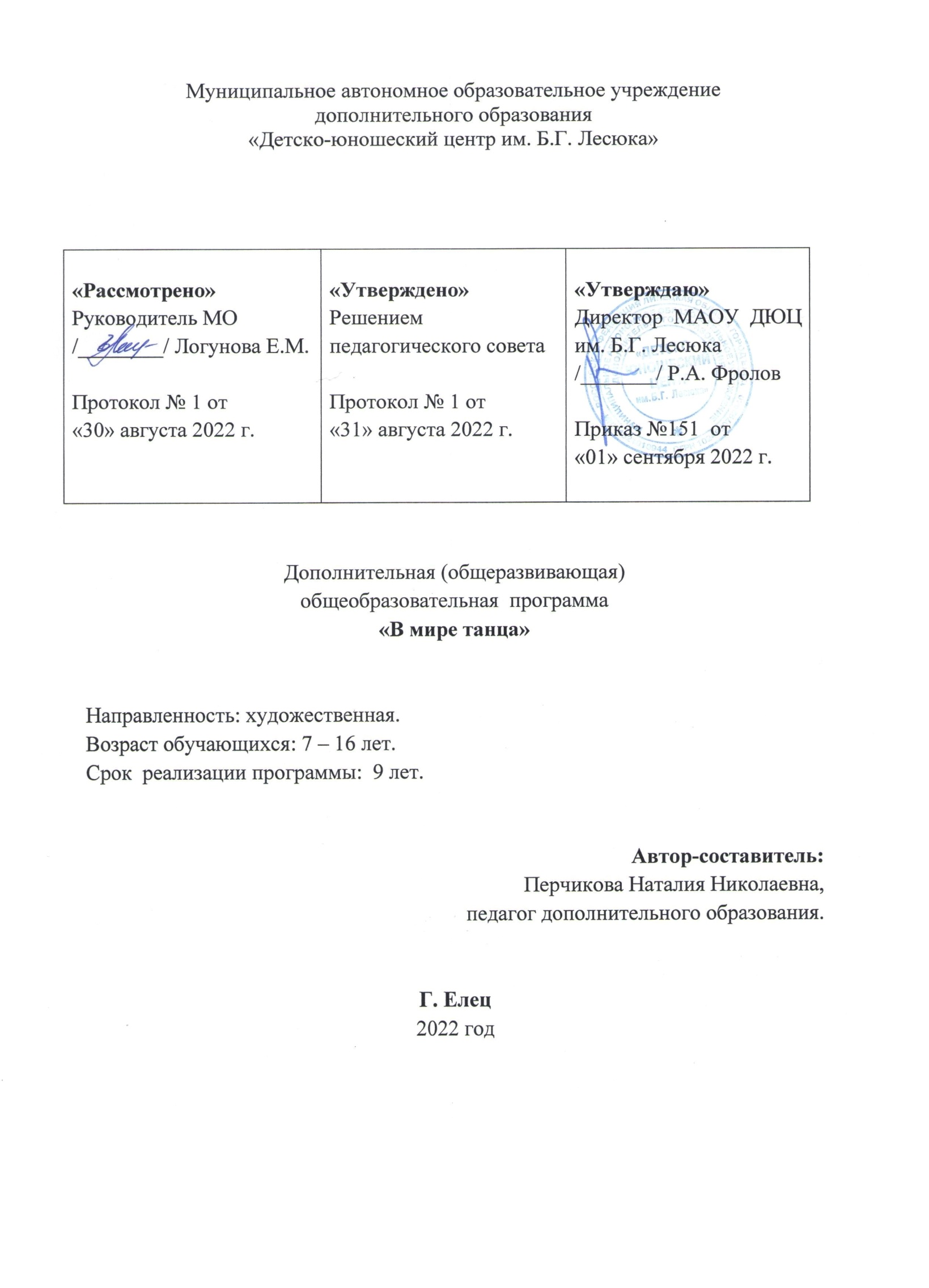
****

**Содержание**

1. Пояснительная записка.

2. Календарный учебный график.

3. Учебный план.

4. Содержание программы.

5. Оценочные и методические материалы (методические обеспечение программы).

6. Список литературы.

7. Рабочая программа группы начального уровня 1 года обучения (группа №1).

8. Рабочая программа группы начального уровня 2 года обучения (группа № 2).

9. Рабочая программа группы базового уровня 4 года обучения (группа № 3).

10. Рабочая программа группы базового уровня 5 года обучения (группа № 4).

11. Рабочая программа группы продвинутого уровня 6 года обучения (группа № 5).

12. Рабочая программа группы продвинутого уровня 1 года обучения (группа № 6).

**1.Пояснительная записка**

Дополнительная (общеразвивающая) общеобразовательная программа «В мире танца» 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».

В «век гиподинамии», когда дети проводят большое количество времени сидя за партой, за компьютером или просто у телеэкрана, занятия хореографией становятся особенно актуальными. Хореография является дополнительным резервом двигательной активности детей, источником их здоровья, радости, повышения работоспособности, разрядки умственного и психического напряжения, а, следовательно, одним из условий их успешной подготовки к учебной и социальной деятельности.

**Направленность программы**

Данная программа имеет художественную направленность, она дает возможность обучающимся развивать свои танцевальные умения, ассоциативную память, реализовывать себя в творческой деятельности, формировать фигуру и правильную осанку.

**Новизна программы**

Особенностью данной программы является возможность получения обучающимися материала по различным танцевальным направлениям. Обучение по данной программе позволяет обучающимся   применять свои способности, развивать склонности, приобретать опыт собственной творческой деятельности. Это выступления на концертах, фестивалях, конкурсах, открытых занятиях, везде, где обучающиеся  показывают результаты своего труда и творчества. Программа «В мире танца» является модифицированной, она разработана на основе собственной практической работы с обширным контингентом обучающихся, разных по музыкальным и физическим данным, складу психики и нервной системы, с учётом интересов ребят, их познавательной активности и творческих возможностей.

**Актуальность программы**

Программа предназначена для обучающихся в возрасте от 7 до 16 лет и предполагает, что на занятия будут приходить дети с разным уровнем физической подготовки и не проходившие специальный отбор на наличие природных данных (наличие выворотности, танцевального шага, пропорционального телосложения и т. д.).

В процессе обучения у детей разовьется координация движений, музыкальность, гибкость тела, красивая осанка. Артистические способности помогут в преодолении скованности и стеснительности, а грациозная походка придаст уверенность в себе, разовьются лидерские качества, которые будут способствовать развитию многогранной творческой личности, способной на социально-значимую практическую деятельность.

Программа «В мире танца» позволит наиболее эффективно организовать учебный процесс в соответствии с требованиями, предъявляемыми современной педагогикой. С одной стороны, она будет способствовать подъёму хореографической культуры и отвечать запросам самых широких и различных слоёв общества и различных социальных групп, с другой стороны – обеспечивать совершенствование процесса развития и воспитания способных детей, создавать условия для индивидуального развития ребенка.

**Цели и задачи программы**

**Цель программы:** создание благоприятных условий для гармоничного развития творческой личности ребенка, возможностей для достижения учащимися необходимого для жизни в обществе социального опыта.

**Задачи:**

Обучающие:

— ознакомить учащихся с основами хореографии и элементарной теории музыки;

— сформировать и совершенствовать исполнительские навыки;

— обучить выразительному и техничному исполнению движений;

— сформировать навык исполнения экзерсиса у станка и на середине;

— сформировать навыки ансамблевого исполнительства;

— сформировать навыки публичного выступления, умения держаться на сцене;

— научить анализировать свою работу на занятии и в концертном выступлении;

— познакомить обучающихся с разными видами и стилями хореографии через учебную и художественно-творческую деятельность.

Развивающие:

— ознакомить с историей возникновения народного танца;

— развить эмоциональную отзывчивость на музыку;

— развить музыкальные способности: музыкальный слух, музыкальную память, мышление, чувство ритма;

— развить координацию;

— развить навыки и умения анализировать содержание музыкальных фраз, предложений, применяя эти знания при разучивании и исполнении танцевальных этюдов;

— ознакомить с основами музыкальных жанров и стилей;

— ознакомить учащихся с лучшими образцами народной хореографии, с творчеством ведущих хореографических ансамблей.

Воспитывающие:

— воспитать трудолюбие и дисциплинированность;

— сформировать навыки самостоятельной работы над танцевальным номером;

— сформировать художественный музыкальный вкус, развить интерес к исполнению народных танцев и посещению концертов;

— воспитать культуру общения в творческом коллективе;

— воспитать чувство ответственности перед самим собой и коллективом;

— воспитывать интерес к танцевальной культуре своего народа и народов других национальностей.

Здоровьесберегающие:

— сформировать мотивацию на ведение здорового образа жизни.

Основной формой работы является групповое занятие.

Программа построена с учётом целостного подхода к педагогическому процессу, предполагающему выделение следующих принципов обучения:

1. Принцип гуманистической направленности, предполагающий подчинение образовательно-воспитательной работы задачам формирования личности.

2. Принцип адекватности особенностям психического развития ребёнка.

Предполагает изучение педагогом психофизиологических возрастных особенностей детей; умение педагога общаться с детьми на их уровне развития с небольшим опережением.

3.Принцип дифференциации и индивидуального подхода.

Предполагает дополнительные занятия с учётом уровня развития каждого ребёнка; кроме того, при осуществлении воспитательного процесса, он предполагает учёт темперамента каждого ученика.

4. Принцип взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей, дает детям возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности.

Освоение детьми основного содержания программы содействует развитию познавательной компетенции в области танцевального и музыкального образования и повышение на этой основе общего уровня мотивации к обучению.

Знакомство детей с разными танцевальными культурами способствует формированию коммуникативной компетенции.

На практических занятиях очень важно:

- переводить на русский язык все иностранные термины;

- объяснять назначение упражнения и правила его исполнения;

- равномерно распределять физическую нагрузку и чередовать работу различных групп мышц, развивать внимание и осознанный контроль над работой мышц;

- воспитывать самостоятельность в выполнении учебных заданий.

**Ожидаемые результаты**

Группа начального уровня первого года обучения

*Обучающийся* будет знать: основные термины классического экзерсиса,

знать точки плана класса, их расположение, правила постановки корпуса, позиции рук, ног, головы в классическом танце.

*Обучающийся* будет уметь: самостоятельно выполнять разминку,

двигаться ритмично и музыкально, исполнять синхронно движения и комбинации, ориентироваться в пространстве.

*Обучающийся* сможет: различать музыкальные темпы, соединяя их с элементами упражнений.

*Обучающийся* способен: выполнять по заданию педагога упражнения по актерскому мастерству.

Группа начального уровня второго года обучения

*Обучающийся* будет знать: последовательность исполнения классического экзерсиса у станка.

*Обучающийся* будет уметь: навыки выполнения вращений в продвижении, на середине зала.

*Обучающийся* сможет: выполнять движения в соответствии с динамическими оттенками в музыке.

*Обучающийся* способен проявлять: навыки артистичности, эмоциональности и выразительности в работе над хореографическими образами.

Группа начального уровня третьего года обучения:

*Обучающийся* будет знать: правила культуры поведения на сценической площадке.

*Обучающийся* будет уметь: исполнять танцевальные комбинации и этюды на середине.

*Обучающийся* сможет: продемонстрировать навыки технического выполнения основных упражнений.

*Обучающийся* способен: применять навыки самоконтроля и проверки знаний в своей работе.

Группа базового уровня четвертого года обучения:

*Обучающийся* будет знать: особенности техники исполнения каждого предложенного движения.

*Обучающийся* будет уметь: выполнять сложные перестроения и рисунки в постановках.

*Обучающийся* сможет решать: как самостоятельно добиться достойного результата.

*Обучающийся* способен: отличить стили и танцевальные направления.

Группа базового уровня пятого года обучения

*Обучающийся* будет знать: предложенный программой танцевальный материал на хорошем уровне.

*Обучающийся* будет уметь: демонстрировать мастерство на публичных выступлениях.

*Обучающийся* сможет: самостоятельно контролировать свою работу в группе.

*Обучающийся* способен: овладеть навыками и особенностями выполнения фитнес-программы.

Группа базового уровня шестого года обучения

*Обучающийся* будет знать: предложенные программой танцевальные номера.

*Обучающийся* будет уметь: выполнить классический экзерсис у станка и комбинации движений на середине.

*Обучающийся* сможет: демонстрировать танцевальные постановки и спортивную программу по черлидингу.

*Обучающийся* способен проявлять: артистизм, упорство в достижении целей.

Группа продвинутого уровня седьмого года обучения

*Обучающийся* будет знать: хореографические основы школы классического танца.

*Обучающийся* будет уметь: сложные технические движения народно-сценического танца и бальной хореографии.

*Обучающийся* сможет: знать репертуар ведущих профессиональных коллективов страны, творчество балетмейстеров этих коллективов; понимать и интересоваться фольклором, народными танцами и костюмами, связывать характер танца с образом жизни народа, с окружающей природой.

*Обучающийся* способен: выполнять сложные технические движения народно-сценического танца и бальной хореографии.

Группа продвинутого уровня восьмого года обучения

*Обучающийся* будет знать: как формировать красивую осанку, грамотность и выразительность движений;

*Обучающийся* будет уметь: выражать в пластике общее содержание музыки, её образные ассоциации.

*Обучающийся* сможет: исполнять танцы, построенные на движениях разных жанров, стилей.

*Обучающийся* способен: свободно импровизировать в новых молодёжных стилях и направлениях; уметь сочинять небольшие миниатюры, этюды.

Группа продвинутого уровня девятого года обучения

*Обучающийся* будет знать: выученные танцевальные комбинации и связки движений.

*Обучающийся* будет уметь: выражать в пластике общее содержание музыки, её образные ассоциации.

*Обучающийся* сможет: владеть классическим экзерсисом у станка и комбинациями движений на середине.

*Обучающийся* способен: выполнять отработанные постановки по программному материалу.

**Срок реализации** программы: 9 лет, 324 учебные недели (36 учебных недель в год).

**Условия реализации программы.**

Обучаться по данной программе могут все желающие дети 7-16 лет.

Всего в объединении 7 групп обучающихся.

Группа начального уровня 1 года обучения ( группа №1) занимается 2 раза в неделю по 2 часа.

Группа начального уровня 2 года обучения (группа №2) занимается 1 раз в неделю по 1 часу и 1 раз по 2 часа.

Группа базового уровня 4 года обучения (группа № 3) занимается 2 раза в неделю по 2 часа.

Группа базового уровня 5 года обучения (группа № 4) занимается 1 раз в неделю по 1 часу и 1 раз по 2 часа.

Группа базового уровня 6 года обучения (группа №5) занимается 2 раза в неделю по 3 часа.

Группа начального уровня 1 года обучения ( группа №6) занимается 2 раза в неделю по 2 часа.

Особого отбора для занятий не существует, занятия могут посещать все желающие, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья и получившие разрешение родителей.

**Формы организации занятий:**

- познавательная деятельность (танцевальные игры, творческие задания, флешмобы и т. д.);

- ценностно-ориентированная деятельность (беседы, дискуссии, практикумы и т. д.);

- свободное общение (огоньки, вечера отдыха и т. д.);

- общественная деятельность (встречи с интересными людьми, трудовые десанты и т. д.).

Занятия включают чередование различных видов деятельности: музыкально-ритмические упражнения и игры, слушание музыки на первых этапах работы, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения, творческие задания с приобретением учащимися определенных танцевальных умений и навыков.

Беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития детей и на начальном этапе они краткие. С обучающимися проводятся обсуждения, которые помогают развитию способности логически мыслить. На этих занятиях обучающиеся получают информацию о хореографическом искусстве, его истории развития и традициях.

Все движения выполняются под высокохудожественную музыку (классическую, народную, инструментальную), также используются современные композиции и сюжетно-тематические произведения, что развивает у обучающихся эстетический вкус и позволяет осуществлять нравственное воспитание.

