

**Содержание**

1. Пояснительная записка

2. Календарный учебный график

3. Учебный план

4. Содержание программы

5. Оценочные и методические материалы (методическое обеспечение программы)

6. Список литературы

7. Рабочая программа 1 года обучения 1 группы

8. Рабочая программа 1 года обучения 2 группы

9. Рабочая программа 1 года обучения 3 группы

10. Рабочая программа 1 года обучения 4 группы

11. Рабочая программа 2 года обучения 5 группы

12. Рабочая программа 3 года обучения 6 группы

13. Рабочая программа 3 года обучения 7 группы

**1. Пояснительная записка**

Дополнительная (общеразвивающая) общеобразовательная программа «Алые паруса» разработана согласно требованиям Локального акта «Положение о структуре, порядке разработки и утверждения дополнительных (общеразвивающих) общеобразовательных программ в МАОУ ДО «Детско- юношеский центр им. Б.Г. Лесюка».

Программа «Алые паруса»» имеет **художественную направленность.** Данная программа направлена на приобщение детей к миру танца. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, память и трудолюбие, прививают любовь к прекрасному и способствуют развитию всесторонне-гармоничной личности обучающегося. Обучаясь по данной программе, дети научатся чувствовать ритм, слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения. Одновременно смогут развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия танцем помогут сформировать правильную осанку, научат основам этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дадут представление об актерском мастерстве.

**Новизна программы.** Новизна программы заключается в личностно ориентированном обучении. Задача педагога дополнительного образования состоит не в максимальном ускорении развития творческих способностей ребенка, а прежде всего в том, чтобы создать каждому обучающемуся все условия для наиболее полного раскрытия и реализации способностей. Программа основывается на постепенном развитии природных способностей обучающихся, строгой последовательности в овладении лексикой танцевального искусства, техническими приемами, систематичностью и регулярностью занятий, целенаправленностью образовательного процесса.

**Актуальность программы** заключается в том, что на современном этапе развития общества она отвечает запросам обучающихся и родителей: формирует социально значимые знания, умения и навыки, оказывает комплексное обучающее, развивающее, воспитательное и здоровьесберегающее воздействие, способствует формированию эстетических и нравственных качеств личности, приобщает обучающихся к творчеству. В последнее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни. Среди множества форм художественного воспитания особое место занимает хореография. Танцевальное искусство становится одним из самых действенных факторов формирования гармонически развитой, духовно богатой личности обучающегося. Благодаря систематическому хореографическому образованию и воспитанию обучающиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру. Движение и музыка, одновременно влияя на обучающегося, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память, учат благородным манерам. Дети познают многообразие танца: классического, народного, современного и др. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству. Систематическая работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает обучающемуся понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях танцем, но и в повседневной жизни. Занятия хореографией приобщают обучающихся к миру прекрасного, воспитывают художественный вкус. В танце находит выражение жизнерадостность и активность обучающегося, развивается его творческая фантазия, творческие способности: обучающийся учится сам создавать пластический образ. Выступления перед зрителями являются главным воспитательным средством: переживание успеха приносит моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувство ответственности, дружбы, товарищества.

**Цели и задачи программы.**

**Цель программы -** раскрытие творческого потенциала, обучающегося средствами хореографического искусства, на основе ценностей народной культуры и тенденций современной хореографии.

**Задачи:**

***Образовательные:***

- формировать ключевые понятия о выразительных средствах танца;

- формировать танцевальные знания, умения и навыки на основе овладения и освоения программного материала;

- изучать элементы классического, народного, бального, современного танцев;

- учить переживать, мыслить, запоминать и оценивать культуру своих движений;

- учить выразительности и пластичности движений;

- обучать практическим умениям и навыкам в различных видах танцевальной и исполнительской деятельности.

***Развивающие:***

-развивать у обучающихся выразительность исполнения;

- формировать музыкально-ритмические навыки;

- формировать художественно-образное восприятие и мышление;

- развивать нравственно-эстетические, духовные и физические качества личности;

- развивать личность учащегося, способного к творческому самовыражению через овладение основами хореографии;

- развивать психофизические качества, способствующие успешной самореализации.

***Воспитательные:***

- привить нормы этики и культуры общения в коллективе;

- воспитать целеустремленность, умение работать в коллективе, терпение, настойчивость в достижении цели;

- воспитать сознательное отношение к здоровому образу жизни;

- воспитать музыкальный вкус и любовь к искусству танца;

- воспитать бережное отношение и уважение к традициям русской культуры, к русскому танцу, костюму.

**Ожидаемые результаты.** В результате освоения программного материала:

**обучающиеся должны знать:**

- названия основных танцевальных движений и элементов;

- правила гигиены тела, тренировочной̆ одежды;

- начало и конец музыкального вступления;

- правила исполнения движений в паре;

- основные понятия и термины начальной хореографии.

**обучающиеся должны уметь:**

- правильно исполнять основные элементы упражнений;

- выразительно двигаться под музыку;

- реагировать на музыкальное вступление;

- слышать ритмический рисунок мелодии;

- правильно исполнять ритмические комбинации;

- ориентироваться в пространстве на основе круговых и линейных рисунков;

- исполнять движения в парах, в группах.

**Срок реализации программы.**

Программа рассчитана на 3 года обучения.

Режим занятий: группы (№ 1,2,3,4) первого года обучения занимаются 2 раза в неделю по 1 часу; группа (№ 5) второго года обучения занимается 3 раза в неделю по 2 часа; группа (№ 6) третьего года обучения занимается 3 раза в неделю по 2 часа; группа (№ 7) третьего года обучения занимается 2 раза в неделю по 2 часа.

**Условия реализации программы:** обучаться по данной программе могут все желающие дети 5 – 18 лет.

**Формы организации занятий:** основной формой работы являются групповые занятия по расписанию, которое составлено с учетом возрастных особенностей обучающихся. В процессе занятий сочетается групповая и индивидуальная работа.

***Основные методы обучения.***

Данная программа предусматривает следующие методы обучения

***1.Словесный метод:***

- объяснение нового материала;

- разъяснение терминологии;

- инструктаж по технике безопасности на занятиях;

- беседы о народном творчестве, жанрах музыки, о нравственном и  
эстетическом воспитании и т.д.

***2. Наглядный метод:***

- личный показ педагогом движений, комбинаций;

- просмотр фото и видео материалов;

- посещение занятий других коллективов;

- наблюдение за исполнением других обучающихся.

***3. Практический метод:***

*-* выполнение обучающимися показанных педагогом комбинаций;

- концертная деятельность;

- самостоятельная работа обучающихся;

- творческая работа.

***4. Аналитический метод:***

- сравнение в исполнении заданий;

- самоанализ в исполнении танцевальных комбинаций;

- анализ увиденных спектаклей, прослушивание бесед

***5. Игровые методы*** придают учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчают процесс запоминания и освоения упражнений, повышают эмоциональный фон занятий, способствуют развитию мышления, воображения и творческих способностей обучающихся.

Важная роль отводится музыкальному оформлению занятия. Музыка важна как положительный фон, помогающий дисциплинировать учащихся, сосредоточить их внимание. Устанавливая единый для всех темп и ритм исполнения движений, музыка несёт функцию организатора. А также музыка, являясь импульсом к движению, даёт эмоциональный заряд, помогает повысить работоспособность, вырабатывает характер, чёткость и законченность.

**2. Календарный учебный график**

**Начало учебного года -** 1 сентября.

**Окончание учебного года –** 31 мая.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **группы** | **Год обучения** | **Всего учебных недель** | **Кол-во учебных дней** | **Объем учебных часов** | **Режим работы** |
| 1, 2, 3, 4 | 1 | 36 | 72 | 72 | 2 раза в неделю  по 1 часу |
| 5 | 2 | 36 | 108 | 216 | 3 раза в неделю  по 2 часа |
| 6 | 3 | 36 | 108 | 216 | 3 раза в неделю  по 2 часа |
| 7 | 3 | 36 | 72 | 144 | 2 раза в неделю  по 2 часа |

**3. Учебный план**

**Первый год обучения**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Название раздела, темы** | **Кол-во часов** | **Из них** | |
| **Теория** | **Практика** |
| 1. | Введение. Техника безопасности. | 2 | 2 |  |
| 2. | Танцевальная азбука. Элементы танцевальных движений. | 15 | 3 | 12 |
| 3. | Элементы классического танца. | 6 |  | 6 |
| 4. | Танцевальные этюды. | 5 |  | 5 |
| 5. | Текущий контроль. | 1 | 1 |  |
| 6. | Партерная гимнастика. | 20 | 3 | 17 |
| 7. | Музыкально-танцевальные игры. | 5 |  | 5 |
| 8. | Постановочно – репетиционная работа. | 12 | 1 | 11 |
| 9. | Концертная деятельность. | 4 |  | 4 |
| 10. | Промежуточный контроль. | 2 | 1 | 1 |
|  | **Итого:** | **72** | **11** | **61** |

**Второй год обучения**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Название раздела, темы** | **Кол-во часов** | **Из них** | |
| **Теория** | **Практика** |
| 1. | Введение. Техника безопасности. | 4 | 3 | 1 |
| 2. | Танцевальная азбука. Элементы танцевальных движений. | 78 | 11 | 67 |
| 3. | Танцевальные этюды. | 14 |  | 14 |
| 4. | Текущий контроль. | 2 | 2 |  |
| 5. | Партерная гимнастика. | 30 |  | 30 |
| 6. | Элементы классического танца. | 22 | 4 | 18 |
| 7. | Элементы народно – сценического танца. | 22 | 3 | 19 |
| 8. | Постановочно – репетиционная работа. | 34 | 4 | 30 |
| 9. | Концертная деятельность. | 6 |  | 6 |
| 10. | Промежуточный контроль. | 4 | 2 | 2 |
|  | **Итого:** | **216** | **29** | **187** |

**Третий год обучения (группа № 6)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Название раздела, темы** | **Кол-во часов** | **Из них** | |
| **Теория** | **Практика** |
| 1. | Введение. Техника безопасности. | 2 | 2 |  |
| 2. | История хореографического искусства. | 10 | 3 | 7 |
| 3. | Партерная гимнастика. | 78 | 9 | 69 |
| 4. | Текущий контроль. | 2 | 2 |  |
| 5. | Элементы классического танца. | 20 | 4 | 16 |
| 6. | Элементы народно – сценического танца. | 26 | 4 | 22 |
| 7. | Элементы бального танца. | 34 | 5 | 29 |
| 8. | Элементы современного танца. | 18 | 2 | 16 |
| 9. | Постановочно - репетиционная работа. | 16 | 1 | 15 |
| 10. | Концертная деятельность. | 6 |  | 6 |
| 11. | Итоговый контроль. | 4 | 2 | 2 |
|  | **Итого:** | **216** | **34** | **182** |

**Третий год обучения (группа № 7)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Название раздела, темы** | **Кол-во часов** | **Из них** | |
| **Теория** | **Практика** |
| 1. | Введение. Техника безопасности. | 2 | 2 |  |
| 2. | История хореографического искусства. | 10 | 3 | 7 |
| 3. | Партерная гимнастика. | 56 | 6 | 50 |
| 4. | Текущий контроль. | 2 | 2 |  |
| 5. | Элементы классического танца. | 18 | 3 | 15 |
| 6. | Элементы народно – сценического танца. | 16 | 2 | 14 |
| 7. | Элементы бального танца. | 16 | 3 | 13 |
| 8. | Элементы современного танца. | 10 | 2 | 8 |
| 9. | Постановочно - репетиционная работа. | 8 | 1 | 7 |
| 10. | Концертная деятельность. | 4 |  | 4 |
| 11. | Итоговый контроль. | 2 |  | 2 |
|  | **Итого:** | **144** | **24** | **120** |

**4. Содержание программы**

**Первый год обучения**

**Тема 1.** **Введение. Техника безопасности**. Изучаются правила техники безопасности на занятиях в танцевальном классе, правила противопожарной безопасности, правила дорожного движения. Цели и задачи 1-го года обучения, план работы. Введение в программу.Первичная диагностика.

**Тема 2.** **Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений.** Танцевальная азбука. Знакомство обучающихся с танцевальной̆ азбукой. Элементы танцевальных движений. Знакомство обучающихся с элементами танцевальных движений. Правила исполнения танцевальных движений. Ориентировка в пространстве. Основные понятия: музыка, темп, такт. Постановка корпуса. Упражнения для рук, кистей, и пальцев. Упражнения для плеч. Упражнения для головы. Упражнения для корпуса.

Выполнение упражнений танцевальной̆ азбуки. Ознакомление обучающихся с элементами танцевальных движений: ходьба: простой шаг в разном темпе и характере; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; притопы: удар одной̆ ногой̆ в пол, поочередные удары правой̆ и левой̆ ногой̆; топающий̆ шаг, выставление ноги на носок перед собой̆; хлопки;  упражнения с атрибутами (мяч, погремушка).

Выполнение изученных элементов танцевальных движений. Ознакомление детей с танцевальными рисунками и ориентацией в пространстве: упражнения и игры по ориентации в пространстве; построение в круг; построение в линию; построение в две линии.

Выполнение упражнений по ориентации в пространстве. Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений, хлопки и притопы на сильную, слабую долю и с различным ритмическим рисунком.

**Тема 3. Элементы классического танца.** Классический танец – основа всей хореографии. Специфика танцевального шага и бега. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата ребенка. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов. Постановка. Позиции ног - по 1,2, 3-й. Позиции рук - подготовительная, 1,2,3.

**Тема 4. Танцевальные этюды.** Особенности стиля, манеры и характер различных танцев. Музыкально-практические упражнения: маршировка в темпе и ритме музыки, шаг на месте, вокруг себя, вправо и влево. Пространственные музыкальные упражнения: повороты на месте (строевые), продвижение на углах, с прыжками (вправо и влево). Фигурная маршировка с перестроением, из колонны в шеренгу обратно, из одного круга в два и обратно, продвижение по кругу.

Танцевальные шаги (с носка на пятку). Танцевальные шаги (бытовые) в образах. Умение выполнять и повторять ритмический рисунок.

