

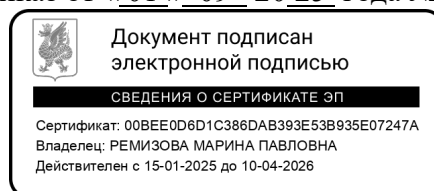
**Управление образования  
Исполнительного комитета муниципального образования города Казани**

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Центр внешкольной работы» Приволжского района города Казани**

Принята  
педагогическим советом  
МБУДО «Центр внешкольной работы»  
Приволжского района г.Казани  
Протокол от «01» 09 2025 года № 1

«Утверждаю»  
Директор МБУДО «Центр внешкольной  
работы» Приволжского района г.Казани

\_\_\_\_\_  
М.П.Ремизова  
Приказ от «01» 09 2025 года № 162



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**«ТАНЦЕВАЛЬНОЕ НАСТРОЕНИЕ»**

Направленность: художественная  
Уровень: ознакомительный  
Срок реализации: 1 год  
Возраст обучающихся: 7-9 лет

**Автор-составитель:**  
Никитин Евгений Валерьевич  
педагог дополнительного образования

Казань, 2023

### Информационная карта образовательной программы

1.	Учреждение	Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр внешкольной работы» Приволжского района города Казани
2.	Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцевальное настроение»
3.	Направленность программы	художественная
4.	Сведения о разработчиках:	
4.1.	ФИО, должность	Никитин Евгений Валерьевич., педагог дополнительного образования.
5.	Сведения о программе:	
5.1.	Срок реализации	1 год
5.2.	Возраст обучающихся	7-9 лет
5.3.	Характеристика программы: - тип программы - вид программы	Дополнительная общеобразовательная программа. Модифицированная
5.4.	Цель программы	формирование у детей младшего школьного возраста основ танцевальной культуры, развитие творческих способностей, физическое и эмоциональное оздоровление через занятия хореографией.
6.	Формы и методы образовательной деятельности	Формы: Групповые занятия Индивидуальные консультации Репетиции Мастер-классы Концертные выступления Культпоходы (посещение спектаклей) Наглядные: Показ движений, демонстрация видеоматериалов. Методы: Словесные: Объяснение, беседа, инструктаж Практические: Упражнения, тренинги, репетиции Игровые: Танцевальные игры, импровизационные задания Проектные: Создание творческих проектов
7.	Формы мониторинга результативности	Профильные конкурсы, Фестивали, Концерты Зачёты, экзамены
8.	Результативность реализации программы	В конце обучения учащиеся будут <b>знать</b> : -
9.	Дата создания программы	2025 год
	Дата последней корректировки программы	Сентябрь, 2025 год
10.	Рецензенты	1. заместитель директора по УВР Хакимова И.А., 2. методист Бибишев В.Л.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа «Танцевальное настроение» имеет художественную направленность и реализуется в рамках вида деятельности «Хореографическое творчество». Она направлена на формирование у детей младшего школьного возраста основ танцевальной культуры, развитие физических и творческих способностей через изучение основ ритмики, элементов классического, народного и современного танца.

При разработке программы были использованы следующие нормативно-правовые документы:

- Федеральный закон от 29.12.2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 31.07.2020 года №304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. №678-р;
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» в рамках Национального проекта «Образование», утвержденного Протоколом заседания президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам от 3.09.2018 №10;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 года №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 №629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- 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 г. №28;
- Методические рекомендации по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 31.01.2022 года №ДГ-245/06 «О направлении методических рекомендаций»);
- Методические рекомендации по проектированию и реализации дополнительных общеобразовательных программ (Письмо Министерства образования и науки Республики Татарстан от 07.03.2023 года №2749/23 «О направлении методических рекомендаций»);
- Устав МБУДО «Центр внешкольной работы» Приволжского района г.Казани;
- Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей (адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей) и рабочей программах, индивидуальном образовательном маршруте.

### **Актуальность программы.**

Актуальность программы обусловлена социальным заказом на развитие творческого потенциала детей, необходимостью формирования навыков здорового образа жизни и организации содержательного досуга. Новизна программы заключается в интеграции различных танцевальных стилей (ритмика, детский танец, элементы классического и народно-сценического танца, современная хореография), что способствует разностороннему развитию обучающихся, пробуждению интереса к танцевальному искусству народов России.

**Новизна** данной программы заключается в том, что музыкальный репертуар программы подбирается с учетом возрастных особенностей, выбор хореографических композиций проходит во взаимодействии со школой.