**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 |
| Группа №1 | 1 | 36 | 72 | 144 | 2 раза в неделю по 2 часа |
| Группа №2 | 2 | 36 | 72 | 108 | 1 раз в неделю по 1часу и 1 раз - 2 часа |
| Группа №3 | 4 | 36 | 72 | 144 | 2 раза в неделю по 2 часа |
| Группа №4 | 5 | 36 | 72 | 108 | 1 раз в неделю по 1часу и 1 раз - 2 часа |
| Группа №5 | 6 | 36 | 72 | 216 | 2 раза в неделю по 3часа |
| Группа №6 | 1 | 36 | 72 | 144 | 2 раза в неделю по 2 часа |

**3.Учебный план**

**3.1. Первый год обучения (начальный уровень)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п /п | Название раздела, темы | Количество часов | Теория | Практика |
| 1. | Теоретические сведения, вводный контроль,инструктаж по технике безопасности. | 1 | 1 | - |
| 2. | Партерная гимнастика.  2.1 Упражнения на растяжку.  2.2 Упражнения для выворотности.  2.3 Упражнения для улучшения осанки. | 9  9  9 | 1  1  1 | 8  8  8 |
| 3. | Музыкально-ритмическое воспитание.  3.1 Марш, шаги на полупальцах.  3.2 Перестроения в круг, колонну.  3.3 Движения на середине. | 8  12  8 | 1  1  1 | 7  11  7 |
| 4. | Текущий контроль. | 2 | - | 2 |
| 5. | Развитие основ классического танца.  5.1 Позиции рук, ног.  5.2 Постановка корпуса.  5.3 Прыжки, элементы движений на середине. | 8  7  7 | 1  2  1 | 7  5  6 |
| 6. | Танцевальные игры.  6.1 Игра – «Достраивание фигур», «Сад».  6.2 Игра - «Ручеек».  6.3 Игра – «Птица в клетке».  6.4«Танец природы». | 5  5  5  5 | -  -  -  - | 5  5  5  5 |
| 7. | Постановочная деятельность.  7.1 Комбинация движений-1.  7.2 Этюд «Весенний хоровод».  7.3 Танец «Валенки». | 9  10  15 | -  1  1 | 9  9  14 |
| 8. | Концертная деятельность. | 8 | - | 8 |
| 9. | Промежуточный контроль. | 2 | - | 2 |
|  | Итого: | 144 | 13 | 131 |

**3.2. Второй год обучения (начальный уровень)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п /п | Название раздела, темы | Количество часов | Теория | Практика |
| 1. | Теоретические сведения, вводный контроль, инструктаж по технике безопасности. | 1 | 1 | - |
| 2. | Партерная гимнастика.  2.1 Упражнения для растяжки и эластичности мышц ног.  2.2 Укрепление мышц спины, живота. | 6  6 | 1  1 | 5  5 |
| 3. | Музыкально-ритмическое воспитание.  3.1 Танцевальный этюд «Друзья».  3.2 Перегибы корпуса.  3.3 Танцевальные шаги и бег. | 9  4  4 | 1  1  1 | 8  3  3 |
| 4. | Развитие основ классического танца.  4.1 Первое portdebras.  4.2 Прыжки по первой позиции.  4.3 Движения на полупальцах. | 4  6  5 | 1  1  1 | 3  5  4 |
| 5. | Текущий контроль. | 2 | - | 2 |
| 6. | Танцевальные игры.  6.1 «Мячик-невидимка».  6.2 «Зеркало».  6.3 «Распутать веревочку». | 2  2  2 | -  -  - | 2  2  2 |
| 7. | Постановочная деятельность.  7.1 Танец «Барбарики».  7.2 «Танец снежинок».  7.3 Танец «Млада». | 15  15  15 | 1  1  1 | 14  14  14 |
| 8. | Концертная деятельность. | 8 | - | 8 |
| 9. | Промежуточный контроль. | 2 | - | 2 |
|  | Итого: | 108 | 12 | 96 |

**3.3.Третий год обучения (начальный уровень)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п /п | Название раздела, темы | Количество часов | Теория | Практика |
| 1. | Теоретические сведения, вводный контроль, инструктаж по технике безопасности. | 1 | 1 | - |
| 2. | Гимнастические упражнения в партере. | 14 | - | 14 |
| 3. | Музыкально-ритмическое воспитание.  3.1 Виды бега.  3.2 Подскоки, боковой галоп.  3.3 Прыжки с выбрасыванием ног.  3.4 Комбинации движений. | 4  4  5  10 | 1  1  1  - | 3  3  4  10 |
| 4. | Текущий контроль. | 2 | - | 2 |
| 5. | Развитие основ классического танца.  5.1 Упражнения у станка.  5.2 Вращения, понятие «точка».  5.3 Прыжковая комбинация. | 10  7  10 | 1  1  - | 9  6  10 |
| 6. | Народный танец.  6.1 «Молоточки»,  «гармошка».  6.2«Веревочка»,  «припадание».  6.3 Этюд «Девичий перепляс». | 6  6  10 | 1  1  - | 5  5  10 |
| 7. | Постановочная деятельность.  7.1 Танец «Про козу».  7.2 Танец «Капитошка».  7.3 Танец «Куклы-неваляшки». | 15  15  15 | 1  1  1 | 14  14  14 |
| 8. | Концертная деятельность. | 8 | - | 8 |
| 9. | Промежуточный контроль. | 2 | - | 2 |
|  | Итого: | 144 | 11 | 133 |

**3.4.Четвертый год обучения (базовый уровень)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п /п | Название раздела, темы | Количество часов | Теория | Практика |
| 1. | Теоретические сведения, вводный контроль,инструктаж по технике безопасности. | 1 | 1 | - |
| 2. | Партерная гимнастика. | 10 | - | 10 |
| 3. | Классическийтанец.  3.1 Сhangement de pied.  3.2 Relevelentна 900.  3.3 Echappee.  3.4 Экзерсис на середине. | 4  4  4  8 | 1  1  1  - | 3  3  3  8 |
| 4. | Народно-сценический танец.  4.1 Шаги с переступаниями, шаги с притопом.  4.2 «Моталочка», «гармошка».  4.3«Ковырялочка» с переступанием.  4.4 Комбинации движений на основе изученных движений. | 4  6  6  7 | 1  1  1  - | 3  5  5  7 |
| 5. | Текущий контроль. | 2 | - | 2 |
| 6. | Фитнес-аэробика.  6.1 Изучение необходимых базовых шагов.  6.2 Постановка и отработка программы по классической аэробике.  6.3 Постановка и отработка композиции по степ- аэробике. | 4  8  10 | -  1  1 | 4  7  9 |
| 7. | Постановочная работа.  7.1Танец «Ритмы города».  7.2Танец«Варенька».  7.3 Этюд «Лето».  7.4Танец - флешмоб. | 12  15  15  12 | 1  1  1  1 | 11  14  14  11 |
| 8. | Концертно-творческая деятельность. | 10 | - | 10 |
| 9. | Промежуточный контроль. | 2 | - | 2 |
|  | Итого: | 144 | 13 | 131 |

**3.5. Пятый год обучения (базовый уровень)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п /п | Название раздела, темы | Количество часов | Теория | Практика |
| 1. | Теоретические сведения, вводный контроль,инструктаж по технике безопасности. | 1 | 1 | - |
| 2. | Партерная гимнастика. | 7 | - | 7 |
| 3. | Классический танец.  3.1 Вattementestendusjetes по пятой позиции крестом.  3.2 Второеportdebras.  3.3 Экзерсис на середине. | 6  4  7 | 1  1  1 | 5  3  6 |
| 4. | Народно-сценический танец.  4.1«Бегунец».  4.2 Бег с вращением, «припадание» в диагонали.  4.3 Па де баск, шаг с каблука с переступаниями.  4.4 «Моталочка» с продвижением по диагонали, «ковырялочка» в повороте. | 2  4  4  4 | -  1  1  1 | 2  3  3  3 |
| 5. | Текущий контроль. | 2 | - | 2 |
| 6. | Фитнес-аэробика.  6.1 Композиция в стиле hip-hop.  6.2 Хореография стиля.  6.3 Основные движения.  6.4 Постановка и отработка композиции в стиле hip-hop. | 4  2  4  6 | 1  -  1  - | 3  2  3  6 |
| 7. | Постановочная работа.  7.1 Танец «Ритмы города».  7.2 Танец «Моя Россия».  7.3 Танец «Вертушки». | 12  15  12 | 1  1  1 | 11  14  11 |
| 8. | Концертно-творческая деятельность. | 10 | - | 10 |
| 9. | Промежуточный контроль. | 2 | - | 2 |
|  | Итого: | 108 | 12 | 96 |

**3.6.Шестой год обучения (базовый уровень)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п /п | Название раздела, темы | Количество часов | Теория | Практика |
| 1. | Теоретические сведения, вводный контроль, инструктаж по технике безопасности. | 1 | 1 | - |
| 2. | Партерная гимнастика. | 10 | - | 10 |
| 3. | Классический танец.  3.1 Developpe по всем направлениям.  3.2 Glissade скользящий прыжок.  3.3 Pas  debourree с переменой ног.  3.4 Экзерсис на середине. | 4  6  4  12 | 1  1  1  - | 3  5  3  12 |
| 4. | Народно-сценический  танец.  4.1 Комбинация движений на основе «моталочки», «молоточков», па де баска и вращений с бегом.  4.2 Комбинация движений на основе «веревочки».  4.3 Комбинация движений на основе переменного шага, шагов с переступаниями, тройного шага с каблука и «припаданий» в повороте.  4.4 Этюд в стиле народного танца. | 8  12  10  15 | 1  1  -  - | 7  11  10  15 |
| 5. | Текущий контроль. | 2 | - | 2 |
| 6. | Черлидинг.  6.1 Общеразвивающие упражнения  с  предметами (помпоны).  6.2 Комплекс прыжковых упражнений.  6.3 Силовые упражнения (с отягощениями и без).  6.4 Элементы акробатики (кувырки, повороты, группировки, перекаты и т.д.).  6.5 Элементы  гимнастики. | 16  10  8  8  8 | 1  1  1  1  - | 15  9  7  7  8 |
| 7. | Постановочная работа.  7.1 Танец «Калинка».  7.2 Танец «Кошки на крыше».  7.3 Танец «Тусовка». | 25  20  25 | 3  3  3 | 22  17  22 |
| 8. | Концертно-творческая деятельность. | 10 | - | 10 |
| 9. | Промежуточный контроль. | 2 | - | 2 |
|  | Итого: | 216 | 19 | 197 |

**3.7.Седьмой год обучения (продвинутый уровень)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п /п | Название раздела, темы | Количество часов | Теория | Практика |
| 1. | Теоретические сведения, вводный контроль, инструктаж по технике безопасности. | 1 | 1 | - |
| 2. | Партерная гимнастика. | 9 | - | 9 |
| 3. | Классический танец.  3.1 Комбинацияplie.  3.2 Комбинацияbattementstendus.  3.3 Экзерсис на середине.  3.4 Прыжки и вращения. | 8  8  12  10 | 1  1  1  - | 7  7  11  10 |
| 4. | Бальная хореография.  4.1 Позиции ног, позиции рук.  4.2 Вальсовая дорожка.  4.3 Правый вальсовый поворот.  4.4 Комбинация фигур вальса. | 5  10  10  13 | 1  1  1  - | 4  9  9  13 |
| 5. | Текущий контроль. | 2 | - | 2 |
| 6. | Народно-сценический танец.  6.1 Прыжки с поворотом корпуса на 3600.  6.2 «Козлик» в диагонали.  6.3 Туры (вращения с выносом ноги на 900).  6.4 Комбинации движений народно-стилизованного танца. | 12  12  8  10 | 1  1  1  - | 11  11  7  10 |
| 7. | Постановочная деятельность.  7.1 Танец «Раззадоры».  7.2 Танец «Велик день».  7.3 Танец «На Ивана Купалу».  7.4 Отработка танцевального материала. | 20  20  20  10 | 1  1  1  - | 19  19  19  10 |
| 8. | Концертно-творческая деятельность. | 14 | - | 14 |
| 9. | Промежуточный контроль. | 2 | - | 2 |
|  | Итого: | 216 | 13 | 203 |

**3.8.Восьмой год обучения (продвинутый уровень)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п /п | Название раздела, темы | Количество часов | Теория | Практика |
| 1. | Теоретические сведения, вводный контроль, инструктаж по технике безопасности. | 1 | 1 | - |
| 2. | Партерная гимнастика. | 9 | - | 9 |
| 3. | Классическийтанец.  3.1 Комбинация battements fondues u battements frappes.  3.2 Комбинацияdeveloppe.  3.3Комбинацияgrandsbattementsjetes.  3.4 На середине залаадажио и прыжки. | 8  8  6  8 | 1  1  1  1 | 7  7  5  7 |
| 4. | Бальная хореография.  4.1 Постановка и работа в парах.  4.2 Фигуры вальса.  4.3 Рисунок вальса. | 10  15  13 | 1  2  2 | 9  17  11 |
| 5. | Текущий контроль. | 2 | - | 2 |
| 6. | Народно-сценический танец.  6.1 Дроби: «ключ», «трилистник».  6.2 Простейшие переступания. «Голубцы».  6.3 «Веревочка» с переступаниями.  6.4 Этюды на основе движений народно-стилизованного танца. | 10  10  10  20 | -  -  -  1 | 10  10  10  19 |
| 7. | Постановочная деятельность.  7.1 Танец «Думы».  7.2 Танец «Травушка».  7.3 Танец «Перышко».  7.4 Отработка материала. | 20  20  20  10 | 1  1  1 | 19  19  19  10 |
| 8. | Концертно-творческая деятельность. | 14 | - | 14 |
| 9. | Промежуточный контроль. | 2 | - | 2 |
|  | Итого: | 216 | 14 | 202 |

**3.9.Девятый год обучения (продвинутый уровень)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п /п | Название раздела, темы | Количество часов | Теория | Практика |
| 1. | Теоретические сведения, вводный контроль,инструктаж по технике безопасности. | 1 | 1 | - |
| 2. | Партерная гимнастика. | 9 | - | 9 |
| 3. | Классический танец.  3.1 Третье portdebras  3.2 Комбинация движений на полупальцах.  3.3 Battementsfondues во всех направлениях.  3.4 Экзерсис на середине. | 6  8  8  8 | 1  1  1  1 | 5  7  7  7 |
| 4. | Бальная хореография.  4.1 Большой фигурный вальс, рисунок танца.  4.2 Балансе и променад.  4.3 Комбинация фигур танца. | 20  10  13 | 1  1  - | 19  9  13 |
| 5. | Промежуточный контроль. | 2 | - | 2 |
| 6. | Народно-сценический танец.  6.1 Комбинация движений народно-стилизованного танца.  6.2 Вращения на середине.  6.3 Движения в диагонали. | 14  16  15 | 1  1  1 | 13  15  14 |
| 7. | Постановочная деятельность.  7.1 Танец «Тень над водою».  7.2 Танец «Сон».  7.3 Танец «Купалинка».  7.4 Отработка материала. | 20  20  20  10 | 1  1  1  - | 19  19  19  10 |
| 8. | Концертно-творческая деятельность. | 14 | - | 14 |
| 9. | Итоговый контроль. | 2 | - | 2 |
|  | Итого: | 216 | 13 | 203 |

**4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**4.1. Первый год обучения (начальный уровень)**

1.Теоретические сведения, вводный контроль, инструктаж по технике безопасности.

Введение в предмет. Задачи 1-го года обучения. Проверка физических данных и навыков детей. Правила поведения в танцевальном классе. Техника безопасности на занятиях и на переменах.

2.Партерная гимнастика.

*Упражнения на полу для растяжки и эластичности мышц ног, спины, живота.*

- Упражнение для подъема стопы. Сидя на полу, ноги вытянуты вперед, спина прямая, стараемся коснуться большим пальцем пола.

- Упражнение для выворотности стопы. Сидя на полу, ноги вытянуты вперед, спина прямая, разворачиваем стопы так, чтобы коснуться мизинцами пола.

- «Буратино» - ноги на полу на ширине 90˚, руки раскрыты в стороны. Музыкальный размер 2/4:

1 - 2 такты – наклон корпуса к правой ноге, корпус вытянуть вдоль ноги, руками коснуться носка;

3 - 4 такты – вернуться в исходное положение.

Движение повторить с левой ноги.

- «Солнышко» – ноги на полу на ширине 90˚, руки раскрыты в стороны. Музыкальный размер 4/4:

1 такт – наклон корпуса к правой ноге, корпус вытянуть вдоль ноги, левой рукой коснуться носка правой ноги, правой рукой дотронуться до левой ноги.

2 такт – вернуться в исходное положение.

Движение повторить с левой ноги.

- «Складочка» – ноги на полу вытянуты вперед, руки на поясе. Музыкальный размер 4/4:

1 такт – наклон корпуса вперед, руками стараемся достать до носков, подбородок тянуть вперед.

2 такт – вернуться в исходное положение.

- «Бабочка» - ноги на полу подтянуты к себе, колени раскрыть в стороны, руки на коленях. Стараемся коленями достать до пола «развернуть у бабочки крылья».

- «Лодочка» – лежа на животе, ноги прямые, руки вытянуты вперед. Поочередно поднимаем ноги и руки, изображая качающуюся лодочку.

- «Рыбка» – лежа на животе, ноги вместе, стопы раскрыты в стороны, пятки прижаты к полу, руки вдоль корпуса.

3. Музыкально-ритмическое воспитание.

-Мелодия и движение, темп;

- музыкальные размеры;

- контрастная музыка: быстрая –медленная, весёлая –грустная;

- правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворота вправо и влево. Такт и затакт;

- музыкальная структура движения: маршировка в темпе и ритме музыки; шаг на месте, вокруг себя, вправо, влево;

- пространственные упражнения;

- фигурная маршировка с перестроениями, танцевальные шаги (с носка на пятку) с фигурной маршировкой;

- танцевальные шаги в образах.На развитие музыкальных качеств (чувство ритма, музыкальный слух) – хлопки под музыку; марш, высоко поднимая колени, шаг на полупальцах;

– игры на перестроения по рисунку.

Дети выполняют движения, при этом проговаривая вслух различные речевки:

1: Ча, ча, ча,

Ча, ча, ча (3 хлопка по бедрам),

Печка очень горяча (4 прыжка на двух ногах),

Чи, чи, чи (3 хлопка над головой),

Печет печка калачи (4 приседания),

Чу, чу, чу (3 хлопка за спиной).

2: Наши ручки

Руки кверху поднимаем,

А потом их отпускаем.

