с одинарным ударом каблука на месте, с продвижением. Гармошка - одновременные повороты обеих стоп из свободной позиции в 1 -ю закрытую и обратно, с продвижением в сторону. Припадание - на месте, с продвижением в сторону, с поворотом на 1/4. Ковырялочка - без подскока и с подскоком. Веревочка (простая - подряд, с переступанием). Молоточки - удар полупальцами в пол, от колена в прямом положении, с подскоком на другой ноге; на месте, с продвижением. Ключ - дробный простой. Вращение на подскоках, по два подскока на 1/2 круга.

Положение рук - в соло и в паре.

Ходы. Простой шаг (на всю ступню, колено свободно). Легкий бег - небольшие шажки на низких полупальцах, пружиня в колене и подъеме, вперед в сторону.

Движения. Боковые перескоки с продвижением в сторону Шаг с подскоком; подскоки на двух ногах. Проскальзывание на обеих ногах. Небольшие подскоки с вынесением ноги вперед. Три притопа. Боковые шаги с вынесением свободной ноги вперед. Галоп, галоп с остановкой.

Полька маленькие шажки на низких полупальцах по 6-й позиции.

Полька - три небольших шага на низких полупальцах по 6-й позиции.

Полька - исполняется на низких полупальцах по 6-й позиции. Перед первым шагом небольшой подскок. Полька с поворотом во время подскоков.

Элемент историко-бытового и современного танца (30 часов)

Теория. Особенности танцев. Музыка, стиль, манеры, костюмы, прически.

Практика. Композиция из пройденных элементов танцев. Положение рук, корпуса и головы. Дополнительно: па балансе, па де баск, па глisse, па шассе, па польки.

Танцевальная импровизация (10 часов)

Теория: Развитие внимания ребенка к самому себе, своим чувствам.

Практика. Массовая импровизация. Один ученик задает ритмический рисунок вопрос, другой отвечает движением. Движения: переступания, притопы.

Руководитель легкими хлопками задает ритмический рисунок в муз. размере 2/4, 3/4. 4/4. Ученики "отвечают"... Движения: переступания, притопы, шаги, вальсовые движения, па польки.

Руководитель задает ритм с использованием трех движений. Ученики "отвечают" так же, используя три движения. Движения: переступания, притопы, выведение ноги на каблук.

Постановочная работа (12 часов)

Теория: Характерные положения и манера исполнения танца.

Практика: Постановка танцевальных номеров. Массовые и сольные композиции.

Репетиционная работа (12 часов)

Теория: Детальный разбор номера.

Практика: Работа над эмоциональной передачей. Работа над синхронностью исполнения танца. Отработка всего номера.

3 год обучения

№	Разделы / Темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ, ПБ, ЧС, ПДД	2	1	1	Беседа, опрос
2	Азбука музыкального движения	4		4	Педагогическое наблюдение
3	Элементы классического танца	40	1	39	Педагогическое наблюдение
4	Элемент народно-сценического танца	38	1	37	Педагогическое наблюдение
5	Элемент историко-бытового и современного танца	8	1	7	Педагогическое наблюдение
6	Танцевальная импровизация	6		6	Педагогическое наблюдение
	Организационная работа	2		2	Беседа

8					
8	Прослушивание музыкального материала	2		2	Беседа
9	Постановочная работа	20	2	18	Педагогическое наблюдение
10	Репетиционная работа	20	2	18	Педагогическое наблюдение
11	Индивидуальная работа	36	2	34	Педагогическое наблюдение
12	Итоговый контроль	2		2	Открытый урок, концерт, зачёт
	Итого:	180	10	172	

Вводное занятие. Инструктаж по ТБ, ПБ, ЧС, ПДД (2 часа)

Знакомство с участниками танцевального коллектива, с правилами техники безопасности (требования безопасности перед началом работы, техника безопасности во время работы, требования безопасности при аварийных ситуациях). Беседа о культуре поведения, внешнем виде на уроке.

Азбука музыкального движения (4 часа)

Теория: Динамические оттенки в музыке. Форте меццо, форте фортиссимо: пиано меццо, пиано - пианиссимо. Крещендо - усиление; диминуэндо - ослабление.