**Педагогическая целесообразность** программы объясняется основными принципами, на которых основывается вся программа, это – принцип взаимосвязи обучения и развития;

принцип взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей, дает детям возможность участвовать в концертной деятельности. Эстетическое воспитание помогает становлению основных качеств личности; активности, самостоятельности, трудолюбия.

Программные материалы нацелены на развитие ребенка, на приобщение его к здоровому образу жизни.

### **Отличительные особенности программы**

Отличием данной программы от уже существующих является ее общеразвивающий и эмоционально-ориентированный характер. Акцент делается не на технической сложности, а на раскрытии индивидуальности ребенка, развитии умения выражать свое «настроение» через движение, на воспитании чувства ритма, музыкальности и умения работать в коллективе. Программа включает региональный компонент: знакомство с музыкальным фольклором и простейшими элементами танцев народов Поволжья (в первую очередь, татарского).

**Цель программы:** формирование у детей младшего школьного возраста основ танцевальной культуры, развитие творческих способностей, физическое и эмоциональное оздоровление через занятия хореографией.

### **Задачи программы:**

#### **Образовательные:**

- Обучить основам музыкальной грамоты (ритм, темп, характер музыки).
- Сформировать начальные навыки владения своим телом (осанка, координация, гибкость).
- Обучить азбуке классического танца (позиции ног и рук, простейшие упражнения у станка и на середине).
- Познакомить с элементами народно-сценического (татарского, русского) и современного танца.
- Научить основам актерского мастерства и выразительности в танце.

#### **Развивающие:**

- Развивать мышечно-двигательный аппарат, ловкость, пластичность, выносливость.
- Развивать музыкальный слух, чувство ритма, память, внимание, воображение.
- Развивать творческие способности через импровизацию и сочинение небольших танцевальных этюдов.

#### **Воспитательные:**

- Воспитывать интерес и любовь к танцевальному искусству, уважение к культуре разных народов.
- Формировать навыки коллективного взаимодействия, взаимопомощи и дисциплины.
- Воспитывать трудолюбие, настойчивость в достижении цели, эмоциональную устойчивость.
- Способствовать формированию эстетического вкуса.

#### **Адресат программы:**

Программа адресована **детям 7-9 лет** (группы младшего школьного возраста), не имеющим медицинских противопоказаний для занятий хореографией. Набор в объединение осуществляется на принципах добровольности и доступности. Оптимальное количество детей в группе – 15 человек, что позволяет обеспечить индивидуальный подход.

В этом возрасте дети развивают координацию и моторику. Они также учатся работать в коллективе, хотя чаще всего их взаимодействие носит более простой и непосредственный характер. Эмоциональная сфера детей этого возраста характеризуется яркими переживаниями и быстрой сменой настроений.

**Объем программы:**

Данная программа рассчитана на 1 год обучения - 144 часа в год.

**Формы организации образовательного процесса:**

Основная форма организации образовательного процесса – **групповое занятие**.

В процессе обучения также используются:

- **Фронтальная работа** (разучивание новых элементов всем коллективом).
- **Работа в подгруппах/парах** (отработка комбинаций, этюдов).
- **Индивидуальная работа** (отработка сложных элементов).
- *Внутристудийный конкурс или показ:* «Конкурс на лучшую импровизацию», «Показ домашнего задания» (разученной комбинации).
- *Отчетный концерт:* главная форма итогового контроля. Участие в нескольких номерах.
- Дистанционные формы (каникулярный модуль) - обеспечение непрерывности образовательного процесса, работа в условиях ограничений, развитие самоорганизации (Онлайн-занятие (в синхронном формате)).

**Срок освоения программы** – 1 год. Режим занятий: 2 занятия в неделю по 2 академических часа (45 минут), составляет 144 часа в год.

**Особенности организации образовательного процесса**

Образовательный процесс строится на принципах:

- доступности - учет возрастных и индивидуальных особенностей;
- наглядности - демонстрация движений, использование видеоматериалов;
- систематичности - последовательное освоение материала от простого к сложному;
- сознательности и активности - формирование мотивации к обучению;
- прочности - многократное повторение и закрепление навыков.

