

Рубцовск, 2025 г.

Содержание

1. Паспорт программы.....	3
2. Пояснительная записка.....	4
3. Содержание программы.....	12
4. Учебно-тематический план по народно-сценическому танцу.....	15
5. Методическое обеспечение программы.....	28
6. Условия реализации.....	32
7. Список литературы.....	33
8. Приложение 1.....	34

Паспорт программы

Полное наименование программы	Рабочая программа по дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программе «Астра»
Руководитель	Славянская Софья Александровна, педагог дополнительного образования
География реализации	МБОУ «Гимназия №11», г. Рубцовск, Алтайский край
Целевые группы	Дети от 7 до 16 лет (состав группы - до 25 человек)
Цель программы	Формирование эстетически развитой личности ребёнка, обладающего широким культурным кругозором, физическим и нравственным здоровьем, социально активного и способного к дальнейшему творческому развитию средствами приобщения к миру танца.
Направленность	Художественная
Срок реализации	5 лет
Вид программы	Комплексная

Пояснительная записка.

Танец - искусство многогранное, объединяющее искусства действия с музыкой, художественными образами, произведениями литературы.

Хореография один из самых древних видов искусства, появившись с рождением человечества, танец всегда неразрывно связан с жизнью.

Несмотря на многовековое прошлое, искусство танца не потеряло своей актуальности и в наше время. Создано множество методик преподавания в различных областях хореографии, основанных на опыте прошлого, но адаптированных к настоящему. Танец стал больше, чем красивое зрелищное представление. На данном этапе развития танец раскрывает духовно-нравственный потенциал человека, его способность ценить красоту, совершенство мира природы и гармонично взаимодействовать с ним. «В танце есть элемент и легенды и жизни, танец есть мост, перекинутый из нашей жизни к воздушным замкам свободного творчества. И, именно, потому, что в танце есть нечто от искусства, и нечто от жизни, в нём должна раскрываться та таинственная связь, которая сковывает творчество жизни со свободным творчеством...». Танец пронизывает самые разнообразные области культуры и искусства.

Рабочая программа «Астра» представляет собой целостную систему по развитию творческих способностей с учётом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся. Программа направлена на удовлетворение эстетических потребностей личности, способствует духовному, социальному и профессиональному становлению личности ребёнка.

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Хореография» разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами: Федеральный Закон Российской Федерации «Об образовании в РФ» № 273-ФЗ от 29.12.2012 года, Федеральный закон от 31 июля 2020 г. №304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»¹, Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Зарегистрирован 26.09.2022 № 70226)², Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (Зарегистрирован 06.12.2019 № 56722)³, Устав МБУ «Гимназии №11»

При разработке программы соблюдены Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы), изложенные в письме Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015г. № 09-3242, а также Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программ, утвержденные приказом Главного управления образования и молодежной политики Алтайского края.

Обоснование актуальности программы

В основе хореографического воспитания лежит системный, долголетний, нелёгкий труд, помноженный на выносливость, дисциплинированность, самоконтроль, упорство в преодолении трудностей, стремление к самосовершенствованию и, наконец, любовь к танцевальному искусству. Лишь сочетание этих качеств обеспечивает полное развитие природных и артистических способностей каждого.

Танец привлекает детей и подростков богатой возможностью пластического самовыражения, возможностью формирования культуры общения, способность вселять в человека бодрость, оптимизм, уверенность в себе. Танец является многогранным инструментом комплексного воздействия на личность ребёнка:

- ✓ Способствует развитию мышечной выразительности тела: формирует фигуру и осанку; устраняет недостатки физического развития; укрепляет здоровье;
- ✓ Формирует выразительные двигательные навыки, умение легко, грациозно и координировано танцевать, а также ориентироваться в ограниченном сценическом пространстве;
- ✓ Воспитывает общую музыкальную культуру, развивает слух, темп-метро-ритм, знание музыкальных форм, стиля и характера произведения;
- ✓ Пластическими средствами и мимикой выражает разнообразную гамму чувств и настроений; даёт правильное направление развитию многообразия эмоциональных проявлений, стремление к сотрудничеству и положительному самоутверждению;
- ✓ Обладает важной компенсаторной арт-терапевтической функцией, способствует воспитанию гармонических качеств и коррекции эмоционально-психических расстройств, нарушений общения и межличностного взаимодействия;
- ✓ Формирует личностные качества: силу, выносливость, смелость, волю, ловкость, трудолюбие, упорство и целеустремлённость;
- ✓ Развивает творческие способности детей (внимание, мышление, воображение, фантазию), способствует активному познанию окружающей действительности.

Таким образом, именно эти функциональные особенности хореографии определяют актуальность и востребованность данного вида искусства в системе дополнительного образования детей.

Цель программы:

Все идеи, принципы, формы и методы, помещённые в разделах программы, нацелены на реализацию её целей и задач. **Стратегической целью** программы является формирование эстетически развитой личности ребёнка, обладающего широким культурным кругозором, физическим и нравственным здоровьем, социально активного и способного к дальнейшему творческому развитию средствами приобщения к миру танца.

Психолог Л.С. Выготский. Воображение и творчество в детском возрасте.

Выполнение целевых установок предполагает создание условий для выполнения следующих задач

В области хореографии:

- Развитие познавательной компетенции, интереса в области хореографического искусства;

- Обучение народно – сценическому танцу;
- Овладение детьми основ хореографического мастерства: выработка техники исполнения танцевальных элементов и композиций, изучение основных законов народного танца, знакомство с разнообразием стилей и направлений в хореографии;
- Формирование навыков эстетического мышления и анализа, способности к оценке творческих работ в области хореографического искусства;
- Развитие самостоятельных художественных замыслов обучающихся и способности решать творческие задачи.

В области воспитания:

- Развитие ключевых компетенций: коммуникативных, творческих, социальных;
- Создание эмоционально-комфортной и духовно-насыщенной атмосферы в детском коллективе;
- Развитие здоровьесберегающей компетенции: ответственного отношения к своему здоровью, развитие потребности в укреплении своего здоровья и эмоционально-ценностного отношения к миру.

В области физической подготовки:

- Развитие гибкости, ловкости, выносливости, координации движений;
- Развитие психофизических особенностей, способствующих успешной самореализации обучающихся;
- Формирование у детей правильной осанки, способности успешно выполнять двигательные действия как индивидуально, так и в группе;
- Способствовать развитию стрессоустойчивости, адекватному восприятию различных ситуаций.

Педагогический процесс строится на следующих принципах:

- ✓ **Принцип целостности:** предполагает формирование и развитие у детей и подростков не отдельных ценностных норм, а системы ценностей на основе принципа сохранения целостности системы.
- ✓ **Принцип психологической комфортности** – предполагает снятие всех стрессообразующих факторов воспитательного процесса на основе реализации идей педагогики сотрудничества, создание в коллективе атмосферы товарищества, доброжелательного уважительного отношения к личности и индивидуальности каждого учащегося, признание за ним права на собственную точку зрения, позицию, развитие диалоговых форм общения.
- ✓ **Принцип природосообразности:** педагогический процесс организуется как процесс, поддерживающий и укрепляющий здоровье воспитанников, способствующий созданию здорового образа жизни; направлен на самовоспитание, самообразование, самообучение воспитанников; строится соответственно возрастным и индивидуальным особенностям воспитанников; опирается на зону ближайшего развития.
- ✓ **Принцип научности:** отбор содержания программы в соответствии с современным уровнем развития общества; формирование умений наблюдать, анализировать,

осуществлять синтез, обобщения, использовать индукцию и дедукцию; формировать умения и навыки самообразования.