**Тема 5. Текущий контроль.** Контрольные задания. Выступления.

**Тема 6.** **Партерная гимнастика.** Понятие «партер» и значение. Партерная гимнастика. Знакомство с элементами партерной̆ гимнастики. Правила выполнения движений.Ознакомление с элементами партерной̆ гимнастики:

- упражнения для голеностопа;

- упражнения для силы ног;

- упражнения для выворотности стоп;

- упражнения на растяжение мышц ног;

- упражнения для позвоночника;

- упражнения для мышц спины;

- стойка на лопатках, мостик.

Специальные упражнения для согласования движения с музыкой, музыкальные задания и игры. Танцевальные шаги, элементы хореографических упражнений, танцевальные формы, как историко-бытовой, народный, современный и ритмический танцы. Постановка корпуса, апломб.

Экзерсис на середине:

- танцевальные шаги (с носка, с точкой, с высоким подниманием колена, приставные шаги);

- упражнения для рук (работа кисти, волна от большой до маленькой, изучение позиций рук);

- упражнения для головы и шеи (наклоны-вперед, назад, к плечам, повороты);

- упражнения на координацию движений;

- упражнения на ориентацию в пространстве;

- прыжки.

**Тема 7. Музыкально – танцевальные игры.** Танцевально-ритмические упражнения – «Нарисуй себя», «Стирка». Музыкальные игры – переноска мяча, воротца, змейка, запомни мелодию. Правила выполнения движений. «Пятнашки», «Волк во ров», «Музыкальные змейки», «Группа, смирно!». Игры на определение динамики и характера музыкального произведения, типа заданий для строевых и общеразвивающих упражнений.

**Тема 8.** **Постановочно – репетиционная работа**. Объяснение постановочного материала танца. Разработка танцевальной композиции, построенная на изученных движениях. Законченная форма-танец. Разучивание отдельных элементов танца. Отработка исполнительской техники. Работа над координацией движений, танцевальных комбинаций. Подготовка танцевальных костюмов. Изучение танца в целом. Ориентировка на танцевальной площадке. Проведение сводных репетиций.

**Тема 9. Концертная деятельность.** Отработка постановок. Репетиции. Объяснение правила поведения за кулисами, на сцене во время выступления. А также правила уважения и тактичного отношения к обучающимся из других коллективов.

**Тема 10. Промежуточный контроль.** Выступление на родительских собраниях и праздничных концертах. Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений. Разбор и оценка практической деятельности обучающихся. Подведение итогов за год.

**Второй год обучения**

**Тема 1.** **Введение. Техника безопасности**. Изучаются правила техники безопасности на занятиях в танцевальном классе, правила противопожарной безопасности, правила дорожного движения. Цели и задачи 1-го года обучения, план работы. Введение в программу.Первичная диагностика.

**Тема 2.** **Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений.**

Танцевальная азбука. Правила выполнения упражнений. Последовательность. Закрепление и ознакомление с новыми элементами танцевальной̆ азбуки:

- упражнения для головы: наклоны головы вперед, назад, в стороны, по полукругу;

- упражнения для плеч: спокойные или быстрые подъемы плеч вверх и опускания их вниз;

- упражнения для рук, кистей̆, пальцев. Работа над выразительностью подъема рук в стороны или вверх;

- упражнения с предметами;

- упражнения на развитие полученных навыков игры с мячом.

Постановка корпуса: продолжение работы над подтянутостью спины, постановкой̆ головы.

Выполнение изученных упражнений танцевальной азбуки. Ознакомление с новыми элементами танцевальных движений:

- равномерный̆ бег с захлёстом голени;

- легкие, равномерные, высокие прыжки;

- перескоки с ноги на ногу;

- простой танцевальный̆ шаг, приставной̆ шаг;

- шаги на полупальцах и пятках;

- притопы: удары стопы в пол равномерно и по три.

Выполнение изученных элементов танцевальных движений. Закрепление танцевальных элементов: полуприседания, повороты на двух ногах, вынос ноги на каблук. Ознакомление обучающихся с танцевальными рисунками. Проведение игр для развития ориентации обучающихся в пространстве. Выполнение изученных рисунков и упражнений по ориентации в пространстве.

**Тема 3. Танцевальные этюды.** Характер движений, манера исполнения. Объяснение правильного исполнения. Сочинение танцевальных элементов в статичном положении или в продвижении.   Слушание музыки, сказок и придумывание музыкальных образов, танцевальных этюдов.  Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов. Сочинение с обучающимися танцевальных этюдов. Особенности стиля, манеры и характер различных танцев. Умение выполнять и повторять ритмический рисунок. Методика исполнения основных движений.

Этюд на музыку Моцарта. Этюд на музыку Гершвина. Этюды на современную поп музыку.

**Тема 4. Текущий контроль.** Контрольные задания. Выступления.

**Тема 5.** **Партерная гимнастика.** Понятие «партер» и значение. Партерная гимнастика. Знакомство с элементами партерной̆ гимнастики. Правила выполнения движений.Ознакомление с элементами партерной̆ гимнастики:

- упражнения для голеностопа;

- упражнения для силы ног;

- упражнения для выворотности стоп;

- упражнения на растяжение мышц ног;

- упражнения для позвоночника;

- упражнения для мышц спины;

- стойка на лопатках, мостик.

Специальные упражнения для согласования движения с музыкой, музыкальные задания и игры. Танцевальные шаги, элементы хореографических упражнений, танцевальные формы, как историко-бытовой, народный, современный и ритмический танцы. Постановка корпуса, апломб.

Экзерсис на середине:

- танцевальные шаги (с носка, с точкой, с высоким подниманием колена, приставные шаги);

- упражнения для рук (работа кисти, волна от большой до маленькой, изучение позиций рук);

- упражнения для головы и шеи (наклоны-вперед, назад, к плечам, повороты);

- упражнения на координацию движений;

- упражнения на ориентацию в пространстве;

- прыжки.

**Тема 6. Элементы классического танца.** Классический танец – основа всей хореографии. Специфика танцевального шага и бега. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата ребенка. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов. Постановка. Позиции ног - по 1,2, 3-й. Позиции рук - подготовительная, 1,2,3.

Демиплие - складывание, сгибание, приседание, развивает выворотность, беда, эластичность и силу ног; изучается лицом к станку по 1,2, 3-й позициям.

Батман тандю - движения, вырабатывающие натянутость всей ноги в колене, подъеме, пальцах, развивающие силу и эластичность ног (изучается лицом к станку по 1, 3-й позициям, вначале в сторону, вперед, в конце года - назад).

Деми рон де жамб пор тер - круговое движение, развивает подвижность тазобедренного сустава; изучается лицом к станку с 1-й позиции по точкам - вперед в сторону, в сторону вперед, позднее назад в сторону, в сторону назад.

Положение ноги, сюр ле ку де пье - «обхватное» (обхватывает щиколотку опорной ноги) - развивает выворотность и подвижность ноги; «условное» - сильно вытянутые пальцы работающей ноги касаются опорной.

**Тема 7. Элементы народно-сценического танца.** Сюжеты и темы некоторых танцев. Особенности движения в народных танцах. Характерные положения рук в сольном, групповом танце, в хороводах, рисунки хороводов.

Русский танец. Позиция рук - 1, 2, 3 - на талии. Шаги танцевальные, с носка: простой шаг вперед; переменный шаг вперед. Притоп - удар всей стопой 4 шаг с притопом в сторону; тройной притоп.

При падании на месте с продвижением в сторону: исходная, свободная 3-я позиция; поднявшись на полупальцах поставленной назад ноги, упасть на другую ногу в полуприпадание, затем опять подняться на полупальцы. То же с продвижением в сторону. Выведение ноги на каблук из свободной 1-й позиции, затем приведение ее в исходную позицию. «Ковырялочка» - поочередные удары в сторону одной ногой носком в закрытом положении и ребром каблука в открытом положении, без подскоков.

Ход в полуприседании, проскальзывание на одной ноге на низких полупальцах с одновременным подъемом другой согнутой ноги в прямом положении, с тремя последующими пере ступами на месте, с передвижениями вперед, назад с поворотом. Притоп в полуприседании; перескок на всю ступню с двумя с двумя последующими поочередными ударами всей стопой по 6-й позиции.

**Тема 8.** **Постановочно – репетиционная работа**. Объяснение постановочного материала танца. Разработка танцевальной композиции, построенная на изученных движениях. Законченная форма-танец. Разучивание отдельных элементов танца. Отработка исполнительской техники. Работа над координацией движений, танцевальных комбинаций. Подготовка танцевальных костюмов. Изучение танца в целом. Ориентировка на танцевальной площадке. Проведение сводных репетиций.

**Тема 9. Концертная деятельность.** Отработка постановок. Репетиции. Объяснение правила поведения за кулисами, на сцене во время выступления. А также правила уважения и тактичного отношения к обучающимся из других коллективов.

**Тема 10. Промежуточный контроль.** Выступление на родительских собраниях и праздничных концертах. Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений. Разбор и оценка практической деятельности обучающихся. Подведение итогов за год.

**Третий год обучения**

**Тема 1.** **Введение. Техника безопасности**. Изучаются правила техники безопасности на занятиях в танцевальном классе, правила противопожарной безопасности, правила дорожного движения. Цели и задачи 1-го года обучения, план работы. Введение в программу.Первичная диагностика.

**Тема 2.** **История хореографического искусства.** Хореография, как танцевальное искусство. Первые танцы. История мирового танца. Богатство русской хореографии. Разновидности танцевального искусства. Понятие о хореографии. Понятие о танце. Основные направления в хореографии. Воспитательная роль танца. Музыка, как средство эстетического воспитания.

Основы музыкальной грамоты. Музыкальная литература на уроке хореографии. Музыкальная импровизация на уроке хореографии. Развитие гибкости. Упражнения на растягивания. Исполнительское мастерство. Стили. Выразительность и артистичность. Умение создавать образ. Танцевальность.

**Тема 3.** **Партерная гимнастика.** Понятие «партер» и значение. Партерная гимнастика. Знакомство с элементами партерной̆ гимнастики. Правила выполнения движений.Ознакомление с элементами партерной̆ гимнастики:

**Классический экзерсис.** Поклон. Позиции рук, выполняемые стоя боком к опоре. Полуприседы и подъёмы на носки с движением руки, стоя боком к опоре. Комбинации хореографических упражнений. Малые прыжки на середине.

**Партерный экзерсис.** Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела.

Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава.

Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса.

Упражнения на улучшение гибкости позвоночника.

Упражнения на улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра.

Упражнения на улучшение гибкости коленных суставов.

Упражнения для улучшения подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы.

Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага.

Упражнения на исправление осанки.

**Равновесия.** Равновесия на двух ногах без изменения позы, с изменением позы. Равновесия на одной ноге:

- переднее, боковое, заднее;

- горизонтальное, вертикальное;

- без изменения позы, с изменением позы;

- на всей ступне, на полупальцах.

**Повороты.** Повороты в смешанных упорах, стойке на одном колене, на двух коленях. Повороты на двух ногах. На одной ноге.

**Прыжки.** Подскоки. Простые прыжки. Прыжки со сложными поворотами.

**Ритмика.** Разновидности шагов и бега в различном темпе. Хлопки на каждую четверть. Разновидности шагов и бега с хлопками в различном ритме и темпе. Музыкальные игры.

**Пантомимика.** Жест. Поза. Сюжетные занятия. «Пушинка», «Схватить-бросить», «Зеркало», «Пружинки», «Да-нет».

**Волны. Взмахи.** Волны руками, туловищем. Волны целостные, боковые. Волны туловищем вперёд и обратные. Взмахи руками, туловищем, всем телом. Вперёд, в сторону. Движения свободной пластики. Ходьба и бег.

**Тема 4. Текущий контроль.** Контрольные задания. Выступления.

**Тема 5. Элементы классического танца.** Подготовительное движение руки (препарасьон). Закрывание руки в подготовительное положение на два заключительных аккорда. Координация ног, рук и головы в движении - тан релеве пар тэр. Прыжки - с двух ног на две. Разные этапы прыжка (тан леве соте): подготовка к взлету (деми плие), толчок, взлет, фиксация положения ног, приземление, положение ног после прыжка.

Батман фраппэ сильное ударяющее движение, развивает силу ног, ловкость, быстроту и подвижность клена; изучается лицом к станку вначале в сторону, затем вперед и позднее назад. Батман фраппэ - по всем направлениям.

Батман тандю с 5-й позиции, во всех направлениях. С затактовым по строению. Размер 2/4, темп — модерато (средний). Батман тандю жете по 1-й позиции (вперед и назад). Перегибы корпуса: назад, стоя лицом к станку, в 1-ой позиции. Размер 3/4, характер медленный, спокойный. По два такта на движение.

Прыжки: танлеве соте - по 1,2, 5-й позициям. Размер 2/4, характер бы строй польки. В музыке сочетаются два темпа: плавный и отрывистый.

Па эшаппэ - на 2-ю позицию, прыжок с просветом; изучается вначале лицом к станку. Размер 4/4, сочетание плавного и четкого темпов.

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

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

**Тема 6. Элементы народно-сценического танца.** Сюжеты и темы некоторых танцев. Особенности движения в народных танцах. Характерные положения рук в сольном, групповом танце, в хороводах, рисунки хороводов.

Русский танец. Позиция рук - 1, 2, 3 - на талии. Шаги танцевальные, с носка: простой шаг вперед; переменный шаг вперед. Притоп - удар всей стопой 4 шаг с притопом в сторону; тройной притоп.

При падании на месте с продвижением в сторону: исходная, свободная 3-я позиция; поднявшись на полупальцах поставленной назад ноги, упасть на другую ногу в полуприпадание, затем опять подняться на полупальцы. То же с продвижением в сторону. Выведение ноги на каблук из свободной 1-й позиции, затем приведение ее в исходную позицию. «Ковырялочка» - поочередные удары в сторону одной ногой носком в закрытом положении и ребром каблука в открытом положении, без подскоков.

