

Управление образования администрации МР «Сосногорск»

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Дом детского творчества» г. Сосногорска

РЕКОМЕНДОВАНА  
Методическим советом  
Протокол № 3  
от « 14 » мая 2024 г.

УТВЕРЖДЕНА  
Приказом № 105(ОД)  
от « 15 » мая 2024 г.  
Директор \_\_\_\_\_ Е.Ю. Борисова

ПРИНЯТА  
педагогическим советом  
Протокол № 3  
от « 15 » мая 2024 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
«ОСНОВЫ ТАНЦА»**

Возраст обучающихся: **10-15 лет**  
Уровень освоения: **стартовый**  
Срок реализации: **2 года**

Составитель:  
**Ненева Елена Михайловна,**  
педагог дополнительного  
образования

г. Сосногорск  
2024 г.

## КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

### ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Основы танца» - **художественной направленности**. Программа разработана в соответствии с основными нормативно-регламентирующими документами:

- Законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012г. N 273-ФЗ.
- «Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (утверждён приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629).
- «Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года».
- «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ» (Письмо Минобрнауки России от 18 ноября 2015 года № 09-3242).
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28.
- Постановлением главного государственного санитарного врача Российской Федерации № 2 от 28.01.2021 (зарегистрировано Министерством Юстиции РФ № 62296 от 29.01.2021 г.)
- Уставом МБУДО «ДДТ» г. Сосногорска.
- Положением о разработке, структуре и утверждении дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ МБУДО «ДДТ» г. Сосногорска.

**Актуальность.** Актуальным на сегодняшний день является – формирование культуры личности ребенка, где приоритет отдается овладению общечеловеческими нормами нравственности, развитию таких «свойств» личности, как интеллигентность, чувство собственного достоинства, ответственность в поступках.

Наиболее эффективной представляется собственная хореографическая деятельность детей, где каждый становится на время актёром, творчески осмысляющим происходящее. Хореография – искусство синтетическое, оно позволяет решать задачи физического, музыкально-ритмического, эстетического и, в целом, психического развития детей. Актуальность данной образовательной программы в том, что в настоящее время интерес к искусству хореографии неуклонно растёт, идет социальный детско-родительский заказ. Благодаря занятиям хореографии, осуществляется три части педагогического воздействия - воспитание культуры повседневного досуга, обучение, оздоровление.

**Новизна.** Программа «Основы танца» позволяет расширить: координационные возможности учащихся, учит правильному дыханию, умению целесообразно распределять энергию, шире использовать природные возможности тела, учащиеся вовлекаются в творческий процесс, учатся не просто исполнять данное движение, но и создавать

собственное. Такой подход направлен на раскрытие творческого потенциала и темперамента детей, а также на развитие их сценической культуры.

**Педагогическая целесообразность.** Педагогическая целесообразность программы обусловлена тем, что занятия хореографией формируют интерес к танцевальному искусству, развивают художественный вкус, способствуют физическому, эмоциональному и интеллектуальному развитию учащихся, помогают укрепить здоровье. На занятиях дети дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта, танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотные манеры поведения в обществе, дают представление об актерском мастерстве. Танец имеет огромное значение и как средство воспитания самосознания.

Имеет большое значение психологическая готовность учащихся к включению в учебно-образовательную деятельность, т. к. в основу деятельности хореографического детского творческого коллектива положена идея развития личностного потенциала и его психическое становление посредством постепенного освоения танцевального искусства.

**Отличительные особенности.** Отличительной особенностью данной программы от существующих программ является то, что программа «Основы танца» гибко реагирует на специфику учебных групп, за счёт подбора упражнений, репертуара, в зависимости от возраста детей, объединенных в группы, и социального заказа.

**Адресат программы.** Данная программа предназначена для обучающихся, интересующихся хореографическим искусством. Принимаются все желающие в возрасте от 10 до 15 лет, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья. Курс программы не предполагает наличие у учащихся способностей к хореографии. Начальный уровень подготовки детей может быть разным.

Вид программы – **модифицированная.**

Тип - **образовательная.**

Уровень освоения программы - **стартовый**, направлен на развитие у обучающихся художественных интересов и навыков, творческих способностей, формирование устойчивой мотивации к занятиям хореографией.

Содержание программы строится с учётом уровня подготовки обучающихся, их возможностей, учитывает интересы детей.

В группы второго и последующих годов обучения могут быть зачислены обучающиеся, успешно прошедшие собеседование и просмотр на предмет выполнения физических упражнений.

**Объём программы.** Реализация программы рассчитана на 288 часов.

**Форма обучения** - очная, предполагает групповую форму организации обучающихся для занятий. Учебные группы объединяют детей разного возраста, что требует от педагога по хореографии индивидуального подхода к обучающимся с учетом их психофизиологических и возрастных особенностей.

### **Особенности организации образовательного процесса**

**Наполняемость групп:** 10 – 15 человек в соответствии с СанПиН 2.4.4.3172-14.

**Формы организации деятельности учащихся на занятиях:** групповая, возможна работа по подгруппам и индивидуальная работа.

**Срок освоения программы** - 2 года.

## Структура учебного процесса

Год обучения	Количество недель в учебном году	Количество часов в неделю	количество часов в год
1	36	4	144
2	36	4	144

### Режим занятий

Год обучения	Продолжительность занятий	Периодичность в неделю	Количество часов в неделю
1	2 часа	2 раза	4
2	2 часа	2 раза	4

**Цель:** развитие социально-творческой личности учащихся средствами хореографии.

**Задачи:**

*в обучении:*

- приобретение знаний об основах этикета и манерах поведения в обществе;
- формирование знаний о технике безопасности на занятиях и выступлениях;
- формирование основ знаний о классическом танце;
- формирование основ знаний о народно-сценическом танце;
- изучение танцевальных текстов.