А потом их развернем

И к себе скорей прижмем.

А потом быстрей, быстрей

Хлопай, хлопай веселей.

3: Раз - подняться, потянуться

Раз - подняться, потянуться,

Два - нагнуть, разогнуться,

Три - в ладоши три хлопка,

Головою три кивка.

На четыре - руки шире,

Пять - руками помахать,

Шесть - на место стать...

4. Текущий контроль.

Открытое занятие, демонстрация поставленных номеров.

5. Развитие основ классического танца.

Постановка рук, корпуса и головы, изучение основных позиций ног и рук. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата. Выработка выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов.

Постановка корпуса и положение рук на палке (лицом к станку).

Работа у станка: понятие об опорной и работающей ноге.

Все французские названия упражнений у станка переводятся на русский язык и объясняются детям.

- изучение battementstendus из 1 позиции лицом к станку

- вперед, в сторону, назад в медленном темпе;

- demi-plie в 1 позиции;

- легкий бег по кругу на полупальцах,

- подскоки по кругу.

6. Танцевальные игры.

1. Достраивание фигур.

Дети разбиваются на две команды. Каждой команде предлагается построить свою собственную композицию-фигуру следующим образом: один человек выходит из линии и принимает какую-нибудь «красивую», по его мнению, позу (предложите ребенку закрыть глаза и принять то положение тела, которое диктует ему сиюминутное настроение, музыка и вдохновение). Следующий в линии подходит к нему и пытается «достроить» композицию, приняв какое-то дополняющее положение рядом с первым человеком. Он может касаться первого, может стоять близко или далеко в стороне от него, главное, чтобы они создали общую композицию, заполняющую пространство.Затем к ним «подстраивается» третий человек, четвертый и так далее – до самого последнего участника. В итоге у каждой команды должна получиться красивая многоруко-многоногая фигура.

2. Сад.

Каждому ребенку предлагается свое собственное задание – станцевать какое-то животное, растение или часть пейзажа. Для создания некоторых образов (скажем, ручья или облака) детки могут объединяться по несколько человек.Вот несколько примеров: пчела, ромашка, яблоня, розовый куст, лилия, кузнечик, кролик, котенок, солнце, ручеек, вишня, куст сирени, воробей, ласточка, тучка и т.д.

После этого танца предложить детям усложнить задание – станцевать всем вместе один общий Сад. Для этого нужно объяснить им, что такое общий, групповой танец, что общая картина сильно зависит от стараний каждого.

3. Танец природы.

Все дети разбиваются на пары и тройки (при желании – группы побольше), а затем под одну и ту же музыку группы готовят каждая свой танец на общую тему (к примеру – танец восхода Солнца, морской прибой, облака, звезды, огонь, фонтан).

4. Ручеек.

Дети берутся за руки, а затем все, кроме первого в линии закрывают глаза. Задача каждого человека в линии – повторить и передать следующему движения первого. Если первый поднимает руку, то и второй должен поднять руку, передавая движение третьему. Так – до самого последнего человека в линии. В итоге должен получиться настоящий ручеек из движений.

Затем можно будет начать передавать движения с шагами и передвижением всего ручейка. После нескольких заданных движений первый человек меняется, уходя в конец линии, а ведущим становится следующий за ним.

5. Птица в клетке.

Все дети берутся за руки и образуют круг – «клетку». Кто-то один остается в центре. Он становится Птицей, попавшей в клетку. Ему нужно станцевать свой танец так, чтобы клетка его выпустила. Круг детей может подыгрывать Птице, поднимая и опуская руки, открывая иногда выход. Задача клетки – не помешать Птице вырваться, а наоборот, помочь.

7. Постановочная деятельность.

Этюды: «Капитошка», «Про козу»,«Непоседы».

Разучивание характерных движений: гармошки, бега , танцевального шага, шаги с носка, с каблучка, ёлочки, шагов на полупальцах.

Сценические танцы: «Весенний хоровод», «Подружки» - в зависимости от возможностей обучающихся.

Изучение комбинаций из основных, ранее выученных движений.

Комбинации движений на месте.

I комбинация. Исходное положение – ноги вместе, руки на поясе. Музыкальный размер 2/4.

1 такт – отвести правую ногу на носок вперед («птичка»).

2 такт – вернуться в исходное положение.

3 – 4 такты – упражнение «тик-так» головой.

5 такт – отвести левую ногу на носок вперед («птичка»).

6 такт – вернуться в исходное положение.

7 – 8 такты – упражнение «тик-так» головой.

II комбинация. Исходное положение – ноги вместе, руки на поясе. Музыкальный размер 2/4.

1 такт – шаг правой ногой в сторону, корпус наклонить вперед, шею вытянуть вперед.

2 такт – вернуться в исходное положение.

3 – 4 такты – то же повторить еще раз.

Комбинацию повторить с левой ноги.

Комбинации движений в продвижении по кругу.

I комбинация. Исходное положение – ноги вместе, руки на поясе. Музыкальный размер 2/4.

Три шага с правой ноги – приставить. Три хлопка в ладоши – исходное положение.

8. Концертная деятельность.

Выступления обучающихся на общегородских мероприятиях, тематических концертах, утренниках, праздниках. Концерты ко Дню матери, Дню учителя, женскому празднику 8 марта, Дню защитника Отечества и др.

9. Промежуточный контроль.

Подведение итогов учебного года, концерт для родителей обучающихся.

**4.2. Второй год обучения (начальный уровень)**

1.Теоретические сведения, вводный контроль, инструктаж по технике безопасности.

Задачи второго года обучения. Проверка уровня знаний и умений обучающихся. Правила поведения в танцевальном классе. Техника безопасности на занятиях и на переменах.

2.Партерная гимнастика.

*Упражнения на полу для растяжки и увеличения эластичности мышц ног, спины, живота.*

- «Рыбка» – лежа на животе, ноги вместе, стопы раскрыты в стороны, пятки прижаты к полу, руки вдоль корпуса.

- «Русалочка» – лежа на животе, ноги вместе, стопы раскрыты в стороны, пятки прижаты к полу, ладошки возле плеч прижаты к полу, руки согнуты в локтях. Музыкальный размер 3/4:

1 – 2 такты – выпрямляем руки и прогибаем корпус назад, запрокинуть голову.

3 – 4 такты – вернуться в исходное положение.

- «Колечко» – упражнение для мышц спины. Музыкальный размер 4/4. Лечь на живот, опереться впереди на руки, прогнуть корпус назад так, чтобы достать головой носки согнутых назад ног. Зафиксировать это положение, вернуться в исходное положение.

- «Ушастый заинька» – упражнение для мышц спины. Музыкальный размер 2/4. лечь на спину, руки вдоль корпуса, поднять прямые ноги вверх и опустить их вниз за голову, достать носками до пола. Зафиксировать это положение, вернуться в исходное положение.

- «Корзиночка» – упражнение для мышц спины. Лечь на живот, руками взяться за щиколотки с внешней стороны, ноги потянуть вверх. Слегка покачаться на животе, голова поднята вверх.

- «Дощечка» – упражнение для укрепления мышц живота. Стоя на коленях, руки прижаты к корпусу. Исполняются покачивания корпуса вперед-назад, не садясь на ноги.

3. Музыкально-ритмическое воспитание.

- Сюжетно-игровые этюды, перестроения в танцевальных рисунках;

- укрепление мышц ног, спины, пресса;

- развитие гибкости, выворотности, шага

- шаг с противоходом, шаг, совмещенный с работой рук, шаг на внешней стороне стопы;

- прыжки по VI позиции ног (на месте и в продвижении);

- перегибы корпуса (вправо, влево, вперед);

- бег высоко поднимая колени, релеве по VI позиции.

Ритмические упражнения с музыкальным заданием. Точное окончание и начало движения вместе с началом и окончанием музыкальной части. Движения в различных темпах, передача хлопками и ногами различного рисунка. Построение в колонну, шеренгу, круг и т.д. построение в пары, тройки, повороты. Игры организующего порядка, музыкальные игры, танцы-минутки.

4. Развитие основ классического танца.

Позиции классического танца: 1,2,3,4,5,6, подготовительная позиция рук.

В диагонали - следующие движения: подскоки, боковой галоп, танцевальный шаг, шаг марша, шаги на полупальцах, бег с выносом ноги вперед.

На середине – прыжки по первой и шестой позициям.

Постановка корпуса и положение рук на палке (лицом к станку).

Работа у станка: понятие об опорной и работающей ноге.

Все французские названия упражнений у станка переводятся на русский язык и объясняются детям.

- первое portdebras на середине зала, вначале изучается с паузами, в конце года слитно;

- прыжки по первой позиции;

- легкий бег по кругу на полупальцах.

5. Текущий контроль.

Открытое занятие, демонстрация поставленных номеров.

6. Танцевальные игры.

1. Мячик – невидимка.

Дети становятся на расстоянии друг напротив друга или по кругу. Игра заключается в том, что все перебрасываются или передают друг другу несуществующий мячик. Нужно помочь детям почувствовать этот мячик в руках. Он не должен быть маленьким или большим, искривленным, легким или тяжелым. Можно предложить детям в течение минуты тереть ладонь об ладонь, а затем медленно развести их в стороны – возникает чувство связи между ладонями. Эту связь нужно расширить до размеров и формы мячика.

Когда этот этап будет пройден, можно попробовать формировать, чувствовать в руках и передавать другие предметы – кувшин, поднос, ткань, цветы… Их можно передавать вместе с каким-нибудь танцевальным движением.

2. Зеркало.

Дети разбиваются на пары и садятся друг напротив друга. Один из них под музыку медленно начинает задавать движения. Другой становится “зеркалом”, и его задача – точно отражать все движения задающего. Он должен настолько отрешиться от себя и почувствовать себя отражением, чтобы со стороны нельзя было различить – кто задает движения, а кто их повторяет. Затем дети меняются ролями.

3. Кто такой я?

Ведущий игру предварительно готовит для всех ряд карточек с простыми понятиями. (К примеру: сказка, море, волк, Баба Яга, книга, звездочка, лиса, лебедь, гном и т.д.)

Дети садятся по кругу. Ведущий дает кому-то из них карточку так, чтобы другие не могли подсмотреть. Ребенок выходит в круг. Его задача – станцевать заданный ему образ. Объясните детям, что для этого нужно сильно-сильно перевоплотиться в свой образ и танцевать его как бы “изнутри”. Бесполезно показывать руками рога у оленя или пасть у крокодила, нужно передать своей пластикой и осанкой, мимикой и движениями – что чувствуют олень и крокодил и тогда все смогут угадать, кто вы!

Дав ребенку минуту или две для танца, другие дети могут начать угадывать – кем он был. Когда образ будет угадан, первый человек уступает место следующему по кругу.

4. Распутать веревочку.

Это довольно веселая игра, так что приготовьтесь к шуму и смеху! Лучше всего ее играть небольшим количеством человек или несколькими командами.

Дети становятся в круг, берутся за руки и начинают запутываться. Они могут закручиваться, переступать ногами через руки и ноги друг друга, присаживаться, ложиться, поднимать друг друга на руки и так далее. В результате получается совершенно нераспутываемый клубок детей.

Ведущий включает музыку и задает участникам скорость или темп для распутывания. Он говорит: “Теперь Вы должны распутаться со скоростью морской волны” или “Как тропический кактус”. Задача детей – танцуя и избегая “негармоничных”, выпадающих из заданной ритмики движений, распутать свою веревочку.

5. Сказка о Родничке.

Каждому ребенку выдается карточка с ролью (одного из действующих персонажей сказки) а также время на подготовку своего танца. После этого все дети садятся в одной части зала, а другая становится залом. Ведущий игру начинает читать сказку, вызывая к танцу тех детей, чьи роли появляется в действии. Таким образом, получается общая сказка в танцах.

Пример сказки:

“Как-то рано утром вышло СОЛНЫШКО и осветило ПУСТЫНЮ. В этой пустыне росло много-много ЦВЕТОВ, КАКТУСОВ И ПАЛЬМ. Там жила-была БАБОЧКА. Ей было очень жарко и все время хотелось пить. Тогда бабочка отправилась на поиски воды. В это время по небу летела ТУЧКА. И бабочка попросила ее, чтобы пошел дождик. Тучка согласилась и много-много КАПЕЛЕК полетело на землю…

Но вдруг подул ВЕТЕР! Он сдул дождик дальше и бабочка не смогла напиться. А впереди показалась ЗМЕЯ! Бабочка спросила ее – куда лететь и змея указала ей путь. Через время бабочка увидела настоящие зеленые ДЕРЕВЬЯ и КУСТЫ. А среди них тек звонкий и молоденький РУЧЕЕК.

Бабочка напилась и все закончилось хорошо!

Карточки: Солнышко, Пустыня, Цветок, Кактус, Пальма, Бабочка, Тучка, несколько Капелек, Ветер, Змея, Дерево, Кустик, Ручеек.

7.Постановочная деятельность.

Танцевальные номера: «Парная полька», «Танец снежинок», «Танец цветов».

Отработка характерных движений: гармошки, бега, танцевального шага, шаги с носка, с каблучка, ёлочки, шагов на полупальцах.

Изучение комбинаций из основных, ранее выученных движений.

Комбинации движений на месте.

I комбинация. Исходное положение – ноги вместе, руки на поясе. Музыкальный размер 2/4.

1 такт – отвести правую ногу на носок вперед («птичка»).

2 такт – перевести правую ногу на пятку («утюжок»).

3 такт – поднять правую ногу, согнутую в колене («флажок»).

4 такт – вернуться в исходное положение.

Комбинацию повторить с левой ноги.

II комбинация. Исходное положение – ноги вместе, руки опущены вдоль корпуса. Музыкальный размер 2/4.

1 – 2 такт – правая рука изображает волнистые движения справа налево.

3 – 4 такты – левая рука изображает волнистые движения слева направо.

5 – 6 такты – руки перед собой согнуты в локтях, кисти в кулачках. Исполняются круговые движения «кулачок за кулачком».

7 – 8 такты – руки разводим в стороны.

Комбинации движений в продвижении по кругу.

I комбинация. Исходное положение – ноги вместе, руки свободно вдоль корпуса. Музыкальный размер 4/4.

Четыре шага со свободными движениями рук, затем поворот вправо на полупальцах, руки поднять вверх («раскрытый цветок»).

II комбинация. Исходное положение – ноги вместе, руки в стороны. Музыкальный размер 2/4.

1 – 4 такты – мелкий бег на полупальцах.

5 – 8 такты – присесть в глубокое приседание, руки опустить вниз.

Большая роль в этих постановках отводится актерскому мастерству солиста. С солистами ведется индивидуальная работа. Рекомендуемые танцевальные постановки:«Ладушки», «Барбарики», «Млада».

8. Концертная деятельность.

Выступления обучающихся на общегородских мероприятиях, тематических концертах, утренниках, праздниках. Концерты ко Дню матери, Дню учителя, женскому празднику 8 марта, Дню защитника Отечества и др.

9. Промежуточный контроль.

Подведение итогов учебного года, концерт для родителей обучающихся.

**4.3. Третий год обучения (начальный уровень)**

1. Теоретические сведения, вводный контроль, инструктаж по технике безопасности.

Повторение изученного танцевального материала. Проверка уровня знаний и умений обучающихся. Движения разминки. Инструктаж по технике безопасности.

2. Гимнастические упражнения в партере.

Ритмопластика (ритмическая гимнастика);

- ритмическая разминка;

- упражнения для отдельных групп мышц;

- упражнения в партере;

- упражнения на расслабление.

Элементы партерной гимнастики (исполняются на гимнастических ковриках).

Упражнения, укрепляющие мышцы спины.

Упражнения, развивающие подъем стопы.

Упражнения, развивающие гибкость позвоночника.

Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса.

Упражнения, развивающие подвижность тазобедренных суставов.

Упражнения, развивающие выворотность ног.

Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага.

3. Музыкально-ритмическое воспитание.

Мелодия и движение. Темп (быстро, медленно, умеренно). Музыкальные размеры. Контрастная музыка: быстрая –медленная, весёлая –грустная. Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворота вправо и влево. Такт и затакт.

Музыкальная структура движения: маршировка в темпе и ритме музыки; шаг на месте, вокруг себя, вправо, влево. Пространственные упражнения: повороты на месте (строевые), продвижение на углах, с прыжком (вправо, влево). Фигурная маршировка с перестроениями: из колонны в шеренгу и обратно; из одного круга в два и обратно; продвижения по кругу (внешнему и внутреннему), звездочка, конверт (по 5-6 человек на углах и в центре круга в шеренгу). Танцевальные шаги (с носка на пятку) с фигурной маршировкой. Танцевальные шаги в образах, например: оленя, журавля, лисы, кошки, мышки, медведя, птички и др. Выделение сильной доли.

4. Текущий контроль.

Открытое занятие, демонстрация поставленных номеров.

5. Развитие основ классического танца.

- ronddejambeparterre – это движение рекомендуется начинать с изучения вспомогательного упражненияdemi-ronddejambeparterre (по половине круга). Работающая нога в этом упражнении должна двигаться выворотно и независимо от корпуса – корпус остается неподвижным;

- relevelent на 450 в сторону, вперед и назад;

- battementestendusjetesна 25’;

- grandplie (одной рукой держась за палку);

- работа над уже изученными комбинациями.