Ходы. Опускание на колени - на одно, на оба с одновременным поворотом

Элементы стилизованного танца. Особенности и манера исполнения. Положение рук - в соло и в паре. Ходы. Простой шаг. Легкий бег. Движения корпуса. Шаг с подскоком; подскоки на двух ногах. Проскальзывание на обеих ногах. Небольшие подскоки с вынесением ноги вперед. Боковые шаги с вынесением свободной ноги вперед. Работа стоп в танце.

**Тема 7. Элементы бального танца.** Понятие о бальных и историко-бытовых танцах.

Медленный вальс. История возникновения танца. Развитие танцевальной лексики. Характерные национальные особенности, стиль и манера исполнения. Пластические особенности танца. Особенности работы стопы. Подъем и снижение корпуса. Степень поворота. Положение корпуса, рук ног и головы в паре.

Венский вальс. Основной ритм, счёт, музыкальный размер. Особенности работы стопы. Подъем и снижение корпуса. Степень поворота. Положение корпуса, рук ног и головы в паре.

Танго. Стили танго. История возникновения танца. Развитие танцевальной лексики. Характерные национальные особенности, стиль и манера исполнения. Пластические особенности танца. Особенности работы стопы.

Танцевальные комбинации. Сюжетный танец «Полька», «Полонез».

**Тема 8. Элементы современного танца.** Особенности танцев. Музыка, стиль, модерн, костюмы. Работа корпуса, ног головы в современном танце. Простейшие поддержки. Композиция из пройденных элементов эстрадного танца. Ритмические построения комбинаций. Исполнение основных элементов движений.

**Тема 9.** **Постановочно – репетиционная работа**. Работа с солистами, отрабатывание элементов и рисунков танца, работа с отстающими обучающимися. Работа над движением, дыханием, ритмом. Работа над артистизмом. Отработка изучаемых элементов композиции различных танцев.

Объяснение постановочного материала танца. Разработка танцевальной композиции, построенная на изученных движениях. Законченная форма-танец. Разучивание отдельных элементов танца. Отработка исполнительской техники. Работа над координацией движений, танцевальных комбинаций. Подготовка танцевальных костюмов. Изучение танца в целом. Ориентировка на танцевальной площадке. Проведение сводных репетиций.

**Тема 10. Концертная деятельность.** Отработка постановок. Репетиции. Объяснение правила поведения за кулисами, на сцене во время выступления. А также правила уважения и тактичного отношения к обучающимся из других коллективов.

**Тема 11. Промежуточный контроль.** Выступление на родительских собраниях и праздничных концертах. Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений. Разбор и оценка практической деятельности обучающихся. Диагностика усвоения программного материала, физических возможностей обучающихся. Отчетный концерт.

**5. Оценочные и методические материалы**

**(методические обеспечение программы)**

За период обучения, обучающиеся получат определенный уровень знаний, умений и навыков, качество которых проверяется диагностическими методиками. контроль по программе включает: начальную, текущую, промежуточную и итоговую аттестацию.

Дополнительными средствами контроля являются участие в концертах, праздниках, фестивалях, конкурсах.

Начальный контроль проводится при приеме детей и в начале учебного года. Текущий и промежуточный контроль проводится в середине года (декабрь) и при переходе на следующий год обучения (май). Итоговый – при окончании программы (май). Диагностика охватывает предметные, метапредметные, личностные результаты (самостоятельность, социальная и творческая активность, старание и прилежание) и качества исполнительской деятельности – творческого продукта – танца.

Основной формой предъявления результата является танцевальный номер. В диагностике по программе танцевальный номер оценивается по следующим критериям: музыкальность и ритмичность исполнения, техничность исполнения, синхронность исполнения, линии и пластика, артистизм исполнения, культура артиста.

Параметры оценивания: включают предметную подготовку, музыкально-ритмические способности, сценическую культуру.

Предметная подготовка: оценка результатов по данному параметру осуществляется через выполнение обучающимися контрольных заданий и упражнений, которые являются выполнимыми и отвечают целям и задачам программного материала.

Музыкально - ритмические способности включают в себя:

- чувство ритма - это способность ощущать музыкальное время и улавливать события, которые происходят в течении этого времени. Чувство музыкального ритма - это комплексная способность, включающая в себя восприятие, понимание, исполнение, созидание ритмической стороны музыкальных образов.

- музыкально-ритмическая координация – это умение согласовывать движения частей тела во времени пространстве под музыку.

Сценическая культура включает в себя:

- эмоциональная выразительность: умение красиво и понятно для

окружающих выражать свои эмоции и чувства. Как правило, эмоциональная

выразительность окружающими оценивается положительно: выразительность

делает человека понятным, а общение с ним интересным. Эмоциональная

выразительность зависит в первую очередь от уровня развития мимики,

степени развития пластики тела человека, использования им выразительных

движений, богатства жестов, темперамента, энергетики человека.

- создание сценического образа. Танец, лишенный образности, сводиться к голой технике, к бессмысленным комбинациям движений. В образном же танце техника одухотворяется, становится выразительным средством, помогает раскрытию содержания.

Оценки эффективности обучения предполагает соотнесение следующих параметров и критериев.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Параметры** | **Высокий уровень** | **Средний уровень** | **Низкий уровень** |
| ***Предметная подготовка*** | | | |
| **Комплексы заданий и упражнений** | Выполнил все задания без ошибок | Практические задания выполнил с ошибками | С практическими заданиями не справился |
| ***Музыкально-ритмические способности*** | | | |
| **Чувство ритма** | Отличное чувство ритма | Среднее чувство ритма | Нет чувства ритма |
| **Музыкально-ритмическая координация** | Четко исполняет танцевальные элементы под музыку | Не четко исполняет танцевальные элементы под музыку | Не может соединить исполнение танцевальных элементов с музыкальным сопровождением |
| ***Сценическая культура*** | | | |
| **Эмоциональная выразительность** | Очень яркий, эмоционально выразительный ребенок, легко и непринужденно держится на сцене | Не очень эмоционально выразительный, есть не большой зажим на сцене | Нет эмоциональной выразительности, очень зажат на сцене |
| **Создание сценического образа** | Легко и быстро перевоплощается в нужный образ | Не сразу перевоплощается в нужный образ | Не может создать сценический образ |

Высокий уровень – движения танцевальной композиции выполнены полностью, безошибочно, самостоятельно, музыкально, эмоционально, в характере, стиле и манере исполнения в полном объеме. Или движения танцевальной композиции выполнены полностью, действия, однако не носят осмысленный полностью и уверенный характер, требуется теоретическая и практическая дополнительная подготовка, есть небольшие погрешности. Движения выполнены эмоционально, в характере, стиле и манере, необходимых по сюжету композиции.

Средний уровень – движения танцевальной композиции выполнены, но допущены грубейшие ошибки (не более 3х - 4х) в выполнении движений и комбинации, в постановке корпуса допущены ошибки. Движения выполнены эмоционально, в характере, стиле и манере, необходимых по сюжету композиции. Действия при выполнении комбинаций в целом плохо осознаны, большинство заданий могут выполнить с помощью педагога.

Низкий уровень – движения танцевальной композиции выполнены частично. Движения не носят осмысленный полностью и уверенный характер, требуется теоретическая и практическая дополнительная подготовка. Постановка корпуса не верная, допущено более 6 ошибок. Нет четкости в исполнении позы, не знает позиции рук, ног.

**Материально - техническое обеспечение.**

Для продуктивной деятельности студии необходимы:

- аппаратура (ноутбук, аудиозаписи, музыкальный центр, фотоаппарат);

- спортивный инвентарь: коврики;

- различные материалы: ткани и фурнитура для пошива костюмов, украшения;

- помещение, отвечающее санитарно-гигиеническим требованиям и требованиям пожарной безопасности, зеркало, станок.

**6. Список литературы**

1. Барышникова Т. Азбука хореографии, - М: Рольф, 1999г.
2. Боброва. Искусства грации Г. - Л., «Детская литература», 1986г.
3. Воронина И. Историко - бытовой танец: Учебное пособие – М; Искусство, 1980г.
4. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала: Учеб. Пособие для студентов ВУЗов культуры и искусства. - М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2003.
5. Зыков Б.К., А.В. Лотоненко, Л.И. Родионова. Музыкальные ритмы здоровья - В. Центрально - Черноземное книжное издательство, 1990г.
6. Каменев Ю.Я. Дыхательная гимнастика - СПб, 2004г.
7. Колодницкий Г.А. Физическая культура. Ритмические упражнения, хореография и игры - М., Дрофа, 2003г.
8. Левин М.В. Гимнастика в хореографической школе - М: Терра - спорт, 2001г.
9. Лисицкая Т.С. Хореография в гимнастике - М., Физкультура и спорт, 1984г.
10. Медова М.Л. Классический танец - М., ООО «Издательство АСТ», ООО «Издательство Апрель», 2004г.
11. Роторс Т.Т. Музыкально - ритмическое воспитание - М., Просвещение, 1989г.
12. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Танцевально - игровая гимнастика для детей. Са фи – дансе. – СПб, 2003г.
13. Шипилина И.А. Хореография в спорте - Ростов н/Д: «Феникс», 2004г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**к дополнительной (общеразвивающей)**

**общеобразовательной программе**

**«Алые паруса»**

**Возраст обучающихся:** 5-18 лет.

**Год обучения:** первый год обучения.

Группа № 1.

2021-2022 учебный год

**Содержание**

1. Пояснительная записка.

2. Календарно - тематическое планирование.

**1. Пояснительная записка**

**Цели и задачи программы.**

**Цель программы:** укрепление физического и психического здоровья обучающихся, обучение начальным навыкам танцевального искусства, воспитание хореографической культуры, формирование навыков выполнения танцевальных упражнений.

**Задачи:**

***Обучающие:***

- обучать понятиям: характер музыки, темп, ритм;

- формировать знания танцевального шага;

- учить выразительности и пластичности движений;

- формировать навыки самостоятельного выражения движений под музыку;

- содействовать профилактике плоскостопия.

***Развивающие:***

- развивать чувство ритма, музыкального слуха, эмоциональной отзывчивости на  
музыку, танцевальной выразительности;

- развивать навыки ориентировки в пространстве;

- содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма;

- формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений.

***Воспитательные:***

- воспитывать умения эмоционального выражения в движениях;

- развивать лидерство, инициативу, чувство товарищества и взаимопомощи, трудолюбия;

- воспитать бережное отношение и уважение к традициям русской культуры, к русскому танцу, костюму.

**Количество часов, отводимых на освоение программы.**  Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 академическому часу. Общее количество часов в год - 72.

**Ожидаемые результаты.** В результате освоения программного материала, обучающиеся должны

**знать:**

- названия основных танцевальных движений и элементов;

- терминологию партерного экзерсиса;

- правила гигиены тела, тренировочной̆ одежды;

**уметь:**

- двигаться и исполнять различные упражнения в соответствии с контрастным  
характером музыки;

- реагировать на начало музыки и её окончание, ритмично ходить под музыку, легко бегать, хлопать ладошами, притопывать ногами, вращать кистями рук, кружиться вокруг себя, прыгать на двух ногах;

- двигаться по кругу, взявшись за руки друг за другом или парами, располагаться по залу врассыпную и собираться в круг или в линию;

- держать осанку, апломб, подбородок, правильно держать руки;

- выполнять элементы партерной̆ гимнастики.