✓ **Принцип систематичности и последовательности:** доступность и привлекательность предлагаемой информации; использование внутри предметных и меж предметных связей; осуществление постоянного контроля и объективной оценки результатов обучения и воспитания и др.

✓ **Принцип субъектности:** учить воспитанников оценивать свои действия и предвидеть их последствия; формировать способность отстаивать свою нравственную и гражданскую позицию; учить противодействовать негативному внешнему влиянию.

✓ **Принцип творчества:** означает максимальную ориентацию на творческое начало в воспитательном процессе, приобретение учащимися собственного опыта социальной активности, практической реализации социально-значимых проектов, созданных детьми.

Концептуальные основы программы составили научные труды отечественных ученых в области психологии и педагогики (И.П. Иванов, К.Д. Ушинский, Л.Л. Редько, Л.С. Выготский, П.Я. Гальперин, Б.М. Теплов, А.Н. Леонтьев, Т.С. Комаров);

- публикации о возможностях и условиях использования личностно-ориентированного, индивидуального подходов в педагогической практике (Е.В. Бондаревская, Р.М. Чумичева, Л.В. Грабовская);
- опыт известных мастеров танца (Т.К. Васильева, Л.В. Браиловская, Т.С. Ткаченко, А.Я. Ваганова, Р. Захаров, Г.А. Березова и др.)
- работы педагогов в сфере художественного творчества детей (А.И. Буренина, Т.Ф. Коренева, С.Л. Слуцкая, Е.В. Конорова, Е.В. Горшкова и др.)

Этапы реализации программы.

Этапы отличаются по целям, задачам, организации, содержанию, методике обучения, возрастному цензу, степени индивидуализации подходов.

Подготовительный этап рассчитан на детей 7 лет. На этом этапе решаются следующие задачи: дети развиваются физически, совершенствуются двигательные навыки, развиваются способности самовыражения посредством танца. Он заключается в освоении азов ритмики, азбуки народного танца, образных музыкально-танцевальных игр, общеукрепляющих упражнений. К концу подготовительного периода дети могут артистично двигаться, исполнять хореографические этюды, различать особенности медленных и быстрых танцев, могут слышать и понимать значение вступительных и заключительных аккордов в упражнениях.

Основной этап рассчитан на обучение детей 8-13 лет и решает задачи формирования и развития их творческого потенциала, повышение техники исполнения танца. К концу обучения в этом периоде обучающиеся свободно владеют корпусом движением рук, головы, повышают культуру выразительного исполнения танце, этюдов, комбинаций, участвуют в исполнении трюков, прыжков.

Итоговый этап возраст обучающихся 14-16 лет. Задачи этапа: ориентирование на успех, совершенствование исполнительского мастерства, пробуждение интереса к профессии.

В основе преподавания основных учебных предметов лежит профессиональная методика. Занятия преимущественно групповые, но уделяется внимание индивидуальной работе, как с наиболее одарёнными учениками (солистами), так и с отстающими, неуспевающими учениками. Каждый год обучения предполагает определённый объём знаний, умений и навыков по основным разделам программы.

В студии «Астра» существуют следующие возрастные группы:

1. Подготовительная группа (7 лет) – 1-ый год обучения
2. Младшая группа (8 лет) – 2-ой год обучения
3. Младшая группа (9-10 лет) – 3-ий год обучения
4. Средняя группа (10-12 лет) – 4-ый год обучения
5. Старшая группа (13-16 лет) – 5-ый год обучения

Оценка эффективности программы

Эффективность работы в программе оценивается по сформированности теоретического багажа знаний, практических умений и навыков, сформированности духовно-нравственных качеств личности, высокому уровню мотивации обучающихся к художественному творчеству, по уровню развития творческих способностей, по активности участия в конкурсах и фестивалях, массовых мероприятий.

Формы подведения итогов

Критериями оценки уровней усвоения программы являются требования, предъявляемые к учащимся каждого года обучения, и в соответствии с ними разработанные формы подведения итогов.

Формами подведения итогов работы по теме, разделу, программе могут быть: Отчётный концерт, открытое занятие, показ детских достижений, игра, рефлексия и др.

Прогнозируемые результаты

Прогнозируемый результат определяется в зависимости от возрастной группы и этапа освоения программы. У воспитанников коллектива, прошедших обучение по данной программе, *будут сформированы следующие ключевые компетенции:*

Познавательная компетенция – совокупность полученных знаний, умений и навыков в области хореографического искусства в целом и народно-сценического танца в частности. Владение механизмами целеполагания, планирования, рефлексии, самооценки успешности собственной деятельности. Знание терминологии основных танцевальных движений. Иметь представление о профессии хореографа, танцора, балетмейстера и т.д.

Коммуникативная компетенция – владение навыками взаимодействия с окружающими людьми, умение работать в группе, умение выражать свои чувства. Владение навыками межличностного общения, умение ненасильственно разрешать конфликты; ориентация в социальных ситуациях.

Творческая компетенция – развитое творческое и нестандартное мышление, память и воображение; умение импровизировать и красиво двигать под музыку; исполнять групповой и сольный танец.

Социальная компетенция – сотрудничать, работать в команде, принимать собственные решения, воспринимать разнообразие и межкультурные различия и взаимодействовать в многокультурном обществе.

Здоровьесберегающая компетенция – позитивное отношение к своему здоровью, владение способами физического самосовершенствования, эмоциональной самоподдержки и самоконтроля; знать и применять правила личной гигиены, уметь заботиться о собственном здоровье, личной безопасности; иметь многообразие двигательного опыта и умение использовать его в массовых формах соревновательной деятельности, в организации активного отдыха и досуга; знать факторы положительного влияния здорового образа жизни на общее состояние организма.

Выпускник коллектива – это общественно-активная творческая личность, способная гармонично воспринимать окружающий мир, приумножать культуру, обладающая способностью к самосовершенствованию, жизненному и профессиональному самоопределению.

Содержание программы

Обучение хореографии в студии «Астра» представляет собой организованную систему обучения, воспитательного коллективно-индивидуального взаимодействия педагога и воспитанников, в результате которого происходит усвоение детьми знаний, умений и навыков, развитие их способностей и совершенствование опыта педагога.

Образовательная программа включает в себя следующие **разделы**:

- ✓ Народно – сценический танец
- ✓ Постановочно – репетиционная работа

Народно-сценический танец. Народно-сценический танец является основным предметом в нашем классе. Обучение народно-сценическому танцу совершенствует координацию движений, способствует дальнейшему укреплению мышечного аппарата. Изучая народно-сценический танец, обучающие овладевают разнообразием стилей и манерой исполнения танцев различных народов мира. Важнейшей задачей всего курса обучения является воспитание эмоциональной выразительности исполнения, точная передача национального стиля и манеры народного танца.

Занятия по народно-сценическому танцу состоят из экзерсиса у станка и на середине зала. Перед знакомством с каждой народностью делаем небольшой экскурс в историю данного народа, рассказывая об его обычаях, характере, тематике танцев, хореографической лексике и костюме.

Большую роль в реализации данной программы отводится работе над хореографическими постановками. Постановочная работа является отдельным учебным предметом и является синтезом основных навыков учащихся, которые приобретаются на занятиях и выражаются в конкретных концертных номерах. Это итог каждого учебного года, который воспитанники показывают на отчётных концертах, в конкурсных и фестивальных программах.

Формы взаимодействия с родителями:

- Родительское собрание;
- Беседы (информирование родителей об успехах и затруднениях детей, его активности на занятиях...);
- Консультация по вопросам воспитания и обучения;
- Совместные учебные занятия. Совместно досуговые программы;

- Творческие отчёты.

Результат работы с родителями:

- Взаимопонимание между родителями и детьми, готовность сотрудничать с педагогом;
- Проявление заинтересованности в образовательном процессе;
- Совместная работа педагога и родителем над созданием оптимальных условий для творческой деятельности ребёнка.