На середине отрабатываются позиции рук, выполняются прыжковые комбинации.

- вращения в диагонали «шене». Для изучения вращений вводится понятие «точка».

- перегибы корпуса в сторону и назад.

6. Народный танец.

- «молоточки»,

- «гармошка»,

- «веревочка»,

- «припадание»,

- «моталочка» с продвижением по диагонали,

- «ковырялочка» в повороте,

- подскоки с вращением по диагонали.

На основе изученных и уже знакомых движений составляются небольшие этюды для закрепления изученного материала: «Девичий перепляс», «Янка», «Валенки».

7. Постановочная работа.

Для постановочной работы предлагаются следующие номера: «На завалинке» и «Веселая компания». Рекомендуемые танцевальные постановки:«Про козу», «Капитошка», «Куклы-неваляшки».

8.Концертная деятельность.

Концертные номера к тематическим мероприятиям и праздничным датам Дома пионеров и школьников.

9 Промежуточный контроль.

Подведение итогов учебного года, концерт для родителей обучающихся.

**4.4. Четвертый год обучения (базовый уровень)**

1.Теоретические сведения, вводный контроль, инструктаж по технике безопасности.

Задачи четвертого года обучения в группе базового уровня. Проверка уровня знаний и умений обучающихся. Беседа с детьми о содержании и форме занятий в коллективе. Внешний вид и форма одежды для занятий. Инструкция по технике безопасности.

Разминка. Основные упражнения разминки.

2. Партерная гимнастика.

«Бабочка»- И.п. Сесть в позу прямого угла, согнуть ноги в коленях, соединить стопы. Колени развести, руки на коленях, ладонями вниз. Усложненный вариант: медленно наклониться вперед до касания головой пола, задержаться на некоторое время. Для положительного настроя учащихся можно использовать игрушку – она находится в руках,и все наклоны корпуса выполняются вместе с ней.

«Складочка» - И.п. Сесть в позу прямого угла, руки с игрушкой поднять над головой, не сгибая ног в коленях наклоняться вперед, стараясь как можно дальше положить игрушку.

«Веревка» - И.п. Сесть в позу прямого угла, руки на бедрах. Развести ноги в стороны, разместив их и туловище в одной плоскости, ноги прямые. Выполнять наклоны корпуса к каждой ноге и вперед, стараясь лечь на пол.

«Змейка» - И.п. Лечь на пол ничком, ноги вместе, ладони на уровне плеч. Медленно поднимаясь на руках, поднять голову, затем грудь и прогнуться назад, задержаться на некоторое время.

«Корзиночка» - И.п. Лечь ничком, руки вдоль туловища. Ухватить руками ноги выше щиколоток, прогнуться, поднимая голову и корпус насколько можно выше, задержаться на некоторое время и вернуться в исходное положение.

«Коробочка» - И.п. Лечь ничком, ладони на уровне плеч. Согнуть ноги в коленях и прогнуться, пытаясь достать натянутыми носочками головы, задержаться на некоторое время и вернуться в исходное положение.

«Ласточка» - И.п. Лечь ничком, ноги вместе, руки разведены в стороны. Одновременно поднять и прогнуться немного, руки и выпрямленные ноги, задержаться на какое-то время и вернуться в исходное положение.

«Ножницы» - И.п. Сесть в позу прямого угла и опуститься на спину в упоре на локти. Поднять на 250 градусов прямые ноги, и не опуская их на пол, заводить одну за другую. Повторить определенное количество раз и вернуться в исходное положение.

3. Классический танец.

- прыжкипо 1, 2, 5 позициям;

- changementdepied;

- battements fondu с положением ноги на surlecou-de-pied;

- doublefrappe;

- третьеportdebras;

- echappee;

- relevelentна 900попятой позиции крестом;

- battementestendus по пятой позиции вперед, в сторону и назад.

4. Народно-сценический танец.

- шаги с переступаниями,

- шаги с притопом,

- «моталочка», «гармошка»,

- бег на полупальцах,

- «ковырялочка».

Комбинация движений на основе изученных элементов.

- боковой галоп.

- «молоточки»,

- «веревочка»,

- «припадание»,

- «моталочка» с продвижением по диагонали,

- «ковырялочка» в повороте,

В диагонали комбинация изученных движений выполняется в среднем темпе.

- «бегунец»,

- бег с вращением,

- «припадание» в диагонали.

Этюды на середине зала:

«Русский хоровод», «Кадриль Московской области», «Русский народный перепляс».

Изучаются движения в парах на подскоках по кругу, боковой галоп в парах, движения по кругу с наклоном корпуса. На середине – раскрывание рук по позициям в характере народного танца; прыжки «трамплин» и с поджатыми ногами; поклон в характере русского танца.

5. Текущий контроль.

Открытое занятие, демонстрация поставленных номеров.

6. Фитнес-аэробика.

Гигиена спортивных занятий.

Гигиенические требования в фитнес аэробике. Одежда, обувь, гидратация, правила поведения и техника безопасности на занятиях. Беседы о питании, профилактика травматизма.

Постановка и отработка программы по классической аэробике.

Изучение необходимых базовых шагов. Комбинация общеразвивающих гимнастических упражнений, бега, подскоков, скачков, выполняемых без пауз, отдыха (поточным методом) под музыкальное сопровождение 120-160 ударов в минуту.

Техника выполнения более сложных элементов и аэробных связок, соответствующих уровню воспитанников

Базовые шаги и основные элементы классической аэробики. Высококоординационные аэробные связки.

Постановка и отработка композиции по степ- аэробике.

Техника выполнения более сложных элементов и аэробных связок, соответствующих уровню воспитанников

Основной набор элементов степ- аэробики.

Уметь выполнять сложно-координационные движения. Концентрация внимания.

7.Постановочная работа.

Подготовка номеров к концертным программам. Рекомендуемые постановки: «Тарантелла», «Барыня», «Варенька», «Хип-хоп».

8. Концертная деятельность.

Подготовка к концертным выступлениям. Выступления на ежегодном хореографическом фестивале. Анализ выступления. Работа над ошибками.

9. Промежуточный контроль.

Подведение итогов учебного года, концерт для родителей обучающихся.

**4.5. Пятый год обучения (базовый уровень)**

1.Теоретические сведения,вводный контроль, инструктаж по технике безопасности.

Беседа с детьми о целях и задачах этого года обучения. Проверка уровня знаний и умений обучающихся. Внешний вид и форма одежды для занятий. Инструкция по технике безопасности.

Разминка. Основные упражнения разминки.

2. Партерная гимнастика.

*Для укрепления мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад и наклона вперед.*

«Змейка» - И.п. Лечь на пол ничком, ноги вместе, ладони на уровне плеч. Медленно поднимаясь на руках, поднять голову, затем грудь и прогнуться назад, задержаться на некоторое время.

«Корзиночка» - И.п. Лечь ничком, руки вдоль туловища. Ухватить руками ноги выше щиколоток, прогнуться, поднимая голову и корпус насколько можно выше, задержаться на некоторое время и вернуться в исходное положение.

«Коробочка» - И.п. Лечь ничком, ладони на уровне плеч. Согнуть ноги в коленях и прогнуться, пытаясь достать натянутыми носочками головы, задержаться на некоторое время и вернуться в исходное положение.

«Ласточка» - И.п. Лечь ничком, ноги вместе, руки разведены в стороны. Одновременно поднять и прогнуться немного, руки и выпрямленные ноги, задержаться на какое-то время и вернуться в исходное положение.

«Ножницы» - И.п. Сесть в позу прямого угла и опуститься на спину в упоре на локти. Поднять на 250 градусов прямые ноги, и,не опуская их на пол, заводить одну за другую. Повторить определенное количество раз и вернуться в исходное положение.

«Уголок» - И.п. Сесть в позу прямого угла, обхватив согнутые колени руками. Одновременно раскрывая руки в стороны поднять прямые ноги перед собой, задержаться на некоторое время, вернуться в исходное положение.

«Веточка» - И.п. Лечь на спину, ноги вместе, носочки натянуты. Не сгибая ноги в коленях медленно поднять ноги в вертикальное положение, таз не отрывать от пола. Задержаться на некоторое время и вернуться в исходное положение.

«Веер» - И.п. Лечь на спину, ноги вместе. Не сгибая ног в коленях поднять ноги в вертикальное положение и раскрыть их в стороны, таз лежит на полу. Повторить несколько раз и вернуться в исходное положение.

3. Классический танец.

- battementes tendu sjetes по пятой позиции крестом;

- второе portdebras на середине;

- grand battementes jetes (одной рукой держась за палку);

- battementes frappesна 250.

На основе новых и уже изученных движений составляются несложные комбинации.

4. Народно-сценический танец.

- «моталочка», « гармошка»,

- бег на полупальцах,

- «ковырялочка».

Комбинация движений на основе изученных движений.

- боковой галоп.

- «молоточки»,

- «веревочка»,

- «припадание»,

- «моталочка» с продвижением по диагонали,

- «ковырялочка» в повороте.

В диагонали комбинация изученных движений выполняется в среднем темпе.

- «бегунец»,

- бег с вращением,

- «припадание» в диагонали,

- па де баск,

- шаг с каблука с переступаниями.

Для улучшения техники исполнения движений рекомендуется составлять из изученных движений комбинации на середине, например: четыре раза «веревочка», две большие «ковырялочки», один па де баск и два вращения вправо и влево.

5. Текущий контроль.

Открытое занятие, демонстрация поставленных номеров.

6. Фитнес-аэробика.

Твори и танцуй – стиль латино.

Хореография стиля. Основные движения.

Постановка и отработка композиции в стиле латино.

Уметь выполнить композицию. Уметь концентрировать внимание при повторении движений за педагогом.

Композиция в стиле hip-hop.

Хореография стиля. Основные движения

Постановка и отработка композиции в стиле hip-hop.

Уметь выполнить композицию. Уметь концентрировать внимание при повторении движений за педагогом.

Осанка и система дыхания.

Влияние осанки на дыхание.

Упражнения на формирование правильной осанки.

Дыхательные упражнения.

Иметь представление о влиянии осанки на систему дыхания. Уметь правильно выполнять упражнения.

Основы рационального питания.

Белки. Жиры. Углеводы. Витамины. Минералы. Пирамида здорового питания.

Подготовка к соревнованиям.

Правила соревнований. Технические требования.

Упражнения на развитие силы и гибкости.

Основы стретчинга.

Упражнения на развитие силы и гибкости.

Уметь правильно выполнять упражнения на силу и гибкость.

7.Постановочная работа.

Подготовка номеров к концертным программам. Рекомендуемые постановки: «Ритмы города», «Моя Россия», «Вертушки».

8. Концертная деятельность.

Подготовка к концертным выступлениям. Выступления на ежегодном хореографическом фестивале. Анализ выступления. Работа над ошибками.

9. Промежуточный контроль.

Подведение итогов учебного года, концерт для родителей обучающихся.

**4.6. Шестой год обучения (базовый уровень)**

Работа данной группы шестого года обучения строится на базе знаний и умений, приобретенных ранее. Дети уже хорошо владеют техникой исполнения основных движений народно-сценического танца, много концертируют, активно работают над классическим экзерсисом, и это дает возможность усложнять танцевальную лексику.

1.Теоретические сведения, вводный контроль, инструктаж по технике безопасности.

Беседа с детьми о содержании занятий в коллективе. Проверка уровня знаний и умений обучающихся.Внешний вид и форма одежды для занятий. Инструкция по технике безопасности.

Разминка. Основные упражнения разминки.

2. Партерная гимнастика.

- Стопа. Упражнения на развитие подъема стопы.

- Выворотность. Упражнения на развитие выворотности бедер, голени, стопы.

- Спина. Упражнения на развитие мышц спины.

- Гибкость. Упражнения на развитие гибкости тела.

- «Балетный шаг». Упражнения на развитие «балетного шага»- ширина, высота, легкость, сила ног.

3.Классический танец.

- developpe по всем направлениям;

- pasdebourree с переменой ног;

- tempslies;

- glissade;

- grands battements jetes pointes.

Из выученных ранее упражнений у станка составляются новые комбинации, на середине продолжается работа с прыжковыми комбинациями, в диагонали – вращения.

4. Народно-сценический танец.

- Комбинация движений на основе «моталочки», «молоточков», па де баска и вращений с бегом;

- комбинация движений на основе «веревочки», «веревочки» с переступаниями, «припадания», переменного шага и вращений;

- комбинация движений на основе «ковырялочки» с выносом ноги в сторону, па де баска, «ковырялочки» с поворотом корпуса на 360;

- комбинация движений на основе переменного шага, шагов с переступаниями, тройного шага с каблука и «припаданий» в повороте.

5. Текущий контроль.

Открытое занятие, демонстрация поставленных номеров.

6. Черлидинг.

Инструкция для занимающихся (требования к местам занятий, оборудованию и инвентарю, к одежде занимающихся). Правила личной гигиены на занятиях и в быту. Профилактика травматизма. Специально подобранные костюмы.

История возникновения черлидинга.

Основные средства тренировочного воздействия:

- общеразвивающие упражнения  с  предметами (помпоны) и без;

- комплекс  прыжковых  упражнений;

- силовые упражнения (с отягощениями и без);

- элементы  гимнастики («мост», махи, шпагаты и т.д.);

- элементы  хореографии;

- комплекс  прыжковых  упражнений;

- музыкальное  сопровождение.

Типы упражнений в зале:

- строевые  упражнения: перестроения в колонне,  в шеренге; движение в колонне по  диагонали,  противоходом, змейкой, кругом, скрещением;

- силовые упражнения: акробатические стойки (стойка на лопатках, стойка на руках), специальные стойки, используемые в черлидинге;

- скоростно-силовые упражнения: различные прыжки, подскоки, выпрыгивания;

- развитие гибкости: шпагаты, махи, выпады, прогибы, мосты;

-  акробатика: перекаты, кувырки, выпады, мост из положения лёжа и стоя, переворот в сторону (колесо), шпагаты, полушпагат.

7. Постановочная работа.

Для постановочной работы предлагаются следующие номера: «Калинка», «Кошки на крыше», «Тусовка».

8. Концертная деятельность.

Праздничные мероприятия и концерты на различных площадках города. Концертные программы МАОУ ДО «Детско–юношеский центр им. Б.Г. Лесюка».

Итогом работы группы за год является участие в отчетном концерте коллектива.

9. Промежуточный контроль.

Подведение итогов учебного года, концерт для родителей обучающихся.

**4.7. Седьмой год обучения (продвинутый уровень)**

Перед обучающимися группы продвинутого уровня ставиться задача – углубить и развить навыки, умения, которые были получены ранее.

1.Теоретические сведения, вводный контроль, инструктаж по технике безопасности.

Беседа о целях и задачах обучения в старшей группе. Проверка уровня знаний и умений обучающихся. Инструктаж по технике безопасности. Движения разминки.

2. Партерная гимнастика.

*Для укрепления мышц тазового пояса, бедер, ног:*

«Бабочка»- И.п. Сесть в позу прямого угла, согнуть ноги в коленях, соединить стопы. Колени развести, руки на коленях, ладонями вниз. Усложненный вариант: медленно наклониться вперед до касания головой пола, задержаться на некоторое время. Для положительного настроя учащихся можно использовать игрушку – она находится в руках,и все наклоны корпуса выполняются вместе с ней.

«Складочка» - И.п. Сесть в позу прямого угла, руки с игрушкой поднять над головой, не сгибая ног в коленях наклоняться вперед, стараясь как можно дальше положить игрушку.

«Веревка» - И.п. Сесть в позу прямого угла, руки на бедрах. Развести ноги в стороны, разместив их и туловище в одной плоскости, ноги прямые. Выполнять наклоны корпуса к каждой ноге и вперед, стараясь лечь на пол.

*Для укрепления мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад и наклона вперед.*

«Змейка» - И.п. Лечь на пол ничком, ноги вместе, ладони на уровне плеч. Медленно поднимаясь на руках, поднять голову, затем грудь и прогнуться назад, задержаться на некоторое время.

«Корзиночка» - И.п. Лечь ничком, руки вдоль туловища. Ухватить руками ноги выше щиколоток, прогнуться, поднимая голову и корпус насколько можно выше, задержаться на некоторое время и вернуться в исходное положение.

«Коробочка» - И.п. Лечь ничком, ладони на уровне плеч. Согнуть ноги в коленях и прогнуться, пытаясь достать натянутыми носочками головы, задержаться на некоторое время и вернуться в исходное положение.

«Ласточка» - И.п. Лечь ничком, ноги вместе, руки разведены в стороны. Одновременно поднять и прогнуться немного, руки и выпрямленные ноги, задержаться на какое-то время и вернуться в исходное положение.

«Ножницы» - И.п. Сесть в позу прямого угла и опуститься на спину в упоре на локти. Поднять на 25 градусов прямые ноги, и, не опуская их на пол, заводить одну за другую. Повторить определенное количество раз и вернуться в исходное положение.

«Уголок» - И.п. Сесть в позу прямого угла, обхватив согнутые колени руками. Одновременно раскрывая руки в стороны поднять прямые ноги перед собой, задержаться на некоторое время, вернуться в исходное положение.

«Веточка» - И.п. Лечь на спину, ноги вместе, носочки натянуты. Не сгибая ноги в коленях медленно поднять ноги в вертикальное положение, таз не отрывать от пола. Задержаться на некоторое время и вернуться в исходное положение.