Практика: Сочетание синкопированных и не синкопированных ритмов. Ритмические рисунки в движении (сочетание четвертей и восьмых).

Элементы классического танца (40 часов)

Теория: Основные правила движений у станка. Понятие о поворотах ан деор и ан дедап. Эпольман. Законы и эстетика равновесия в позах классического танца. Закономерности координации движений рук и головы в пор де бра.

Практика: Батман тандю с 5-й позиции, во всех направлениях. С затактовым построением. Музыкальный размер 2/4, темп - модерато (средний).

Рон де жамб пар тэр - ан деор и ан дедан (с остановками спереди и сзади). Размер 3/4, темп модерато.

Батман фραπε - по всем направлениям. Размер 2/4, 4/4 (затакт 1/8, темп - модерато).

Релеве лян с 5-й позиции - во всех направлениях (держась за станок одной рукой). Размер 3/4, 4/4, темп - анданте.

Упражнения на середине.

Гранд плие по 1, 2, 5-й позициям. Размер 2/4, темп - анданте. По два такта на движение (с переходом в другую позицию через батман тандю).

Батман тандю по 1-й позиции (вперед и в сторону).

Позы классического танца вперед эффасе и 1-й арабеск (носком в пол).
Размер 3/4, темп - адажио.

Элементы народно-сценического танца (38 часов)

Теория: Основные технические навыки. Открытые и закрытые, свободные позиции ног. Дробные движения русского танца, настроение и характер.

Практика: Повторяются упражнения у станка. Новые движения.

Батман тандю - скольжение стоп по полу: с поворотом ноги в закрытое положение - в сторону.

Батман тандю жете - маленькие броски: вперед, в сторону, назад; с одним ударом стопой по 5-й открытой позиции (коротким ударом по полу носком или ребром каблука).

Девелоппе - развертывание ноги с одновременным ударом каблука опорной ноги в полуприседании (вперед и в сторону; плавные, резкие).
Опускание на колено: у носка опорной ноги, у каблука опорной ноги.

Упражнения на середине.

Русский танец. Положение рук в парном танце. Движение рук:

переводы в различные положения; навыки в обращении с платочком.

Ходы. Закрепляются навыки и знания первого и второго годов обучения и добавляются новые: направление назад; переменный шаг с каблука, с продвижением вперед и назад.

Дробь с подскоком - подскок на одной ноге с последующим ударом каблука и всей стопой другой ноги, на месте и с продвижением.

"Веребочка" - простая и с переступанием.

"Ключ" - дробный, сложный.

Историко бытовой танец (8 часов)

Теория: Стилль и манеры.

Практические занятия: па шассе (5 форм), па польки в паре, па вальса-соло; композиции из пройденных элементов.

Танцевальная импровизация (6 часов)

Практика. Импровизируют движения в характере образа. Движения: подскоки, танцевальный шаг, танцевальный бег, прыжки на двух ногах, одной, изобразительная и выразительная пластика рук и корпуса

Прослушивание музыкального материала (2 часа)

Практика: Разбор музыки и характера исполнения движения.

Постановочная работа (20 часов)

Теория: Характерные положения и манера исполнения танца.

Практика: Постановка танцевальных номеров. Массовые и сольные композиции.

Репетиционная работа (20 часов)

Теория: Детальный разбор номера.

Практика: Работа над эмоциональной передачей. Работа над синхронностью исполнения танца. Отработка всего номера.

Индивидуальная работа (36 часов)

Теория: Детальный разбор образа и движений в номере.

Практика: Отработка номера.