Здоровьесберегающий аспект занятия:

- ✓ Санитарно-гигиеническое обеспечение деятельности по реализации рабочей программы «Астра» регламентируется Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- Сохранению и укреплению здоровья обучающихся, предотвращению утомляемости, повышению их работоспособности и результативности продуктивной творческой деятельности способствуют:
- температурный режим;
 - проветривание учебного кабинета;
 - освещение согласно установленным нормам;
 - предупреждение утомления обучающихся;
 - чередование видов деятельности;
 - динамические паузы.
- ✓ Цели занятия сориентированы на обучение, воспитание и развитие здоровой личности обучающегося, и определены в соответствии с индивидуальными возрастными особенностями и особенностями учащихся.
 - ✓ Создаётся положительный эмоциональный настрой и рабочая обстановка на занятии.
 - ✓ Обеспечивается высокий уровень мотивации учебной деятельности в течении всего занятия.
 - ✓ Содержание учебного материала способствует формированию культуры здоровья обучающихся.
 - ✓ **Методы и формы, используемые на занятии обеспечивают:**
 - адекватный психофизиологическим особенностям учащихся темп обучения;
 - достаточно двигательную активность обучающихся;
 - учёт индивидуальных и половозрастных особенностей учащихся;
 - включение каждого обучающегося в активную учебно-познавательную деятельность;
 - Дозированную помощь при затруднениях, создание ситуации успеха, обратную связь;
 - объективную оценку продвижения и развития каждого учащихся;
 - контроль и оценку знаний обучающихся, способствующих сохранению их психического здоровья;
 - профилактику и снижение утомительности занятия, преодоление психического и статического напряжения учащихся, доброжелательное и продуктивное сотрудничество учащихся, а также педагога с учащимися.

Учебно-тематический план Первого года обучения

(4 часа в неделю)

Не используется профессиональная терминология. Задачи первого года обучения:

- ознакомить с характером и особенностями народного танца;
- учить слушать музыку, различать сильные и слабые доли в музыкальных размерах 2/4 и 3/4;
- развить физические качества; развить мотивацию на творчество;
- способствовать развитию воображения, творческого мышления, коммуникативных навыков.

№	Наименование тем	теория	практика	всего
1.	Вводное занятие	0,5	1,5	2
2.	Элементы народного танца	4	60	64
3.	Ритмика	1	27	28
4.	Партерная гимнастика	1	39	40
5.	Итоговое занятие	-	2	2

Итого: 136 часов

Содержание

1. Вводное занятие. Теория: Творческое знакомство. Что такое танец? Правила поведения, форма одежды. Техника безопасности. Правила общения друг с другом и с педагогом в рамках занятия.

Практика: Выявление природных задатков у детей. Проучивание поклона, разучивание разминки.

Осанка – правильное положение корпуса: лопатки опущены вниз, корпус подтянут.

Голова. Взгляд направлен на уровне глаз. Шея свободна, не напряжена. Упражнения для головы: поворот головы в профиль: вправо, влево; вверх, вниз. Вначале на 2 такта, музыкальный размер 3/4, затем на 1 такт – 3/4. Музыкальный размер 2/4, также на 2 такта, затем на 1 такт – 2/4.

Позиции и положения ног.

I, II, III – свободные позиции. Ноги поставлены так, чтобы носки находились под углом между открытыми и прямыми позициями. I «параллельная» или VI позиция. Корпус распределен равномерно на обе ноги.

Поклон: мальчики – I свободная позиция, руки опущены вдоль корпуса. «раз» – шаг в сторону правой ногой, голова прямо; «два» – подставить левую ногу в I позицию; «три» – опустить подбородок вниз; «четыре» – вернуть голову в исходное положение.

Девочки – I свободная позиция ног, руки в IV позицию: «раз» – шаг правой ногой в сторону, голова прямо; «два» – поставить левую ногу в I позицию; «три» – demi-plie, подбородок опустить вниз; «четыре» – исходное положение.

2. Элементы народного танца.

Положения рук:

подготовительное – руки опущены вдоль корпуса, кисти повернуты ладонью к бедрам, пальцы свободно сгруппированы вместе.

IV позиция – руки согнуты в локтях, кисти лежат на талии: большой палец сзади, остальные, собранные вместе, спереди. Локти направлены в стороны.

Понятие «вытянутой» и «сокращенной» стопы: на полу, в воздухе, по I свободной позиции. *Переменный ход с вытянутым носком.* Музыкальный размер: 2/4; 4/4. Удар ногой по IV позиции. Музыкальный размер – 2/4: «и» – нога с сокращенным подъемом поднимается до щиколотки опорной; «раз» – с ударом ставится в VI позицию. Повторить четыре раза. Поочередные удары стопой правой и левой ногой по VI позиции.

Выстукивающие движения по VI позиции: «и» – нога поднимается до щиколотки опорной; «раз» – с ударом опускается в VI позицию; «и два» – пауза. Повторить с левой ноги. Затем удары проделать по четвертям, фиксируя сокращенный подъем у щиколотки.

Музыкальный размер: 2/4; 3/4. Разучивание танцевальных комбинаций согласно репертуарному плану.

3. Ритмика.

Шаги под музыку с вытянутым носком по I свободной позиции.

Подскоки на месте и с продвижением вперед с вытянутой и с сокращенной стопой.

Положение ноги « у щиколотки». *Прыжки* (saute) по свободной I и VI позициям, руки находятся в IV позиции. *Упражнения для пальцев и кистей рук*: сгибание кистей вниз - вверх, руки вытянуты в сторону на уровне плеч; движения рук из стороны в сторону, имитация полоскания; «Пушинка» - схватить пух большим и поочередно каждым пальцем, а затем всеми пальцами на каждую четверть такта, музыкальный размер – 2/4.

Упражнение занимает 2 такта. Игровые комбинации: «Зайка», «Жабка», «Медведь», «Цапля» и др. Пример – «Жабка»: ноги в I свободной позиции, руки в VI позиции.

Музыкальный размер – 2/4. 1 такт «раз» - правая рука, согнутая в локте, отводится в сторону с раскрытыми пальцами. «и» - пауза. «два» - повторить левой рукой. 2 такт «раз и два» - два прыжка с вытянутыми носками вперед. Затем повторить движения, опуская кисти вниз и отпрыгивая назад.

4. Партерная гимнастика.

Теория: Мелодия и движения. Темп. Музыкальные размеры. Контрастная музыка.

Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие. Соотнесение пространственных перестроений с музыкой.

Практика: Музыкально – пространственные упражнения. Перестроения из колонны в круг, ход по диагоналям, линиям, по парам, «прочес», «змейки», продвижение по кругу (внешнему и внутреннему), «звездочка». Имитационные (образно-игровые): живая и неживая природа, сказочные персонажи, животные, знакомые образы окружающей природы. Танцевальный шаг с носка, шаг на полупальцах, бег с поджатыми ногами, подскоки. Музыкальные игры. Упражнения для рук. Партерная гимнастика: упражнения на укрепления мышц спины, для развития гибкости, выворотности стопы, силы ног.

5. Итоговое занятие.

По окончании первого года обучения учащиеся будут знать:

- ✓ Различные сильные и слабые доли в 2/4 и 3/4 музыкальном размере.
- ✓ Позиции рук и ног, постановку корпуса.
- ✓ Упражнения в партерной гимнастике.
- ✓ Музыкальные игры на внимание.

Уметь:

- ✓ Исполнять поклон.
- ✓ Исполнять простые движения в соответствии с музыкальным материалом.
- ✓ Ориентироваться в пространстве, правильно перестраиваться из одних рисунков в другие.
- ✓ Исполнять различные танцевальные шаги, бег, подскоки.
- ✓ Исполнять упражнения в партере.
- ✓ Исполнять небольшие танцевальные комбинации.