**2. Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Содержание темы** | **Кол-во часов** | | **Дата проведения** |
| **Теория** | **Практика** |
| 1. | Вводное занятие. Знакомство с задачами первого года обучения. Инструктаж по ТБ. | 1 |  |  |
| 2 | Правила поведения в танцевальном классе. Танцевальная азбука. Танцевальная разминка. | 1 |  |  |
| 3. | Элементы танцевальных движений. Танцевальная разминка. | 1 |  |  |
| 4. | Партерная гимнастика. Понятие «партер». Элементы партерной гимнастики. |  | 1 |  |
| 5. | Элементы партерной гимнастики:  постановка корпуса; упражнения для рук, кистей, и пальцев. |  | 1 |  |
| 6. | Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Ориентировка в пространстве. |  | 1 |  |
| 7. | Партерная гимнастика. Разучивание и выполнение хореографических этюдов. |  | 1 |  |
| 8. | Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Основные понятия: музыка, темп, такт. | 1 |  |  |
| 9. | Элементы танцевальных движений:  ходьба: простой шаг в разном темпе и характере. |  | 1 |  |
| 10. | Элементы танцевальных движений:   бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. |  | 1 |  |
| 11. | Элементы танцевальных движений:   притопы: удар одной ногой в пол, поочередные удары правой и левой ногой̆. |  | 1 |  |
| 12. | Разучивание позиций рук и ног классического танца. |  | 1 |  |
| 13. | Разучивание основных шагов классического танца – шаг галоп. |  | 1 |  |
| 14. | Разучивание основных шагов классического танца – подскоки. Построение в круг и по линиям. |  | 1 |  |
| 15. | Разминка на середине – добавление новых элементов, повороты туловища, изучение 6 и 1 позиций ног. |  | 1 |  |
| 16. | Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Построение в круг и по линиям. |  | 1 |  |
| 17. | Разучивание прыжков (sauté-соте).  Перестроения из расстановки на середине зала в круг и обратно. | 1 |  |  |
| 18. | Разучивание основных шагов классического танца – танцевальный бег. Построение в круг по линиям в диагональ. Закрепление прыжков (sauté-соте). |  | 1 |  |
| 19. | Танцевальная разминка. Танцевальные рисунки и ориентация в пространстве: построение в круг; построение в линию. |  | 1 |  |
| 20. | Партерная гимнастика. Разучивание основных шагов классического танца – шаг галоп, подскоки, танцевальный бег. Постановка танцевального номера. |  | 1 |  |
| 21. | Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. |  | 1 |  |
| 22. | Танцевальный рисунок и ориентация в пространстве: построение в линию;  построение в две линии. |  | 1 |  |
| 23. | Перекрестное поднимание и опускание рук. Развитие ориентации. |  | 1 |  |
| 24. | Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений. |  | 1 |  |
| 25. | Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений на слабую долю и с различным ритмическим рисунком. Постановка танцевального номера. |  | 1 |  |
| 26. | Комплекс упражнений направленный на укрепление, расслабление и улучшение эластичности мышц и связок, спины, брюшного пресса, ног, стоп, повышение гибкости суставов. |  | 1 |  |
| 27. | Комплекс упражнений направленный на укрепление, расслабление и улучшение эластичности мышц и связок, спины, брюшного пресса, ног, стоп, повышение гибкости суставов. |  | 1 |  |
| 28. | Выполнение упражнений по ориентации в пространстве. Танцевальные этюды. |  | 1 |  |
| 29. | Развитие внимательности и ориентации в выполнении позиций. Танцевальные этюды. |  | 1 |  |
| 30. | Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений, хлопки и притопы на сильную, слабую долю и с различным ритмическим рисунком. |  | 1 |  |
| 31. | Выполнение тренировочных упражнений на полу. Танцевальные этюды. |  | 1 |  |
| 32. | Партерная гимнастика. Выполнение тренировочных упражнений на полу. |  | 1 |  |
| 33. | Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов. |  | 1 |  |
| 34. | Упражнения на коврике: «кошечка - собачка», круговые движения стопой. Поочередное выполнение упражнения «стрелочки-утюжки» разными ногами. |  | 1 |  |
| 35. | Упражнения на полу: лесенка ногами, с удержанием ног под углом. Медленное поднятие ног, лежа спиной на полу. |  | 1 |  |
| 36. | Упражнения на коврике: «кошечка - собачка», круговые движения стопой. Поочередное выполнение упражнения «стрелочки-утюжки» разными ногами. |  | 1 |  |
| 37. | Текущий контроль. | 1 |  |  |
| 38. | Отработка танцевального номера. Работа над репертуаром. Танцевальные этюды. Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов. |  | 1 |  |
| 39. | Работа над новой постановкой: отработка марша без рук, с руками. Работа над маршем с одной ноги в ритм музыки. |  | 1 |  |
| 40. | Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Отработка танцевального номера. Работа над репертуаром. |  | 1 |  |
| 41. | Продолжение изучения танца, беседа о концентрации внимания и соблюдения своих мест. | 1 |  |  |
| 42. | Постановка корпуса, рук при выполнении различных упражнений. |  | 1 |  |
| 43. | Работа над танцем, отработка движений. |  | 1 |  |
| 44. | Разучивание и исполнение комплекса упражнений у станка. | 1 |  |  |
| 45. | Разучивание и исполнение комплекса упражнений у станка. |  | 1 |  |
| 46. | Выполнение наклонов и прогибов, упражнение «мельница». |  | 1 |  |
| 47. | Разминка, игра для развития эмоциональности – «наши животные». |  | 1 |  |
| 48. | Упражнение присядка: позиция ног, выворотность коленей, удержание коленей, спины. |  | 1 |  |
| 49. | Разминка, изучение плие по позициям, комбинации перевода позиций. |  | 1 |  |
| 50. | Разминка, изучение плие по позициям, комбинации перевода позиций. |  | 1 |  |
| 51. | Выполнение упражнений «носочки-пяточки», «шея-голова-спина», упражнения на усиление стоп. |  | 1 |  |
| 52. | Отработка упражнения «плие»: вступать и заканчивать упражнение в соответствии с музыкой. |  | 1 |  |
| 53. | Отработка упражнения «плие»: вступать и заканчивать упражнение в соответствии с музыкой. |  | 1 |  |
| 54. | Упражнения, направленные на развитие музыкального слуха. |  | 1 |  |
| 55. | Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений. | 1 |  |  |
| 56. | Разводка танца по рисунку. Работа над танцем. |  | 1 |  |
| 57. | Свободная танцевальная импровизация под заданную музыку, работа в парах. |  | 1 |  |
| 58. | Работа над элементами танца, развитие коммуникабельности детей. |  | 1 |  |
| 59. | Отработка элементов танца, упражнений на выворотность стоп. |  | 1 |  |
| 60. | Отработка упражнение присядка, вращение, комбинации смена позиций. |  | 1 |  |
| 61. | Отработка элементов танца, изучение выхода из – за кулисы. |  | 1 |  |
| 62. | Отработка элементов танца. |  | 1 |  |
| 63. | Повторение разминок по кругу, на середине, упражнения гимнастики на растяжку мышц ног. |  | 1 |  |
| 64. | Повторение. Разминка, работа в парах, отработка элементов танца, упражнения по поднятию настроения. |  | 1 |  |
| 65. | Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений. Работа над репертуаром. |  | 1 |  |
| 66. | Творческие задания на создание индивидуальных танцевальных композиций. | 1 |  |  |
| 67. | Творческие задания на создание индивидуальных танцевальных композиций. |  | 1 |  |
| 68. | Работа над постановкой. Прогон номеров на сценической площадке. |  | 1 |  |
| 69. | Репетиция в костюмах. Генеральная репетиция концерта по номерам. |  | 1 |  |
| 70. | Концертная программа. |  | 1 |  |
| 71. | Промежуточный контроль. | 1 |  |  |
| 72. | Промежуточный контроль. |  | 1 |  |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**к дополнительной (общеразвивающей)**

**общеобразовательной программе**

**«Алые паруса»**

**Возраст обучающихся:** 5-18 лет.

**Год обучения:** первый год обучения.

Группа № 2.

2021-2022 учебный год

**Содержание**

1. Пояснительная записка.

2. Календарно - тематическое планирование.

**1. Пояснительная записка**

**Цели и задачи программы.**

**Цель программы:** укрепление физического и психического здоровья обучающихся, обучение начальным навыкам танцевального искусства, воспитание хореографической культуры, формирование навыков выполнения танцевальных упражнений.

**Задачи:**

***Обучающие:***

- обучать понятиям: характер музыки, темп, ритм;

- формировать знания танцевального шага;

- учить выразительности и пластичности движений;

- формировать навыки самостоятельного выражения движений под музыку;

- содействовать профилактике плоскостопия.

***Развивающие:***

- развивать чувство ритма, музыкального слуха, эмоциональной отзывчивости на  
музыку, танцевальной выразительности;

- развивать навыки ориентировки в пространстве;

- содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма;

- формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений.

***Воспитательные:***

- воспитывать умения эмоционального выражения в движениях;

- развивать лидерство, инициативу, чувство товарищества и взаимопомощи, трудолюбия;

- воспитать бережное отношение и уважение к традициям русской культуры, к русскому танцу, костюму.

**Количество часов, отводимых на освоение программы.**  Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 академическому часу. Общее количество часов в год - 72.

**Ожидаемые результаты.** В результате освоения программного материала, обучающиеся должны

**знать:**

- названия основных танцевальных движений и элементов;

- терминологию партерного экзерсиса;

- правила гигиены тела, тренировочной̆ одежды;

**уметь:**

- двигаться и исполнять различные упражнения в соответствии с контрастным  
характером музыки;

- реагировать на начало музыки и её окончание, ритмично ходить под музыку, легко бегать, хлопать ладошами, притопывать ногами, вращать кистями рук, кружиться вокруг себя, прыгать на двух ногах;

- двигаться по кругу, взявшись за руки друг за другом или парами, располагаться по залу врассыпную и собираться в круг или в линию;

- держать осанку, апломб, подбородок, правильно держать руки;

- выполнять элементы партерной̆ гимнастики.

**2. Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Содержание темы** | **Кол-во часов** | | **Дата проведения** |
| **Теория** | **Практика** |
| 1. | Вводное занятие. Знакомство с задачами первого года обучения. Инструктаж по ТБ. | 1 |  |  |
| 2 | Правила поведения в танцевальном классе. Танцевальная азбука. Танцевальная разминка. | 1 |  |  |
| 3. | Элементы танцевальных движений. Танцевальная разминка. | 1 |  |  |
| 4. | Партерная гимнастика. Понятие «партер». Элементы партерной гимнастики. |  | 1 |  |
| 5. | Элементы партерной гимнастики:  постановка корпуса; упражнения для рук, кистей, и пальцев. |  | 1 |  |
| 6. | Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Ориентировка в пространстве. |  | 1 |  |
| 7. | Партерная гимнастика. Разучивание и выполнение хореографических этюдов. |  | 1 |  |
| 8. | Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Основные понятия: музыка, темп, такт. | 1 |  |  |
| 9. | Элементы танцевальных движений:  ходьба: простой шаг в разном темпе и характере. |  | 1 |  |
| 10. | Элементы танцевальных движений:   бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. |  | 1 |  |
| 11. | Элементы танцевальных движений:   притопы: удар одной ногой в пол, поочередные удары правой и левой ногой̆. |  | 1 |  |
| 12. | Разучивание позиций рук и ног классического танца. |  | 1 |  |
| 13. | Разучивание основных шагов классического танца – шаг галоп. |  | 1 |  |
| 14. | Разучивание основных шагов классического танца – подскоки. Построение в круг и по линиям. |  | 1 |  |
| 15. | Разминка на середине – добавление новых элементов, повороты туловища, изучение 6 и 1 позиций ног. |  | 1 |  |
| 16. | Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Построение в круг и по линиям. |  | 1 |  |
| 17. | Разучивание прыжков (sauté-соте).  Перестроения из расстановки на середине зала в круг и обратно. | 1 |  |  |
| 18. | Разучивание основных шагов классического танца – танцевальный бег. Построение в круг по линиям в диагональ. Закрепление прыжков (sauté-соте). |  | 1 |  |
| 19. | Танцевальная разминка. Танцевальные рисунки и ориентация в пространстве: построение в круг; построение в линию. |  | 1 |  |
| 20. | Партерная гимнастика. Разучивание основных шагов классического танца – шаг галоп, подскоки, танцевальный бег. Постановка танцевального номера. |  | 1 |  |
| 21. | Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. |  | 1 |  |
| 22. | Танцевальный рисунок и ориентация в пространстве: построение в линию;  построение в две линии. |  | 1 |  |
| 23. | Перекрестное поднимание и опускание рук. Развитие ориентации. |  | 1 |  |
| 24. | Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений. |  | 1 |  |
| 25. | Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений на слабую долю и с различным ритмическим рисунком. Постановка танцевального номера. |  | 1 |  |
| 26. | Комплекс упражнений направленный на укрепление, расслабление и улучшение эластичности мышц и связок, спины, брюшного пресса, ног, стоп, повышение гибкости суставов. |  | 1 |  |
| 27. | Комплекс упражнений направленный на укрепление, расслабление и улучшение эластичности мышц и связок, спины, брюшного пресса, ног, стоп, повышение гибкости суставов. |  | 1 |  |
| 28. | Выполнение упражнений по ориентации в пространстве. Танцевальные этюды. |  | 1 |  |
| 29. | Развитие внимательности и ориентации в выполнении позиций. Танцевальные этюды. |  | 1 |  |
| 30. | Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений, хлопки и притопы на сильную, слабую долю и с различным ритмическим рисунком. |  | 1 |  |
| 31. | Выполнение тренировочных упражнений на полу. Танцевальные этюды. |  | 1 |  |
| 32. | Партерная гимнастика. Выполнение тренировочных упражнений на полу. |  | 1 |  |
| 33. | Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов. |  | 1 |  |
| 34. | Упражнения на коврике: «кошечка - собачка», круговые движения стопой. Поочередное выполнение упражнения «стрелочки-утюжки» разными ногами. |  | 1 |  |
| 35. | Упражнения на полу: лесенка ногами, с удержанием ног под углом. Медленное поднятие ног, лежа спиной на полу. |  | 1 |  |
| 36. | Упражнения на коврике: «кошечка - собачка», круговые движения стопой. Поочередное выполнение упражнения «стрелочки-утюжки» разными ногами. |  | 1 |  |
| 37. | Текущий контроль. | 1 |  |  |
| 38. | Отработка танцевального номера. Работа над репертуаром. Танцевальные этюды. Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов. |  | 1 |  |
| 39. | Работа над новой постановкой: отработка марша без рук, с руками. Работа над маршем с одной ноги в ритм музыки. |  | 1 |  |
| 40. | Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Отработка танцевального номера. Работа над репертуаром. |  | 1 |  |
| 41. | Продолжение изучения танца, беседа о концентрации внимания и соблюдения своих мест. | 1 |  |  |
| 42. | Постановка корпуса, рук при выполнении различных упражнений. |  | 1 |  |
| 43. | Работа над танцем, отработка движений. |  | 1 |  |
| 44. | Разучивание и исполнение комплекса упражнений у станка. | 1 |  |  |
| 45. | Разучивание и исполнение комплекса упражнений у станка. |  | 1 |  |
| 46. | Выполнение наклонов и прогибов, упражнение «мельница». |  | 1 |  |
| 47. | Разминка, игра для развития эмоциональности – «наши животные». |  | 1 |  |
| 48. | Упражнение присядка: позиция ног, выворотность коленей, удержание коленей, спины. |  | 1 |  |
| 49. | Разминка, изучение плие по позициям, комбинации перевода позиций. |  | 1 |  |
| 50. | Разминка, изучение плие по позициям, комбинации перевода позиций. |  | 1 |  |
| 51. | Выполнение упражнений «носочки-пяточки», «шея-голова-спина», упражнения на усиление стоп. |  | 1 |  |
| 52. | Отработка упражнения «плие»: вступать и заканчивать упражнение в соответствии с музыкой. |  | 1 |  |
| 53. | Отработка упражнения «плие»: вступать и заканчивать упражнение в соответствии с музыкой. |  | 1 |  |
| 54. | Упражнения, направленные на развитие музыкального слуха. |  | 1 |  |
| 55. | Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений. | 1 |  |  |
| 56. | Разводка танца по рисунку. Работа над танцем. |  | 1 |  |
| 57. | Свободная танцевальная импровизация под заданную музыку, работа в парах. |  | 1 |  |
| 58. | Работа над элементами танца, развитие коммуникабельности детей. |  | 1 |  |
| 59. | Отработка элементов танца, упражнений на выворотность стоп. |  | 1 |  |
| 60. | Отработка упражнение присядка, вращение, комбинации смена позиций. |  | 1 |  |
| 61. | Отработка элементов танца, изучение выхода из – за кулисы. |  | 1 |  |
| 62. | Отработка элементов танца. |  | 1 |  |
| 63. | Повторение разминок по кругу, на середине, упражнения гимнастики на растяжку мышц ног. |  | 1 |  |
| 64. | Повторение. Разминка, работа в парах, отработка элементов танца, упражнения по поднятию настроения. |  | 1 |  |
| 65. | Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений. Работа над репертуаром. |  | 1 |  |
| 66. | Творческие задания на создание индивидуальных танцевальных композиций. | 1 |  |  |
| 67. | Творческие задания на создание индивидуальных танцевальных композиций. |  | 1 |  |
| 68. | Работа над постановкой. Прогон номеров на сценической площадке. |  | 1 |  |
| 69. | Репетиция в костюмах. Генеральная репетиция концерта по номерам. |  | 1 |  |
| 70. | Концертная программа. |  | 1 |  |
| 71. | Промежуточный контроль. | 1 |  |  |
| 72. | Промежуточный контроль. |  | 1 |  |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**к дополнительной (общеразвивающей)**

**общеобразовательной программе**

**«Алые паруса»**

**Возраст обучающихся:** 5-18 лет.

**Год обучения:** первый год обучения.

Группа № 3.