«Веер» - И.п. Лечь на спину, ноги вместе. Не сгибая ног в коленях поднять ноги в вертикальное положение и раскрыть их в стороны, таз лежит на полу. Повторить несколько раз и вернуться в исходное положение.

3. Классический танец.

- комбинация plie,

- комбинация battementstendus,

- комбинацияrond de jambe par terreиrond de jambeenleair.

Работа с позициями рук на середине, вращения в диагонали, прыжковые комбинации по третьей и пятым позициям.

4. Бальная хореография.

История возникновения и развития вальса. Виды вальса. Музыкальный размер ¾. Прослушивание различных видов вальса. Позиции ног и рук. Линия танца.

Поклон и реверанс. Шаг вальса по линии танца. Маленький квадрат вальса с правой ноги. Большой квадрат вальса с правой ноги. Поворот партнерши под рукой. Положения в паре. «Лодочка» (представляет собой балансе по линии танца, а затем против нее). Вальсовая дорожка (променад).  Разворот друг от друга с раскрытием. «Окошко». Раскрытия. Движение партнерши вокруг партнера стоящего на одном колене.  Маленький квадрат в паре, удерживая руки под локти. Большой квадрат в паре, удерживая руки под локти. Маленький квадрат в паре. Большой квадрат в паре. Движения в паре вперед-назад, держась за кисти рук. Движения в паре вперед-назад. Движения в паре вперед-назад с медленным поворотом. Движения в паре с поворотом (венский вальс). «Окошко» и смена мест. Раскрытия с поворотом партнерши под рукой. Шаги вальса по кругу.

Позиции ногв бальном танце:

1 п. - 1-я позиция - пятки вместе, носки разведены в стороны.

2 п. - 2-я позиция - ноги на расстоянии ступни, носки разведены в стороны.

3 п. - 3-я позиция - ступня одной ноги приставлена к середине ступни другой ноги, носки разведены в стороны; впереди - правая или левая нога.

6 п. - 6-я позиция - пятки и носки сомкнуты, ступни параллельны.

5-я позиция так же, как и выворотное положение ступней, не

используется.

Основные позиции рук в вальсе.

Существует подготовительное положение и три основные позициирук (I, II, III).

Правый поворот:

Правый поворот состоит из двух поворотов на 180°. Но это деление условное – кружение должно быть плавным и непрерывным. Первая половина поворота Исходное положение: ноги в III позиции, правая нога впереди.

Вальсовая дорожка (променад):

В данном варианте предлагается сочетать вальсовую дорожку вперед у партнера с правым вальсовым поворотом у партнерши.

«Окошко»:

Исходное положение — партнеры стоят лицом друг к другу, ноги в 3-й позиции. Партнер находится спиной, а партнерша лицом к центру зала. Партнер правой рукой держит кисть правой руки партнерши. Правые руки в 1-й позиции. Левые: у партнера за спиной, у партнерши — вытянута вниз. Движения партнерши выполняются аналогично движениям партнера. Затакт – подняться на полупальцах. 1 такт Раз – сделать шаг с правой ноги вперед навстречу друг другу; правые руки из 1-й позиции, не размыкаясь, переходят в 3-ю позицию. Два – вернуться в исходное положение.

5. Текущий контроль.

Открытое занятие, демонстрация поставленных номеров.

6. Народно-сценический танец.

- прыжки с поворотом корпуса на 3600,

- «козлик» в диагонали,

- туры (вращения с выносом ноги на 900)

Упражнения на середине зала.

Большие развёрнутые этюды и танцевальные комбинации на основе пройденного материала, развивающие технику и выразительность народно-сценического танца. Специальные комбинации для развития выразительности корпуса и рук, и технически сложные комбинации, построенные на прыжках, вращениях.

7.Постановочная деятельность.

Законы драматургии. Номера с развёрнутым рисунком танца, выразительным лексическим материалом, яркими хореографическими образами. Рекомендуемые постановки: «На Ивана Купалу», «Раззадоры», «Велик день».

Тренаж, постановочная работа: понимание музыкального характера танца. Овладение более сложными композиционными и музыкально-ритмическими соединениями фигур, развитие художественной выразительности.

8. Концертная деятельность.

Подготовка к концертным выступлениям. Выступления на ежегодном хореографическом фестивале и на различных городских площадках. Анализ выступления. Работа над ошибками.

9. Промежуточный контроль.

Подведение итогов учебного года, концерт для родителей обучающихся.

**4.8. Восьмой год обучения (продвинутый уровень)**

1.Теоретические сведения, вводный контроль, инструктаж по технике безопасности.

Проверка уровня знаний и умений обучающихся. Беседа о целях и задачах второго года обучения в старшей группе. Инструктаж по технике безопасности.

Движения разминки. Комбинации движений в диагонали и на середине.

2. Партерная гимнастика.

*Упражнения для эластичности мышц стопы, растяжения ахилловых сухожилий, подколенных мышц и связок*

В положении лежа на спине и сидя:

- вытягивание и сокращение подъема стопы по VI позицииног;

- развороты стоп с вытянутым и сокращенным подъемом в I позиции ног;

- вращательные движения стопами внутрь и наружу;

- захват мелких предметов пальцами ног и сводами ступней;

- приподнимание в воздух вытянутых ног попеременно на 25°, 45°, 60°;

- упражнение «складка» — наклон ровного корпуса на вытянутые ноги с захватом руками стоп ног (при седлообразной спине);

- упражнение «циркуль» (при«о»-образныхногах).

*Упражнения для развития подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра*

В положении лежа на спине:

- поочередное выпрямление согнутых ног с помощью рук;

- легкое раскрывание ног в стороны, расслабляя колени, изакрываниечерезсопротивлениевстопеиголени(при«х»-образныхногах).

В положении сидя:

- наклоны вперед, с касанием вытянутых и разведенных в стороны ног, касаясь локтями пола;

- поочередное касание пола коленом вовнутрь согнутых и поставленных врозь ног;

- упражнение «лягушка» — касание пола согнутыми в коленяхи разведенными врозь ногами;

- упражнение «лягушка» с наклоном корпуса вперед;

- подъем на колени с вытянутыми руками вперед из положения, сидя на пятках, с руками на поясе (при седлообразной спине);

- отведение прямой ноги назад на носок, с подачей корпуса вперед, с руками на поясе, стоя на колене другой ноги (при седлообразной спине).

*Упражнение для развития танцевального шага*

В положении лежа на животе:

- упражнение «лягушка» с поднятым и прогнутым назад корпусом, прижатыми пятками и животом к полу.

В положении лежа на спине:

- подъем согнутой в коленном суставе ноги с отводом в сторону вверх с помощью руки;

- подъем ноги на 90° с выворотной и сокращенной стопой, с нагрузкой на поднятую ногу (с посторонней помощью);

- растяжка поднятой вперед вверх ноги на 180° (с посторонней помощью).

В положении сидя:

- выпрямление согнутых в коленях ног с разворотом стоп в I позиции ног с одновременным медленным наклоном корпуса к ногам;

- наклоны корпуса вперед с касанием пола к раскрытым до предела в стороны ногам;

- виды «шпагатов» — продольный, поперечный.

*Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса*

В положении лежа на спине:

- поочередный и одновременный подъем выворотных ног с сокращением и вытягиванием стоп в воздухе;

- подъем корпуса в положение сидя с вытянутыми вперед руками, с закрепленными на полу ногами (при седлообразной спине);

- одновременный подъем корпуса и вытянутых ног до образования угла согнутых в коленях ног и корпуса с разворотом их в разные стороны;

- забрасывание прямых ног за голову и возвращение в исходное положение;

- приподнимание головы с целью увидеть свои стопы (при сутулой спине).

В положении сидя:

- упражнение «ножницы» — поочередное выбрасывание прямых ног вверх с большой и малой амплитудой, раскрытие и перекрещивание ног над полом;

- отведение одной руки назад с взглядом на кисть в упоре на коленях (при седлообразной спине).

*Упражнения на развитие гибкости позвоночника*

В положении лежа на спине:

- приподнимание верхней части позвоночника с удерживанием тела на крестцовой части позвоночника и затылочной части головы «маленький мост» (при сутулой спине);

- прогиб корпуса с опорой на локти, без отрыва головы и таза от пола;

- наклон туловища вправо, влево без отрыва спины от пола;

- касание пола справа и слева коленями согнутых ног с одновременным поворотом головы в противоположную сторону;

- упражнение «березка» — выход в стойку с вытянутым вверх позвоночником опорой на плечи, локти и кисти рук, шея, свободна спина, таз, ноги вытянуты в одной плоскости вертикально вверх.

В положении сидя:

- выпрямление согнутых в коленях ног без отрыва туловища от ног с захватом пяток руками;

- наклоны корпуса вправо, влево с одновременным касанием пола локтем руки за коленом отведенных в сторону ног.

В положении упора на коленях:

- поочередное поднимание прямых противоположных руки и ноги (при сутулой спине).

3. Классический танец.

- комбинация battements fondues u battements frappes,

- комбинацияdeveloppe,

- комбинация grands battements jetes.

На середине зала – маленькое адажио и прыжки.

4. Бальная хореография.

Поклон и реверанс. Шаг вальса по линии танца. Маленький квадрат вальса с правой ноги. Большой квадрат вальса с правой ноги. Поворот партнерши под рукой. Положения в паре. «Лодочка» (представляет собой балансе по линии танца, а затем против нее.Большой квадрат в паре. Движения в паре вперед-назад, держась за кисти рук. Движения в паре вперед-назад. Движения в паре вперед-назад с медленным поворотом. Движения в паре с поворотом (венский вальс).

Фигурный вальс.

Вводная часть: Пары равномерно располагаются по кругу.

Начальная позиция - партнер стоит спиной в центр, партнерша - лицом. Движение по линии танца.

Схема танца:

Такты 1-2. Лодочка: балансе в сторону по линии танца и против нее.

Такты 3-4.Соло по линии танца: вальсовый поворот друг от друга на 2 такта: партнерша через правое плечо (делает полный правый поворот), партнер- через левое (полный левый поворот).

Такты 5-8. Повторение тактов 1-4.

Такты 9-16. Балансе-менуэт: балансе вперед/назад и смена мест (2 раза). Пары держатся правыми руками.

Такты 17-24. Променад: вальсовая дорожка партнера и вальсовое вращение партнерш.

Такты 25-32. Четыре полных вальсовых поворота.

5. Текущий контроль.

Открытое занятие, демонстрация поставленных номеров.

6. Народно-сценический танец.

- дроби: «ключ», «трилистник», простейшие переступания,

- «веревочка» с переступаниями,

- «голубцы».

Упражнения  на  середине  зала.

Большие развёрнутые этюды и танцевальные комбинации на основе пройденного материала, развивающие технику и выразительность народно-сценического танца. Специальные комбинации для развития выразительности корпуса и рук, и технически сложные комбинации, построенные на прыжках, вращениях.

7.Постановочная деятельность.

Номера с развёрнутым рисунком танца, выразительным лексическим материалом, яркими хореографическими образами. Рекомендуемые постановки: «Думы», «Травушка», «Перышко».

Овладение более сложными композиционными и музыкально-ритмическими соединениями фигур, развитие художественной выразительности.

8. Концертная деятельность.

Подготовка к концертным выступлениям. Выступления на ежегодном хореографическом фестивале и на различных городских площадках. Анализ прошедших выступлений.

9. Промежуточный контроль.

Подведение итогов учебного года, концерт для родителей обучающихся.

**4.9. Девятый год обучения (продвинутый уровень)**

1.Теоретические сведения,вводный контроль, инструктаж по технике безопасности.

Проверка уровня знаний и умений обучающихся. Беседа о целях и задачах девятого года обучения. Инструктаж по технике безопасности. Повторение изученного ранее материала.

Комбинации движений разминки на середине.

2. Партерная гимнастика.

*Упражнения для эластичности мышц стопы, растяжения ахилловых сухожилий, подколенных мышц и связок*

В положении лежа на спине и сидя:

- вытягивание и сокращение подъема стопы по VI позиции

ног;

- развороты стоп с вытянутым и сокращенным подъемом в I позиции ног;

- вращательные движения стопами внутрь и наружу;

- захват мелких предметов пальцами ног и сводами ступней;

- приподнимание в воздух вытянутых ног попеременно на 25°, 45°, 60°;

- упражнение «складка» — наклон ровного корпуса на вытянутые ноги с захватом руками стоп ног (при седлообразной спине);

- упражнение «циркуль» (при«о»-образных ногах).

*Упражнения для развития подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра*

В положении лежа на спине:

- поочередное выпрямление согнутых ног с помощью рук;

- легкое раскрывание ног в стороны, расслабляя колени, и закрывание через сопротивление в стопе и голени (при«х»-образныхногах).

В положении сидя:

- наклоны вперед, с касанием вытянутых и разведенных в стороны ног, касаясь локтями пола;

- поочередное касание пола коленом вовнутрь согнутых и поставленных врозь ног;

- упражнение «лягушка» — касание пола согнутыми в коленяхи разведенными врозь ногами;

- упражнение «лягушка» с наклоном корпуса вперед;

- подъем на колени с вытянутыми руками вперед из положения, сидя на пятках, с руками на поясе (при седлообразной спине);

- отведение прямой ноги назад на носок, с подачей корпуса вперед, с руками на поясе, стоя на колене другой ноги (при седлообразной спине).

*Упражнение для развития танцевального шага*

В положении лежа на животе:

- упражнение «лягушка» с поднятым и прогнутым назад корпусом, прижатыми пятками и животом к полу.

В положении лежа на спине:

- подъем согнутой в коленном суставе ноги с отводом в сторону вверх с помощью руки;

- подъем ноги на 90° с выворотной и сокращенной стопой, с нагрузкой на поднятую ногу (с посторонней помощью);

- растяжка поднятой вперед и вверх ноги на 180° (с посторонней помощью).

В положении сидя:

- выпрямление согнутых в коленях ног с разворотом стоп в I позиции ног с одновременным медленным наклоном корпуса к ногам;

- наклоны корпуса вперед с касанием пола к раскрытым до предела в стороны ногам;

- виды «шпагатов» — продольный, поперечный.

*Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса*

В положении лежа на спине:

- поочередный и одновременный подъем выворотных ног с сокращением и вытягиванием стоп в воздухе;

- подъем корпуса в положении сидя с вытянутыми вперед руками, с закрепленными на полу ногами (приседлообразнойспине);

- одновременный подъем корпуса и вытянутых ног до образования угла согнутых в коленях ног и корпуса с разворотом их в разные стороны;

- забрасывание прямых ног за голову и возвращение в исходное положение;

- приподнимание головы с целью увидеть свои стопы (при сутулой спине).

В положении сидя:

- упражнение «ножницы» — поочередное выбрасывание прямых ног вверх с большой и малой амплитудой, раскрытие и перекрещивание ног над полом;

- отведение одной руки назад со взглядом на кисть в упоре на коленях (при седлообразной спине).

*Упражнения на развитие гибкости позвоночника*

В положении лежа на спине:

- приподнимание верхней части позвоночника с удерживанием тела на крестцовой части позвоночника и затылочной части головы «маленький мост» (при сутулой спине);

- прогиб корпуса с опорой на локти, без отрыва головы и таза от пола;

- наклон туловища вправо, влево без отрыва спины от пола;

- касание пола справа и слева коленями согнутых ног с одновременным поворотом головы в противоположную сторону;

- упражнение «березка» — выход в стойку с вытянутым вверх позвоночником опорой на плечи, локти и кисти рук, шея, свободна спина, таз, ноги вытянуты в одной плоскости вертикально вверх.

В положении сидя:

- выпрямление согнутых в коленях ног без отрыва туловища от ног с захватом пяток руками;

- наклоны корпуса вправо, влево с одновременным касанием пола локтем руки за коленом отведенных в сторону ног.

В положении упора на коленях:

- поочередное поднимание прямых противоположных руки и ноги (при сутулой спине).

3. Классический танец

- третье port de bras с ногой, отведенной вперед или назад носком в пол в приседании. Исполняется в заключение rond de jambe parterre на plie;

- battements frappes с подъемом на полупальцы во всех направлениях;

- battements fondues во всех направлениях, с подъемом на полупальцы;

-battements fondues c plie demi-rond de jambe;

-rond de jambeen leairen dehorsиen dedans с подъемом на полупальцы.

Экзерсис на середине зала – те же упражнения, но без подъема на полупальцы.

4. Бальная хореография.

Большой фигурный вальс.

Исходное положение: мальчик спиной к центру круга, девочка лицом. Мальчик подает девочке правую руку, девочка левую, отведя поданные руки в сторону.

4 такта - балансэ по линии танца – против-по л.т. не подавая других рук. Руки касаются только левая рука девочки и правая мальчика. Повторить фигуру еще раз.

2 такта - променад по линии танца: пара раскрывается лицом по линии танца, с внешних ног и делает при это два вальсовых шага по линии танца.

2 такта - расход спинами: мальчик и девочка отпускают руки и делают два вальсовых шага, на первый они разворачиваются спиной друг к другу, на второй становятся лицом. Девочка делает поворот по часовой стрелке, мальчик против часовой стрелки.