*в развитии:*

- развитие чувства ритма, музыкальной и мышечной памяти, внимания;
- развитие координации движений;
- формирование интереса к хореографическому искусству;
- развитие физического и психического здоровья

*в воспитании:*

- формирование трудолюбия, ответственности, целеустремлённости;
- формирование и развитие умения работать в коллективе;
- развитие культуры повседневного досуга;
- формирование способности к саморазвитию, самостоятельности, быть творчески – активной личностью.

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

### 1 год обучения

№	Наименование раздела	Количество часов			Формы организации занятий	Формы контроля
		всего	теория	практика		
1.	Вводное занятие	2	1	1	Беседа, занятие-игра	Наблюдение, опрос
2.	Основы	6	2	4	Презентация, беседа, занятие-	Наблюдение,

	музыкальной культуры.				игра	конкурсы
3.	Подготовительные упражнения	12	4	8	Беседа, занятие-игра, инструктаж, открытое занятие	Наблюдение, зачеты
4.	Танцевальные элементы	20	6	14	Творческая мастерская, беседа, занятие-игра	Наблюдение
5.	Ориентация в пространстве	4	1	3	Беседа, занятие-игра	Наблюдение, конкурс
6.	Партерная гимнастика	16	4	12	Беседа, занятие-игра, инструктаж, репетиция, открытое занятие	Наблюдение. Опрос. Выступление
7.	Этюды, танцевальные игры, массовые танцы	20	2	18	Творческая мастерская, эксперимент, репетиция	Наблюдение, праздничные мероприятия
8.	Постановочная работа	54	4	50	Творческая мастерская, обсуждение, беседа, занятие-игра, репетиция	Просмотр на репетициях
9.	Концертная деятельность	8	1	7	Репетиция, выступление, обсуждение, беседа	Концерты, выступление
10.	Итоговое занятие	2	1	1	Беседа, игровая программа	Опрос. Выступление
	ИТОГО:	144	26	118		

## СОДЕРЖАНИЕ

### **1. Вводное занятие – 2 час.**

**Теория.** (1) Знакомство с детьми. Рассказ учащимся о том, как они должны вести себя на занятии: заниматься сознательно, вдумчиво, обращать внимание на замечания, сделанные другим учащимся, запоминать замечания и правильные мышечные ощущения, участвовать на занятии активно и т.д. Правила поведения во время пожара.

**Практика.** (1) Требования к уровню подготовки детей. Расписание занятий. Форма и обувь (народные туфли, балетные туфли). Маршрут эвакуации при пожаре – игра.

### **2. Основы музыкальной культуры – 6 часа.**

**Теория.** (2) Беседа о танце, его красоте и выразительности, об обязательной согласованности движений. (Для занятий ритмикой подбираются доступные музыкальные

произведения, которые соответствуют возрасту детей, используются музыкальные загадки.)

**Практика. (4)** Выявление хореографических способностей.

Прослушивание музыкального произведения и определение темпа движения:

- устойчивость в темпе;
- переключение с одного темпа на другой;
- постепенное ускорение или замедление темпа.

Определение характера и динамики движений:

- отражение в движении характера музыки;
- отражение в движении динамических оттенков (форте, пиано, легато, стаккато).

Передача движением ритмического рисунка:

- хлопками, шагами;
- бегом и другими танцевальными элементами;
- соблюдение пауз;
- синкопированными движениями.

Определение метра:

- движение, отмечающее начало такта;
- вступление в движение на такт позднее своего соседа;
- затактовое построение.
- Двигаться в соответствии с ярко выраженным характером музыки, ритмом и темпом – веселый, грустный. Весело бежать под легкую музыку. Энергично ходить под ритмичный марш. Начинать и заканчивать движение вместе с музыкой. Различать различные жанры музыкального сопровождения (хоровод, марш, полька и др.).

### ***3. Подготовительные упражнения – 12 час.***

**Теория.(4)** Беседа о правилах техники безопасности при выполнении упражнений. Алгоритм выполнения упражнений.

**Практика. (8)** Изучается и закрепляется материал 1-го года обучения с увеличением мышечной нагрузки, ускоряется темп исполнения:

- постановка корпуса;
- изучение позиции ног: I, II, III;
- изучение положения рук: I, II, III;
- работа головы (наклоны в разные стороны, круговые);
- работа плеч (подъем; опускание; отведение вперед, назад; вращение поочередное и вместе);
- работа корпуса (наклоны в разные стороны, развороты с приседаниями, прыжками, скручивание);
- работа стоп (подъем на полупальцы; «перекаты»; приседаниями; приседание с поднятием поочередно колен; «пистолет»);
- прыжки (по шестой позиции, поочередно; в высоту и длину);
- основные положения рук в паре: «воротца», «корзинка», «замочек», «лодочка».

### ***4. Танцевальные элементы – 20 час.***

**Теория. (6)** Беседы: «История народного танца», «Основы народного танца», «Правила исполнения отдельных движений народного танца», «Хореографические термины».