**ПРИМЕРНЫЙ УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**  
**программы «Танцевальное настроение»**  
**для обучающихся младшего школьного возраста**  
**1 год обучения**

№ п/п	Название раздела	Общее кол-во часов	Из них		Формы аттестации/контроля
			Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Знакомство с миром танца. Ритм и движение. Музыкальные игры.	4	2	2	Наблюдение, беседа.
<b>Инвариантные модули</b>					
2	Азбука музыкального движения. Ритмика.	26	6	20	Беседа, наблюдение, творческое задание
3	Гимнастика и основы классического танца	24	8	16	Наблюдение
4	Детский танец и постановочная работа	26	8	18	Наблюдение, творческое задание
5	Элементы современного танца	16	6	10	Беседа. Наблюдение, творческое задание.
6	Актерское мастерство и танец-импровизация	10	2	8	Наблюдение, творческое задание
<b>7. Вариативные модули</b>					
7.1	Народно-сценический русский танец	20	5	15	Наблюдение, творческое задание
7.2	Народно-сценический татарский танец	20	5	15	Наблюдение, творческое задание
8	Воспитательный модуль	10		10	Наблюдение. Беседа.
9	Каникулярный модуль	6	4	2	Опрос. Творческое задание
10	Итоговые занятия	2		2	Отчетный концерт
	<b>Итого</b>	<b>144</b>	<b>46</b>	<b>98</b>	

## Содержание программы

### 1 год обучения

#### Раздел 1. Вводное занятие.

Инструктаж по технике безопасности. Правила противопожарной безопасности. Правила поведения в учреждении, на занятиях, на массовых мероприятиях. Правила антитеррористической безопасности. Что такое хореография. Значение занятий хореографией для здоровья. Форма одежды. Сведения о режиме дня, личной гигиене. Знакомство с целями и задачами программы обучения. Что такое танец? Виды танцев. Ритм и движение. Музыкальные игры.

#### Раздел 2. Азбука музыкального движения. Ритмика.

Теория: Что такое ритм, координация? Для чего они нужны? **Понятия:** «Тишина и звук», «Быстро – медленно (темп)», «Громко – тихо (динамика)», Понятие о **равной пульсации** (метр). Сильная и слабая доля. Понятия «центр зала», «точки», «диагональ».

Практика: Развитие чувства ритма. Упражнения на развитие координации, ориентации в пространстве. Ходьба и бег под музыку. Ритмические хлопки, притопы.

**Танцевальные шаги, бег, подскоки.** Игра «Замри-отомри». Ходьба и бег в различных темпах под музыку (марш, полька). Реакция на смену динамики (на громкий звук – высокий прыжок, на тихий – присесть).

**Игровой метод, метод контрастов, подражание педагогу.** Барабан, бубен, металлофон. Записи музыки с контрастным темпом и динамикой. Восприятие и отражение метроритма: Хлопки на сильную долю, притопы – на слабую. Прохлопывание ритмических рисунков имен, слов, коротких стишков («Ко-шка, со-ба-ка»). Упражнения с ритмослогами («та-ти-ти»). Ритмические игры («Эхо», «Повтори ритм»), словесный метод (ритмизация речи), работа в парах. Карточки с ритмическими схемами (длинные и короткие палочки), маракасы, ложки.

**Упражнения на рассогласование:** шаги на месте + хлопки в разном ритме. «Мельница» (круговые движения рук) с притопами. Игра «Море волнуется» с фиксацией заданной позы. Метод повторения и усложнения, игровые задания, упражнения у зеркала.

**Координация с предметами:** передача мяча или платочка в ритме музыки (по кругу, в парах). Отбивание мяча об пол на сильную долю. Простые движения с лентой (круги, «змейки»).

**Метод поточного упражнения** (по кругу), работа в паре, метод показа и имитации.

**Ориентация в пространстве. Основные рисунки танца:** свободное перемещение по залу с остановкой по сигналу. Игра «Найди свой домик» (место). Бег «змейкой» между условными предметами. Игровой метод («Разведчики», «Пчелки и цветы»), метод ориентиров.

**Простейшие построения и перестроения:** построение в шеренгу, колонну, круг. Перестроение из круга в две шеренги и обратно. Игра «Ручеек». Движение в колонне за ведущим («паровозик») с изменениями направления. Метод зрительных ориентиров, командный метод, следование за лидером.

**Рисунки танца в движении:** движение по кругу в одну и другую сторону («хоровод»). Движение «линией» (шеренгой) вперед и назад. Движение «цепочкой» (змейкой) за ведущим. Прохождение через «воротики» (пара детей делает арку).