8 тактов - вальс

4 такта - раскрытие-закрытие 2 раза

Раскрытие: пара раскрывается по линии танца, как в променаде, но чуть сильнее разворачиваясь друг к другу спинами. На закрытии мальчик и девочка оказываются лицом друг к другу, но рук не подают.

2 такта: променад по линии танца

2 такта: расход спинами. В конце становимся в "дощечку": то есть девочка, делая второй вальсовый шаг при расходе, чуть не доворачивается до исходного положения, а мальчик наоборот, делает поворот чуть больший, чем до исходного положения. В итоге на начало "дощечки" девочка стоит спиной по линии танца, а мальчик лицом. Левая рука у каждого за спиной и держит вытянутую правую руку партнера.

4 такта: "дощечка"

Положение в паре: девочка стоит правым боком к центру, а мальчик левым, спиной друг другу. Девочка стоит у правого плеча мальчика. Левая рука у каждого за спиной и держит вытянутую правую руку партнера.

Движения: четыре вальсовых шага в таком положении по кругу по часовой стрелке. Проходим около 3/4 круга.

4 такта: обвод девочки, мальчик левой рукой берет правую руку девочки и обводит ее вокруг себя. В конце фигуры (последний такт) мальчик меняет руку на правую, правые руки мальчика и девочки подняты над ее головой.

8 тактов: девочка идет под рукой вальсовым шагом, мальчик вальсовой дорожкой вперед по линии танца.

4 такта: движение "по кругу" - мальчик берет левой рукой левую руку девочки, правая у нее за спиной, не касаясь ее. Вальсовым шагом проходят небольшой круг против часовой стрелки, заканчивая лицом по линии танца.

4 такта: 4 па марше (4 шага, по одному шагу на такт, с правых ног), на последнем подают руки: у девочки правая поднята наверх, левая - как бы обнимает корпус. Мальчик берет левой рукой правую руку девочки, а правой - левую.

4 такта: движение по линии танца, "вертушка".

Мальчик: делает 4 шага вальсовой дорожки по линии танца, на четвертом шаге разворачиваясь лицом против линии танца.

Девочка:

1 такт - вальсовый шаг по часовой стрелке, становясь спиной к мальчику

2 такт - вальсовый шаг по ч.с, становясь лицом к мальчику. Руки лодочкой.

3 такт - мальчик пропускает девочку под своей правой рукой

4 такт - девочка заканчивает поворот, оказывается лицом против линии танца. Руки приходят в исходное положение, как в начале "вертушки"

4 такта - движение против линии танца, "вертушка".

Мальчик: делает 4 шага вальсовой дорожки против линии танца, на четвертом шаге разворачиваясь лицом к девочке, спиной к центру зала.

Девочка:

1 такт - вальсовый шаг против линии танца по прямой

2 такт - вальсовый шаг против часовой стрелки, становясь спиной к мальчику

3 такт - вальсовый шаг против ч.с, становясь лицом к мальчику.

4 такт - девочка делает поворот под правой рукой мальчика.

8 тактов - вальс.

5. Промежуточный контроль.

Открытое занятие, демонстрация поставленных номеров.

6. Народно-сценический танец.

Комбинациидвижений народно-стилизованного танца. Составляются комбинации для танца «Тень над водою». Вращения не середине. Бег с вращениями по диагонали.

Этюды на основе движений народно-сценического танца.

7. Постановочная работа.

«Тень над водою», «Купалинка», «Сон».

8. Концертная деятельность.

Подготовка к концертным выступлениям. Выступления на ежегодном хореографическом фестивале и на различных городских площадках. Анализ выступления. Работа над ошибками.

Отчетный концерт танцевального коллектива «Ассорти».

9. Итоговый контроль.

Подведение итогов учебного года, концерт для родителей обучающихся.

**5. ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ (МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ)**

**Начальный уровень**

Оценивание обучающихся начального уровня проводится на основе следующих знаний и умений.

**Необходимо:**

- различать танцевальные жанры, их специфические особенности;

- воспринимать танцевальную музыку;

- грамотно исполнять программные движения;

- знать правила выполнения движений;

- знать структуру и ритмическую раскладку;

- координировать движения ног, корпуса и головы в умеренном и быстром темпе;

- уметь танцевать в ансамбле;

- оценивать выразительность исполнения.

**Уровни:**

Высокий уровень 15 - 18 баллов.

Средний уровень 7 -14 баллов.

Низкий уровень 0-7 баллов.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п\п | ФИОобучающегося | Группа | Год обучения | 1. Партерная гимнастика. | 2. Музыкально-ритмическое воспитание | 3. Развитие основ классического танца | 4. Народный танец | 5. Постановочная деятельность. | 6.Эмоциональный отклик | Итого |
| 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| Баллы | Критерии оценивания демонстрации танцевальных движений и комбинаций. |
| 3 | технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения |
| 2 | баллы отражают грамотное исполнение с небольшими недочетами(как в техническом плане,так и в художественном) |
| 1 | исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методикиисполненияизученных движений и т.д. |

**Базовый уровень**

**Критерии оценивания практических умений и навыков обучающихся**

Форма оценки результатов: 3 - высокий уровень, 2 - средний уровень, 1 - низкий уровень.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | ФИО обучающегося | Группа | Год обучения | 1.Соответствие танцевальных движений музыкальному сопровождению | 2.Знание рисунков танца | 3.Навыки перестроения из одной фигуры в другую | 4.Уровень исполнения танцевальных движений (выразительность, техника исполнения и т.д.) | 5.Взаимодействие с другими детьми | 6.Эмоциональный отклик | Итого |
| 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_обучающихся показали высокие результаты,

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ обучающихся показали средние результаты,

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ обучающихся показали низкие результаты.

Критерии оценивания результатов:

1.Соответствие танцевальных движений музыкальному сопровождению.

2.Знание рисунков танца.

3.Навыки перестроения из одной фигуры в другую.

4.Уровень исполнения танцевальных движений (выразительность, техника исполнения и т.д.).

5.Взаимодействие с другими детьми.

6. Эмоциональный отклик.

Критерии оценок:

3 – полное соответствие танцевальных движений музыкальному сопровождению;

2 – среднее соответствие танцевальных движений музыкальному сопровождению;

1 – не соответствие танцевальных движений музыкальному сопровождению.

Высокий уровень 15 - 18 баллов;

Средний уровень 7 -14 баллов

Низкий уровень 0-7 баллов.

**Продвинутый уровень**

**Диагностика результативности воспитательно-образовательного процесса**

В воспитании художественной культуры ребенка выделяются в качестве основных пять показателей:

1. Качество знаний, умений, навыков.

2. Особенности мотивации к занятиям.

3. Творческая активность.

4. Эмоционально-художественная настроенность.

5. Достижения.

Для характеристики каждого показателя разработаны критерии по четырем уровням дополнительного образования в соответствии со следующей моделью:

первый уровень – подготовительный;

второй уровень – начальный;

третий уровень – освоения;

четвертый уровень – совершенствования.

**Критерии оценки.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Показатели** | **Подготовительный уровень (I)** | **Начальный уровень(II)** | **Уровень освоения (III)** | **Уровень совершенствования**  **(IV)** |
| Качество знаний, умений, навыков. | Ознакомление с образовательной деятельностью. | Владение основами знаний. | Овладение специальными ЗУН. | Допрофессиональная подготовка. |
| Особенности мотивации к занятиям. | Неосознанный интерес. Мотив случайный кратковременный. | Интерес иногда поддерживается самостоятельно. Мотивация неустойчивая, связанная с результативной стороной процесса. | Интерес на уровне увлечения, поддерживается самостоятельно. Устойчивая мотивация. Ведущие мотивы: познавательный интерес к общению, стремление добиться высоких результатов. | Четко выраженные потребности. Стремление глубоко изучить предмет как будущую профессию. |
| Творческая активность. | Интерес к творчеству отсутствует. Инициативу не проявляет. Не испытывает радости от открытия. Отказывается от поручений, заданий. Производит действия по заранее заданному плану.  Нет навыков самостоятельного решения проблемы. | Инициативу проявляет редко. Испытывает потребность в получении новых знаний, в открытии для себя новых способов деятельности.  Добросовестно выполняет поручения и задания.  Способен разрешить проблемную ситуацию, но при помощи педагога. | Есть положительный эмоциональный отклик на успехи свои и коллектива. Проявляет инициативу, но не всегда.  Может предложить интересные идеи, но часто не способен оценить их и выполнить. | Вносит предложения по развитию деятельности коллектива. Легко,быстро увлекается творческим делом. Обладает оригинальность и гибкостью мышления, богатым воображением, развитой интуицией, способностью к созданию новых идей. |
| Эмоционально-художественная настроенность. | Подавленный, напряженный. Бедные и маловыразительные мимика и жесты, речь, голос. Не может четко выразить свое эмоциональное состояние. Неустойчивая потребность воспринимать или исполнять произведения искусства. | Замечает разные эмоциональные состояния. Пытается выразить эмоциональное состояние, не проникая в художественный образ. Есть потребность воспринимать или исполнять произведения искусства, но не всегда. | Распознает разные эмоциональные состояния свои и других людей. Выражает свое эмоциональное состояние при помощи мимики, жестов, речи, голоса, включаясь в художественный образ. Есть устойчивая потребность в восприятии и исполнении произведений искусств. | Распознает и оценивает разные эмоциональные состояния свои и других людей по жестам, мимике, речи, интонации. Проявляет произвольную активность в выражении эмоций. Развита эмоциональная выразительность мимики, жестов, речи, голоса. Высокий уровень включенности в художественный образ. Большая потребность в восприятии и исполнении произведений искусств. |
| Достижения. | Пассивное участие в делах коллектива. | Активное участие в делах коллектива. | Значительные результаты на уровне города, региона. | Значительные результаты на уровне города, области, России. |

**Методика изучения мотивации обучающихся.**

Ход проведения:

Обучающимся предлагается определить, что и в какой степени интересует их в хореографическом коллективе.

Для ответа на вопрос используется следующая шкала:

3 – привлекает очень сильно;

2 – привлекает в значительной степени;

1 – привлекает слабо;

0 – не привлекает совсем.

Что тебя привлекает в хореографической деятельности?

1. Интересное дело.

2. Общение.

3. Помочь товарищам.

4. Возможность показать свои способности.

5. Творчество.

6. Приобретение новых знаний, умений.

7. Возможность проявить организаторские качества.

8. Участие в делах своего коллектива.

9. Вероятность заслужить уважение.

10. Сделать доброе дело для других.

11. Выделиться среди других.

12. Выработать у себя определенные черты характера.

Обработка и интерпретация результатов:

Для определения преобладающих мотивов следует выделить следующие блоки:

а) коллективные мотивы (пункты 3, 4, 8, 10);

б) личностные мотивы (пункты 1, 2, 5, 6, 12);

в) мотивы престижа (пункты 7, 9, 11).

Сравнение средних оценок по каждому блоку позволяет определить преобладающие мотивы участия обучающихся.

**Формы подведения итогов реализации программы.**

Главный показатель – личностный рост каждого ребенка, его творческих способностей, превращение группы в единый коллектив, способный к сотрудничеству и совместному творчеству. Подведение итогов реализации программы проводится путём организации выступлений различного уровня.

Для определения уровня освоения программы используется методика «Мониторинг результатов обучения детей по дополнительной образовательной программе». Дважды в течение учебного года (в декабре и мае) педагог заносит данные о детях в диагностическую карту.

Методы контроля:

**-**наблюдение (комментирование действий при выполнении упражнений на занятиях);

**-**опросов на знание терминологии;

- анкетирование;

- мониторинг результативности реализации программы в соответствии с заявленными критериями оценки;

- сбор отзывов (детей, родителей, педагогов) о проведении концертов и мероприятий.

Способы организации педагогического взаимодействия:

-стимулирование проявлений образного мышления, эмоционально окрашенной интуиции, воображения;

- создание условий, позволяющих детям проявить инициативу к творчеству и поиску;

-учет психологических особенностей, индивидуальных предпочтений, интересов и склонностей обучающихся;

-включение в работу эффективных методов и приемов;

- создание особого психологического климата в детском коллективе, способствующего свободному обмену мнениями, формированию чувства внутренней свободы;

- создание условий для правильной организации творческой деятельности.

Методы диагностики личностного развития обучающихся:

- наблюдение;

- беседа;

- сравнение и анализ выполняемых упражнений, этюдов; итоговый анализ полученных умений и навыков обучающихся за период обучения.

Виды и формы контроля освоения программы:

- текущий (после каждой темы);

- итоговый (в конце учебного года проводится обобщающее занятие).

Для качественного и грамотно выстроенного процесса обучения оборудован зал для занятий. В зале: установлены зеркала, выполнено специальное покрытие, коврики для занятий партерной гимнастикой, находится аудиоаппаратура (CD диски, USB-накопители), у педагога усилитель звука в виде звуковой колонки и микрофона.

**6. Список литературы.**

**Список литературы, использованной при разработке программы**

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии» -М.: Айрис Пресс, 1999.
2. Ваганова А. Я. «Основы классического танца» -С.-П., 2000.
3. Васильева Т. К. «Секрет танца» -С.-П.: Диамант, 1997.
4. Воронина И. «Историко-бытовой танец» -М.: Искусство, 1980.
5. Добовчук С.В. «Ритмическая гимнастика: учебное пособие». - М.: МГИУ, 2008.
6. Климов А. «Основы русского народного танца» -М.: Искусство, 1981.
7. Петрусинский В.В. «Обучение, тренинг, досуг» - М.: Новая школа, 1998.

**Литература, рекомендуемая для детей и родителей**

1. Браиловская Л.В., Володина О.В., Цыганкова Р.В. Танцуют все. – Ростов-на-Дону, 2007.
2. Беликова А.Н., Пуртова Т.В., Кветная О.В. Учите детей танцевать. – М., 2003.
3. Васильева Т.К. Секрет танца. – СПб., 1997.
4. Конорова Е. Ритмика. – М., 1997.
5. Танцы – начальный курс. – М., 2001.
6. Тарасов Н. Классический танец. – СПб., 2005.
7. Шипилова С.Г. Танцевальные упражнения. – М., 2004.

**Список электронных ресурсов**

1. [Русские народные танцы - обучающие уроки (video-dance.ru)](https://video-dance.ru/narodnie/russian-dance/)
2. [Уроки хореографии, видео уроки для начинающих | MaxDances.ru — видео уроки танцев](https://maxdances.ru/uroki/klassika-uroki?ysclid=l7tfq3fppl725738626)
3. [Эстрадные танцы - направления и виды эстрадных танцев на dance.ru](https://www.dance.ru/dance_styles/estradnye-tantsy/?ysclid=l7tfszz0j5175305660)
4. [ВИДЕО УРОКИ ТАНЦЕВ ДЛЯ ДЕТЕЙ - Go Dance studio (go-dance.com)](https://go-dance.com/video-uroki-tancyev-dlya-detej/?ysclid=l7tftxx8yg685135281)

Муниципальное автономное образовательное учреждение дополнительного образования

«Детско-юношеский центр им. Б.Г. Лесюка»

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ (ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ) ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ**

**«В МИРЕ ТАНЦА»**

**Год обучения:** 1 год.

**Группы** №1, № 6

**Автор программы:**

Перчикова Наталия Николаевна,

педагог дополнительного образования

**2022-2023 учебный год**

**Содержание**

1.Пояснительная записка.

2.Календарно-тематическое планирование.

**1.Пояснительная записка.**

**Цели и задачи программы**

**Цель:** создание благоприятных условий для гармоничного развития творческой личности ребенка и укрепления физического и психологического здоровья.

**Задачи:**

 обучающие:

— ознакомить учащихся с основами хореографии и элементарной теории музыки;

— сформировать и совершенствовать исполнительские навыки;

— обучить выразительному и техничному исполнению движений;

— сформировать навык исполнения экзерсиса у станка и на середине.

Развивающие:

— ознакомить с историей возникновения народного и эстрадного танца;

— развить эмоциональную отзывчивость на музыку;

— развить музыкальные способности: музыкальный слух, музыкальную память, мышление, чувство ритма;

— развить координацию.

Воспитательные:

— воспитать трудолюбие и дисциплинированность;

— сформировать навыки самостоятельной работы над танцевальным номером;

— сформировать художественный музыкальный вкус, развить интерес к исполнению народных танцев и посещению концертов.

Практико-ориентированные:

- предоставить детям возможность реализации своих способностей в социуме.

**Количество часов, отводимых на освоение программы.**

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа (36 учебных недель), 4 часа в неделю, 144 часа в год.

**Ожидаемые результаты.**

Личностные:

- развитие природных задатков и способностей, помогающих достижению успеха;

- формирование потребности в здоровом образе жизни;

Метапредметные (освоенные детьми универсальные учебные действия):

-позитивная самооценка своих творческих возможностей;

-овладение навыками смыслового прочтения содержания «текстов» музыкальных и танцевальных стилей и жанров в соответствии с целями и задачами деятельности;

-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха.

Предметные:

- формирование специальных знаний, умений и навыков в области хореографического искусства;

- постановка корпуса, рук, ног, головы на простейших упражнениях, у станка и на середине зала.