2021-2022 учебный год

**Содержание**

1. Пояснительная записка.

2. Календарно - тематическое планирование.

**1. Пояснительная записка**

**Цели и задачи программы.**

**Цель программы:** укрепление физического и психического здоровья обучающихся, обучение начальным навыкам танцевального искусства, воспитание хореографической культуры, формирование навыков выполнения танцевальных упражнений.

**Задачи:**

***Обучающие:***

- обучать понятиям: характер музыки, темп, ритм;

- формировать знания танцевального шага;

- учить выразительности и пластичности движений;

- формировать навыки самостоятельного выражения движений под музыку;

- содействовать профилактике плоскостопия.

***Развивающие:***

- развивать чувство ритма, музыкального слуха, эмоциональной отзывчивости на  
музыку, танцевальной выразительности;

- развивать навыки ориентировки в пространстве;

- содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма;

- формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений.

***Воспитательные:***

- воспитывать умения эмоционального выражения в движениях;

- развивать лидерство, инициативу, чувство товарищества и взаимопомощи, трудолюбия;

- воспитать бережное отношение и уважение к традициям русской культуры, к русскому танцу, костюму.

**Количество часов, отводимых на освоение программы.** Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 академическому часу. Общее количество часов в год - 72.

**Ожидаемые результаты.** В результате освоения программного материала, обучающиеся должны

**знать:**

- названия основных танцевальных движений и элементов;

- терминологию партерного экзерсиса;

- правила гигиены тела, тренировочной̆ одежды;

**уметь:**

- двигаться и исполнять различные упражнения в соответствии с контрастным  
характером музыки;

- реагировать на начало музыки и её окончание, ритмично ходить под музыку, легко бегать, хлопать ладошами, притопывать ногами, вращать кистями рук, кружиться вокруг себя, прыгать на двух ногах;

- двигаться по кругу, взявшись за руки друг за другом или парами, располагаться по залу врассыпную и собираться в круг или в линию;

- держать осанку, апломб, подбородок, правильно держать руки;

- выполнять элементы партерной̆ гимнастики.

**2. Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Содержание темы** | **Кол-во часов** | | **Дата проведения** |
| **Теория** | **Практика** |
| 1. | Вводное занятие. Первичная диагностика. Знакомство с задачами первого года обучения. Инструктаж по ТБ. | 1 |  |  |
| 2 | Правила поведения в танцевальном зале. Танцевальная азбука. Танцевальная разминка. | 1 |  |  |
| 3. | Элементы танцевальных движений. Танцевальная разминка. | 1 |  |  |
| 4. | Партерная гимнастика. Понятие «партер». Элементы партерной̆ гимнастики. |  | 1 |  |
| 5. | Элементы партерной гимнастики:  постановка корпуса; упражнения для рук, кистей̆, и пальцев. |  | 1 |  |
| 6. | Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Ориентировка в пространстве. |  | 1 |  |
| 7. | Партерная гимнастика. Разучивание и выполнение хореографических этюдов. | 1 |  |  |
| 8. | Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Основные понятия: музыка, темп, такт. |  | 1 |  |
| 9. | Элементы танцевальных движений:  ходьба: простой шаг в разном темпе и характере. |  | 1 |  |
| 10. | Элементы танцевальных движений:   бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. |  | 1 |  |
| 11. | Элементы танцевальных движений:   притопы: удар одной̆ ногой̆ в пол, поочередные удары правой̆ и левой̆ ногой̆. |  | 1 |  |
| 12. | Разучивание позиций рук и ног классического танца. |  | 1 |  |
| 13. | Разучивание основных шагов классического танца – шаг галоп. |  | 1 |  |
| 14. | Разучивание основных шагов классического танца – подскоки. Построение в круг и по линиям. |  | 1 |  |
| 15. | Разминка на середине – добавление новых элементов, повороты туловища, изучение 6 и 1 позиций ног. |  | 1 |  |
| 16. | Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Построение в круг и по линиям. |  | 1 |  |
| 17. | Разучивание прыжков (sauté-соте).  Перестроения из расстановки на середине зала в круг и обратно. | 1 |  |  |
| 18. | Разучивание основных шагов классического танца – танцевальный бег. Построение в круг по линиям в диагональ. Закрепление прыжков (sauté-соте). |  | 1 |  |
| 19. | Танцевальная разминка. Знакомство с танцевальными рисунками и ориентацией̆ в пространстве: построение в круг; построение в линию. |  | 1 |  |
| 20. | Партерная гимнастика. Разучивание основных шагов классического танца – шаг галоп, подскоки, танцевальный бег. Постановка танцевального номера. |  | 1 |  |
| 21. | Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. |  | 1 |  |
| 22. | Танцевальный рисунок и ориентация в пространстве: построение в линию;  построение в две линии. |  | 1 |  |
| 23. | Перекрестное поднимание и опускание рук. Развитие ориентации. |  | 1 |  |
| 24. | Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений. |  | 1 |  |
| 25. | Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений на слабую долю и с различным ритмическим рисунком. Постановка танцевального номера. |  | 1 |  |
| 26. | Комплекс упражнений направленный на укрепление, расслабление и улучшение эластичности мышц и связок, спины, брюшного пресса, ног, стоп, повышение гибкости суставов. |  | 1 |  |
| 27. | Комплекс упражнений направленный на укрепление, расслабление и улучшение эластичности мышц и связок, спины, брюшного пресса, ног, стоп, повышение гибкости суставов. |  | 1 |  |
| 28. | Выполнение упражнений по ориентации в пространстве. Танцевальные этюды. |  | 1 |  |
| 29. | Развитие внимательности и ориентации в выполнении позиций. Танцевальные этюды. |  | 1 |  |
| 30. | Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений, хлопки и притопы на сильную, слабую долю и с различным ритмическим рисунком. |  | 1 |  |
| 31. | Выполнение тренировочных упражнений на полу. |  | 1 |  |
| 32. | Партерная гимнастика. Выполнение тренировочных упражнений на полу. |  | 1 |  |
| 33. | Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов. |  | 1 |  |
| 34. | Упражнения на коврике: «кошечка - собачка», круговые движения стопой. Поочередное выполнение упражнения «стрелочки-утюжки» разными ногами. |  | 1 |  |
| 35. | Упражнения на полу: лесенка ногами, с удержанием ног под углом. Медленное поднятие ног, лежа спиной на полу. |  | 1 |  |
| 36. | Упражнения на коврике: «кошечка - собачка», круговые движения стопой. Поочередное выполнение упражнения «стрелочки-утюжки» разными ногами. |  | 1 |  |
| 37. | Текущий контроль. | 1 |  |  |
| 38. | Отработка танцевального номера. Работа над репертуаром. Танцевальные этюды. Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов. |  | 1 |  |
| 39. | Работа над новой постановкой: отработка марша без рук, с руками. Работа над маршем с одной ноги в ритм музыки. |  | 1 |  |
| 40. | Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Отработка танцевального номера. Работа над репертуаром. |  | 1 |  |
| 41. | Продолжение изучения танца, беседа о концентрации внимания и соблюдения своих мест. | 1 |  |  |
| 42. | Постановка корпуса, рук при выполнении различных упражнений. |  | 1 |  |
| 43. | Работа над танцем, отработка движений. |  | 1 |  |
| 44. | Разучивание и исполнение комплекса упражнений у станка. | 1 |  |  |
| 45. | Разучивание и исполнение комплекса упражнений у станка. |  | 1 |  |
| 46. | Выполнение наклонов и прогибов, упражнение «мельница». |  | 1 |  |
| 47. | Разминка, игра для развития эмоциональности – «наши животные». |  | 1 |  |
| 48. | Упражнение присядка: позиция ног, выворотность коленей, удержание коленей, спины. |  | 1 |  |
| 49. | Разминка, изучение плие по позициям, комбинации перевода позиций. |  | 1 |  |
| 50. | Разминка, изучение плие по позициям, комбинации перевода позиций. |  | 1 |  |
| 51. | Выполнение упражнений «носочки-пяточки», «шея-голова-спина», упражнения на усиление стоп. |  | 1 |  |
| 52. | Отработка упражнения «плие»: вступать и заканчивать упражнение в соответствии с музыкой. |  | 1 |  |
| 53. | Отработка упражнения «плие»: вступать и заканчивать упражнение в соответствии с музыкой. |  | 1 |  |
| 54. | Упражнения, направленные на развитие музыкального слуха. |  | 1 |  |
| 55. | Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений. | 1 |  |  |
| 56. | Разводка танца по рисунку. Работа над танцем. |  | 1 |  |
| 57. | Свободная танцевальная импровизация под заданную музыку, работа в парах. |  | 1 |  |
| 58. | Работа над элементами танца, развитие коммуникабельности детей. |  | 1 |  |
| 59. | Отработка элементов танца, упражнений на выворотность стоп. |  | 1 |  |
| 60. | Отработка упражнение присядка, вращение, комбинации смена позиций. |  | 1 |  |
| 61. | Отработка элементов танца, изучение выхода из – за кулисы. |  | 1 |  |
| 62. | Отработка элементов танца. |  | 1 |  |
| 63. | Повторение разминок по кругу, на середине, упражнения гимнастики на растяжку мышц ног. |  | 1 |  |
| 64. | Повторение. Разминка, работа в парах, отработка элементов танца, упражнения по поднятию настроения. |  | 1 |  |
| 65. | Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений. Работа над репертуаром. |  | 1 |  |
| 66. | Творческие задания на создание индивидуальных танцевальных композиций. | 1 |  |  |
| 67. | Творческие задания на создание индивидуальных танцевальных композиций. |  | 1 |  |
| 68. | Работа над постановкой. Прогон номеров на сценической площадке. |  | 1 |  |
| 69. | Репетиция в костюмах. Генеральная репетиция концерта по номерам. |  | 1 |  |
| 70. | Концертная программа. |  | 1 |  |
| 71. | Промежуточный контроль. | 1 |  |  |
| 72. | Промежуточный контроль. |  | 1 |  |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**к дополнительной (общеразвивающей)**

**общеобразовательной программе**

**«Алые паруса»**

**Возраст обучающихся:** 5-18 лет.

**Год обучения:** первый год обучения.

Группа № 4.

2021-2022 учебный год

**Содержание**

1. Пояснительная записка.

2. Календарно - тематическое планирование.

**1. Пояснительная записка**

**Цели и задачи программы.**

**Цель программы:** укрепление физического и психического здоровья обучающихся, обучение начальным навыкам танцевального искусства, воспитание хореографической культуры, формирование навыков выполнения танцевальных упражнений.

**Задачи:**

***Обучающие:***

- обучать понятиям: характер музыки, темп, ритм;

- формировать знания танцевального шага;

- учить выразительности и пластичности движений;

- формировать навыки самостоятельного выражения движений под музыку;

- содействовать профилактике плоскостопия.

***Развивающие:***

- развивать чувство ритма, музыкального слуха, эмоциональной отзывчивости на  
музыку, танцевальной выразительности;

- развивать навыки ориентировки в пространстве;

- содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма;

- формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений.

***Воспитательные:***

- воспитывать умения эмоционального выражения в движениях;

- развивать лидерство, инициативу, чувство товарищества и взаимопомощи, трудолюбия;

- воспитать бережное отношение и уважение к традициям русской культуры, к русскому танцу, костюму.

**Количество часов, отводимых на освоение программы.**  Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 академическому часу. Общее количество часов в год - 72.

**Ожидаемые результаты.** В результате освоения программного материала, обучающиеся должны

**знать:**

- названия основных танцевальных движений и элементов;

- терминологию партерного экзерсиса;

- правила гигиены тела, тренировочной̆ одежды;

**уметь:**

- двигаться и исполнять различные упражнения в соответствии с контрастным  
характером музыки;

- реагировать на начало музыки и её окончание, ритмично ходить под музыку, легко бегать, хлопать ладошами, притопывать ногами, вращать кистями рук, кружиться вокруг себя, прыгать на двух ногах;

- двигаться по кругу, взявшись за руки друг за другом или парами, располагаться по залу врассыпную и собираться в круг или в линию;

- держать осанку, апломб, подбородок, правильно держать руки;

- выполнять элементы партерной̆ гимнастики.