Быть: внимательным, терпеливым, коммуникабельными, контактными с другими детьми, артистичным.

Учебно-тематический план
Второго года обучения
(6 часов в неделю)

Знакомство с основными позициями рук, простейшими движениями русского, белорусского танцев. Формирование творческого мышления детей. Занятия проводятся только на середине зала.

Задачи:

обучение основам народного танца; овладение терминологией народного танца; развитие физических качеств; развитие координационных навыков; развитие творческих способностей; воспитание ответственности, собранности, коммуникативные навыки.

№	Наименование тем	теория	практика	всего
1.	Вводное занятие	0,5	1,5	2
2.	Движения народного танца	15	185	200
3.	Итоговое занятие	-	2	2

Итого: 204 часов

Содержание

1. Вводное занятие.

Теория: Техника безопасности в танцевальном зале и на занятиях. Правила поведения в танцевальном зале. Форма одежды. Знакомство с основными задачами на новый учебный год. Разделение на группы.

Практика: Просмотр новых учащихся. Повторение пройденного материала.

2. Движения народного танца.

Позиции рук: I, II, III. Упражнения для кистей: вращательные движения en dehors, en dedans. Отведение и приведение ноги: - из I свободной позиции; с переводом стопы на каблук. Броски ноги на 35° из I свободной позиции с натянутым и сокращенным подъемом. Полуприседание по I, II, III свободным позициям, по VI позиции. Выстукивающие движения по VI позиции в различных ритмичных рисунках. Фиксация ноги с сокращенным подъемом у щиколотки и колена. На месте и с продвижением вперед. Подготовка к «веревочке», «винт». «Припадание» - по I свободной позиции, держась обеими руками за станок. Переменный ход с ударом ноги по VI позиции, и ее фиксацией у щиколотки опорной ноги. Простые шаги с шаркающим ударом каблука по VI позиции. Притоп: двойной, тройной. Галоп по VI позиции в сторону, вперед. «Присюд» - отведение прямой ноги из VI позиции назад на носок в demi-plie; с соскоком; поочередные соскоки в присюд. Подскоки на месте и в продвижении вперед с фиксацией ноги у колена. Бег с отбрасыванием ног назад с вытянутым носком. Польшка – на месте и с продвижением вперед: в характере белорусского танца; полька в характере русского танца с отведением ноги вперед на высоту 35° с вытянутым подъемом. Вращения: подготовка к вращениям, понятие «точка», «шене», подскоки. Перегибы корпуса вперед, назад, в сторону. Упражнения на подражание животным: «Зайчик», «Змея», «Кузнечик», и др. Упражнения импровизационного характера на эмоциональное состояние: радость, гнев, грусть и др. Разучивание танцевальных комбинация согласно репертуарному плану.

3. Итоговое занятие.

По окончании второго учебного года обучения, учащиеся будут знать:

- ✓ Правила поведения в хореографическом классе.
- ✓ Особенности музыкального материала.
- ✓ Правила исполнений движений народного танца.
- ✓ Правила исполнения движения «присюд», «шене», «припадания».

Уметь:

- ✓ Ориентироваться в пространстве.

- ✓ Быстро перестраиваться из одного рисунка в другой.
- ✓ Исполнять упражнения на середине; шаг польки, «присюд», «галоп», и т.д.
- ✓ Исполнять проученные движения в танцевальных комбинациях.

Быть:

- ✓ Внимательными, терпеливыми, исполнительными, ответственными, артистичными.
- ✓ Аккуратными по отношению к костюмам, коммуникабельными.

Учебно-тематический план Третьего года обучения

(дети 9-10 лет занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа)

Предмет народно-сценического танца и его составные части: экзерсис у станка и на середине зала. Терминология народного танца. Знакомство с областными особенностями, и манерой исполнения русского танца.

Задачи:

овладение основами народного танца; развитие физических качеств; развитие творческих способностей, логического мышления; формирование нравственной культуры.

№	Наименование тем	теория	практика	всего
1.	Вводное занятие	1	1	2
2.	Экзерсис у станка и на середине	2	68	70
3.	Комбинации народного танца	4	126	130
4.	Открытое занятие	1	1	2

Итого: 204 часов

Содержание

1. Вводное занятие.

Теория: Техника безопасности в хореографическом зале и на занятиях. Форма одежды. Знакомство с основными задачами на новый учебный год.

Практика: Просмотр новых учащихся. Повторение пройденного материала.

2. Экзерсис у станка. Открытие позиции ног: I, II, V. Понятие preparation. Demi-plie и grand-plie по I, II, V позициям. Battement tendu с сокращением стопы в сторону, вперед, назад. Battement jeté с сокращением стопы после броска. Понятие surlecou-de-pied: Понятие passe. Подготовка к веревочке. Releve на 90° в характере русского танца. Port de bras вперед, назад, в сторону. Упражнения лицом к станку «Припадание» из V позиции. Подготовка в «качалке»: «качалка». Занятия на середине зала. Положение epaulement. Позиции и положения рук в русском танце: port de bras в характере русского танца. Основные ходы русского танца: простой, переменный, с каблук в demi-plie, с ударом каблука по VI позиции, «горох», «трилистник», «гармошка», «елочка», «Моталочка», «Ковырялочка». Вращение на месте по 6 позиции, с выносом ноги на каблук по 5 позиции, подготовка к «обертас». Простые шаги, «припадание». Вращения в продвижении: шене, бегунок, блинчики.

3. Комбинации народного танца.

Уральская «Шестера», положение рук, «молоточки» Кадрили Сибири и Урала круговая кадрили, одинарная, двойная дробь. Ключ, трилистник. «Веребочка» - в характере русского танца. «Припадание» по VI позиции с разворотом работающей ноги в V и VI позиции в характере белорусского танца. En face; epaulement; в повороте на 180°. «Подбивка». Ход с выведением ноги вперед через I позицию. Разучивание танцевальных комбинаций согласно репертуарному плану.

4. Итоговое занятие.

По окончании третьего года обучения учащиеся будут знать:

- ✓ терминологию народно-сценического танца, владеть координацией изученных движений,
- ✓ уметь станцевать небольшие комбинации (16 тактов) на пройденном материале.
- ✓ Правила исполнения более сложных упражнений в экзерсисе у станка.
- ✓ Правила исполнения областных особенностей движений народного танца.

Уметь:

- ✓ Быстро ориентироваться в уже знакомых элементах.
- ✓ Четко держать равнение и интервалы в заданных направлениях.
- ✓ Осознанно работать у станка.
- ✓ Отрабатывать самостоятельно дома упражнения по заданию педагога.
- ✓ Исполнять постановочные номера согласно репертуарному плану.

Быть: Собранными. Внимательными, аккуратными, артистичными.

Учебно-тематический план

Четвертого года обучения

(дети 10-12 лет занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа)

Изучаются новые движения у станка. Прививается учащимся аккуратность и точность при исполнении движений. Большое внимание уделяется суставно-связочному аппарату стоп и коленей. На середине зала изучаются движения русского, белорусского, украинского танцев в более усложненных комбинациях – с дробями и поворотами.

Задачи:

овладение детьми техникой исполнения элементов народного танца и танцевальных композиций; развитие физических качеств и выносливости; развитие способностей к самостоятельной работе; воспитание умения выражать эмоционально образ хореографических композиций.

№	Наименование тем	теория	практика	всего
1.	Вводное занятие	1	1	2
2.	Экзерсис народного танца у станка и на середине	4	76	80
3.	Комбинации народного танца	4	116	120
4.	Открытое занятие	1	1	2

Итого: 204 часов

Содержание

1. Вводное занятие.