**2. Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Тема | Количество часов | | Дата проведения |
| Теория | Практика |
| 1. | Вводный контроль, инструктаж по технике безопасности. | 1 | 1 |  |
| 2. | Постановка корпуса, партерная гимнастика. | 1 | 1 |  |
| 3. | Разминка на середине. | 1 | 1 |  |
| 4. | Музыкально-ритмические упражнения. | 1 | 1 |  |
| 5. | Движения разминки по линиям. | - | 2 |  |
| 6. | Упражнения на выворотность и растяжку. | 1 | 1 |  |
| 7. | В круге: шаги марша, бег, подскоки, галоп. | - | 2 |  |
| 8. | Движения танцевальной разминки. | 1 | 1 |  |
| 9. | Шаги на полупальцах, перестроения по рисунку. | - | 2 |  |
| 10. | Позиции ног: 1 и 6. | 1 | 1 |  |
| 11. | Работа с движениями разминки. | 1 | 1 |  |
| 12. | Гимнастические упражнения в партере. | 1 | 1 |  |
| 13. | Положение рук в движении. | - | 2 |  |
| 14. | Прыжки: трамплин, с поджатыми ногами, разножка. | 1 | 1 |  |
| 15. | Элементы движений на середине и в диагонали. | 1 | 1 |  |
| 16. | Изучение движений танцевального этюда «Раз ладошка, два ладошка» | 1 | 1 |  |
| 17. | Работа с танцевальным материалом. | - | 2 |  |
| 18. | Прыжки, элементы движений. | 1 | 1 |  |
| 19. | Работа в кругу над комбинацией движений. | - | 2 |  |
| 20. | Гимнастические упражнения в партере. | 1 | 1 |  |
| 21. | Комбинация шагов и подскоков по кругу. | 1 | 1 |  |
| 22. | Работа над движениями на середине. | 1 | 1 |  |
| 23. | «Раз ладошка, два ладошка» - отработка материала. | - | 2 |  |
| 24. | Партерная гимнастика. | - | 1 |  |
| 25. | Позиции рук в классическом танце. | 1 | 1 |  |
| 26. | Отработка танцевальных комбинаций. | - | 2 |  |
| 27. | Работа с движениями танцевального этюда. | - | 2 |  |
| 28. | Гимнастические упражнения для улучшения подвижности суставов. | - | 2 |  |
| 29. | Танцевальные игры. | - | 2 |  |
| 30. | Элементы движений на середине. | - | 2 |  |
| 31. | Работа над движениями и рисунком танца. | - | 2 |  |
| 32. | «Будет круто!» - танцевальный этюд. | 1 | 1 |  |
| 33. | Перестроения и рисунок в комбинациях. | - | 2 |  |
| 34. | Текущий контроль. | - | 2 |  |
| 35. | Прыжковая комбинация. | 1 | 1 |  |
| 36. | Изучение новой связки для танцевального этюда. | 1 | 1 |  |
| 37. | «Будет круто!» - работа с движениями. | - | 2 |  |
| 38. | Demi-plie в 1 позиции;  легкий бег по кругу на полупальцах,  - подскоки по кругу. | 1 | 1 |  |
| 39. | Отработка танцевальных связок и комбинаций. | - | 2 |  |
| 40. | Легкий бег по кругу на полупальцах, подскоки в парах. | 1 | 1 |  |
| 41. | «Будет круто!»» - связка движений. | 1 | 1 |  |
| 42. | Работа над комбинацией шагов для танца. | - | 2 |  |
| 43. | Отработка изученного танцевального материала. | - | 2 |  |
| 44. | Танец « Сладкоежки». | 1 | 1 |  |
| 45. | Танцевальные связки, работа с движениями. | - | 2 |  |
| 46. | Рисунки в танцевальных этюдах. | 1 | 1 |  |
| 47. | Гимнастические упражнения в партере. | - | 2 |  |
| 48. | «Сладкоежки»- работа с танцевальным материалом. | 1 | 1 |  |
| 49. | Этюд «Будет круто!». | 1 | 1 |  |
| 50. | Отработка движений в диагонали. | - | 2 |  |
| 51. | Связки движений, работа с рисунком. | 1 | 1 |  |
| 52. | Экзерсис и прыжковая комбинация на середине. | - | 2 |  |
| 53. | Battements tendusна середине. | 1 | 1 |  |
| 54. | Народно-сценический танец – гармошка, бег, шаг с выносом ноги. | - | 2 |  |
| 55. | Шаги с носка, каблучка, елочка. | - | 2 |  |
| 56. | Прыжковая комбинация на середине. | 1 | 1 |  |
| 57. | Отработка изученных комбинаций. | - | 2 |  |
| 58. | Движения танца «Сладкоежки». | 1 | 1 |  |
| 59. | Работа с рисунком танца. | 1 | 1 |  |
| 60. | Народно-сценический танец, работа с движениями. | 1 | 1 |  |
| 61. | Гимнастические упражнения в партере. | - | 2 |  |
| 62. | Отработка изученного материала. | - | 2 |  |
| 63. | Работа с движениямив линиях. | 1 | 1 |  |
| 64. | Танцевальная игра «Покажи движение». | - | 2 |  |
| 65. | «Сладкоежки» - работа с движениями. | - | 2 |  |
| 66. | Комбинация движений для танца. | 1 | 1 |  |
| 67. | Перестроения и рисунок в танце. | 1 | 1 |  |
| 68. | Растяжка в партере. | - | 2 |  |
| 69. | Работа над движениями по линиям. | - | 2 |  |
| 70. | Танцевальный материал - «Сладкоежки» и « Раз ладошка, два ладошка». | - | 2 |  |
| 71. | Отработка танцевальных элементов. | - | 2 |  |
| 72. | Промежуточный контроль. | - | 2 |  |

**Муниципальное автономное образовательное учреждение дополнительного образования**

**«Детско-юношеский центр им. Б.Г. Лесюка»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ (ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ) ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ**

**«В МИРЕ ТАНЦА»**

**Год обучения:** 2 год.

**Группа** №2

**Автор программы:**

Перчикова Наталия Николаевна,

педагог дополнительного образования

**2022-2023 учебный год**

**Содержание**

1. Пояснительная записка.
2. Календарно-тематическое планирование.

**1.Пояснительная записка.**

**Цели и задачи программы**

**Цель:** формирование и развитие индивидуальных способностей и творческих задатков детей средствами хореографии.

**Задачи:**

 обучающие:

— ознакомить учащихся с основами хореографии и элементарной теории музыки;

— сформировать и совершенствовать исполнительские навыки;

— обучить выразительному и техничному исполнению движений;

— сформировать навык исполнения экзерсиса у станка и на середине.

развивающие:

— ознакомить с историей возникновения народного и эстрадного танца;

— развить эмоциональную отзывчивость на музыку;

— развить музыкальные способности: музыкальный слух, музыкальную память, мышление, чувство ритма;

— развить координацию.

воспитательные:

— воспитать трудолюбие и дисциплинированность;

— сформировать навыки самостоятельной работы над танцевальным номером;

— сформировать художественный музыкальный вкус, развить интерес к исполнению народных танцев и посещению концертов.

практико-ориентированные:

- предоставить детям возможность реализации своих способностей в социуме.

**Количество часов, отводимых на освоение программы.**

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1-2 часа (36 учебных недель), 3 часа в неделю, 108 часа в год.

**Ожидаемые результаты.**

Личностные:

- развитие природных задатков и способностей, помогающих достижению успеха;

- формирование потребности в здоровом образе жизни;

Метапредметные (освоенные детьми универсальные учебные действия):

-позитивная самооценка своих творческих возможностей;

-овладение навыками смыслового прочтения содержания "текстов" музыкальных и танцевальных стилей и жанров в соответствии с целями и задачами деятельности;

-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха.

Предметные:

- формирование специальных знаний, умений и навыков в области хореографического искусства;

- постановка корпуса, рук, ног, головы на простейших упражнениях, у станка и на середине зала.

**2.Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Тема | Количество часов | | Дата проведения |
| Теория | Практика |
|  | Вводный контроль. Инструктаж по технике безопасности. | 1 | - |  |
|  | Экзерсис у станка. | - | 2 |  |
|  | Гимнастические упражнения в партере. | - | 1 |  |
|  | Разминка по кругу | - | 2 |  |
|  | Диагональ: связки шагов, большие броски, бег, подскоки. | - | 1 |  |
|  | Движения разминки, прыжковая комбинация. | 1 | 1 |  |
|  | Работа с движениями этюда «Робот Бронислав». | - | 1 |  |
|  | Народно-сценический танец – моталочка, тройные переступания. | - | 2 |  |
|  | Отработка изученного танцевального материала. | - | 1 |  |
|  | Танец «Выкрутасы». | 1 | 1 |  |
|  | Работа с движениями танца «Выкрутасы». | - | 1 |  |
|  | Экзерсис у станка, прыжки на середине. | - | 2 |  |
|  | Первое и второе рort de bras на середине. | - | 1 |  |
|  | «Выкрутасы» - работа с движениями. | 1 | 1 |  |
|  | Отработка изученного танцевального материала. | - | 1 |  |
|  | Гимнастические упражнения в партере. | - | 2 |  |
|  | Этюд «Робот Бронислав» - связка движений. | - | 1 |  |
|  | Комбинация для танца «Выкрутасы». | 1 | 1 |  |
|  | Работа над движениями на середине. | - | 1 |  |
|  | Танцевальная комбинация для этюда. | - | 2 |  |
|  | Классический экзерсис у станка. | - | 1 |  |
|  | Работа с движениями на середине. | 1 | 1 |  |
|  | Отработка изученных комбинаций. | - | 1 |  |
|  | Рисунок и перестроения в танце. | 1 | 1 |  |
|  | Этюд «Робот Бронислав». | - | 1 |  |
|  | Комбинация движений для танца «Выкрутасы». | - | 2 |  |
|  | Диагональ: связка шагов, большие броски, вращения. | - | 1 |  |
|  | Работа с рисунком танца «Выкрутасы». | - | 2 |  |
|  | Партерная гимнастика. | - | 1 |  |
|  | Шаги и перестроения в комбинациях. | 1 | 1 |  |
|  | Экзерсис на середине. | - | 1 |  |
|  | Отработка изученного материала. | - | 2 |  |
|  | Народно-сценический танец, работа с движениями. | - | 1 |  |
|  | «Чукоккала» - танцевальный материал постановки. | 1 | 1 |  |
|  | Текущий контроль. | - | 1 |  |
|  | Изучение комбинации вращений для танца. | - | 2 |  |
|  | Движения народно-сценического танца. | - | 1 |  |
|  | Работа с постановкой «Чукоккала». | - | 2 |  |
|  | Шаги и перестроения в танце «Чукоккала». | - | 1 |  |
|  | Отработка движений танца. | 1 | 1 |  |
|  | Связка шагов для танца. | - | 1 |  |
|  | Диагональ - работа с движениями. | - | 2 |  |
|  | Экзерсис на середине, прыжковая комбинация. | - | 1 |  |
|  | «Чукоккала» - работа с движениями. | - | 2 |  |
|  | Работа рук в комбинациях движений. | - | 1 |  |
|  | Народно-сценический танец, вращения в диагонали. | - | 2 |  |
|  | Флешмоб, работа с движениями. | - | 1 |  |
|  | Переходы и перестроения в танце. | 1 | 1 |  |
|  | Комбинация движений для флешмоба. | - | 1 |  |
|  | Отработка изученного танцевального материала. | 1 | 1 |  |
|  | Классический экзерсис на середине, прыжковая комбинация. | - | 1 |  |
|  | Гимнастические упражнения в партере. | 1 | 1 |  |
|  | Работа над движениями в кругу и в диагонали. | - | 1 |  |
|  | Танцевальный материал постановок. | - | 2 |  |
|  | «Чукоккала», флешмоб – работа с движениями. | - | 1 |  |
|  | «Выкрутасы» - отработка движений. | 1 | 1 |  |
|  | Связка движений для флешмоба. | - | 1 |  |
|  | Движения классического танца на середине. | - | 2 |  |
|  | Работа рук в комбинациях. | - | 1 |  |
|  | Движения народно-сценического танца. | - | 2 |  |
|  | Отработка элементов движений. | - | 1 |  |
|  | Флешмоб – изучение новой связки. | 1 | 1 |  |
|  | Работа с движениями флешмоба. | - | 1 |  |
|  | Гимнастические упражнения в партере. | - | 2 |  |
|  | Экзерсис у станка, прыжковая комбинация. | - | 1 |  |
|  | Battementes tendus по пятой позиции. | 1 | 1 |  |
|  | Комбинация движений народно- сценического танца. | - | 1 |  |
|  | Переходы и перестроения в постановке флешмоба. | 1 | 1 |  |
|  | Отработка движений на середине. | - | 1 |  |
|  | «Чукоккала» и флешмоб – работа с танцевальным материалом. | - | 2 |  |
|  | Повторение пройденного материала. | - | 1 |  |
|  | Промежуточный контроль. | - | 2 |  |
|  |  |  |  |  |

**Муниципальное автономное образовательное учреждение дополнительного образования**

**«Детско-юношеский центр им. Б.Г. Лесюка»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ (ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ) ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ**

**«В МИРЕ ТАНЦА»**

**Год обучения:** 4 год.

**Группа** №3

**Автор программы:**

Перчикова Наталия Николаевна,

педагог дополнительного образования

**2022-2023 учебный год**

**Содержание**

1. Пояснительная записка.
2. Календарно-тематическое планирование.

**1.Пояснительная записка.**

**Цели и задачи программы**

**Цель**: формирование и развитие индивидуальных возможностей и творческих способностей детей посредством хореографии; с помощью искусства танца приобщение обучающихся к миру прекрасного.

**Задачи:**

обучающие:

— сформировать навыки ансамблевого исполнительства;

— сформировать навыки публичного выступления, умения держаться на сцене.

развивающие:

— развить координацию;

— развить навыки и умения анализировать содержание музыкальных фраз, предложений, применяя эти знания при разучивании и исполнении танцевальных этюдов.

воспитывающие:

— сформировать художественный музыкальный вкус, развить интерес к исполнению народных танцев и посещению концертов;

— воспитать чувство ответственности перед самим собой и коллективом;

— воспитывать интерес к танцевальной культуре своего народа и народов других национальностей.

практико-ориентированные:

— сформировать навыки самостоятельной деятельности в освоении основ танцевальной культуры.

**Количество часов, отводимых на освоение программы.**

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа (36 учебных недель), 4 часа в неделю, 144 часа в год.

**Ожидаемые результаты**.

Личностные:

- воспитание бережного отношения к результатам труда;

-развитие природных задатков и способностей, помогающих достижению успеха;

- формирование потребности в здоровом образе жизни.

Метапредметные (освоенные детьми универсальные учебные действия):

-освоение способов решения проблем творческого и поискового характера в процессе восприятия, исполнения, оценки музыкального и танцевального материала;

-формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условием ее реализации в процессе познания содержания танцевально-музыкальных образов.

Предметные:

- воспитание культуры движения, координации, чувства ритма, музыкального слуха,

собранности и работоспособности, эмоциональности исполнения, интереса, любви к художественным традициям своего народа;

-формирование основ общеэстетической и танцевальной культуры, развитие художественного вкуса и устойчивого интереса к искусству танца.