**2. Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Содержание темы** | **Кол-во часов** | | **Дата проведения** |
| **Теория** | **Практика** |
| 1. | Вводное занятие. Первичная диагностика. Знакомство с задачами первого года обучения. Инструктаж по ТБ. | 1 |  |  |
| 2 | Танцевальная азбука. Танцевальная разминка. | 1 |  |  |
| 3. | Элементы танцевальных движений. Танцевальная разминка. | 1 |  |  |
| 4. | Партерная гимнастика. Понятие «партер». Элементы партерной̆ гимнастики. |  | 1 |  |
| 5. | Элементы партерной гимнастики:  постановка корпуса; упражнения для рук, кистей̆, и пальцев. |  | 1 |  |
| 6. | Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Ориентировка в пространстве. |  | 1 |  |
| 7. | Партерная гимнастика. Разучивание и выполнение хореографических этюдов. |  | 1 |  |
| 8. | Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Основные понятия: музыка, темп, такт. | 1 |  |  |
| 9. | Элементы танцевальных движений:  ходьба: простой шаг в разном темпе и характере. |  | 1 |  |
| 10. | Элементы танцевальных движений:   бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. |  | 1 |  |
| 11. | Элементы танцевальных движений:   притопы: удар одной̆ ногой̆ в пол, поочередные удары правой̆ и левой̆ ногой̆. |  | 1 |  |
| 12. | Разучивание позиций рук и ног классического танца. |  | 1 |  |
| 13. | Разучивание основных шагов классического танца – шаг галоп. |  | 1 |  |
| 14. | Разучивание основных шагов классического танца – подскоки. Построение в круг и по линиям. |  | 1 |  |
| 15. | Разминка на середине – добавление новых элементов, повороты туловища, изучение 6 и 1 позиций ног. |  | 1 |  |
| 16. | Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Построение в круг и по линиям. |  | 1 |  |
| 17. | Разучивание прыжков (sauté-соте).  Перестроения из расстановки на середине зала в круг и обратно. | 1 |  |  |
| 18. | Разучивание основных шагов классического танца – танцевальный бег. Построение в круг по линиям в диагональ. Закрепление прыжков (sauté-соте). |  | 1 |  |
| 19. | Танцевальная разминка. Знакомство с танцевальными рисунками и ориентацией̆ в пространстве: построение в круг; построение в линию. |  | 1 |  |
| 20. | Партерная гимнастика. Разучивание основных шагов классического танца – шаг галоп, подскоки, танцевальный бег. Постановка танцевального номера. |  | 1 |  |
| 21. | Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. |  | 1 |  |
| 22. | Танцевальный рисунок и ориентация в пространстве: построение в линию;  построение в две линии. |  | 1 |  |
| 23. | Перекрестное поднимание и опускание рук. Развитие ориентации. |  | 1 |  |
| 24. | Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений. |  | 1 |  |
| 25. | Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений на слабую долю и с различным ритмическим рисунком. Постановка танцевального номера. |  | 1 |  |
| 26. | Комплекс упражнений направленный на укрепление, расслабление и улучшение эластичности мышц и связок, спины, брюшного пресса, ног, стоп, повышение гибкости суставов. |  | 1 |  |
| 27. | Комплекс упражнений направленный на укрепление, расслабление и улучшение эластичности мышц и связок, спины, брюшного пресса, ног, стоп, повышение гибкости суставов. |  | 1 |  |
| 28. | Выполнение упражнений по ориентации в пространстве. Танцевальные этюды. |  | 1 |  |
| 29. | Развитие внимательности и ориентации в выполнении позиций. Танцевальные этюды. |  | 1 |  |
| 30. | Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений, хлопки и притопы на сильную, слабую долю и с различным ритмическим рисунком. |  | 1 |  |
| 31. | Выполнение тренировочных упражнений на полу. |  | 1 |  |
| 32. | Партерная гимнастика. Выполнение тренировочных упражнений на полу. |  | 1 |  |
| 33. | Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов. |  | 1 |  |
| 34. | Упражнения на коврике: «кошечка - собачка», круговые движения стопой. Поочередное выполнение упражнения «стрелочки-утюжки» разными ногами. |  | 1 |  |
| 35. | Упражнения на полу: лесенка ногами, с удержанием ног под углом. Медленное поднятие ног, лежа спиной на полу. |  | 1 |  |
| 36. | Упражнения на коврике: «кошечка - собачка», круговые движения стопой. Поочередное выполнение упражнения «стрелочки-утюжки» разными ногами. |  | 1 |  |
| 37. | Текущий контроль. | 1 |  |  |
| 38. | Отработка танцевального номера. Работа над репертуаром. Танцевальные этюды. Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов. |  | 1 |  |
| 39. | Работа над новой постановкой: отработка марша без рук, с руками. Работа над маршем с одной ноги в ритм музыки. |  | 1 |  |
| 40. | Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Отработка танцевального номера. Работа над репертуаром. |  | 1 |  |
| 41. | Продолжение изучения танца, беседа о концентрации внимания и соблюдения своих мест. | 1 |  |  |
| 42. | Постановка корпуса, рук при выполнении различных упражнений. |  | 1 |  |
| 43. | Работа над танцем, отработка движений. |  | 1 |  |
| 44. | Разучивание и исполнение комплекса упражнений у станка. | 1 |  |  |
| 45. | Разучивание и исполнение комплекса упражнений у станка. |  | 1 |  |
| 46. | Выполнение наклонов и прогибов, упражнение «мельница». |  | 1 |  |
| 47. | Разминка, игра для развития эмоциональности – «наши животные». |  | 1 |  |
| 48. | Упражнение присядка: позиция ног, выворотность коленей, удержание коленей, спины. |  | 1 |  |
| 49. | Разминка, изучение плие по позициям, комбинации перевода позиций. |  | 1 |  |
| 50. | Разминка, изучение плие по позициям, комбинации перевода позиций. |  | 1 |  |
| 51. | Выполнение упражнений «носочки-пяточки», «шея-голова-спина», упражнения на усиление стоп. |  | 1 |  |
| 52. | Отработка упражнения «плие»: вступать и заканчивать упражнение в соответствии с музыкой. |  | 1 |  |
| 53. | Отработка упражнения «плие»: вступать и заканчивать упражнение в соответствии с музыкой. |  | 1 |  |
| 54. | Упражнения, направленные на развитие музыкального слуха. |  | 1 |  |
| 55. | Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений. | 1 |  |  |
| 56. | Разводка танца по рисунку. Работа над танцем. |  | 1 |  |
| 57. | Свободная танцевальная импровизация под заданную музыку, работа в парах. |  | 1 |  |
| 58. | Работа над элементами танца, развитие коммуникабельности детей. |  | 1 |  |
| 59. | Отработка элементов танца, упражнений на выворотность стоп. |  |  |  |
| 60. | Отработка упражнение присядка, вращение, комбинации смена позиций. |  |  |  |
| 61. | Отработка элементов танца, изучение выхода из – за кулисы. |  | 1 |  |
| 62. | Отработка элементов танца. |  | 1 |  |
| 63. | Повторение разминок по кругу, на середине, упражнения гимнастики на растяжку мышц ног. |  | 1 |  |
| 64. | Повторение. Разминка, работа в парах, отработка элементов танца, упражнения по поднятию настроения. |  | 1 |  |
| 65. | Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений. Работа над репертуаром. |  | 1 |  |
| 66. | Творческие задания на создание индивидуальных танцевальных композиций. | 1 |  |  |
| 67. | Творческие задания на создание индивидуальных танцевальных композиций. |  | 1 |  |
| 68. | Работа над постановкой. Прогон номеров на сценической площадке. |  | 1 |  |
| 69. | Репетиция в костюмах. Генеральная репетиция концерта по номерам. |  | 1 |  |
| 70. | Концертная программа. |  | 1 |  |
| 71. | Промежуточный контроль. | 1 |  |  |
| 72. | Промежуточный контроль. |  | 1 |  |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**к дополнительной (общеразвивающей)**

**общеобразовательной программе**

**«Алые паруса»**

**Возраст обучающихся:** 5-18 лет.

**Год обучения:** второй год обучения.

Группа № 5.

2021-2022 учебный год

**Содержание**

1. Пояснительная записка.

2. Календарно - тематическое планирование.

**1. Пояснительная записка**

**Цели и задачи программы.**

**Цель программы:** создание условий для формирования творческой, инициативной и целеустремленной личности в процессе обучения искусству хореографии и освоения учащимися основ здорового образа жизни.

**Задачи:**

***Обучающие:***

- обучать основам хореографии, ее пластически-образной природе, стилевом многообразии, её взаимосвязь с другими видами искусства;

- обучать практическими умениями и навыками в различных видах музыкально творческой, танцевальной и исполнительской деятельности.

***Развивающие:***

***-*** развивать у учащихся выразительность исполнения и формировать художественно-образное восприятие и мышление;

- развивать нравственно-эстетические, духовные и физические качества личности;

- развивать личность учащегося, способного к творческому самовыражению через овладение основами хореографии;

- развивать психофизические качества, способствующие успешной самореализации.

***Воспитательные:***

- воспитывать культуру общения учащихся;

- воспитывать уважительное отношение к национальному достоинству людей, их чувствам, религиозным убеждениям;

- воспитывать волевые качества учащихся: целеустремленность, выдержка, дисциплинированность;

- воспитывать культуру здорового образа жизни;

- способствовать приобщению подрастающего поколения к ценностям мировой культуры и искусства;

- способствовать развитию в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности.

**Количество часов, отводимых на освоение программы.** Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 академических часа. Общее количество часов в год - 216 часов.

**Ожидаемые результаты.** В результате освоения программного материала, обучающиеся должны

**знать:**

- основные понятия и термины начальной хореографии;

- основные понятия и термины партерной гимнастики;

- названия танцевальных элементов и движений;

- давать характеристику музыкальному произведению.

**уметь:**

- выполнять простейшие ритмические рисунки;

- правильно исполнять основные элементы упражнений;

- реагировать на музыкальное вступление;

- слышать ритмический рисунок мелодии;

- правильно исполнять ритмические комбинации;

- ориентироваться в пространстве на основе круговых и линейных рисунков;

- исполнять движения в парах, в группах.