Теория: Техника безопасности в хореографическом зале. Повторение изученного материала третьего года обучения. Постановка задач на новый учебный год. Продолжение проучивания экзерсиса у станка. Развитие координации движений. Работа над Комбинациями народного танца.

Практика: Повторение пройденных упражнений в увеличенном количестве.

2. Экзерсис у станка:

Demi-plie и grandplie по выворотным и параллельным позициям, с различными portdebras. Battementtendu с demi-plie и ударом по V позиции; с опусканием ноги на каблук в demi-plie. Battementjete с поднятием пятки опорной ноги. Каблучное низкое (положение работающей ноги в surlecou-de-pied с сокращением и вытянутым подъемом). Rond de jambe par terreendehorsien dedans: наносок; накаблук. «Веребочка»; простая; двойная; с вынесением работающей ноги на каблук в сторону и вперед. Pastortille. Battementfendu на 45° в сторону. Grandbattementjete с опусканием работающей ноги на каблук в demi-plie. Дробная «подбивка» в характере русского танца. Дробная «подбивка» на полупальцах по V позиции. Pasdebourree в характере украинского танца. Вращения: в продвижении по диагонали.

3. Комбинации народного танца.

Парно-массовая комбинация «Гопак». Комбинация для девочек «Веснянка». Комбинации на материале «Юрочки», «Лявониhi», «Гопак». II, III открытая, IV позиции; «корзиночка»; мальчики II, III открытая, VI позиции; руки на затылке. «Бигунец» - основной ход украинского танца. «Веребочка»: простая; в повороте; с переступанием и выносом ноги вперед на каблук. «Припадание» по III позиции вперед, в сторону, назад. «Дорожка» - «припадание» с перекрещиванием ног. «Выхилильник»: простой; с «упаданием»; с «угинанием». «Голубец»: на месте; в продвижении; в повороте. Разучивание танцевальных комбинаций согласно репертуарному плану.

4. Итоговое занятие.

По окончании четвертого года обучения учащиеся будут знать:

- ✓ терминологию народно-сценического танца, владеть координацией изученных движений,
- ✓ уметь танцевать комбинации на пройденном материале (украинского танца),
- ✓ взаимодействовать с партнером,
- ✓ уметь ориентироваться в пространстве (соблюдать рисунок: линию, круг, интервалы).

Уметь:

- ✓ исполнять движения у станка,
- ✓ исполнять различные виды «веревочки»,
- ✓ исполнять различные дробные выстукивания,
- ✓ исполнять различные виды вращений.

Быть: Собранными. Внимательными, аккуратными, артистичными.

Учебно-тематический план
Пятый год обучения
(5 часов в неделю)

Задачи:

- Овладение детьми основ хореографического мастерства: выработка техники исполнения танцевальных элементов и композиций, закрепление основных законов народного танца;
- ориентировка в мире танцевальной эстетики, ориентация на профессию.
- формирование ответственного отношения к своему здоровью, развитие потребности в укреплении своего здоровья и эмоционально-ценностного отношения к миру;
- развитие стрессоустойчивости, адекватного восприятия различных ситуаций.

№	Наименование тем	теория	практика	всего
1.	Вводное занятие	1	1	2
2.	Экзерсис народного танца у станка и на середине	4	48	52
3.	Народный танец	6	110	116
4.	Итоговое занятие		2	2

Итого: 172 часов

Содержание

1. Вводное занятие.

Теория: Техника безопасности в хореографическом зале. Повторение изученного материала четвертого года обучения. Постановка задач на новый учебный год. Развитие координации движений. Работа на комбинациях.

Практика: Повторение пройденных упражнений в увеличенном количестве.

2. Экзерсис народного танца у станка и на середине.

Demi-plie и grand-plie плавные и резкие по выворотным и прямым позициям. Battement tendu: с подниманием пятки опорной ноги; в позы epaulement. Battement jete: «сквозные» броски. Каблукное: demi-rondendehors, endedans; с переступанием по позиции; pastombe вперед, назад; высокое «каблукное» через developpe. Flic-flac из V позиции: простой; с ударом подушечной стопы по V позиции; с переступанием. Pastortille: одинарное; двойное; в demi-plie; с pastombe; с «качалкой». Rond de jambe par terre: с demi-plie наносок; накаблук; с port de bras. Developpe: в demi-plie; с demi rondendehorsien dedans; с одинарным ударом пятки опорной ноги. Выстукивающие движения в характере русского, молдавского танцев. Grand battement jete: с pastombe на работающую ногу; с ударом подушечки опорной стопы; с port de bras.

3. Народный танец.

Совершенствование техники исполнения за счет ритмического рисунка, музыкального темпа, координации движений. На середине зала осваивается техника исполнения женского украинского танца. Знакомство с молдавским танцем на примере «Сырбы», «Молдовеняски». Дробная «подбивка» в характере русского танца. «Веребочка»: простая; синкопированная в комбинации с «ковырялочкой», «моталочкой», дробями в характере русского танца Soutenu в повороте с продвижением по диагонали в характере украинского женского танца. «Обертас» - вращение на месте. Прыжки по VI позиции в повороте на 180°, 360° (туры). Вращения по VI позиции с отбрасыванием ноги назад в demi-plie на опорной ноге. «Моталочка»: на 90°, в повороте; с продвижением по диагонали. Молдавский народный танец: основные положения рук. Простые ходы вперед, в сторону, назад: с носка; с каблука; в характере «Сырбы». Ход в сторону с вынесением ноги на

каблук в бок. Шаг с ударами ног по VI позиции. Синкопированные удары по VI позиции в продвижении. «Дорожка». Основной ход «Молдовеняски» - шаг с подскоком и подъемом ноги в положение «у колена» по VI позиции: на месте; с продвижением вперед; в повороте. Боковой бег на одну ногу, другая поднимается в положение «у колена» сзади. Подскоки с поджатыми ногами. Ключ – поочередное вынесение ног вперед на каблук и подскок с поджатыми ногами. Соскок на каблук накрест опорной ноги. Резкое поочередное отведение ноги вперед накрест опорной. *Вращение* – подскок с синкопированным перепрыгиванием на одну ногу. Комбинированные вращения. Комбинация «Молдовеняски». Разучивание танцевальных комбинаций согласно репертуарному плану.

4. Итоговое занятие.

По окончании пятого года обучения учащиеся будут **знать:**

технику украинского и молдавского танцев, манеру исполнения, а также технику вращений в характере русского, украинского, молдавского танцев.

Уметь:

- ✓ Методику исполнения экзерсиса у станка и на середине зала.
- ✓ Выразить чувства, импровизировать и двигаться под музыку.
- ✓ Исполнять любые привычные задания на показах разного уровня.
- ✓ Видеть «себя со стороны».
- ✓ Исполнять групповые и сольные танцы.
- ✓ Представлять качественное ансамблевое исполнение репертуара.
- ✓ Иметь представления о профессии хореографа и танцора.

Быть: коммуникабельными, внимательными и дружными с младшими воспитанниками, готовыми артистами, общественно – активными творческими личностями.

Репетиционно-постановочная работа

Данный раздел включает в себя общеразвивающие упражнения, отработку сложных движений, изучение рисунка танцевальной композиции, просмотр дисков и работу с отстающими детьми. Показ танца является необходимым этапом постановочной работы. Во время выступления учащиеся воспитывают отношение к публичному выступлению и самоутверждаются. Репертуар постановок планируется в соответствии с актуальными потребностями и творческим состоянием той или иной группы. В связи с этим каждый год делается анализ педагогической и художественно-творческой работы коллектива, определяется новый репертуар. Также проводится анкетирование учащихся в начале года по принципу «нравится» - «не нравится», «интересно» - «не очень интересно». Результаты анализа и анкетирования помогают подобрать правильно не только репертуар танцевальных постановок, но и музыкальный репертуар и темы для различных бесед.