**2.Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Тема | Количество часов | | Дата проведения |
| Теория | Практика |
|  | Вводный контроль. Инструктаж по технике безопасности. | 1 | 1 |  |
|  | Движения разминки по линиям. | 1 | 1 |  |
|  | Элементы классического танца. Сhangement de pied. | - | 2 |  |
|  | Экзерсис на середине | - | 2 |  |
|  | Движения в диагонали, прыжковая комбинация. | - | 2 |  |
|  | Работа с движениями танцевальной разминки. | 1 | 1 |  |
|  | Экзерсис на середине. Releve lent на 900. | - | 2 |  |
|  | «Ритмы города» - работа с движениями. | - | 2 |  |
|  | Народно-сценический танец. | - | 2 |  |
|  | Работа с движениями. | - | 2 |  |
|  | Отработка изученного материала. | - | 2 |  |
|  | Элементы классического танца. Echappee. | - | 2 |  |
|  | «Ритмы города» - комбинация движений. | - | 2 |  |
|  | Движения флешмоба, работа с рисунком. | 1 | 1 |  |
|  | Комбинация шагов для флешмоба. | - | 2 |  |
|  | Народно-сценический танец. | - | 2 |  |
|  | Вращения в стилизованном танце. | - | 2 |  |
|  | Шаги с переступаниями, шаги с притопом. | - | 2 |  |
|  | Бег с вращениями в диагонали. | - | 2 |  |
|  | Комбинации движений на основе изученных элементов. | - | 2 |  |
|  | Работа с движениями на середине. | - | 2 |  |
|  | Партерная гимнастика. | - | 2 |  |
|  | Отработка изученного материала. | - | 2 |  |
|  | «Ритмы города» - работа с движениями. | - | 2 |  |
|  | Рисунок и перестроения в танце. | 1 | 1 |  |
|  | Изучение новой связки. | 1 | 1 |  |
|  | Комбинация движений танца «Ритмы города». | - | 2 |  |
|  | Фитнес-аэробика. | - | 2 |  |
|  | Работа с движениями по линиям. | - | 2 |  |
|  | Комбинация движений аэробики. | - | 2 |  |
|  | Изучение необходимых базовых шагов. | 1 | 1 |  |
|  | Диагональ – отработка элементов. | - | 2 |  |
|  | Танец «Варенька». | - | 2 |  |
|  | Движения танца «Варенька». | - | 2 |  |
|  | Текущий контроль. | 1 | 1 |  |
|  | Постановка и отработка программы по классической аэробике. | - | 2 |  |
|  | Отработка изученных комбинаций. | - | 2 |  |
|  | Гимнастические упражнения в партере. | - | 2 |  |
|  | Работа с движениями. | - | 2 |  |
|  | «Варенька» - комбинация движений. | 1 | 1 |  |
|  | Аэробика – работа с движениями. | - | 2 |  |
|  | Движения танца «Варенька». | - | 2 |  |
|  | Работа с движениями. | - | 2 |  |
|  | Диагональ – отработка шагов. | - | 2 |  |
|  | Постановка и отработка композиции по степ- аэробике. | - | 2 |  |
|  | Работа с движениями аэробики. | - | 2 |  |
|  | Отработка изученных связок. | - | 2 |  |
|  | Танцевальный материал постановок. | - | 2 |  |
|  | «Варенька» и «Ритмы города» - отработка движений. | - | 2 |  |
|  | Движения флешмоба по линиям. | - | 2 |  |
|  | Партерная гимнастика. | - | 2 |  |
|  | Работа с движениями флешмоба. | - | 2 |  |
|  | Отработка изученных связок. | - | 2 |  |
|  | Народно-стилизованный танец. | 1 | 1 |  |
|  | Работа с танцевальным этюдом. | - | 2 |  |
|  | Танцевальный материал постановок. | 1 | 1 |  |
|  | «Варенька» - изучение комбинации движений. | 1 | 1 |  |
|  | Работа с движениями. | - | 2 |  |
|  | Шаги с переступаниями, шаги с притопом. | 1 | 1 |  |
|  | Этюд на основе изученного материала. | - | 2 |  |
|  | Работа с движениями этюда. | - | 2 |  |
|  | Этюд «Лето», работа с движениями. | - | 2 |  |
|  | «Моталочка», «гармошка»,«ковырялочка» с переступанием. | - | 2 |  |
|  | Работа с движениями народно-сценического танца. | - | 2 |  |
|  | Отработка изученного материала. | - | 2 |  |
|  | Работа с танцевальным материалом постановок. | - | 2 |  |
|  | Этюд «Лето», работа с движениями. | - | 2 |  |
|  | Работа с постановками. | - | 2 |  |
|  | Отработка танцевального материала. | - | 2 |  |
|  | Повторение изученного материала. | - | 2 |  |
|  | «Варенька», «Лето», «Ритмы города». | - | 2 |  |
|  | Промежуточный контроль. | - | 2 |  |

**Муниципальное автономное образовательное учреждение дополнительного образования**

**«Детско-юношеский центр им. Б.Г. Лесюка»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ (ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ) ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ**

**«В МИРЕ ТАНЦА»**

**Год обучения:** 5 год.

**Группа** №4

**Автор программы:**

Перчикова Наталия Николаевна,

педагог дополнительного образования

**2022-2023 учебный год**

**Содержание**

1. Пояснительная записка.
2. Календарно-тематическое планирование.

**1.Пояснительная записка**

**Цели и задачи программы**

**Цель**: формирование и развитие индивидуальных возможностей и творческих способностей детей посредством хореографии; с помощью искусства танца приобщение обучающихся к миру прекрасного.

**Задачи:**

обучающие:

— сформировать навыки ансамблевого исполнительства;

— сформировать навыки публичного выступления, умения держаться на сцене.

развивающие:

— развить координацию;

— развить навыки и умения анализировать содержание музыкальных фраз, предложений, применяя эти знания при разучивании и исполнении танцевальных этюдов.

воспитывающие:

— сформировать художественный музыкальный вкус, развить интерес к исполнению народных танцев и посещению концертов;

— воспитать чувство ответственности перед самим собой и коллективом;

— воспитывать интерес к танцевальной культуре своего народа и народов других национальностей.

практико-ориентированные:

— сформировать навыки самостоятельной деятельности в освоении основ танцевальной культуры.

**Количество часов, отводимых на освоение программы.**

Занятия проводятся 2 раза в неделю по1-2 часа, 3 часа в неделю, 108 часов в год.

**Ожидаемые результаты.**

Личностные:

- воспитания толерантного отношения друг к другу и окружающим;

- формирование положительного отношения к здоровому образу жизни;

- воспитание креативной личности, общественного самосознания подростка;

- развитие инициативности, самостоятельности учащегося;

- развитие любви и интереса к искусству танца.

Метапредметные (освоенные детьми универсальные учебные действия):

- использование ресурсов хореографического образования в целях социокультурной адаптации детей и подростков;

- работа над координацией, пространственной ориентацией, музыкальностью, эмоциональностью исполнения;

- сравнение, анализ, обобщение, нахождение ассоциативных связей между произведениями разных видов искусства.

Предметные:

-овладение общечеловеческим нормами нравственности и развития таких качеств личности, как интеллигентность, адаптивность, креативность, чувство собственного достоинства;

- развить умение воплощать художественные образы посредством пластики, актерского мастерства, импровизации;

- сформировать знания основных направлений и стилей хореографии, а так же соответствующей им базовой лексики.

**2.Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Тема | Количество часов | | Дата проведения |
| Теория | Практика |
|  | Теоретические сведения, вводный контроль, инструктаж по технике безопасности. | 1 | - |  |
|  | Движения разминки. | - | 2 |  |
|  | Второе port de bras. | - | 1 |  |
|  | Работа с позициями рук, ног. | 1 | 1 |  |
|  | Партерная гимнастика. | - | 1 |  |
|  | Работа с движениями разминки. | 1 | 1 |  |
|  | Пряжковая комбинация. | - | 1 |  |
|  | Экзерсис у станка. | - | 2 |  |
|  | Этюд в стиле народного танца. | - | 1 |  |
|  | Комбинация движений на основе «веревочки». | 1 | 1 |  |
|  | Партерная гимнастика. | - | 1 |  |
|  | Экзерсис на середине. | - | 2 |  |
|  | «Выкрутасы» - танцевальный материал. | - | 1 |  |
|  | Изучение на середине комбинаций для танца «Выкрутасы». | - | 2 |  |
|  | Работа с движениями. | - | 1 |  |
|  | Диагональ – выполнение движений. | 1 | 1 |  |
|  | Танец «Черный кот». | - | 1 |  |
|  | Работа с движениями. | - | 2 |  |
|  | Танцевальный материал постановки. | - | 1 |  |
|  | Партерная гимнастика. | 1 | 1 |  |
|  | «Черный кот» - работа с движениями. | - | 1 |  |
|  | Отработка изученных связок. | - | 2 |  |
|  | Аэробика. | - | 1 |  |
|  | Общеразвивающие упражнения  с  предметами (помпоны). | 1 | 1 |  |
|  | Особенности выполнения движений. | - | 1 |  |
|  | Работа с движениями по линиям. | - | 2 |  |
|  | Комплекс прыжковых упражнений. | - | 1 |  |
|  | Отработка изученных связок. | - | 2 |  |
|  | Гимнастические упражнения в партере. | - | 1 |  |
|  | Отработка изученных связок. | - | 2 |  |
|  | Работа с движениями. | 1 | 1 |  |
|  | Элементы акробатики (кувырки, повороты, группировки, перекаты и т.д.). | - | 1 |  |
|  | Связка элементов, отработка. | - | 2 |  |
|  | Комплекс прыжков. | - | 1 |  |
|  | Текущий контроль. | 1 | 1 |  |
|  | Отработка изученных движений. | - | 1 |  |
|  | Партерная гимнастика. | 1 | 1 |  |
|  | Танец «Выкрутасы». | - | 1 |  |
|  | Работа с новой танцевальной связкой. | - | 2 |  |
|  | Отработка танцевального материала. | - | 1 |  |
|  | Партерная гимнастика. | 1 | 1 |  |
|  | Диагональ – выполнение движения «колесо». | - | 1 |  |
|  | Гимнастические упражнения в партере. | - | 2 |  |
|  | Работа в линиях над движениями. | - | 1 |  |
|  | Комбинация движений на основе «моталочки», «молоточков», па де баска и вращений с бегом. | - | 2 |  |
|  | Работа корпуса и рук в движении. | - | 1 |  |
|  | «Бегунец»,  бег с вращением, «припадание» в диагонали. | 1 | 1 |  |
|  | Работа с движениями. | - | 1 |  |
|  | Комбинация движений на основе переменного шага, шагов с переступаниями. | - | 2 |  |
|  | Этюд «Выкрутасы». | - | 1 |  |
|  | Работа с новой танцевальной связкой. | - | 2 |  |
|  | Стилизованный танец, особенности исполнения. | - | 1 |  |
|  | Работа с движениями по линиям. | 1 | 1 |  |
|  | Отработка движений танца. | - | 2 |  |
|  | Работа в линиях над движениями. | - | 1 |  |
|  | Этюд «Выкрутасы». | 1 | 1 |  |
|  | Движения этюда по линиям. | - | 1 |  |
|  | Гимнастические упражнения в партере. | - | 2 |  |
|  | Работа с движениями этюда. | - | 1 |  |
|  | Новая связка движений для этюда. | - | 2 |  |
|  | Работа над элементами движений. | - | 1 |  |
|  | Танец «Тусовка». | 1 | 1 |  |
|  | Рисунок танца. | - | 1 |  |
|  | Новая связка движений. Перестроения в танце. | - | 2 |  |
|  | Отработка изученных движений. | - | 1 |  |
|  | Работа в линиях над движениями. |  | 2 |  |
|  | Работа с поставленными номерами. | - | 1 |  |
|  | Работа с танцевальным материалом. | 1 | 1 |  |
|  | «Тусовка», «Выкрутасы». | - | 1 |  |
|  | Отработка изученного материала. | - | 2 |  |
|  | Повторение изученного танцевального материала. | - | 1 |  |
|  | Промежуточный контроль. | 1 | 1 |  |

**Муниципальное автономное образовательное учреждение дополнительного образования**

**«Детско-юношеский центр им. Б.Г. Лесюка»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ (ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ) ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ**

**«В МИРЕ ТАНЦА»**

**Год обучения:** 6 год.

**Группа** №5

**Автор программы:**

Перчикова Наталия Николаевна,

педагог дополнительного образования

**2022-2023 учебный год**

**Содержание**

1.Пояснительная записка.

2.Календарно-тематическое планирование.

**1.Пояснительная записка**

**Цели и задачи программы**

**Цель**: формирование целостной, духовно- нравственной, гармонично развитой личности средствами хореографического искусства.

**Задачи:**

обучающие:

— сформировать навыки ансамблевого исполнительства;

— сформировать навыки публичного выступления, умения держаться на сцене.

развивающие:

— развить координацию;

— развить навыки и умения анализировать содержание музыкальных фраз, предложений, применяя эти знания при разучивании и исполнении танцевальных этюдов.

воспитывающие:

— сформировать художественный музыкальный вкус, развить интерес к исполнению народных танцев и посещению концертов;

— воспитать чувство ответственности перед самим собой и коллективом;

— воспитывать интерес к танцевальной культуре своего народа и народов других национальностей.

практико-ориентированные:

— сформировать навыки самостоятельной деятельности в освоении основ танцевальной культуры.

**Количество часов, отводимых на освоение программы.**

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 3 часа, 6 часов в неделю, 216 часов в год.

**Ожидаемые результаты.**

Личностные:

- воспитания толерантного отношения друг к другу и окружающим;

- формирование положительного отношения к здоровому образу жизни;

- воспитание креативной личности, общественного самосознания подростка;

- развитие инициативности, самостоятельности учащегося;

- развитие любви и интереса к искусству танца.

Метапредметные (освоенные детьми универсальные учебные действия):

- использование ресурсов хореографического образования в целях социокультурной адаптации детей и подростков;

- работа над координацией, пространственной ориентацией, музыкальностью, эмоциональностью исполнения;

- сравнение, анализ, обобщение, нахождение ассоциативных связей между произведениями разных видов искусства.

Предметные:

-овладение общечеловеческим нормами нравственности и развития таких качеств личности, как интеллигентность, адаптивность, креативность, чувство собственного достоинства;

- развить умение воплощать художественные образы посредством пластики, актерского мастерства, импровизации;

- сформировать знания основных направлений и стилей хореографии, а так же соответствующей им базовой лексики.

**2.Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Тема | Количество часов | | Дата проведения |
| Теория | Практика |
|  | Теоретические сведения, вводный контроль, инструктаж по технике безопасности. | 1 | 2 |  |
|  | Танцевальная разминка. | - | 3 |  |
|  | Классический танец. Комбинация plie. | 1 | 2 |  |
|  | Народно-сценический танец. | 1 | 2 |  |
|  | Прыжки с поворотом корпуса на 3600. | - | 3 |  |
|  | Изучение pas de bourree с переменой ног. | 1 | 2 |  |
|  | Экзерсис на середине. | - | 3 |  |
|  | «Козлик» в диагонали. | - | 3 |  |
|  | Прыжки и вращения. | - | 3 |  |
|  | Комбинация battements tendus. | - | 3 |  |
|  | Туры (вращения с выносом ноги на 900). | 1 | 2 |  |
|  | Экзерсису  станка – вattementestendus jetes . | 1 | 2 |  |
|  | Изучение developpe по всем направлениям. | 1 | 2 |  |
|  | Прыжки по 1, 2, 5 позициям. | - | 3 |  |
|  | Комбинации движений народно-стилизованного танца. | - | 3 |  |
|  | Этюд «На Ивана Купалу» | - | 3 |  |
|  | Изучение на середине комбинаций для танца «На Ивана Купалу». | 1 | 2 |  |
|  | Комбинация экзерсиса у станка. | - | 3 |  |
|  | Гимнастические упражнения в партере. | 1 | 2 |  |
|  | Комбинация grands battements jetes насередине. | - | 3 |  |
|  | Новая комбинация на середине. | 1 | 2 |  |
|  | Прыжковая комбинация. | - | 3 |  |
|  | Отработка изученных комбинаций. | - | 3 |  |
|  | Работа с движениями на середине. | 1 | 2 |  |
|  | «Калинушка» - работа с движениями. | - | 3 |  |
|  | «Калинушка» - изучение новой связки. | 1 | 2 |  |
|  | Экзерсис на середине. | 1 | 2 |  |
|  | Комбинации движений для танца «Калинушка». | 1 | 2 |  |
|  | Танец «На Ивана Купалу». | - | 3 |  |
|  | Прыжки и вращения. | 1 | 2 |  |
|  | Изучение комбинации движений для постановки «Калинушка». | 1 | 2 |  |
|  | Работа в диагонали. | - | 3 |  |
|  | Прыжковая комбинация на середине. | - | 3 |  |
|  | Вращения в диагонали. | 1 | 2 |  |
|  | Текущий контроль. | - | 3 |  |
|  | Работа с движениями. | - | 3 |  |
|  | Современная хореография. | 1 | 2 |  |
|  | Комбинации современного танца на середине. | - | 3 |  |
|  | Отработка изученных движений. | - | 3 |  |
|  | Партерная гимнастика. | - | 3 |  |
|  | Работа с движениями современного танца. | 1 | 2 |  |
|  | Классический экзерсис. | - | 3 |  |
|  | Работа с движениями. | 1 | 2 |  |
|  | «Русь» - рисунок танца. | - | 3 |  |
|  | Вращения в диагонали. | - | 3 |  |
|  | Классический экзерсис у станка. | - | 3 |  |
|  | «Русь» - работа с танцевальным материалом. | 1 | 2 |  |
|  | Особенности выполнения вращений. | 1 | 2 |  |
|  | Работа с материалом этюда. | - | 3 |  |
|  | Танец «Русь». | 1 | 2 |  |
|  | Отработка движений танца. | 1 | 2 |  |
|  | Классический экзерсис у станка. | - | 3 |  |
|  | Работа над движениями постановок на середине и в диагонали. | 1 | 2 |  |
|  | Изучение обертаса на середине. | 1 | 2 |  |
|  | Особенности выполнения движений с вращением. | 1 | 2 |  |
|  | «Русь» - работа над движениями. | - | 3 |  |
|  | Работа у станка над классическим экзерсисом. | - | 3 |  |
|  | Отработка изученного танцевального материала танца «Русь». | - | 3 |  |
|  | Классический экзерсис. | - | 3 |  |
|  | Современный танец – работа с движениями. | 1 | 2 |  |
|  | Бальная хореография. | - | 3 |  |
|  | Бальная хореография. Позиции ног, позиции рук. | 1 | 2 |  |
|  | Постановка корпуса, положение рук. | 1 | 2 |  |
|  | Работа с движениями. | - | 3 |  |
|  | Вальсовая дорожка. | 1 | 2 |  |
|  | Правый вальсовый поворот. | - | 3 |  |
|  | Комбинация фигур по рисунку. | - | 3 |  |
|  | «Венский вальс» - рисунок и движения. | - | 3 |  |
|  | Работа с движениями постановок. | 1 | 2 |  |
|  | «Русь» - отработка танцевального материала. | - | 3 |  |
|  | Повторение танцевального материала. | 1 | 2 |  |
|  | Промежуточный контроль. | 1 | 2 |  |

G:\Программы Художественное\22-23\задники\Ассорти.tif