**Виды ходьбы и бега в образе:** высокий шаг («цапля», «лошадка»), широкий шаг («великан»), острый шаг на полупальцах («мышка»), пружинящий шаг («клоун»). Бег легкий («бабочка»), стремительный («ветер»).

**Образно-игровой метод, метод ассоциаций,** имитация. | Музыка, подчеркивающая характер (маршевая, скачковая, плавная).

**Основные танцевальные шаги:** разучивание шагов на месте, затем в продвижении. Комбинация из 2-3 шагов. Игра «Музыкальные змейки» (смена шага по сигналу). Метод дробного разучивания, повторение по показу, игровое закрепление.

**Простейшие прыжки и подскоки:** подскоки на двух ногах, «веселые» прыжки с ноги на ногу. Прыжки с поворотом (на 90 градусов). Прыжки «зайчики», «кузнечики». Имитационный метод («кто выше?», «кто тише?»), метод эмоционального стимулирования.

### **Раздел 3. Гимнастика и основы классического танца**

**Теория:** терминология классического танца. Основы музыкальной грамоты.

**Практика:** комплекс ОРУ. Упражнения для укрепления мышц спины, пресса, развития гибкости. Осанка. Упражнения на развитие гибкости и растяжку. Позиции ног и рук классического танца. Изучение I, II, III позиций ног, подготовительной и I, II, III позиций рук. Понятие «выворотность». Первые упражнения на середине зала (*demi plié, battement tendu*).

#### Развитие гибкости назад

- "Кошечка" - из положения "сидя на пятках" перейти, не отрывая грудь от пола, в положение "прогнувшись в упоре". Сильно прогнуться и вернуться в исходное положение.

- "Корзиночка". В положении лежа на животе, взяться руками за стопы. Сильно прогнуться, подняв бедра и туловище вверх (следить, чтобы руки находились в таком же положении, как при упражнении "мостик").

- "Мост", стоя на коленях: в положении лежа на животе, взяться руками за стопы. Сильно прогнуться, подняв бедра и туловище вверх (следить, чтобы руки находились в таком же положении, как при упражнении "мостик").

- Из положения "стоя" опуститься на "мостик" и вернуться в исходное положение.

- «Лодочка» - лежа на животе, руки и ноги вытянуты, одновременное поднимание рук и ног над полом.

#### Силовые упражнения для мышц живота

- "Уголок" из положения лежа.

- Стойка на лопатках без поддержки под спину.

- Лежа на спине *battements releve lent* двух ног на 90°. Опустить ноги за голову до пола, развести в стороны и через *ronde* собрать в 1 позицию.

#### Силовые упражнения для мышц спины

- Упражнение в парах: лежа на животе, подъем и опускание туловища. Партнер придерживает за колени.

- Лежа на животе, поднимание и опускание туловища (руки вперед или в сторону, ноги в выворотном положении).

- Лежа на животе, поднимание и опускание ног и нижней части туловища (ноги в выворотном положении, голова на руках).

- Стоя в 1 позиции, поднять руки вверх, сделать глубокий наклон вперед, поставить ладони на пол перед стопами. Поочередно переступая руками вперед, принять положение "упор лежа". При этом стараться удерживать пятки в 1 позиции на полу. Сгибаясь в тазобедренных суставах, подтянуть ноги в 1 позиции, как можно ближе к рукам. Подняться в исходное положение.

### **Раздел 4. Детский танец и постановочная работа**

**Теория:** Беседа на тему будущего танца. Прослушивание и обсуждение музыкальной композиции: определение характера, частей, ритма. Пробуждение ассоциаций: «На кого или на что похожа эта музыка? Какие движения она подсказывает?». Показ педагогом или видеофрагмента примерного варианта танца (для формирования целостного представления).

**Практика:** Разучивание основных «ключевых» движений и поз. Показ-имитация, повторение по частям, игровой метод, разучивание танцевальных комбинаций и переходов. Объяснение и отработка рисунка танца (перестроения: круг, линия, колонна, «змейка»). Разучивание

основной лексики танца, соединенной в небольшие комбинации (по 2-4 движения). Соединение комбинаций в целостный блок (например, куплет или припев).

**Поточный метод** (разучивание по линиям, «волной»), метод зеркального показа, работа в малых группах для отработки перестроений. Репетиция танца целиком под музыку. Работа над синхронностью и выразительностью.