Вынашивая ту или иную тему, обдумывая хореографические средства, какими будет решаться номер, всегда необходимо помнить: для кого именно предназначена постановка.

Год обучения	Часы в год	Часы в неделю	Репертуар

1-ый год обучения	72	2	«Спляшем, Ваня», «День непослушания»
2-ой год обучения	72	2	«Калинка», «Сударушка», «Радуетя бабушка»
3-ий год обучения	72	2	«Ой, ты зимушка-зима», «Барыня», «Разгуляйся»
4-ый год обучения	72	2	«Погадаю на ромашке», «Русь молодая», «Девичья плясовая», «Барыня», хоровод.
5-ый год обучения	72	2	«Русь», «Девичий перепляс», «Варенька», «Моя Марусечка», «На Ивана купала», «Кадриль моя», Хоровод.

Дело в том, что для того чтобы поставить танец, необходимо учитывать физические данные, возраст ребенка, тип характера. Так, например, если занятие проводится с «меланхоликом», то танец будет выбран на медленную музыку, которая будет являться отражением лирического образа, но такой танец противопоказан «холерикам». Не менее важно, важно, чтобы заложенные в танце мысли, воссозданные реальные события или сказка волновали детей, были очень близки к их душевному миру. Ведь дети чутки не только к внешней стороне танца, но и к идеям, к нравственному заряду каждой картины, потому что они хотят и делают это для себя, для своей души.

Репертуар студии «Астра» постоянно обновляется новыми номерами

Методическое обеспечение программы

Методы обучения играют большую роль в процессе овладения обучающимися элементами хореографии, от их совершенства зависит образование личности, качество усвоения специальных задач и овладение танцевальными навыками.

Методы художественно-эстетического образования и воспитания отражают цель, задачи и содержание данной программы:

- метод эмоционального воздействия (направлен на активизацию эмоционального отношения обучающихся к хореографическому искусству);
- метод художественного обобщения направлен на усвоение детьми ключевых знаний о видах и жанрах хореографического искусства, на развитие восприятия и художественного мышления обучающихся, способности самостоятельно ориентироваться в мире танца, осознавать их идейную, нравственную, эстетическую функцию;
- метод сопереживания, размышления направлен на личностные, творчески индивидуальное присвоение учащимися духовных ценностей. Его использование подразумевает не усвоение ребенком готовых знаний, а выбор проблемы педагогом и предъявление ее для самостоятельного решения ребенком;
- метод моделирования художественно-творческого процесса – это создание условий, когда ребенком ставится в позицию творца-художника, что обеспечивает понимание смысла деятельности, поскольку он как бы заново создает произведение искусства для себя и для других.

Используются:

- ✓ Словесный метод включает: рассказ, описание, объяснение, беседа, анализ и объяснение, словесный комментарий;
- ✓ Наглядный метод состоит: образный показ педагога (для того чтобы обучающиеся увидели, как нужно правильно исполнить то или другое «па»). Прежде всего, показ преподавателя должен помочь ученику понять и освоить одинаковые для всех исполнителей правила техники движения), подражание образам окружающей действительности, прием тактильно-

мышечной наглядности, демонстрация эмоционально-мимических навыков, фотографии, иллюстрации, видео записи;

- ✓ Практический метод обогащен комплексом различных приемов, взаимосвязанных наглядностью и слово: игровой прием, сравнение и контрастное чередование движений и упражнений; прием пространственной ориентации и др.;
- ✓ Практические упражнения могут быть репродуктивными, направленными на воспроизведение пройденного изученного хореографического материала, и творческими, связанными с проявлением самостоятельности мышления, наблюдательности, творческого поиска, изобретательности;
- ✓ Структурный метод предполагает последовательное разучивание и усвоение движений. При этом используются специально подготовленные хореографические связки, состоящие из упражнений и движений, повторяющиеся в определенном порядке и в точном соответствии с музыкальным сопровождением.

В образовательном процессе в ансамбле «В ритме танца» педагогом используются нетрадиционные **приемы** работы с детьми, такие как:

- ✓ синхронное и зеркальное восприятие;
- ✓ перевод из одного пространства в другое;
- ✓ контактные уроки, игры превращения;
- ✓ формы компромиссного решения;
- ✓ музыкальная интерпретация (направлена на формирование умения передавать характер музыки через движение).
- ✓ Фристайл – свободное повторение и выполнение движений под музыку.
- ✓ Круговой метод применяется с целью развития двигательных качеств. Каждому ребенку задается индивидуальная степень нагрузки.

При проведении занятий используются разные **виды занятий**:

- ✓ Традиционное;
- ✓ Нетрадиционное;
- ✓ Комбинированное;
- ✓ Изучение нового материала;
- ✓ Закрепление;
- ✓ Обобщение;
- ✓ Контроль и проверка;
- ✓ Занятие-упражнение, занятие-импровизация, помогающие создать условия творческого участия школьников в учебном процессе;
- ✓ Занятие-концерт и др.

Немалую роль играет для детей вариант взаимопосещения занятий. Поэтому наряду с определенными возрастными группами возможны варианты смешанных, разновозрастных. Это помогает создать соответствующий климат в коллективе, когда старшие помогают младшим. Коллективные работы в конце года помогают в закреплении не только навыков профессионального мастерства, но и межличностных контактов, комфортных отношений в творческом процессе. Общий замысел выполняется благодаря слаженному соединению идей каждого ребенка в общей работе.

«Человеком может стать, только играя», утверждал Ф. Шиллер. По его мнению, человек в игре и посредством игры творит себя, и мир в котором живет.

С позиции личностного подхода игра представляет поле, в рамках которого происходит самоопределение и идет процесс «возвращения» личности. Личностное самоопределение – это не что иное, как попытка самому себе ответить на вопрос «что есть «Я» в этом мире?». Лишь воспринимая себя в соответствии с другими, можно сформироваться как личность. Личностный подход реализуется посредством деятельности, которая имеет не только внешние атрибуты совместности, но и своим

внутренним содержанием предполагает сотрудничество, саморазвитие субъектов учебной деятельности, проявление их личностных функций: мотивирующей, опосредующей, критической, творчески преобразующей и самореализующей. Игра в достаточной мере способствует становлению этих функций.

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

Формы и виды контроля

В учебно-воспитательном процессе используются все виды контроля, которые знает дидактика, -текущий, периодический, итоговый.

Текущий контроль оперативен, гибок, разнообразен по методам и формам, позволяет вести систематическую проверку усвоения знаний, умений и навыков обучающихся в ходе освоения определенных тем программы, используется практически на каждом занятии.

Периодический контроль осуществляется после крупных разделов программы, как правило, в форме открытого занятия несколько раз в год, в нем учитываются данные текущего контроля.

Итоговый контроль проводится после окончания определенной ступени обучения (раздела дисциплины), его задача – зафиксировать минимум подготовки, который обеспечивает дальнейшее обучение.

Одной из основных форм контроля является **творческий отчет**, который позволяет провести проверку результатом обучения и является обязательным компонентом процесса обучения хореографии. К творческим отчетам можно отнести публично представленные выступления коллектива: открытое занятие, участие в конкурсах, концертах, общественных мероприятиях города и края. Каждая из этих форм выполняет определенную функцию выявления уровня освоения учащимися знаний и навыков согласно программе и осуществляет итоговый вид контроля.