**Практика. (14)** Совершенствование основных движений и элементов танца, работа над выразительностью в различных сочетаниях друг с другом. Разминка с русским народным акцентом:

- позиции ног (1, 2, 6);
- позиции рук;
- полуприседание (Demi-plie), приседание (grand plie);
- выставление ноги на носок (Battement tendu);
- круги ногой на полу (Rond de jambe par terre);
- различные шаги;
- легкие подскоки;
- различные виды прыжков;

Дополнительно: подскоки вперед, на месте, назад, в повороте.

### ***5. Ориентация в пространстве – 4 часа.***

**Теория. (1)** Теоретические и методические основы правил и логики перестроений, поворотов, построений с музыкой.

**Практика. (3)**

- разнообразие композиционного рисунка: круги, линии, звездочки, воротца и т.д.
- продвижение в различных рисунках по одному и в паре с построениями.
- объемность рисунка и его выразительность.
- самостоятельный выбор рисунка.

В заданиях фигурные построения могут наглядно передавать структуру музыкального отрывка (часть, предложения, фраза).

### ***6. Партерная гимнастика – 16 час.***

**Теория. (4)** Беседы: «Правила техники безопасности на занятии», «Задачи партерной гимнастики».

**Практика. (12)** Развитие суставно-мышечного аппарата. Упражнения, развивающие силу ног, выворотность, эластичность и крепости мышц, гибкость, подвижность голеностопного, коленного и тазобедренного суставов, упражнение на полу: упражнение на развитие шага streicing (растяжка), упражнения на пресс, упражнение на укрепление позвоночника (лодочка, корзинка).

Упражнения сидя:

- постановка корпуса;
- работа стоп;
- упражнения для выворотности тазобедренного сустава («бабочка»);
- складочка к ногам;
- подъем ног на 45° (поочередно и вместе);
- упражнение «колечко» (группировка корпуса).

Упражнение лежа на животе:

- «самолет»;
- «сфинкс»;

- «лягушка»;
- «корзинка»;
- «лодочка»;
- «колечко».

Упражнение лежа на спине:

- подъем ног на 45° (поочередно и вместе);
- «флажок»;
- «мостик»;
- «складка» (одновременное поднятие ног и корпуса).

«Дощечка» (стоя на коленях наклоны прямым корпусом назад), «окошечко» (перегибы через стороны, руки в третьей позиции).

Растяжки, шпагаты.

### ***7. Этюды, танцевальные игры, массовые танцы – 20 час.***

**Теория.** (2) Теоретические и методические знания законов драматургии и актерского мастерства.

**Практика.**(18) Совершенствование основных движений и элементов танца, работа над выразительностью в различных сочетаниях друг с другом. Прыжки с увеличением амплитуды, смещением темпа, ритма. Соединение элементов комбинации, логические цепочки, положения партнеров в паре. Хлопки с мальчиками как элементы хлопшек, подготовка к присядкам. Образно-ритмические, танцевально-игровые, сюжетно-ролевые комбинации и этюды. Исполнение движений выразительно, образно, в соответствии с характерами, стилем музыкального произведения. Развитие внимание и фантазии у детей в танцевальных комбинациях. Используется импровизация под музыку: исполнение этюдов, танцевальных игр, песен. Развитие у учащихся: внимание, воображение, ассоциативную память и навыки актёрского мастерства. Этюды под музыку на заданную тему, используя выученные движения. Этюды с изображением заданного персонажа. Игровые импровизации, развивающие артистичность. Наблюдение за походками людей и копирование пластикой, пантомимические этюды на воображение.

### ***8. Постановочная работа – 54 час.***

**Теория.**(4) Беседа о постановочных материалах предлагаемых танцев.

**Практика.** (50) На основе изученных движений и элементов танца составляются законченные танцевальные композиции для закрепления полученных умений и навыков. Например: «Вальс», «Русская пляска», «Казачок». Постановочная работа танцев. Танцевальная импровизация. Репетиционно-постановочная работа. Сценическая практика.

### ***9. Концертная деятельность – 8 часа***

**Теория.** (1) Беседа «Правила поведения во время репетиции и выступления на сцене», обсуждение выступлений.

**Практика.** (7) Репетиции на предлагаемых концертных площадках. Выступление в праздничных концертах. Выступление в отчетном концерте.

### ***10 Итоговое занятие – 2 час.***



**Теория. (1)** Беседа «Безопасность вовремя летних каникул».

**Практика.(1)** Игровая программа – подведение итогов работы объединения за год.

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

### 2 год обучения

№	Наименование раздела	Количество часов			Формы организации занятий	Формы контроля
		всего	теория	практика		
1.	Вводное занятие	2	1	1	Беседа, занятие-игра,	Наблюдение, конкурсы
2.	Шаги (все виды).	14	2	12	Беседа, занятие-игра, инструктаж, открытое занятие	Наблюдение, зачеты
3.	Партерная гимнастика.	20	5	15	Творческая мастерская, беседа, занятие-игра	Наблюдение
4	Элементы классического танца.	12	2	10	Беседа, занятие-игра, инструктаж, репетиция,	Наблюдение
5	Элементы народно-сценического танца.	25	5	20	Беседа, занятие-игра, инструктаж, репетиция, открытое занятие	Наблюдение. Опрос
6	Этюды.	20	5	15	Творческая мастерская, эксперимент, репетиция	Наблюдение, праздничные мероприятия
7	Постановочная работа.	40	7	33	Творческая мастерская, обсуждение, беседа, занятие-игра, репетиция	Просмотр на репетициях
8	Концертная деятельность.	9	1	8	Репетиция, выступление, обсуждение, беседа	Концерты, выступление
9	Итоговое занятие.	2	1	1	Игра, заочная экскурсия, беседа	Опрос. Выступление
	ИТОГО:	144	29	115		

## СОДЕРЖАНИЕ

### *1. Вводное занятие – 1 час.*

**Теория.(1)** Встреча с детьми «Как ты провёл лето?». Рассказ-напоминание учащимся о том, как они должны вести себя на занятии: заниматься сознательно, вдумчиво, обращать внимание на замечания, сделанные другим ученикам, запоминать замечания и правильные мышечные ощущения, участвовать на занятии активно и т.д. Правила поведения во время пожара.