4 год обучения

№	Разделы / Темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ, ПБ, ЧС, ПДД	2	1	1	Беседа, опрос
2	Азбука музыкального движения	4		4	Педагогическое наблюдение
3	Элементы классического танца	34	2	32	Педагогическое наблюдение
4	Элемент народно-сценического танца	38	1	37	Педагогическое наблюдение
5	Элемент историко-бытового и современного танца	8	1	7	Педагогическое наблюдение
6	Танцевальная импровизация	6		6	Педагогическое наблюдение
7	Организационная работа	2		2	Беседа
8	Прослушивание музыкального материала	2		2	Беседа
9	Постановочная работа	22	2	20	Педагогическое наблюдение
10	Репетиционная работа	24	2	22	Педагогическое наблюдение
11	Индивидуальная работа	36	2	34	Педагогическое наблюдение
12	Итоговый контроль	2		2	Открытый урок, концерт, зачёт
	Итого:	180	11	169	

Вводное занятие. Инструктаж по ТБ, ПБ, ЧС, ПДД (2 часа)

Знакомство с участниками танцевального коллектива, с правилами техники безопасности (требования безопасности перед началом работы, техника безопасности во время работы, требования безопасности при аварийных ситуациях). Беседа о культуре поведения, внешнем виде на уроке.

Азбука музыкального движения (4 часа)

Теория. Выразительные средства музыки и танца.

Практические занятия. Темповое обозначение: медленно, живо, протяжно, широко, не спеша, скоро, бодро.

Элементы классического танца (34 часа)

Теория. Обобщение полученных практических навыков и знаний. Типы движения по степени трудности. Последовательность и раскладка движений на элементы. Критерии исполнительской деятельности.

Практика: Повторяется весь пройденные элементы движений в различных комбинациях в более быстром темпе.

Дополнительно.

Батман тандю с 1-й и 5-й позиции, во всех направлениях. Размер 2/4

Батман тандю жете пике-натянутое движение ноги с колющим броском в пол.

Рон де жамб пар тэр – ан деор и ан (слитно)

Батман фондю-носком об пол по всем направлениям. Размер $\frac{3}{4}$, Размер 2/4

Батман фраппе – вперёд, в сторону и назад. Размер 3/4

Батман дубль фраппе- движение с двойным ударом. Размер $\frac{3}{4}$

Релеве лян- во всех направлениях. Размер 2/4, Размер 4/4

Батман девелопе – разворачивающееся движение. Размер 3/4, Размер 4/4

Перегибы корпуса – вперёд, назад по 5-й позиции (одной рукой за станок)

Релневе-по 1-й и 2-й позициям, на полупальцах.

Прыжки.

Па ассамбле – собранный прыжок (лицом к станку) Размер 4/4

Упражнения на середине.

Проходятся упражнения, изученные у станка, кроме батмана фондю, батмана фраппе.

Па ассамбле

Пор де бра 1-е, 2-е, 3-е, 4-е. Размер $\frac{3}{4}$

Перегибы корпуса в сторону из свободной 1-й позиции.

Па балансе. Размер $\frac{3}{4}$

Элементы народно-сценического танца (38 часов)

Теория. Народные костюмы, музыка и ритмы. Характер танцев.

Практика. Повторяются все пройденные элементы с более усложненными комбинациями в быстром темпе.

Упражнения на середине. Повторяется весь пройденный материал.

Притопы. Ходы. Шаги. Перескок. Соскоки. Па марше. Движения рук.

Вращение в паре.

Элементы историко-бытового и современного танца (8 часов)

Теория. Живой, весёлый, быстрый характер польки.

Практика: Па польки в парах (положение рук). Композиция из ранее пройденных движений.

Танцевальная импровизация(6 часов)

Практика: Исполнить свободную импровизацию на тему современных ритмов. Импровизация с использованием движений, разученных на занятиях.

Прослушивание музыкального материала (2 часа)

Практика: Разбор музыки и характера исполнения движения.

Постановочная работа (22 часа)

Теория: Характерные положения и манера исполнения танца.

Практика: Постановка танцевальных номеров. Массовые и сольные композиции.

Репетиционная работа (24 часа)

Теория: Детальный разбор номера.

Практика: Работа над эмоциональной передачей. Работа над синхронностью исполнения танца. Отработка всего номера.

Индивидуальная работа (36 часов)

Теория: Детальный разбор образа и движений в номере.

Практика: Отработка номера.