Открытое занятие является самым распространенным видом творческого отчета коллектива и проводится 2 раза в год. Открытое занятие готовится на базе пройденного учебного материала, раскрывает последовательность методики изучения дисциплины, дает возможность учащимся продемонстрировать технику исполнения и в то же время композиционно выстроено и несет образно-художественный смысл.

Конкурсная форма контроля наиболее характерна для нашего коллектива, так как развитие самого вида этого хореографического искусства тесно связано с традиционным проведением различных хореографических конкурсов различного уровня.

Творческие отчеты в полной мере выполняют следующие функции контроля: контролирующую, обучающую, диагностическую, прогностическую, развивающую, ориентирующую, воспитывающую. Творческие отчеты являются наиболее объективной формой контроля, так как каждый из отчетов всесторонне обсуждается, выносятся замечания и рекомендации по устранению ошибок или неточностей в изложении материала. Это позволяет провести открытие, наглядные испытания всех обучаемых и легко проследить результаты усвоения знаний, судить об особенностях интеллектуальной и практической работы воспитанников, повысить эффективность обучения и прочность усвоения учебного материала.

К Программе прилагается ежегодный календарный план воспитательной работы (Приложение 1).

Игровые техники программы

Игру как метод обучения, передачи опыта старших поколений младшим люди использовали с древности. Широкое применение игра находит в народной педагогике, в дошкольных и внешкольных учреждениях. В хореографическом коллективе «В ритме танца» игровая деятельность используется в следующих случаях:

- в качестве самостоятельных технологий для освоения понятия, темы и даже раздела учебного предмета;
- в качестве занятия или его части (введения, объяснения, закрепления, упражнения, контроля);
- как технологии воспитательной работы;
- на занятиях с детьми дошкольного и младшего школьного возраста.

В отличие от игр вообще педагогическая игра обладает существенным признаком – четко поставленной целью обучения и соответствующим ей педагогическим результатом, которые могут быть обоснованы, выделены в явном виде и характеризуются учебно-познавательной направленностью.

Игровая форма занятий создается при помощи игровых приемов и ситуаций, которые выступают как средство побуждения, стимулирования обучающихся к учебной деятельности. Реализация игровых приемов и ситуаций на занятиях происходит по таким основным направлениям: дидактическая цель ставится перед учащимися в форме игровой задачи; учебная деятельность подчиняется правилам игры; учебный материал используется в качестве ее средства. В учебную деятельность вводится элемент соревнования, который переводит дидактическую задачу в игровую; успешное выполнение дидактического задания связывается с игровым результатом.

Сюжетно-ролевые игры, подвижные игры, музыкальные, общеразвивающие игры, игры для создания доверительных отношений в группе, игры направленные на развитие внимания ребенка к самому себе, своим чувствам, игры на развитие слуха, чувства ритма.

Условия реализации программы

Достижению поставленных программой целей способствуют созданные условия работы:

- большой просторный зал;
- станки, зеркала;
- ноутбук, колонки;
- записи аудио-, видео – формата MP3 музыкального сопровождения;
- коврики для гимнастики, предметы;
- костюмы и танцевальные атрибуты.

Календарно-тематический план
1 год обучения
136 часа
групповые занятия по хореографии

Группа № 1 (среда-пятница)

№ п/п	Дата	Название раздела, темы занятия	Всего часов	теория	практика	Форма контроля/ аттестация
1.	02.09 04.09	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	2	2	-	Беседа
Раздел 1. Ритмика и музыкальная грамота						
2.	09.09. 11.09.	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки,выстукивания,притоп).	4	2	2	показ в классе, наблюдение
3.	16.09. 18.09.	Музыкальный размер. Понятие о правой, левой руке,правой,левойстороне.Поворотыинаклоныкорпуса.	4	1	3	Беседа, практическое исполнение
4.	23.09 25.09	Танцевальнаямузыка:марши,польки,вальсы.	4	1	3	Практическое исполнение
5.	30.09 02.10	Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка,воротца,змейка.	4	1	3	Практическое исполнение
6.	07.10 09.10	Элементы партерной гимнастики (выполняются лежанаспине,на животеи сидя на полу);	4	-	4	Практическое исполнение
7.	14.10 16.10	Элементы партерной гимнастики (выполняются лежанаспине,на животеи сидя на полу)	4	-	4	Практическое исполнение
8.	21.10 23.10	Упражнениядляукреплениямышцспины,живота,выворотностиног.	4	-	4	Беседа, практическое исполнение
9.	06.11 11.11	Упражнениядляукреплениямышцспины,живота,выворотностиног.	4	-	4	Практическое исполнение
10.	13.11 18.11	Простейшиетанцевальныеэлементы.Танцевальныйшаг,подскоки вперед,назад,галоп.	4	-	4	Практическое исполнение
11.	20.11 25.11.	Танцевальный бег (ход на полу пальцах).Упражнениядля профилактикиплоскостопия.	4	-	4	Беседа, показ, практическое исполнение
Раздел 2. Азбука классического танца						
12.	27.11 02.12	Поклон.Позицииног – I,II,III,IV	4	-	4	Показ, практическое исполнение
13.	04.12 09.12	Позициирук– подготовительноеположение, I,III,II	4	-	4	Показ, практическое исполнение
14.	11.12 16.12	Relevés на полупальцывI,II,VIпозиях свытянутых	4	-	4	Показ, практическое исполнение

		ног				
15.	18.12 23.12	Portdebrasвсторону,назадвсочетан иисдвижениямирук	4	-	4	Беседа, практическое исполнение
16.	25.12 13.01	Plie(полуприседания)вовсехпозици ях	4	-	4	Показ, практическое исполнение
17.	15.01 20.01	Plie(полуприседания)вовсехпозици ях	4	-	4	Практическое исполнение
18.	22.01 27.01	Grandsplie вI,II,V,IVпозициях	4	3	1	показ в классе, наблюдение
19.	29.01 03.02	battementtendu(выведениеногинанос ок)	4	3	1	Практическое исполнение
20.	05.02 10.02	battementtendu(выведениеногинанос ок)	4	3	1	Показ, практическое исполнение
21.	12.02 17.02	Battementstendusjets(маленькиеброс ки)	4	4	-	Практическое исполнение
22.	19.02 24.02	Battementstendusjets(маленькиеброс ки)	4	-	4	Беседа, практическое исполнение
23.	26.02 03.03	прыжкаI,IIиVпозициях(tempsleve)	4	-	4	Беседа, практическое исполнение
Раздел 3. Народный танец						
24.	05.03 10.03	Позицииног.Положениестопыипод ъема.	4	-	4	Практическое исполнение
25.	12.03 17.03.	Позициииположениярук.Движение кисти.	4	-	4	Практическое исполнение
26.	19.03 24.03	Хлопкивладоши	4	-	4	Практическое исполнение
27.	26.03 02.04	Танцевальныйшагсноска,переменн ыйшаг	4	-	4	Практическое исполнение
28.	07.04 09.04.	Ковырялочкабезподскоков	4	-	4	Практическое исполнение
29.	14.04 16.04	Припаданиенаместе,спродвижение мвсторону	4	4		Практическое исполнение
30.	21.04 23.04	Припаданиенаместе,спродвижение мвсторону	4	-	4	Практическое исполнение
31.	28.04 30.04	“Косичка”.	4	-	4	Показ, практическое исполнение
32.	05.05 07.05	«Веревоочка»простая	4	-	4	Практическое исполнение
33.	12.05 14.05	Ковырялочкаспритопом	4	-	4	Праздничная программа
34.	19.05. 21.05.	“Маятник”. Дробныевыстукивания	4	-	4	показ в классе наблюдение
		итого	136	24	106	

Календарно-тематический план
2 год обучения
136 часа
групповые занятия по хореографии

Группа № 2 (четверг-пятница)