**Практика.(1)** Требования к уровню подготовки детей. Расписание занятий. Форма и обувь (народные туфли, балетные туфли). Маршрут эвакуации при пожаре – игра.

## **2. Шаги – 14 час.**

**Теория. (2)** Беседа « Откуда пришли танцевальные па».

**Практика.(12)** Для концентрации внимания и начала урока выполняются все виды шагов в движении по кругу, по диагонали и прямо (дополнительно по четырем точкам):

- танцевальные с вытягиванием стопы;
- шаркающие шаги;
- естественно-бытовые шаги;
- марш с сильно вытянутыми стопами;
- шаги с высоко поднятыми коленями;
- шаги на высоких полупальцах;
- то же с высоко поднятыми коленями;
- шаги на носках и пятках;
- шаги на внутреннем и внешнем своде стопы;
- легкий бег;
- то же с высоким подъемом ног, согнутых коленях вперед и назад (с захлестом);
- pas amboite, поочередное выбрасывание прямых ног вперед на 45°;
- pas couru – мелкий бег на полупальцах;
- pas chasse.

При исполнении этих движений необходимо ритмично двигаться, в соответствии с различным характером музыки, ее динамикой (громко, умеренно, тихо; громче-тише). Подключаются элементарные движения рук (подъем на опускание, вперед и в стороны), координируя их с движениями ног.

- Поочередные наклоны головы (по четырем точкам, с приседаниями и releve).
- Круговые движения плеч (поочередные и одновременные).
- Сведение плеч вперед и их раскрытие, выравнивание (без сведения лопаток сзади).
- Растягивание локтей и плеч с согнутыми руками «в замок», за спиной «бабочка».
- Поочередные наклоны вперед с сомкнутыми руками «в замок», сзади и спереди.
- Разнообразные releve в свободной позиции в сочетании с plie.

## **3. Партерная гимнастика – 20 часа**

**Теория.(5)** Беседы: «Техника безопасности», «Гигиена и здоровье».

**Практика.(15)**

Упражнения на укрепления мышц поясничного отдела, позвоночника и мышц спины:

- вытягивание поясничного отдела в положение сидя (у стены);
- то же с согнутыми в коленях ногами;
- развороты колен направо и налево в положении лежа и сидя.

**Упражнения для развития подвижности тазобедренного сустава (выворотности)**

Лежа на спине:

- отведение и приведение ноги, согнутой в коленном суставе в сторону, поочередно и одновременно;
- отведение и приведение вытянутой ноги с подъемом на 45-60° в сторону поочередно и одновременно;
- passé, поочередно, с двух ног.

Лежа на животе:

- passé, поочередно, с двух ног;
- отведение и приведение вытянутой ноги с подъемом на 45-60° в сторону поочередно и одновременно.

Упражнение для развития гибкости лежа на животе:

- прогибы назад в плечевом поясе (руки в третьей позиции);
- то же в поясничном отделе позвоночника;
- то же в грудном отделе позвоночника.

Лежа на спине:

- перенос прямых ног спереди в положении за голову;
- группировка из положения лежа в положение сидя;
- волна;
- лягушка;
- корзинка.

Упражнения для развития и укрепления мышц живота и брюшного пресса:

- Grand battement во всех направлениях (на спине, животе, на боку, стоя на коленях и ладонях);
- Растяжки (сидя в паре).

#### ***4. Элементы классического танца – 12 час.***

**Теория.** (2) Беседы: «Техника исполнения элементов классического танца», «Хореографические термины».

#### **Практика.**(10)

Первоначальные упражнения для усвоения принятой в классическом танце постановке корпуса рук, ног, головы.

- Plie;
- Battement tendu (по I позиции);
- Battement tendu jete (по I позиции);
- Rond de jambe en parterre
- Sur lu cou – de - pied u passé
- Releve lent на 45° и 90° (крестом)
- Grand Battement ent jete (крестом)

Танцевальные движения (полька, галоп, вальсовая дорожка по кругу и линиям, шаг полонеза).

#### ***5. Элементы народно-сценического танца – 25 час.***

**Теория.**(5) Беседы: «Правила исполнения отдельных движений народного танца», «Хореографические термины».

#### **Практика.**(20)

Простейшие элементы изучаются как у станка, так и на середине зала. Затем из разученных элементов составляются танцевальные этюды или законченные по форме танцевальные постановки.

*Экзерсис у станка (лицом к палке).*

1. Demi – plie.
2. Battement tendu (с переходом стопы с носка на каблук).
3. Каблучные упражнения (вынесение рабочей ноги на каблук во все направления).

*Экзерсис на середине зала.*

Изучение элементов русского танца:

- поклон в русском характере;
- положение рук;
- положение рук в парах;
- движение рук (раскрытие в сторону и закрытие на пояс, движение рук с платком).