5 год обучения

№	Разделы / Темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ, ПБ, ЧС, ПДД	2	1	1	Беседа, опрос
2	Азбука музыкального движения	2		2	Педагогическое наблюдение
3	Элементы классического танца	26	2	24	Педагогическое наблюдение
	Элемент народно-сценического	42	1	41	Педагогическое

4	танца				е наблюдение
5	Элемент историко-бытового и современного танца	16	1	15	Педагогическое наблюдение
6	Танцевальная импровизация	6		6	Педагогическое наблюдение
7	Организационная работа	2		2	Беседа, опрос
8	Прослушивание музыкального материала	2		2	Беседа, опрос
9	Постановочная работа	22	2	20	Педагогическое наблюдение
10	Репетиционная работа	22	2	20	Педагогическое наблюдение
11	Индивидуальная работа	36	2	34	Педагогическое наблюдение
12	Итоговый контроль	2		2	Открытый урок, концерт, зачёт
	Итого:	180	11	169	

Вводное занятие. Инструктаж по ТБ, ПБ, ЧС, ПДД (2 часа)

Знакомство с участниками танцевального коллектива, с правилами техники безопасности (требования безопасности перед началом работы, техника безопасности во время работы, требования безопасности при аварийных ситуациях). Беседа о культуре поведения, внешнем виде на уроке.

Азбука музыкального движения (2 часа)

Теория. Выразительные средства музыки и танца.

Практические занятия. Прослушивание музыки. Просмотры балетов и выступлений национальных ансамблей.

Элементы классического танца (26 часов)

Теория. Культура движения рук выразительность, техника-форс в прыжках и вращениях, эстетика рисунка и закономерности переходов рук из одного положения в другое. Закономерность правильной и быстрой смены поворотов корпуса в различные ракурсы. Законы общей координации движений тела, ног, корпуса, головы и рук. Законы равновесия - эстетика и техника.

Практика: Повторяется весь пройденный материал, но исполняется в более быстром темпе, с более разнообразными комбинациями. В упражнения вводятся маленькие позы эффасе вперед и назад, повороты на двух ногах на 180°. В движения у станка вводятся маленькие и большие позы. Середина становится более танцевальной.

Дополнительно.

Ватман фраппе на 45° в позах круазе, эффасе. Затакт 1/8. Музыкальный размер 2/4, темп - модерато.

Батман фондю на 45°. Размер 3/4, темп - медленный вальс.

Батман сутеню - носком в пол. Размер 3/4, два такта на движение, темп - медленный вальс.

Рон де жамбатілер. Размер 3/4, темп - модерато.

Упражнения на середине.

Большие позы. Круазе и эффасе с подъемом ноги на 45°, вперед и назад. Размер 3/4, движение занимает 4 такта, темп - анданте.

Маленькие адажио из пройденных элементов на 8,16 тактов. Размер 3/4, 4/4, темп - медленный - адажио.

Прыжки.

Па де ша - прыжок с броском ног вперед. Большое па де ша может носить танцевальный характер и исполняться из стороны в сторону в сочетании с па де бурре.

Танлеве - короткий, сильный прыжок трамплинного характера (разучивается у станка).

Элементы народно-сценического танца (42 часа)

Теория. Источник яркости и живости танцев.

Практика. Повторяются все пройденные элементы с более усложненными комбинациями в быстром темпе. Дополнительно - большие батманы жете с падением на работающую ногу, вперед и в сторону.

Упражнения на середине. Повторяется весь пройденный материал.

Притопы. Перескоки на всю стопу с последующим ударом всей стопой другой ноги в пол по 6-й позиции. "Ключ"

удар каблуками: одинарный, двойной.

Ходы. Шаг в сторону на полупальцы. Шаг с последующим подскоком на одной ноге, с другой согнутой вперед в прямом положении, на месте, с продвижением вперед, назад с поворотом.

Перескок с ноги на ногу, в сторону с последующими двумя переступаниями по 5-й свободной позиции в перекрещенном положении в полуприседании.

Соскоки: в 6-ю и 2-ю прямую позиции на полупальцах и в полуприседании; на одну ногу с одновременным полуповоротом и последующим ударом полупальцами в пол другой ноги в прямом положении, в сторону, в полуприседании.

Па марше - легкий бег с акцентом на 1-ю и 3-ю доли такта. Отбивание (или па буато) - скольжение одной ногой вперед с последующим подбиванием ее другой ногой в полуприседании.