**Целостный метод** (исполнение от начала до конца), метод «стоп-кадра» (остановка и исправление ошибок), метод эмоционального заряда. Проработка мимики, взглядов, жестов, соответствующих образу. Упражнения на взаимодействие в паре, в группе («поздоровайся глазами с соседом», «спрячься за движением»). Работа над началом и финалом танца (заход и уход со сцены, финальная поза).

**Этюдный метод, импровизация на заданную тему, метод «вхождения в роль».** Прогон номера в условиях, приближенных к концертным (возможно, в костюмах, с полной хореографией и музыкой). Формирование позитивного, ответственного настроения на выступление.

## **Раздел 5. Элементы современного танца.**

*Теория:* Флешмоб (англ. flash mob – flash – вспышка, mob – толпа, переводится как «вспышка толпы» или как «мгновенная толпа») – это заранее спланированная массовая акция, в которой большая группа людей (мобберы) внезапно появляются в общественном месте, в течение нескольких минут выполняют заранее оговоренные танцевальные действия. Танцевальный флеш-моб может включать в себя движения практически всех танцевальных направлений. Главное, чтобы все танцующие эти движения выполняли синхронно. Изоляция. Волны. Основные шаги и комбинации в стиле jazz-funk, disco.

*Практика:* выполнение упражнений:

Основные движения: выпады во вторую и четвертую позиции ног, приставные шаги;

Три вида степов(шагов): обычный степ или Party Duke-шаги на ровный счет, в разных направлениях, rony Step-шаги на ровный счет, вперед, camel Walk-шаги на ровный счет, в любом направлении, с переходом движения, ноги в скольжение назад.

Элементы прыжковой части: галоп, подскоки;

*Упражнения для головы, шеи и плечевого пояса:* наклоны головы вперед, назад и стороны, повороты головы вправо и влево, круговые движения головой по полукругу и по целому кругу, вытягивание шеи вперед и в стороны, подъем и опускание плеч: вверх, вниз, вместе и поочередно, круговые движения плечами вперед и назад, двумя вместе и поочередно.

*Упражнения для рук:* подъем и опускание вверх – вниз, разведение в стороны, сгибание рук в локтях, круговые движения «мельница», круговые махи одной рукой и двумя вместе, отведение согнутых в локтях рук в стороны.

*Для кистей рук:* сгибание кистей вверх, вниз, отведение вправо, влево;, вращение кистей наружу, внутрь;

*Упражнения для корпуса:* наклоны вперед, в стороны, перегибы назад, повороты корпуса, круговые движения в поясе, смещение корпуса от талии в стороны, расслабление и напряжение мышц корпуса.

*Упражнения для ног:* полуприседания, подъем на полупальцы, подъем согнутой в колене ноги, разгибание и сгибание ноги в коленном суставе вперед, в сторону, отведение ноги, выпады вперед и в стороны, разворот согнутой в колене ноги.

*Для ступней ног:*

-сгибание и разгибание ноги в голеностопном суставе;

-отведение стопы наружу и внутрь;

-круговые движения стопой.

*Прыжки:* на обеих ногах, на одной по два, четыре, восемь на каждой);

вперед и в стороны, подскоки, прыжки на месте: с поворотами в разные стороны, на одной и двух ногах, легкий бег.

*Постановочная работа.*

## **Раздел 6. Актерское мастерство и танец-импровизация.**

*Теория:* Правила выполнения упражнения на развитие эмоциональной выразительности.

*Практика:* Игры для развития сценического общения - парные, мелкогрупповые и групповые игры и игровые упражнения. *Выразительность жеста и мимики. Этюды.*

- «Зеркало». Учащиеся разбиваются на пары, становятся лицом друг к другу. Один из играющих делает замедленные движения. Другой должен в точности копировать все движения напарника, быть его «зеркальным отражением». На первых порах проработки задания ведущий налагает некоторые ограничения на действия «оригинала»: 1) не делать сложных движений, т.е. не производить одновременно несколько движений, 2) не делать мимических движений; 3) выполнять движения в очень медленном темпе. Через некоторое время учащиеся меняются ролями.

В ходе выполнения упражнения учащиеся, работающие на "отражение", довольно быстро научаются чувствовать тело партнера и схватывать логику его движений. От раза к разу следить за "оригиналом" становится все легче и все чаще возникает ситуация предвосхищения и даже опережения его действий. Упражнение - очень хорошее средство для установления психологического контакта.

- «Встреча с инопланетянином». Один из обучающихся - человек, другой - инопланетянин. Педагог даёт инопланетянину задачу, например, спросить у землянина, но на своём языке («и-а-о-у-ы») как пройти куда-то или который час, или, как его имя? Задача землянина - понять и ответить.