Ходы:

- простой ход;
- переменный ход;
- боковой ход «гармошка»;
- боковой шаг;
- шаркающий (кадрильный).

Танцевальные движения:

- «ковырялочка»;
- «моталочка»;
- подготовка к дробям;
- притопы;
- удары полупальцами;
- удары каблуком;
- «ключи» I, II, III;
- хлопки и хлопучки для мальчиков (одинарные по бедру и голенищу).

Движения обычно строятся по кругу, по линии танца. Для развития мышц кистей рук и освоения мелких движений кистями той или иной национальности разучиваются подготовительные упражнения:

- характерное положение рук;
- сгибание и разгибание в запястье;
- вращение внутрь и наружу;
- волнообразные движения;
- щелчки пальцами;
- мягкое движение рук от предплечья;
- переводы из стороны в сторону через низ;
- раскрытие и закрытие через позиции в сторону или вверх.

## **6. Этюды - 20 час.**

**Теория.(5).** Идея танца. Сценарий к танцевальной композиции.

**Практика.(15)** Сочинение танца на заданную тему. Самостоятельная работа в качестве постановщика танца. Соединение элементов комбинации, логические цепочки, положения партнеров в паре. Образно-ритмические, танцевально-игровые, сюжетно-ролевые комбинации и этюды. Исполнение движений выразительно, образно, в соответствии с характерами, стилем музыкального произведения. Развитие внимание и фантазии у детей в танцевальных комбинациях. Используется импровизация под музыку: исполнение этюдов, танцевальных игр, песен. Развитие у учащихся: внимание, воображение, ассоциативную память и навыки актёрского мастерства. Этюды под музыку на заданную тему, используя выученные движения. Этюды с изображением заданного персонажа. Игровые импровизации, развивающие артистичность. Наблюдение за походками людей и копирование пластикой, пантомимические этюды на воображение.

### ***7. Постановочная работа – 40 час.***

**Теория. (7)** Беседа о постановочных материалах предлагаемых танцев.

**Практика.(33)** На основе изученных движений и элементов танца составляются законченные танцевальные композиции для закрепления полученных умений и навыков. Например: «Вальс», «Солдатская пляска», «Коми танец». Постановочная работа танцев. Танцевальная импровизация. Репетиционная - постановочная работа. Сценическая практика.

### ***9. Концертная деятельность – 9 часа***

**Теория.(1)** Беседа «Правила поведения во время репетиции и выступления на сцене», обсуждение выступлений.

**Практика.(8)** Репетиции на предлагаемых концертных площадках. Выступление в праздничных концертах. Выступление в отчетном концерте.

### ***10. Итоговое занятие – 2 часа***

**Теория.(1)** Беседа «Безопасность ввремя летних каникул»

**Практика.(1)** Заочная экскурсия - подведение итогов работы объединения за год.

## **Планируемые результаты**

По окончании программы обучающиеся смогут получить следующие результаты:

### **Предметные:**

- Двигаться и исполнять различные упражнения в соответствии с характером музыки.
- Выполнять элементы танца грамотно, свободно, выразительно и пластично. Импровизировать под музыку; точно и правильно воспроизводить характер музыки и ее размер.
- Согласованно выполнять танцевальные движения, уметь сохранять интервалы в движении, хорошо ориентироваться в пространстве на основе круговых и линейных рисунков.
- Исполнять танцевальные композиции.
- Применять знания об основах этикета и манерах поведения в обществе.

- Соблюдать технику безопасности на занятиях и выступлениях.

**Личностные результаты:**

- Развить личностные качества: трудолюбие, ответственность, целеустремлённость.
- Уметь работать в коллективе.
- Владеть культурой общения и поведения в социуме.
- Проявлять способность к саморазвитию, самостоятельности, быть творчески-активной личностью.

**Метапредметные результаты:**

- Вести здоровый образ жизни, самосовершенствоваться в физическом развитии.
- Уметь организовать повседневный досуг.
- Приобрести интерес к хореографическому искусству.

## КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

### Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Всего учебных недель	Кол-во учебных часов	Режим занятий
1	01.09.2020 г.	31.05.2021 г.	36	144	2 раза в неделю: по 2 часа
2	01.09.2021 г.	31.05.2022 г.	36	144	2 раза в неделю: по 2 часа

### Условия реализации программы

**Кадровое обеспечение**

Педагог - руководитель объединения, реализующий данную программу владеет следующими профессиональными и личностными качествами:

- имеет образование по профилю «Хореография»;
- владеет навыками и приёмами организации занятий;
- знает физиологию и психологию подросткового возраста;
- умеет вызвать интерес к себе и преподаваемому предмету;
- умеет видеть и раскрывать творческие способности обучающихся.

**Материально-техническое обеспечение**

- Танцевальный зал.
- Учебная литература.
- Форма и обувь для занятий.
- Музыкальный центр MP3 –CD PLAYBACK, DVD SAMSUNG.

- Телевизор DAEWOO, фонотека, видеотека, дискотека, для учебных и концертных целей, баян 949308.(941182),
- Костюмы.

В качестве дидактических материалов используются специально подобранные по теме литературные тексты танцев разного характера и жанров.