Движения рук - круговые поочередные от предплечья согнутых перед собой рук.

Перебор из стороны в сторону по 1-й прямой позиции с сомкнутыми коленями. Вращение в паре. Повороты за одну руку.

Элементы историко-бытового и современного танца (16 часов)

Теория. Элементарные сведения по анатомии человека: значение поворота головы во вращательных движениях; значение мышц предплечья при прыжках и вращениях.

Практика: Композиция танцев из пройденных движений. Современная пластика и ритмы. Массовые современные танцы (из программы бального танца).

Танцевальная импровизация(6 часов)

Практика: Исполнить свободную импровизацию на классическую, современную музыку по заданию руководителя. Пластический этюд. Сочетание мягких и острых движений: параллельных - спокойных и беспокойных контр-движений.

Прослушивание музыкального материала (2 часа)

Практика: Разбор музыки и характера исполнения движения.

Постановочная работа (22 часа)

Теория: Характерные положения и манера исполнения танца.

Практика: Постановка танцевальных номеров. Массовые и сольные композиции.

Репетиционная работа (24 часа)

Теория: Детальный разбор номера.

Практика: Работа над эмоциональной передачей. Работа над синхронностью исполнения танца. Отработка всего номера.

Индивидуальная работа (36 часов)

Теория: Детальный разбор образа и движений в номере.

Практика: Отработка номера.

Планируемые результаты

Личностные результаты:

- Уметь управлять своими эмоциями в различных ситуациях
- Концентрировать внимание
- Самостоятельно ориентироваться в мире танцевальной эстетики

Метапредметные результаты:

- Знать нормы поведения на сцене и в зрительном зале
- Иметь навыки общения контактности и доброжелательности при решении творческих задач

Предметные результаты:

К концу первого года обучения обучающийся будет:

- знать единые требования о правилах поведения в хореографическом классе, и на сцене;
- знать требования к внешнему виду на занятиях;
- знать музыкальные размеры, темп и характер музыки;
- знать хореографические названия изученных элементов.;
- уметь воспроизводить заданный ритмический рисунок хлопками;
- владеть корпусом во время исполнения движений;
- ориентироваться в пространстве;
- уметь координировать свои движения;
- уметь исполнять хореографический этюд в группе.

К концу второго и последующих годов обучения обучающийся будет:

- знать музыкальную грамоту;
- знать хореографические названия вновь изученных элементов;
- знать историю возникновения и особенности танцев различных народов;
- знать основные элементы танцев различных народов;
- уметь корректировать свою деятельность в соответствии с заданиями и замечаниями педагога;
- уметь контролировать собственное исполнение, согласовывая его с коллективным;
- уметь анализировать музыкальный материал;
- самостоятельно выполнять изученные элементы классического танца и народного;
- владеть исполнительским мастерством сценического танца.

Календарный учебный график

№ п/п	Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Сроки проведения промежуточной итоговой аттестации
1.	2	1 сентября	25 мая	36	72	144	2раза в неделю по 2 часа	20-26 декабря 20-25 мая
2.	3	1 сентября	25 мая	36	72	180	2раза в неделю по 2 часа и 1раз в неделя по 1 часу	20-26 декабря 20-25 мая

Материально-техническое обеспечение

- Хореографический класс с зеркалами;
- Раздевалка;
- Костюмерная;
- Магнитофон;
- CD-диски с музыкальными произведениями и учебными видеозанятиями;
- Коврики для занятий на полу.

Для занятий необходима специальная одежда.

Для девочек:

- Гимнастический черный купальник (короткий рукав);
- Резинка на талию шириной 3 см;
- Репетиционная юбка;
- Носки;
- Балетки черные;
- Балетки белые концертные;
- Туфли для народного танца;
- Волосы убраны в «кичку».

Кадровое обеспечение

Для реализации данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы предусмотрен один специалист - педагог дополнительного образования с уровнем образования и соответствующим требованиям «Профессионального стандарта».

Формы аттестации и оценочные материалы

Входная. Проводится в сентябре и определяет стартовый уровень физических данных учащихся, ранее не занимавшихся по образовательной Программе.

Промежуточная. Она проводится в декабре на открытом занятии. И показывает динамику результативности освоения Программы.