- «Перемирие». Задача партнёров игры помириться после, ссоры (из-за чего произошла ссора - придумывают сами обучающиеся).

- *Тень.* Учащиеся разбиваются на пары. Один из них будет Человеком, другой - его Тенью. Человек делает любые движения. Тень - повторяет. Причем особое внимание уделяется тому, чтобы Тень действовала в том же ритме, что и Человек. Она должна догадаться о самочувствии, мыслях и целях Человека, уловить все оттенки его настроения.

- Игры-загадки. Обучающиеся разбиваются на пары. Задача загадывающего - не просто загадать свои загадки, а ещё и создать интригу, например, в образе факира или лесного волшебника, Бабы Яги, Василисы Премудрой, Волшебного зеркальца или Кошечки Бессмертного. А задача отвечающего - разгадать загадки, да с присказками и с «исполнением желаний».

- Предмет по кругу. Группа рассаживается или становится в полукруг. Ведущий показывает учащимся предмет (палку, линейку, банку, книгу, мяч, любой попавшийся в поле зрения предмет) учащиеся должны передавать друг другу по кругу этот предмет, наполняя его новым содержанием и обыгрывая это содержание. Например, кто-то решает обыграть линейку как скрипку. Он передает ее следующему человеку именно как скрипку, не произнося при этом ни слова. А тот именно к скрипку ее принимает. Этюд со скрипкой окончен. Теперь второй учащийся обыгрывает эту же линейку, например как ружье или кисть и т.д. Важно, чтобы учащиеся не просто делали какие-то жесты или формальные манипуляции с предметом, а передавали свое отношение к нему. Это упражнение хорошо развивает воображение. Чтобы обыграть линейку как скрипку, нужно, прежде всего, увидеть эту скрипку. И чем менее похож новый, «увиденный» предмет на предложенный, тем лучше учащийся справился с заданием. Кроме того, это упражнение - на взаимодействие, ведь человек должен не только сам увидеть новый предмет, но и заставить других увидеть и принять его в новом качестве.

- Приглядывание-1. Группа - в полукруге. Ведущий предлагает учащимся приглядеться к какому-нибудь предмету однотонного цвета и разложить этот цвет до цветов спектра (красного, оранжевого, желтого, зеленого, голубого, синего, фиолетового). Например: «Какие цвета «собраны» в паркете?». Обсуждение ведется непосредственно во время приглядывания.

- Приглядывание-2. Группа - в полукруге. Ведущий предлагает учащимся внимательно присмотреться к любому человеку, сидящему в полукруге, однако так, чтобы никто не заметил, кто к кому приглядывается. Потом учащиеся по очереди описывают партнеров так, чтобы остальные поняли, кого описывают. Запрещается описывать яркие цветные пятна одежды, упоминать о наличии усов, очков, бороды и пр. Вариант: описать особенности движений выбранного другого.

*Основы импровизации на заданную музыку.* Работа над созданием художественного образа в танце. Разучивание и отработка детских танцев («Танец дождя», «Пластилиновые человечки»).

## **Раздел 7. Вариативный модуль.**

### **7.1. Народно-сценический татарский танец**

*Теория:* Изучение основных положений в народном танце.

Изучение музыкальных долей в народном танце.

Изучение терминологии в народном танце.

*Практика:*

*Упражнения:*

- разучивание перехода ног из позиции в позицию;

*Demi u grand plie* (полуприседания и большие приседания) по 1-й, 2-й, 5-й позициям, плавные и резкие (музыкальный размер - 3/4, 2/4.);

*Battement tendu* (упражнение на развитие подвижности стопы)

основной вид перевода ноги с носка на каблук (по всем направлениям);

- с полуприседанием в момент перевода на каблук;

- с полуприседанием в момент возвращения в исходную позицию;

- с отделением пятки опорной ноги от пола;

- с двумя полуприседаниями.

Музыкальный размер 2/4.

*Battement tendu jete* (маленькие броски с акцентом от себя):

- с сокращением подъема стопы, с полуприседанием, с подъемом пятки опорной ноги;

*Упражнение для бедра* (подготовка к верёвочке)

- подъем ноги до колена (спереди или сзади), перевод ноги через *passé*, «заворот и разворот» бедра работающей ноги, с подъемом на полупальцы.

Музыкальный темп 4/4.