### Этапы педагогического контроля

№	Предмет оценивания	Формы и методы оценивания	Характеристика оценочных материалов	Показатели оценивания	Критерии оценивания	Виды контроля
1.	<p>1.Хореографические способности.</p> <p>2. Основы музыкальной культуры.</p> <p>3. Ориентация в пространстве-порядковые упражнения</p> <p>4. Танцевальные элементы. Элементы классического танца. Элементы народного танца.</p>	Конкурс, Наблюдение, участие в КТД	<p>1. Проверка физических, музыкальных и артистических способностей.</p> <p>2.танцевальную этику;</p> <p>Упражнения, развивающие музыкальные чувство,</p> <p>исполнять движения в соответствии с характером музыки.</p> <p>3.Ориентироваться в пространстве, в зале;</p> <p>синхронно исполнять движения;</p> <p>ориентироваться в пространстве, в зале;</p> <p>4.Понятие осанка. Постановка корпуса, рук, ног. Положения головы Поклон-приветствие, экзерсис на середине зала;</p>	Разнообразие умений и навыков	<p>1.Высокий: имеет хорошие артистические, физические, музыкальные способности, выполняет все предложенные задания.</p> <p>Средний: выполняет больше половины предложенных заданий.</p> <p>Низкий: выполняет меньше половины предложенных заданий.</p> <p>Высокий – 5, Средний – 3, Низкий – 1</p> <p>2.Высокий: Знает танцевальную этику, упражнения, развивающие музыкальные способности, исполняет движения в соответствии с характером музыки.</p> <p>Средний: Работает с помощью педагога.</p> <p>Низкий: постоянно путается</p> <p>Высокий – 5, Средний – 3, Низкий – 1</p> <p>3.Высокий: Правильно работает по направлениям, делает повороты, построение в колону по двое, по трое.</p> <p>Средний: Работает с помощью педагога.</p> <p>Низкий: постоянно путается.</p> <p>Высокий – 5, Средний – 3, Низкий – 1</p>	Входящий, Промежуточный, итоговый.

					4.Высокий: Знание и выполнение постановки корпуса, рук, ног, положения головы. Поклон-приветствие, экзерсис на середине зала Средний: Работает с помощью педагога. Низкий: постоянно путается. Высокий – 5, Средний – 3, Низкий – 1	
2.	1. Умения понимать информацию. 2. Танцевальные этюды 3. Постановочная работа, массовые танцы 4. Музыкальные танцевальные игры.	уровень подготовки учащихся определяется по итогам выступления, показательных занятий.  по ответам на поставленные контрольные вопросы по программному материалу. Наблюдение, участие в КТД.	1 На основе различных информационных технологий (текст, рисунок, схема). Хореографические названия изученных элементов  2.Исполнять танцевальный этюд.  3.Знать рисунок танца. Исполнять движения разучиваемых танцев  выразительно, синхронно, эмоционально, музыкально.  4. Знание и навыки исполнения музыкально танцевальных игр: «Кадриль», «Снежный ком»	Глубина и широта знаний по предмету	1.Высокий: владеет необходимыми понятиями, умеет работать с рисунком, схемой, сразу передаёт полученную информацию в движении. Средний: оперирует специальными терминами, с подсказкой педагога. Низкий: знает отдельные названия движений, не может передать полученную информацию в движении. Высокий – 5, Средний – 3, Низкий – 1  2. Высокий: Самостоятельно начинает и оканчивает танцевальный этюд Средний: исполняет этюд с подсказкой педагога. Низкий: не может передать танцевальный этюд. Высокий – 5, Средний – 3, Низкий – 1  3. Высокий: артистично, музыкально, по рисунку исполняют танец. Средний: исполняют с подсказкой педагога. Низкий: часто ошибаются. Высокий – 5, Средний – 3, Низкий – 1  4. Высокий: Самостоятельно играют Средний: играют с подсказкой педагога.	Промежуточный, итоговый.



					Низкий: путают, не помнят игру Высокий – 5, Средний – 3, Низкий – 1	
3	Партерная гимнастика Моторика, память, воображение, внимание,	Анализ работ по замыслу учащихся	Развитие познавательных способностей, моторики, памяти, воображения, внимания, использование, в процессе разучивания танцевального материала;	Развитие общих познавательных и творческих способностей	Высокий: хорошее развитие моторики, запоминание и выполнение движений, обладает творческим воображением, устойчивым вниманием. Средний: четко воспринимает движения, недостаточно правильно передаёт их, не всегда может сконцентрировать внимание. Низкий: не всегда может соотносить размер движений и форму передачи, слабая моторика рук и ног, воображение репродуктивное. Высокий – 5, Средний – 3, Низкий – 1	Входящий, промежуточный, итоговый.
4	1. Терпение. 2. Воля. 3 Самоконтроль	Наблюдение, занесение в диагностическую карточку	1. Способность переносить (выдерживать) известные нагрузки в течение определённого времени, преодолевать трудности 2. Способность активно побуждать себя к практическим действиям 3. Умение контролировать свои поступки (приводить к должному свои действия)	Организационно - волевые качества	1. Терпения хватает на все занятие, терпения хватает больше чем на 1/2 задания, хватает меньше чем на 1/2 занятия Высокий – 5, Средний – 3, Низкий – 1  2 Постоянно контролирует сам себя, иногда - самим ребенком, волевые усилия ребенка побуждают извне Высокий – 5, Средний – 3, Низкий – 1  3. Ребенок постоянно контролирует сам себя, периодически контролирует сам себя, находится под контролем извне, Высокий – 5, Средний – 3, Низкий – 1	Входящий, промежуточный, итоговый.
5	Участие и выступления в праздниках, концертах,	Организация, участие.	Порядок проведения праздника. Правила и условия участия в концертах, конкурсах,	Творческие достижения	Высокий: постоянно принимает участие в концертах, конкурсах, праздниках. Средний: участвует в	Промежуточный, итоговый