№ п/п	Дата	Название раздела, темы занятия	Всего часов	теория	практика	Форма контроля/ аттестация
1.	03.09 06.09	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	2	2	-	Беседа
Раздел 1. Ритмика и музыкальная грамота						
2.	10.09. 13.09.	Разучивание разминки. Постановка как орпусана середине зала и упалки.	4	2	2	показ в классе, наблюдение
3.	17.09. 20.09.	Знакомство с классическим экзерсисом: Позиции ног и рук. Изучение Battement	4	1	3	Беседа, практическое исполнение
4.	24.09 27.09	Изучение Demi plié по 1й позиции лицом к палке	4	1	3	Практическое исполнение
5.	01.10 04.10	Осваивание Relevé по 1й позиции	4	1	3	Практическое исполнение
6.	08.10 11.10	Изучение le Port de bras на середине зала	4	-	4	Практическое исполнение
7.	15.10 18.10	Классический экзерсис на середине зала	4	-	4	Практическое исполнение
8.	22.10 25.10	Изучаем Grand plié по 1й позиции лицом к палке	4	-	4	Беседа, практическое исполнение
9.	05.11 08.11	Изучаем Battement tendu лицом к палке (движение ноги назад)	4	-	4	Практическое исполнение
10.	12.11 15.11	Осваиваем Relevé по 1й позиции	4	-	4	Практическое исполнение
11.	19.11 22.11.	Осваиваем Relevé по 2й позиции	4	-	4	Беседа, показ, практическое исполнение
Раздел 2. Азбука классического танца						
12.	26.11 29.11	Изучение 2e Port de bras на середине зала	4	-	4	Показ, практическое исполнение
13.	03.12 06.12	Прыжки по 1й позиции.	4	-	4	Показ, практическое исполнение
14.	10.12 13.12	Объединение изученных элементов в комбинацию классического экзерсиса	4	-	4	Показ, практическое исполнение
15.	17.12 20.12	Добавление перегибов и растяжки в упалки.	4	-	4	Беседа, практическое исполнение
16.	24.12 27.12	Ускорение темпа в классическом экзерсисе.	4	-	4	Показ, практическое исполнение
17.	10.01	Ознакомление с основными видами ша	4	-	4	Практическое

	14.01	агов; шагс носки; шагспятки; шагинаместе;.				исполнение
18.	17.01 21.01	Изучение техники исполнения прыжков и подскоков.	4	3	1	показ в классе, наблюдение
19.	24.01 28.01	Осваиваем основные положения рук: на поясе; вдоль тела; за спиной; за головой.	4	3	1	Практическое исполнение
20.	31.01 04.02	Изучение основных технических элементов танца Полька: синкопированный шаг;	4	3	1	Показ, практическое исполнение
21.	07.02 11.02	Элементы польки в паре (наместе, в линию, по кругу, к центру круга).	4	4	-	Практическое исполнение
22.	14.02 18.02	Составление элементов польки в композицию.	4	-	4	Беседа, практическое исполнение
23.	21.02 25.02	Отработка композиции польки в паре по подсчету под музыку.	4	-	4	Беседа, практическое исполнение
Раздел 3. Народный танец						
24.	28.02 04.03	Разучивание основных шагов танца: приставной шаг в сторону; шаг вперед-назад	4	-	4	Практическое исполнение
25.	07.03 11.03.	Составление комбинации из изученных шагов	4	-	4	Практическое исполнение
26.	14.03 18.03	Перестроения на подскоках из линии в два круга, из линии в один круг	4	-	4	Практическое исполнение
27.	21.03 01.04	Разучивание элементов в паре: «волчок» залевую руку; подскоки залевую руку –	4	-	4	Практическое исполнение
28.	08.04 11.04.	Танцевание изученных комбинаций по подсчету под музыку.	4	-	4	Практическое исполнение
29.	15.04 18.04	Составление комбинаций в вариацию танца. Отработка элементов	4	4		Практическое исполнение
30.	22.04 25.04	Повторение всего освоенного материала.	4	-	4	Практическое исполнение
31.	29.04 02.05	История русского танца. Сюжеты и темы народных танцев. Особенности движений	4	-	4	Показ, практическое исполнение
32.	06.05 13.05	Изучение кругового хоровода за руки и без. Шаг носка по 3-й позиции.	4	-	4	Практическое исполнение
33.	16.05 20.05	Соединение изученных фигур в комбинацию.	4	-	4	Праздничная программа
34.	23.05.	Объединение изученных комбинаций в вариацию танца.	4	-	4	показ в классе наблюдение
		итого	136	24	106	

Список литературы

1. Боголюбская М.С. Учебно-воспитательная работа в детских самостоятельных хореографических коллективах. –М.,1999.
2. Бочкарёва Н.И. Уроки хореографии в образовательных учреждениях. –М.,2000
3. Бутакова Н.Г. Танцевальная терапия. – Москва, 2001.
- 4.Выготский Л.С. Педагогическая психология. –М.,1991
5. Ермолаева – Томина Л.Б. Психология художественного творчества. –М., 2005
6. Программа ритмика и хореография для хореографических отделений общеобразовательных школ, гимназий, ДМШ, ДШИ (10 – летний курс). /Авт. – сост. Савченко А.В. – Хабаровск 2006
7. Тарасова О.Г., Искусство балетмейстера. – ГИТИС, 2001.
8. Филатова Н. Парадокс танца. – М.2001.
9. Материалы// Искусство. Творчество. Здоровье. Научно-методический журнал, 2007.
- 10.Материал//Поём, танцуем и рисуем. Изд-во «ТиО», 2006-2007г.

Интернет – ресурсы.

Материально–техническоеобеспечение

- ☐ Танцевальный зал
- ☐ Танцевальный станок и зеркала в полный рост
- ☐ Ноутбук, 2 колонки
- ☐ Аудиотехника с фонотекой (флешки)
- ☐ Коврики для гимнастики
- ☐ Концертно-сценические костюмы
- ☐ Шкафы для хранения костюмов

Приложение 1

ЕЖЕГОДНЫЙ КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБЪЕДИНЕНИЯ ПО ИНТЕРЕСАМ «В РИТМЕ ТАНЦА» НА 2025-2026 УЧЕБНЫЙ ГОД

Ключевые общеучрежденческие дела			
Дела	Целевая аудитория	Ориентировочное время проведения	Ответственные
Праздничные мероприятия, посвященные Дню знаний	Дети, родители, общественность	Сентябрь 2024	Славянская С.А. Горохова А.С.
Праздничные мероприятия, посвященные Дню учителя	Дети, родители, общественность	Октябрь 2024	Славянская С.А. Горохова А.С.
Праздничные мероприятия, посвященные Дню народного единства	Дети, родители, общественность	Ноябрь 2024	Славянская С.А. Горохова А.С.
Новогодние представления	Дети, родители, общественность	Декабрь 2024	Славянская С.А. Горохова А.С.
Праздничные мероприятия, посвященные Дню защитника Отечества	Дети, родители	Февраль 2025	Славянская С.А. Горохова А.С.
Праздничные мероприятия, посвященные Международному женскому Дню 8 Марта	Дети, родители	Март 2025	Славянская С.А. Горохова А.С.
Праздничные мероприятия ко Дню Победы	Дети и родители	Апрель-май 2025	Славянская С.А. Горохова А.С.
Отчётные объединенные Концерты МБОУ «Гимназии №11»	Дети, родители, общественность	Май 2025	Славянская С.А. Горохова А.С.
Безопасность жизнедеятельности			
Дела, события, мероприятия	Целевая аудитория	Ориентировочное время проведения	Ответственные
Беседы, информационные часы	Дети	В течение года	Славянская С.А. Горохова А.С.