**2. Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Содержание темы** | **Кол-во часов** | | **Дата проведения** |
| **Теория** | **Практика** |
| 1. | Вводное занятие. Знакомство с задачами второго года обучения. Инструктаж по ТБ. | 2 |  |  |
| 2 | Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Правила выполнения упражнений. | 1 | 1 |  |
| 3. | Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Правила выполнения упражнений. | 1 | 1 |  |
| 4. | Повороты головы, наклоны в сторону, вращение головы. |  | 2 |  |
| 5. | Перемещение головы параллельно плечам в сторону. |  | 2 |  |
| 6. | Разогрев рук, прокачка рук, растяжка рук. |  | 2 |  |
| 7. | Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Вращение предплечьями. | 1 | 1 |  |
| 8. | «Мельница» плечевой сустав. |  | 2 |  |
| 9. | Элементы танцевальных движений «Качели». |  | 2 |  |
| 10. | Упражнения для корпуса: вращение грудной клетки. |  | 2 |  |
| 11. | Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Волны в сторону по точкам. | 1 | 1 |  |
| 12. | Знакомство с новыми элементами танцевальных движений: равномерный̆ бег с захлёстом голени. | 1 | 1 |  |
| 13. | Бег с захлестом, с натянутым подъемом, с высоко поднятыми коленями, с прямыми ногами. |  | 2 |  |
| 14. | Выполнение упражнений по кругу, на месте, на середине. |  | 2 |  |
| 15. | Изучение новых элементов танцевальных движений: легкие, равномерные, высокие прыжки. | 1 | 1 |  |
| 16. | Прыжок ноги врозь-ноги вместе. |  | 2 |  |
| 17. | Прыжки с согнутыми ногами в прямом положении. Вращение в паре на различных движениях. |  | 2 |  |
| 18. | Постановка корпуса: продолжение работы над подтянутостью спины, постановкой головы. |  | 2 |  |
| 19. | Танцевальные рисунки. Танцевальные этюды на полу. |  | 2 |  |
| 20. | Знакомство с новыми элементами танцевальных движений: перескоки с ноги на ногу. |  | 2 |  |
| 21. | Выполнение упражнений танцевальной азбуки. Танцевальные этюды на полу. |  | 2 |  |
| 22. | Постановка корпуса: продолжение работы над подтянутостью спины, постановкой головы. |  | 2 |  |
| 23. | Знакомство с новыми элементами танцевальных движений: простой танцевальный шаг. | 1 | 1 |  |
| 24. | Знакомство с новыми элементами танцевальных движений: приставной танцевальный шаг. Выполнение упражнений танцевальной азбуки. |  | 2 |  |
| 25. | Элементы танцевальных движений: шаги на полупальцах и пятках. |  | 2 |  |
| 26. | Шаг с наклоном к ногам, выпады с прямой ногой, подскоки. Танцевальные этюды. |  | 2 |  |
| 27. | Шаг вперед на ребро каблука с последующим соскоком на всю стопу. |  | 2 |  |
| 28. | Плавные поочередные шаги в перекрещенное положение с продвижением. Танцевальные этюды. |  | 2 |  |
| 29. | Марш, ходьба на носочках, на пятках, ход с прямой ногой. Повторение изученного. |  | 2 |  |
| 30. | Отработка новых элементов танца. |  | 2 |  |
| 31. | Отработка основных шагов классического танца – танцевальный бег. |  | 2 |  |
| 32. | Отработка основных шагов классического танца – шаг галоп, подскоки, танцевальный бег. Постановка танцевального номера. |  | 2 |  |
| 33. | Постановка корпуса: продолжение работы над подтянутостью спины, постановкой̆ головы. Стойка на лопатках. |  | 2 |  |
| 34. | «Мост» из положения лежа на спине, «шпагаты» и складки. | 1 | 1 |  |
| 35. | Танцевальные упражнения: соединения элементов акробатики с элементами хореографии. Танцевальные этюды. |  | 2 |  |
| 36. | Освоение техники правильного приземления. | 1 | 1 |  |
| 37. | Выполнение упражнений танцевальной азбуки. Танцевальные этюды на полу. Работа над репертуаром. | 1 | 1 |  |
| 38. | Элементы танцевальных движений: притопы. |  | 2 |  |
| 39. | Элементы танцевальных движений: удары стопы в пол равномерно и по три. |  | 2 |  |
| 40. | Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений. |  | 2 |  |
| 41. | Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений на слабую долю и с различным ритмическим рисунком. Постановка танцевального номера. |  | 2 |  |
| 42. | Образные движения. Танцевальные этюды на полу. Подготовка к конкурсным мероприятиям и концертам. |  | 2 |  |
| 43. | Танцевальные элементы: полуприседания, повороты на двух ногах, вынос ноги на каблук. | 1 | 1 |  |
| 44. | Закрепление танцевальных элементов: полуприседания, повороты на двух ногах, вынос ноги на каблук. |  | 2 |  |
| 45. | Развитие внимательности и ориентации в выполнении позиций. |  | 2 |  |
| 46. | Изучение правильного приседа для девочек и отдельно для мальчиков. | 1 | 1 |  |
| 47. | Приседания с опорой и без опоры, с предметами. |  | 2 |  |
| 48. | Упражнения на выработку осанки. |  | 2 |  |
| 49. | Текущий контроль. | 2 |  |  |
| 50. | Партерная гимнастика. Выполнение тренировочных упражнений на полу. |  | 2 |  |
| 51. | Партерная гимнастика. Выполнение изученных элементов танцевальных движений. |  | 2 |  |
| 52. | Партерная гимнастика. Образные движения. Работа над репертуаром. |  | 2 |  |
| 53. | Упражнения на развитие выносливости, силы ног, гибкости позвоночника. |  | 2 |  |
| 54. | Упражнения на растяжку: сидя на полу, лежа на спине, на животе. Упражнения на формирование мышечного корсета. |  | 2 |  |
| 55. | Упражнения, сидя на полу: вытягивание пальцев и подъёмов ног, поочередное и одновременное сокращение стоп. |  | 2 |  |
| 56. | Упражнения, сидя на полу: наклоны корпуса к ноге, попеременно в стороны и вперед (ноги вытянуты). Положение ног «стопа к стопе» - наклоны вперед. Упражнение «бабочка». |  | 2 |  |
| 57. | Упражнения на натянутость ног. Танцевальные связки. |  | 2 |  |
| 58. | Выполнение изученных упражнение партерной гимнастики на растяжку и гибкость. Танцевальные этюды. |  | 2 |  |
| 59. | Партерная гимнастика. Правила выполнения упражнений. Последовательность. |  | 2 |  |
| 60. | Упражнение присядка: позиция ног, выворотность коленей, удержание коленей, спины. |  | 2 |  |
| 61. | Упражнения на растягивание позвоночника. |  | 2 |  |
| 62. | Упражнения на развитие гибкости. |  | 2 |  |
| 63. | Выполнение упражнений «носочки-пяточки», «шея-голова-спина», упражнения на усиление стоп. |  | 2 |  |
| 64. | Работа над танцем, отработка движений. |  | 2 |  |
| 65. | Позиции ног: I, II, III. | 1 | 1 |  |
| 66. | Позиции рук: подготовительное положение, I, II, III. |  | 2 |  |
| 67. | Демиплие по I, II, III позициям. | 1 | 1 |  |
| 68. | Батман тандю I, III позициям. | 1 | 1 |  |
| 69. | Деми рон де жамб пор тер - круговое движение. | 1 | 1 |  |
| 70. | Деми рон де жамб пор тер - круговое движение. |  | 2 |  |
| 71. | Отработка элементов классического танца. |  | 2 |  |
| 72. | Координация движений рук и ног в исполнении прыжков и верчений. |  | 2 |  |
| 73. | Свободная танцевальная импровизация под заданную музыку, работа в парах. |  | 2 |  |
| 74. | Элементы русского танца и характерные черты исполнения. | 1 | 1 |  |
| 75. | Танцевальные шаги – с каблука, боковые, с притопом, бег, притопы – одинарный, двойной, тройной |  | 2 |  |
| 76. | «Ковырялочка». |  | 2 |  |
| 77. | «Моталочка». |  | 2 |  |
| 78. | «Гармошка». |  | 2 |  |
| 79. | Комбинации русского народного танца «Плясовая». | 1 | 1 |  |
| 80. | Хоровод. Танцевальный рисунок хороводов. | 1 | 1 |  |
| 81. | Хоровод. Танцевальный рисунок хороводов. |  | 2 |  |
| 82. | Упражнения, направленные на развитие музыкального слуха. |  | 2 |  |
| 83. | Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений. |  | 2 |  |
| 84. | Разводка танца по рисунку. Работа над танцем. |  | 2 |  |
| 85. | Свободная танцевальная импровизация под заданную музыку, работа в парах. |  | 2 |  |
| 86. | Работа над элементами танца, развитие коммуникабельности детей. | 1 | 1 |  |
| 87. | Простые движения танцевального номера. Отработка. |  | 2 |  |
| 88. | Сложные движения танцевального номера. Отработка. |  | 2 |  |
| 89. | Отработка элементов танца, изучение выхода из – за кулисы. |  | 2 |  |
| 90. | Отработка элементов танца. |  | 2 |  |
| 91. | Повторение разминок по кругу, на середине, упражнения гимнастики на растяжку мышц ног. |  | 2 |  |
| 92. | Повторение. Разминка, работа в парах, отработка элементов танца, упражнения по поднятию настроения. |  | 2 |  |
| 93. | Танцевальная практика с элементами импровизации. |  | 2 |  |
| 94. | Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений. Работа над репертуаром. |  | 2 |  |
| 95. | Творческие задания на создание индивидуальных танцевальных композиций. | 1 | 1 |  |
| 96. | Работа над постановкой. | 1 | 1 |  |
| 97. | Работа над постановкой. | 1 | 1 |  |
| 98. | Изучение движений танцевального номера. |  | 2 |  |
| 99. | Изучение движений танцевального номера. |  | 2 |  |
| 100. | Отработка движений танцевального номера. |  | 2 |  |
| 101. | Соединение движений в комбинации. |  | 2 |  |
| 102. | Разводка комбинаций танцевального номера в сценический рисунок. |  | 2 |  |
| 103. | Отработка движений танцевального номера. |  | 2 |  |
| 104. | Репетиция в костюмах. |  | 2 |  |
| 105. | Генеральная репетиция |  | 2 |  |
| 106. | Концертная программа. |  | 2 |  |
| 107. | Промежуточный контроль. | 2 |  |  |
| 108. | Промежуточный контроль. |  | 2 |  |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**к дополнительной (общеразвивающей)**

**общеобразовательной программе**

**«Алые паруса»**

**Возраст обучающихся:** 5-18 лет.

**Год обучения:** третий год обучения.

Группа № 6.

2021-2022 учебный год

**Содержание**

1. Пояснительная записка.

2. Календарно - тематическое планирование.

**1. Пояснительная записка**

**Цели и задачи программы.**

**Цель программы:** привить обучающимся любовь к танцу, формировать их танцевальные способности: развить чувство ритма, эмоциональную отзывчивость на музыку, танцевальную выразительность, координацию движений, ориентировку в пространстве, воспитать художественный вкус, интересы.

**Задачи:**

***Обучающие:***

- учить обучающихся музыкально и грамотно исполнять движения, работать в паре и коллективе, соблюдая рисунки танца;

- учить основам классического, народного, бального и современного танца;

- учить музыкальной грамоте и основам актерского мастерства;

- обучать практическими умениями и навыками в различных видах музыкально творческой, танцевальной и исполнительской деятельности.

***Развивающие:***

*-* раскрывать творческие способности обучающихся, развивая эмоциональные сферы, то есть самовыражение в танце;

- развивать нравственно-эстетические, духовные и физические качества личности;

- развивать физические качества обучающихся, совершенствовать их  
средствами танца в гармонии;

- расширить объем культурных и эстетических знаний в области  
хореографического искусства.

***Воспитательные:***

- воспитать качества личности, востребованные в современном обществе, такие как трудолюбие, коммуникабельность, уважение к себе и окружающим  
людям;

- воспитывать волевые качества учащихся: целеустремленность, выдержка, дисциплинированность;

- воспитывать культуру здорового образа жизни;

- способствовать приобщению подрастающего поколения к ценностям мировой культуры и искусства;

- способствовать развитию в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности.

**Количество часов, отводимых на освоение программы.** Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 академических часа. Общее количество часов в год – 216.

**Ожидаемые результаты.** В результате освоения программного материала, обучающиеся должны

**знать:**

- основные понятия и термины начальной хореографии;

- основные понятия и термины партерной гимнастики;

- основные элементы классического, народного и бального танцев;

- упражнения на ориентировку в пространстве;

- давать характеристику музыкальному произведению.

**уметь:**

- выполнять простейшие ритмические рисунки;

- правильно исполнять основные элементы упражнений;

- реагировать на музыкальное вступление;

- слышать ритмический рисунок мелодии;

- правильно исполнять ритмические комбинации;

- выражать характер танцевальных этюдов, импровизировать;

- во время постановочных репетиций, соблюдать творческую дисциплину;

- ориентироваться в пространстве на основе круговых и линейных рисунков;

- исполнять движения в парах, в группах;

- исполнять упражнения, танцевальные движения, хореографические композиции, этюды;

- выполнять передвижения в пространстве зала;

- разрабатывать танцевальный репертуар.

**2. Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Содержание темы** | **Кол-во часов** | | **Дата проведения** |
| **Теория** | **Практика** |
| 1. | Вводное занятие. Знакомство с задачами третьего года обучения. Инструктаж по ТБ. | 2 |  |  |
| 2 | Хореография, как танцевальное искусство. История мирового танца. | 1 | 1 |  |
| 3. | Понятие о хореографии. Основные направления в хореографии. | 1 | 1 |  |
| 4. | Основы музыкальной грамоты. Музыкальная литература на уроке хореографии. | 1 | 1 |  |
| 5. | Физическая подготовка в хореографии. Развитие гибкости. Упражнения на растягивания. |  | 2 |  |
| 6. | Значение хореографической подготовки. Двигательная культура. Упражнения на развитие гибкости, координации движений, укрепление опорно-двигательного аппарата. |  | 2 |  |
| 7. | Поклон. | 1 | 1 |  |
| 8. | Позиции рук, выполняемые стоя боком к опоре. |  | 2 |  |
| 9. | Полуприседы и подъёмы на носки с движением руки, стоя боком к опоре. |  | 2 |  |
| 10. | Комбинации хореографических упражнений. |  | 2 |  |
| 11. | Малые прыжки на середине. | 1 | 1 |  |
| 12. | Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела. | 1 | 1 |  |
| 13. | Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава. |  | 2 |  |
| 14. | Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса. |  | 2 |  |
| 15. | Упражнения на улучшение гибкости позвоночника. | 1 | 1 |  |
| 16. | Упражнения на улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра. |  | 2 |  |
| 17. | Упражнения на улучшение гибкости коленных суставов. |  | 2 |  |
| 18. | Упражнения для улучшения подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы. |  | 2 |  |
| 19. | Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага. |  | 2 |  |
| 20. | Упражнения на исправление осанки. |  | 2 |  |
| 21. | Равновесия на двух ногах без изменения позы, с изменением позы. |  | 2 |  |
| 22. | Равновесия на одной ноге: переднее, боковое, заднее. |  | 2 |  |
| 23. | Равновесия на одной ноге: горизонтальное, вертикальное. | 1 | 1 |  |
| 24. | Равновесия на одной ноге: без изменения позы, с изменением позы; на всей ступне, на полупальцах. Упражнения танцевальной азбуки. |  | 2 |  |
| 25. | Повороты в смешанных упорах, стойке на одном колене, на двух коленях. |  | 2 |  |
| 26. | Повороты на двух ногах. |  | 2 |  |
| 27. | Повороты на одной ноге. |  | 2 |  |
| 28. | Подскоки. |  | 2 |  |
| 29. | Простые прыжки. Прыжки со сложными поворотами. |  | 2 |  |
| 30. | Разновидности шагов и бега в различном темпе. |  | 2 |  |
| 31. | Разновидности шагов и бега с хлопками в различном ритме и темпе. Музыкальные игры. |  | 2 |  |
| 32. | Хлопки в такт музыки. Акцентированная ходьба с одновременным махом согнутыми руками. |  | 2 |  |
| 33. | Различные динамики звука «громко-тихо». Выполнение упражнений под музыку. |  | 2 |  |
| 34. | Группировки. Сед ноги врозь, сед на пятках. | 1 | 1 |  |
| 35. | Перекаты в положении лёжа, руки вверх и в седе на пятках с опорой на предплечья |  | 2 |  |
| 36. | Равновесие на носках с опорой и без неё. | 1 | 1 |  |
| 37. | Вертикальное равновесие на одной ноге с различными движениями рук. |  |  |  |
| 38. | Комбинации акробатических упражнений в образно – двигательных действиях. Танцевальные этюды на полу. | 1 | 1 |  |
| 39. | Пантомимика. Жест. Поза. |  | 2 |  |
| 40. | Пантомимика: «Пушинка», «Схватить-бросить». |  | 2 |  |
| 41. | Пантомимика: «Зеркало», «Пружинки», «Да-нет». Постановка танцевального номера. |  | 2 |  |
| 42. | Волны руками, туловищем. |  | 2 |  |
| 43. | Волны целостные, боковые. Волны туловищем вперёд и обратные. | 1 | 1 |  |
| 44. | Взмахи руками, туловищем, всем телом. Вперёд, в сторону. |  | 2 |  |
| 45. | Движения свободной пластики. Ходьба и бег. |  | 2 |  |
| 46. | Текущий контроль. | 2 |  |  |
| 47. | Классический танец. Специфика танцевального шага и бега. | 1 | 1 |  |
| 48. | Подготовительное движение руки (препарасьон). | 1 | 1 |  |
| 49. | Координация ног, рук и головы в движении - тан релеве пар тэр. |  | 2 |  |
| 50. | Прыжки - с двух ног на две. |  | 2 |  |
| 51. | Разные этапы прыжка (тан леве соте): подготовка к взлету (деми плие), толчок, взлет, фиксация положения ног, приземление, положение ног после прыжка. |  | 2 |  |
| 52. | Батман фраппэ. | 1 | 1 |  |
| 53. | Релеве лен на 45. |  | 2 |  |
| 54. | Па эшаппэ - на 2-ю позицию, прыжок с просветом. |  | 2 |  |
| 55. | Поза круазе, поза эффасэ в середине зала. | 1 | 1 |  |
| 56. | Танцевальная комбинация, основанная на элементах классического танца. |  | 2 |  |
| 57. | Народно-сценический танец. Элементы русского танца и характерным чертам исполнения. | 1 | 1 |  |
| 58. | Характерные положения рук в сольном, групповом танце, в хороводах, рисунки хороводов. |  | 2 |  |
| 59. | Русский танец. Позиция рук - 1, 2, 3 - на талии. | 1 | 1 |  |
| 60. | Положение рук в групповых танцах в фигурах: звездочка, круг, карусель, цепочка. |  | 2 |  |
| 61. | Шаги танцевальные, с носка: простой шаг вперед; переменный шаг вперед. |  | 2 |  |
| 62. | Приставной шаг с приседанием и одновременной работой рук (положение рук «полочка», наклон по ходу движения); | 1 | 1 |  |
| 63. | Приседание на двух ногах с поворотом корпуса и выносом ноги на каблук в сторону поворота; |  | 2 |  |
| 64. | Приставной шаг с приседанием и выносом ноги в сторону на каблук (против хода движения); | 1 | 1 |  |
| 65. | Поклоны – на месте, с движением вперед и назад. |  | 2 |  |
| 66. | Притоп-удар всей стопой, 4 шаг с притопом в сторону; тройной притоп. |  | 2 |  |
| 67. | Проскальзывание на обеих ногах. Небольшие подскоки с вынесением ноги вперед. |  | 2 |  |
| 68. | Боковые шаги с вынесением свободной ноги вперед. Работа стоп в танце. |  | 2 |  |
| 69. | Танцевальная комбинация, основанная на элементах народного танца. |  | 2 |  |
| 70. | Элементы бального танца. Постановка корпуса, головы, рук и ног. | 1 | 1 |  |
| 71. | Шаги: бытовой, танцевальный |  | 2 |  |
| 72. | Поклон и реверанс. |  | 2 |  |
| 73. | «Боковой галоп» простой, с притопом (по кругу, по линиям); вправо, влево. |  | 2 |  |
| 74. | Легкий бег на носках по кругу по парам лицом и спиной вперед. |  | 2 |  |
| 75. | Положения рук в паре. Основная позиция. «Корзиночка». |  | 2 |  |
| 76. | Танцевальные комбинации. Сюжетный танец «Полька». | 1 | 1 |  |
| 77. | Полонез. |  | 2 |  |
| 78. | Фигурный вальс. Техника исполнения фигурного вальса. | 1 | 1 |  |
| 79. | Комбинации из танцевальных шагов. Принцип ведения в танце. Основные фигуры вальса. |  | 2 |  |
| 80. | Венский вальс. Характеристика Венского вальса. | 1 | 1 |  |
| 81. | Медленный вальс. Характеристика вальса и его основные фигуры. |  | 2 |  |
| 82. | Техника исполнения медленного вальса. | 1 | 1 |  |
| 83. | Танго. Стили танго. |  | 2 |  |
| 84. | Движение в танце. Основные фигуры танго. |  | 2 |  |
| 85. | Свободная танцевальная импровизация под заданную музыку, работа в парах. |  | 2 |  |
| 86. | Танцевальная комбинация, основанная на элементах бального танца. |  | 2 |  |
| 87. | Современный танец. Элементы современного танца. | 1 | 1 |  |
| 88. | Музыка, стиль, модерн, костюмы современных танцев. |  | 2 |  |
| 89. | Особенности танца джаз-модерн. |  | 2 |  |
| 90. | Работа корпуса, ног головы. |  | 2 |  |
| 91. | Простейшие поддержки. |  | 2 |  |
| 92. | Основные положения корпуса в джазовом танце. |  | 2 |  |
| 93. | Рок-н-ролл.Рок-н-рольная культура. |  | 2 |  |
| 94. | Движение ног в рок-н-ролле. Основные шаги. Развороты. Захваты. Вращения. | 1 | 1 |  |
| 95. | Композиция из пройденных элементов современного танца. |  | 2 |  |
| 96. | Работа над постановкой. |  | 2 |  |
| 97. | Работа над постановкой. |  | 2 |  |
| 98. | Изучение движений танцевального номера. | 1 | 1 |  |
| 99. | Изучение движений танцевального номера. |  | 2 |  |
| 100. | Отработка движений танцевального номера. |  | 2 |  |
| 101. | Соединение движений в комбинации. |  | 2 |  |
| 102. | Разводка комбинаций танцевального номера в сценический рисунок. |  | 2 |  |
| 103. | Ориентировка на танцевальной площадке. |  | 2 |  |
| 104. | Репетиция в костюмах. |  | 2 |  |
| 105. | Генеральная репетиция |  | 2 |  |
| 106. | Концертная программа. |  | 2 |  |
| 107. | Итоговый контроль. | 2 |  |  |
| 108. | Итоговый контроль. |  | 2 |  |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**к дополнительной (общеразвивающей)**