	конкурсах, фестивалях.		фестивалях. Репетиции к выступлениям		концертах,, внутри объединения. Низкий: редко участвует в мероприятиях внутри объединения. Высокий – 5, Средний – 3, Низкий – 1	
6	1. Дисциплина и техника безопасности. 2. Характер отношений в коллективе. 3. Санитарно-гигиенические	Игра, КТД, наблюдение, занесение в диагностическую карточку.	1. Правила поведения на улице, в Доме, на занятии. 2. Умение работать в коллективе, уважать результаты своего труда и труда товарищей. Формирование коммуникативных способностей и навыков межличностного общения 3. Аккуратность в обращении с инвентарём, костюмами, танцевальной обувью, формой.	Социально-педагогические результаты.	1. Высокий: соблюдает нормы поведения дома, на улице, на занятии имеет нравственные качества (доброта, уважение, дисциплина). Средний: знает правила поведения, но не всегда их соблюдает. Низкий: забывает правила поведения, нормы поведения соблюдает редко. Высокий – 5, Средний – 3, Низкий – 1  2. Высокий: доброжелателен в коллективе, проявляет желание участвовать в коллективных постановках. Средний: не склонен к конфликту, но и не стремится к сотрудничеству с детьми. Низкий: обособлен, отказывается сотрудничать с товарищами. Высокий – 5, Средний – 3, Низкий – 1.  3. Высокий: аккуратен в ношении формы, работе с костюмами, с инвентарём без напоминания после работы убирает всё на место. Средний: выполняет санитарно-гигиенические требования после напоминания преподавателя. Низкий: отказывается или очень редко соглашается выполнять санитарно-	Входящий, промежуточный, итоговый.

					гигиенические требования Высокий – 5, Средний – 3, Низкий – 1	
--	--	--	--	--	---	--

## МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

В основе программы лежат следующие *педагогические принципы*:

- Принцип доступности и индивидуализации; предусматривает учет возрастных особенностей и возможностей ребенка и в связи с этим – определение заданий.
- Принцип постепенного повышения требований; постепенный переход к более сложным упражнениям, по мере закрепления формирующихся навыков и адаптации организма к нагрузкам.
- Принцип систематичности – один из ведущих. Подразумевает непрерывность и регулярность занятий.
- Принцип сознательности и активности; предполагает обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение учащегося к своим действиям.
- Принцип повторяемости материала; хореографические занятия требуют повторения вырабатываемых, двигательных навыков. Только при многократных повторениях образуется двигательный стереотип.
- Принцип наглядности; в обучении хореографии понимается как широкое взаимодействие всех внешних и внутренних анализаторов, непосредственно связывающих ребенка с окружающей действительностью. Большое значение имеет взаимосвязь образного слова и наглядности. При наличии достаточного двигательного опыта образное слово будет вызывать необходимые двигательные представления.

**Организация занятий основами хореографии обеспечивается рядом методических приемов:**

**Метод показа.** Разучивание нового движения предваряется точным показом, т.к. в исполнении педагога движение предстает в конечном варианте. Наглядно–демонстрационные методы: показ, демонстрация образцов, иллюстраций.

**Словесный метод.** Методический показ не может обойтись без словесных объяснений. Разговорная речь, будучи тесно связанная с движением, жестом и музыкальной интонацией, оказывается тем самым соединительным звеном между движением и музыкой. Словесные объяснения должны быть краткими, точными, образными и конкретными. Словесные методы: объяснение, рассказ, опрос, инструктаж

**Музыкальное сопровождение как методический прием.** Педагог своими пояснениями помогает детям приобрести умение согласовывать движение с музыкой, чувствовать её.

**Импровизационный метод.** Только путем различных упражнений педагог помогает детям раскрепоститься, обрести внутреннюю и внешнюю свободу, уверенность непринужденного движения и импровизации.

**Метод иллюстративной наглядности.** Полноценную творческую деятельность ребенка нужно подпитывать рассказами о танцевальной культуре прошлых столетий, знакомить с репродукциями, фотографиями и видеофильмами. Научить анализировать увиденное.

**Концентрический метод.** Заключается в том, что педагог по мере усвоения детьми определенных движений, танцевальных композиций вновь возвращается к пройденному, но уже предлагает все более сложные упражнения и задания

**Игровой метод.** Игровые методы: сюжетные, ролевые, развивающие, подвижные, социальные, загадки.

**Метод стимулирования.** Методы стимулирования: похвала, поощрение

**Метод оценки.** Методы оценки: анализ, самооценка, взаимооценка, взаимоконтроль

**Метод информационно-коммуникативный поддержки.** Методы: работа со специальной литературой, интернет ресурсами.

### Методическое обеспечение программы

№ п/п	Раздел или тема программы	Форма организации и форма проведения занятий	Методы и приемы организации учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал, техническое оснащение занятий	Вид и форма контроля, (форма предъявления результата)
1	Вводное занятие	Беседа, игра, тестирование. (Всем составом и индивидуальная)	образное объяснение, повторение	Форма и обувь для занятий. MP3-CD PLAYBACK, план тестирования,	Тестирование Наблюдение
2	Основы музыкальной культуры.	Занятие с элементами игры (Всем составом)	Показ, объяснение, повторение	Коврики. Учебная литература Форма и обувь для занятий, баян	Показ упражнений Наблюдение (Диагностическая карта)
3	Подготовительные упражнения	занятие всем составом и групповая	Показ, объяснение, повторение	Учебная литература Форма и обувь для занятий. MP3-CD PLAYBACK, баян	Соревнование. Наблюдение (Диагностическая карта)
	Танцевальные	Физкультминутки, беседы	Показ, объяснение,	Коврики. Учебная	Опрос Показ