*Упражнение на выстукивания* (всей стопой, полупальцами, каблуком);

- удары всей стопой, полупальцами, каблуком, двойные удары, подготовка к ключу.

Музыкальный размер 4/4.

*Grand battement jete* на целой стопе;

*Характерное port de brass (releve lent):*

- с натянутым подъёмом работающей ноги, с сокращённым подъёмом;- прыжки (лицом к палке по VI позиции). Музыкальный размер 3/4.

*Упражнения на середине зала:* поклоны, основные положения рук, ног, головы, корпуса, наклоны корпуса вперёд и в сторону, ходы и проходки: бытовой, переменный, шаркающий, девичий плавный, дробный, с подскоками, боковые ходы: «припадание», гармошка», «дробный», мелкий дробный ход, каблучная дробь «горох», дробь «в три ножки», дробь с подскоком, концовки, три вида «ключа», вращательные движения по VI позиции с подъёмом на полупальцы, на каблучках, прыжки на месте с вытянутыми ногами по VI позиции, с поджатыми ногами. «Татарский лирический танец», поклон, положения рук и ног;

Хода: - основной ход, ход с полупальцев, тройной ход, беговые ходы.  
Движения: «Барма», «Баш-укчэ», «Укчэ-баш», «Бау»-веревочка, «Чыршы»-елочка, припадание. Изучение характерных движений татарского танца для девочек («каблучок», «волна руками») и мальчиков («проходка в полуприседе», «хлопушки»).

**7.2. Народно- сценический русский танец**

*Теория:* изучение основных положений в народном танце, изучение музыкальных долей в народном танце, изучение терминологии в народном танце.

*Практика:*

*Упражнения:*

- разучивание перехода ног из позиции в позицию;

*Demi u grand plie* (полуприседания и большие приседания) по 1-й, 2-й, 5-й позициям, плавные и резкие (музыкальный размер - 3/4, 2/4.);

*Battement tendu* (упражнение на развитие подвижности стопы)

основной вид перевода ноги с носка на каблук (по всем направлениям);

- с полуприседанием в момент перевода на каблук;
- с полуприседанием в момент возвращения в исходную позицию;
- с отделением пятки опорной ноги от пола;
- с двумя полуприседаниями.

Музыкальный размер 2/4.

*Battement tendu jete* (маленькие броски с акцентом от себя):

- с сокращением подъема стопы, с полуприседанием, с подъемом пятки опорной ноги;

*Упражнение для бедра* (подготовка к верёвочке)

- подъем ноги до колена (спереди или сзади), перевод ноги через *passé*, «заворот и разворот» бедра работающей ноги, с подъемом на полупальцы.

Музыкальный темп 4/4.

*Упражнение на выстукивания* (всей стопой, полупальцами, каблуком);

- удары всей стопой, полупальцами, каблуком, двойные удары, подготовка к ключу.

Музыкальный размер 4/4.

*Grand battement jete* на целой стопе;

*Характерное port de brass (releve lent)*: с натянутым подъёмом работающей ноги, с сокращённым подъёмом; прыжки (лицом к палке по VI позиции).

Музыкальный размер 3/4.

*Упражнения лицом к станку*:

- подъем на полупальцы (музыкальный размер 2/4), перегибы корпуса (музыкальный размер 3/4), прыжки с ударом внутренней части стоп (прыжковые «голубцы»).

*Упражнения на середине зала*:

- поклоны, основные положения рук, ног, головы, корпуса, наклоны корпуса вперед и в сторону, ходы и проходки: бытовой, переменный, шаркающий, девичий плавный, дробный, с подскоками;
- боковые ходы: «припадание», «гармошка», «дробный», мелкий дробный ход, каблукная дробь «горох», дробь «в три ножки», дробь с подскоком, концовки, три вида «ключа»;
- вращательные движения по VI позиции с подъёмом на полупальцы, на каблукках;
- прыжки на месте с вытянутыми ногами по VI позиции, с поджатыми ногами.

*«Русский лирический танец»*

*Ходы*: ход с носка, ход с каблука, ход на полупальцах, ход с остановкой;

*Движения*: «припадание», «упадание», перегибы корпуса.

Разучивание простейших элементов русского хоровода («плетень», «воротца»).

Прослушивание русских мелодий. Изучение основного положения в паре, простых шагов.