**общеобразовательной программе**

**«Алые паруса»**

**Возраст обучающихся:** 5-18 лет.

**Год обучения:** третий год обучения.

Группа № 7.

2021-2022 учебный год

**Содержание**

1. Пояснительная записка.

2. Календарно - тематическое планирование.

**1. Пояснительная записка**

**Цели и задачи программы.**

**Цель программы:** привить обучающимся любовь к танцу, формировать их танцевальные способности: развить чувство ритма, эмоциональную отзывчивость на музыку, танцевальную выразительность, координацию движений, ориентировку в пространстве, воспитать художественный вкус, интересы.

**Задачи:**

***Обучающие:***

- учить обучающихся музыкально и грамотно исполнять движения, работать в паре и коллективе, соблюдая рисунки танца;

- учить основам классического, народного, бального и современного танца;

- учить музыкальной грамоте и основам актерского мастерства;

- обучать практическими умениями и навыками в различных видах музыкально творческой, танцевальной и исполнительской деятельности.

***Развивающие:***

*-* раскрывать творческие способности обучающихся, развивая эмоциональные сферы, то есть самовыражение в танце;

- развивать нравственно-эстетические, духовные и физические качества личности;

- развивать физические качества обучающихся, совершенствовать их  
средствами танца в гармонии;

- расширить объем культурных и эстетических знаний в области  
хореографического искусства.

***Воспитательные:***

- воспитать качества личности, востребованные в современном обществе, такие как трудолюбие, коммуникабельность, уважение к себе и окружающим  
людям;

- воспитывать волевые качества учащихся: целеустремленность, выдержка, дисциплинированность;

- воспитывать культуру здорового образа жизни;

- способствовать приобщению подрастающего поколения к ценностям мировой культуры и искусства;

- способствовать развитию в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности.

**Количество часов, отводимых на освоение программы.** Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа. Общее количество часов в год – 144.

**Ожидаемые результаты.** В результате освоения программного материала, обучающиеся должны

**знать:**

- основные понятия и термины начальной хореографии;

- основные понятия и термины партерной гимнастики;

- основные элементы классического, народного и бального танцев;

- упражнения на ориентировку в пространстве;

- давать характеристику музыкальному произведению.

**уметь:**

- выполнять простейшие ритмические рисунки;

- правильно исполнять основные элементы упражнений;

- реагировать на музыкальное вступление;

- слышать ритмический рисунок мелодии;

- правильно исполнять ритмические комбинации;

- выражать характер танцевальных этюдов, импровизировать;

- во время постановочных репетиций, соблюдать творческую дисциплину;

- ориентироваться в пространстве на основе круговых и линейных рисунков;

- исполнять движения в парах, в группах;

- исполнять упражнения, танцевальные движения, хореографические композиции, этюды;

- выполнять передвижения в пространстве зала;

- разрабатывать танцевальный репертуар.

**2. Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Содержание темы** | **Кол-во часов** | | **Дата проведения** |
| **Теория** | **Практика** |
| 1. | Вводное занятие. Знакомство с задачами третьего года обучения. Инструктаж по ТБ. | 2 |  |  |
| 2 | Хореография, как танцевальное искусство. История мирового танца. | 1 | 1 |  |
| 3. | Понятие о хореографии. Основные направления в хореографии. | 1 | 1 |  |
| 4. | Основы музыкальной грамоты. Музыкальная литература на уроке хореографии. | 1 | 1 |  |
| 5. | Физическая подготовка в хореографии. Развитие гибкости. Упражнения на растягивания. |  | 2 |  |
| 6. | Значение хореографической подготовки. Двигательная культура. Упражнения на развитие гибкости, координации движений, укрепление опорно-двигательного аппарата. |  | 2 |  |
| 7. | Поклон. | 1 | 1 |  |
| 8. | Позиции рук, выполняемые стоя боком к опоре. |  | 2 |  |
| 9. | Полуприседы и подъёмы на носки с движением руки, стоя боком к опоре. |  | 2 |  |
| 10. | Комбинации хореографических упражнений. |  | 2 |  |
| 11. | Малые прыжки на середине. | 1 | 1 |  |
| 12. | Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела. | 1 | 1 |  |
| 13. | Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава. |  | 2 |  |
| 14. | Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса. |  | 2 |  |
| 15. | Упражнения на улучшение гибкости позвоночника, коленного сустава. | 1 | 1 |  |
| 16. | Упражнения на улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра. |  | 2 |  |
| 17. | Упражнения для улучшения подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы. |  | 2 |  |
| 18. | Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага. |  | 2 |  |
| 19. | Упражнения на исправление осанки. |  | 2 |  |
| 20. | Повороты в смешанных упорах, стойке на одном колене, на двух коленях. |  | 2 |  |
| 21. | Повороты на двух ногах. |  | 2 |  |
| 22. | Повороты на одной ноге. |  | 2 |  |
| 23. | Подскоки. Простые прыжки. Прыжки со сложными поворотами. | 1 | 1 |  |
| 24. | Разновидности шагов и бега в различном темпе. |  | 2 |  |
| 25. | Разновидности шагов и бега с хлопками в различном ритме и темпе. Музыкальные игры. |  | 2 |  |
| 26. | Группировки. Сед ноги врозь, сед на пятках. |  | 2 |  |
| 27. | Перекаты в положении лёжа, руки вверх и в седе на пятках с опорой на предплечья |  | 2 |  |
| 28. | Равновесие на носках с опорой и без неё. |  | 2 |  |
| 29. | Вертикальное равновесие на одной ноге с различными движениями рук. |  | 2 |  |
| 30. | Комбинации акробатических упражнений в образно – двигательных действиях. Танцевальные этюды на полу. |  | 2 |  |
| 31. | Волны руками, туловищем. |  | 2 |  |
| 32. | Волны целостные, боковые. Волны туловищем вперёд и обратные. |  | 2 |  |
| 33. | Взмахи руками, туловищем, всем телом. Вперёд, в сторону. |  | 2 |  |
| 34. | Движения свободной пластики. Ходьба и бег. | 1 | 1 |  |
| 35. | Текущий контроль. | 2 |  |  |
| 36. | Классический танец. Специфика танцевального шага и бега. | 1 | 1 |  |
| 37. | Подготовительное движение руки (препарасьон). |  | 2 |  |
| 38. | Закрывание руки в подготовительное положение на два заключительных аккорда. | 1 | 1 |  |
| 39. | Координация ног, рук и головы в движении - тан релеве пар тэр. |  | 2 |  |
| 40. | Прыжки - с двух ног на две. |  | 2 |  |
| 41. | Батман фраппэ. Релеве лен на 45. |  | 2 |  |
| 42. | Па эшаппэ - на 2-ю позицию, прыжок с просветом. |  | 2 |  |
| 43. | Поза круазе, поза эффасэ в середине зала. | 1 | 1 |  |
| 44. | Танцевальная комбинация, основанная на элементах классического танца. |  | 2 |  |
| 45. | Народно-сценический танец. Элементы русского танца и характерным чертам исполнения. | 1 | 1 |  |
| 46. | Характерные положения рук в сольном, групповом танце, в хороводах, рисунки хороводов. Позиция рук - 1, 2, 3 - на талии. |  | 2 |  |
| 47. | Положение рук в групповых танцах в фигурах: звездочка, круг, карусель, цепочка. | 1 | 1 |  |
| 48. | Шаги танцевальные, с носка: простой шаг вперед; переменный шаг вперед. |  | 2 |  |
| 49. | Приставной шаг с приседанием и одновременной работой рук (положение рук «полочка», наклон по ходу движения); |  | 2 |  |
| 50. | Поклоны – на месте, с движением вперед и назад. Притоп-удар всей стопой, 4 шаг с притопом в сторону; тройной притоп. |  | 2 |  |
| 51. | Проскальзывание на обеих ногах. Небольшие подскоки с вынесением ноги вперед. |  | 2 |  |
| 52. | Боковые шаги с вынесением свободной ноги вперед. Работа стоп в танце. |  |  |  |
| 53. | Бальный танец. Постановка корпуса, головы, рук и ног. | 1 | 1 |  |
| 54. | Шаги: бытовой, танцевальный. Поклон и реверанс. |  | 2 |  |
| 55. | «Боковой галоп» простой, с притопом (по кругу, по линиям); вправо, влево. | 1 | 1 |  |
| 56. | Легкий бег на носках по кругу по парам лицом и спиной вперед. |  | 2 |  |
| 57. | Положения рук в паре. Основная позиция. «Корзиночка». |  | 2 |  |
| 58. | Танцевальные комбинации. Сюжетный танец «Полька». |  | 2 |  |
| 59. | Комбинации из танцевальных шагов. Принцип ведения в танце. Основные фигуры вальса. | 1 | 1 |  |
| 60. | Венский вальс. Характеристика венского вальса. |  | 2 |  |
| 61. | Современный танец. Элементы современного танца. | 1 | 1 |  |
| 62. | Особенности танца джаз-модерн. |  | 2 |  |
| 63. | Работа корпуса, ног головы. |  | 2 |  |
| 64. | Простейшие поддержки. | 1 | 1 |  |
| 65. | Основные положения корпуса в джазовом танце. |  | 2 |  |
| 66. | Работа над постановкой. Изучение движений танцевального номера. | 1 | 1 |  |
| 67. | Отработка движений танцевального номера. |  | 2 |  |
| 68. | Соединение движений в комбинации. |  | 2 |  |
| 69. | Разводка комбинаций танцевального номера в сценический рисунок. |  | 2 |  |
| 70. | Ориентировка на танцевальной площадке. Репетиция в костюмах. |  | 2 |  |
| 71. | Концертная программа. |  | 2 |  |
| 72. | Итоговый контроль. |  | 2 |  |