Итоговая. Проводится в мае на открытом занятии, по итогам которой обучающийся получает зачет/не зачет и переводится на следующий год обучения.

Текущий контроль:

- педагогическое наблюдение за ребенком во время занятий;
- текущий контроль знаний в процессе работы над упражнениями;
- мониторинг самооценки обучающихся;
- педагогический анализ участия обучающихся в различных массовых мероприятиях, конкурсах, фестивалях, мастер-классах;
- итоговый контроль умений и навыков при анализе работы.

Результаты диагностики отражаются в диагностической карте

«**Результативность обучения**», которая ведется по следующим показателям: «**Выворотность**», «**Подъем стопы**», «**Гибкость тела**», «**Прыжок**», «**Музыкально-ритмическая координация**»

Диагностическая карта

Список детей	Выворотность		Подъем стопы		Гибкость тела		Прыжок		Музыкально - ритмическая координация	
	Сентябрь	Декабрь	Сентябрь	Декабрь	Сентябрь	Декабрь	Сентябрь	Декабрь	Сентябрь	Декабрь

В — высокий; С — средний; Н — низкий;

Методические материалы

Особенности организации образовательного процесса: очный.

Методы обучения и воспитания: словесный, практический, наглядный; объяснительно-иллюстративный, репродуктивный; мотивация, упражнения, стимулирование.

Формы организации образовательного процесса: групповая.

Формы организации учебного занятия: беседа, игра, концерт, мастер-класс, открытое занятие.

Педагогические технологии: технология группового обучения, технологии дистанционного обучения, игровые технологии.

Алгоритм учебного занятия:

- I часть включает задания на умеренную моторную двигательную активность: построение, приветствие, комплекс упражнений для подготовки разных групп мышц к основной работе. По длительности – 1/3 часть общего времени занятия.
- II часть включает задания с большой двигательной активностью, разучивание новых движений. Повторение репертуарных постановок. По длительности – 2/3 общего времени занятия.
- III часть включает музыкальные игры, творческие задания, комплекс упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания. По длительности – 2–3 минуты.

Дидактические материалы:

- Звуковые (аудиозаписи)
- Смешанные (видео, учебные фильмы и тд)
- Обучающие прикладные программы в электронном виде (сд)
- Учебники, учебные пособия, книги

Список использованной литературы

Для педагога:

- Русский танец. 1970 – 1980. М., 1965, вып. 4.
Ткаченко Т. Народные танцы. М., 1975.
Гребенщиков С.М. Сценические белорусские танцы. Минск, 1974.
Беликова Э. Здесь танцуют. Рассказы о танцах. Л., 1974
Резникова З.М. Орлята учатся летать. Танцы для детей. М., 1974.
Слонимский Ю. Балетные строки Пушкина. Л., 1974.
Шульгин А., Томилина Л., За малин а Л. Костюмы Для танцевальных и хороводных коллективов. По мотивам русской народной одежды. М., 1974
Луначарский А.В. Искусство и революция. – Собр. соч., в 8-ми т. М., 1967, т. 7.
Веганова А.Я. Основы классического танца. М., 1963.
Ванелов Б. Балеты Григоровича и проблемы хореографии.
Васильева Е.А. Танец. М., 1968.
Габович М.М. Душой исполненный полёт. М., 1971.
Красовская В. Русский балетный театр начал XX века. Л., 1971.
Карп П.О. О балете. М., 1967.
Костровицкая В., Писарев Л. Школа классического танца. Л., 1968.
Новер Ж. Письма о танце и балетах. М., 1965.
Барышникова Т. Рольф Москва – Азбука хореографии. 2000г.
Кулагина И.Е. Флинка-Наука Москва – Художественное движение. 1999г.
Колодницкий Г.А. Москва – Музыкальные игры, ритмы, упражнения и танцы для детей. 2000г.

Для детей и родителей:

- Ваганова А.Я. Основы классического танца. СПб. Лань, 2001
Васильева Т.К. Секрет танца. - Спб.: «Диамант», 1997.
Громов Ю.И. Воспитание танцем. – Спб.: СПбГУП, 2006.