4	элементы	Хореографическое занятие всем составом	повторение	литература Форма и обувь для занятий. MP3 –CD PLAYBACK, баян	Упражнений (Диагностическая карта) Наблюдение
5	Ориентация в пространстве	Хореографическое занятие. Мини-концерт (групповая) Игры, Беседы,	Показ концентрический, информационно-коммуникативной поддержки, стимулирования, словесный методы	Учебная литература Форма и обувь для занятий. MP3 –CD PLAYBACK, баян	Показ Наблюдение
6	Партерная гимнастика	Хореографическое занятие (групповая)	Показа, концентрический, информационно-коммуникативной поддержки, игровой, стимулирования, словесный методы	Учебная литература Форма и обувь для занятий. MP3 –CD PLAYBACK, баян	Показ Наблюдение
7	Этюды, танцевальные игры, массовые танцы	Хореографическое занятие (Индивидуальные, парные, групповые)	Показа, концентрический, стимулирования, словесный методы	Учебная литература Форма и обувь для занятий. MP3 –CD PLAYBACK, баян	Показ Исполнение танцевальных этюдов Наблюдение
8	Постановочная работа	Рассказ, показ, обучение, игра. (Всеим составом)	Показа, игровой, стимулирования, словесный методы	Ленты, шары. Костюмы MP3 –CD PLAYBACK,	Показ Наблюдение
9	Концертная деятельность	Игра, заочная экскурсия, беседа	Показа, игровой, стимулирования, словесный методы	MP3 –CD PLAYBACK,	Показ Наблюдение
10	Итоговое занятие	игровая программа (Всеим)	Показа, словесный,	MP3 –CD PLAYBACK,	Участие в игровой программе.

		составом)	игровой метод	баян	Опрос Понравилось ли тебе...
--	--	-----------	---------------	------	---------------------------------

## ЛИТЕРАТУРА

### Для педагога

1. Бальные танцы /А.Мур. Пер. с англ. С.Ю.Бардиной.- М:ООО «Издательство АСТ»; «Издательство Астрель»,2004.-319с.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии.-М.: Рольф 1999.- 272с., с илл.
3. Богаткова Л. И мы танцуем,- М.: Дет.лит. 1961.- 206с.
4. Васильева-Рождественская М.В. Историко-бытовой танец, - М. «Искусство», 1963.- 389 с.
5. Васильева Е. Танец.- М. «Искусство», 1968.- 237с.
6. Великович Э. Здесь танцуют, - Л.: Дет. Лит. 1974.- 83с.
7. Г.П. Гусев, Методика преподавания народного танца.Упражнение у станка: учеб. Пособие – М. Гуманитар. изд. Центр ВЛАДОС, 2005-207с. : ил.: ноты.
8. Г.П. Гусев, Методика преподавания народного танца. Этюды: учеб. Пособие – М. Гуманитар. изд. Центр ВЛАДОС, 2004-232с. : ил.: ноты.
9. Коми народные танцы/Скляр И., Чисталёв П.-Сыктывкар Коми книжное издат.-1990.- 141с.
10. Рутберг И. Пантомима первые опыты, - М.: Сов. Россия., 1972.- 96с.
11. Рутберг И. Пантомима первые опыты, - М.: Сов. Россия., 1972.- 96с.
12. Рутберг И. Пантомима. Движение и образ, - М.: Сов. Россия 1981. – 98с.
13. Солдатские пляски/ ред. Смирнова С.И. – М.: Мин. обороны СССР 1959.- 198с Танцы в начальной школе: практ. пособие/З.Я. Роот.- М.: Айрис-пресс,2006.-128 с.
14. Секрет танца/Сост.Т.К.Васильева.-СПб.: ТОО Динамит, ООО Золотой век, 1997.-480с.
15. Танцы в начальной школе: практ. пособие/З.Я. Роот.- М.: Айрис-пресс,2006.-128 с.
16. . Танцы для детей/ Сост. Л.Н. Алексеева. – М.: Сов. Россия 1982.-182с.
17. Утренняя гимнастика под музыку: Пособие для воспитателя и муз. руководителя /Сост. Е.П. Иова, А.Я. Иоффе.-2-е изд.исп.и доп.-М.: Просвещение, 1984. – 176 с., ил., нот.
18. Учите детей танцевать: Учеб. Пособие для студ./Т.В. Прутова, А.Н. Беликова.- М. Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2003 год-256 с., ил.
19. Эльяш Н. Образы танца, - М. «Издательство», 1970.-237с.

### Для обучающихся

1. Г.П. Гусев, Методика преподавания народного танца.Упражнение у станка: учеб. Пособие – М. Гуманитар. изд. Центр ВЛАДОС, 2005-207с. : ил.: ноты.
2. Г.П. Гусев, Методика преподавания народного танца. Этюды: учеб. Пособие – М. Гуманитар. изд. Центр ВЛАДОС, 2004-232с. : ил.: ноты.
3. Учите детей танцевать: Учеб. Пособие для студ./Т.В. Прутова, А.Н. Беликова.- М. Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2003 год-256 с., ил