## **Раздел 8. Воспитательный модуль**

№	Содержательный ориентир	Воспитание на занятиях	Воспитательные мероприятия
1	Гражданско-патриотическое воспитание		
1.1	Международный день учителя. Воспитание эмоционально-ценностного отношения к труду учителя.		Участие в мероприятии, посвященном Дню учителя
1.2.	День народного единства. Воспитание чувства патриотизма, любви, гордости и уважения к Родине	Беседа с детьми об истории праздника.	
2	Духовно-нравственное воспитание		
2.1	Культура поведения в различных образовательных ситуациях	Беседы о правилах поведения на занятиях, мероприятиях	Посещение балетных спектаклей, концертных программ.
2.2.	Международный праздник «День		Участие в концертной

	матери». Воспитание чувства любви, уважения, благодарности и ответственности к родителям		программе.
2.3.	День защитника Отечества. Воспитание чувства патриотизма, ответственности и гордости за свою Родину.		Участие в концертной программе.
3	Профессиональное самоопределение		
3.1	Культура поведения на выступлении	Беседа: требование к внешнему виду на выступлениях, правила поведения на турнирах	Участие в мастер-классах по хореографии

### Раздел 9. Каникулярный модуль

	Направление	Содержание деятельности		Форма (очно/дистант)
1	Гражданско-патриотическое направление	углубление и расширение знаний обучающихся о родном городе, его достопримечательностях.	1.1.	Виртуальная экскурсия по историческим достопримечательностям Казани <a href="https://yandex.ru/video/preview/1719692298255058275">https://yandex.ru/video/preview/1719692298255058275</a>
			1.2.	Просмотр видеоролика «Танцы народов Поволжья» <a href="https://yandex.ru/search/?text=Просмотр+видеоролика+%22Танцы+народов+Поволжья%22&amp;lr=43&amp;clid=2765524-534&amp;win=661">https://yandex.ru/search/?text=Просмотр+видеоролика+%22Танцы+народов+Поволжья%22&amp;lr=43&amp;clid=2765524-534&amp;win=661</a>
2	Профилактическое	создание условий для формирования у детей культуры здорового и безопасного образа жизни.	2.1.	Просмотр видеоролика «Безопасная дорога». <a href="https://yandex.ru/search/?text=видеоролик+для+младших+школьников+Безопасная+дорога&amp;clid=2765524-534&amp;win=661&amp;lr=43">https://yandex.ru/search/?text=видеоролик+для+младших+школьников+Безопасная+дорога&amp;clid=2765524-534&amp;win=661&amp;lr=43</a>
3	Творческое	Знакомство с искусством балета	3.1.	Просмотр классического балетного спектакля «Конек-горбунок» <a href="https://yandex.ru/search/?text=видео+балетного+спектакля&amp;clid=2765524-534&amp;win=661&amp;lr=43">https://yandex.ru/search/?text=видео+балетного+спектакля&amp;clid=2765524-534&amp;win=661&amp;lr=43</a>

**Раздел 10. Итоговые занятия.** В роли итоговых занятий выступают, открытые занятия, отчетный концерт. Открытые занятия проводятся для педагогов и родителей 2 раза в год, в первой и во втором полугодии.

#### **Ожидаемые результаты:**

Личностные результаты:

- формирование ценностного отношения к искусству и культуре;
- развитие эмоционального интеллекта и эмпатии;
- формирование позитивной самооценки и уверенности в себе;
- воспитание патриотизма и уважения к культурному наследию Республики Татарстан.

Метапредметные результаты:

- развитие умения планировать и контролировать свою деятельность;
- формирование навыков работы в команде;
- развитие познавательной активности и творческого мышления;
- совершенствование коммуникативных компетенций;

Предметные результаты:

*обучающийся будет знать:*

- Основные правила поведения на занятии, технику безопасности.
- Названия основных танцевальных направлений.
- Простейшие музыкальные понятия (ритм, такт, сильная доля).
- Основные позиции ног и рук в классическом танце.
- Особенности характера татарской, русской народной музыки.

*Будет уметь:*

- Слушать музыку и передавать ее характер движением.
- Держать правильную осанку.
- Выполнять комплексы упражнений на развитие гибкости, координации, силы.
- Исполнять простейшие комбинации у станка и на середине зала.
- Исполнять изученные танцевальные композиции (детский, народный, современный танец).
- Работать в коллективе, синхронно выполнять движения.

#### **Организационно-педагогические условия**

##### **Материально-техническое обеспечение:**

- учебный кабинет;
- зеркала;
- станки хореографические;
- аппаратура (магнитофон с возможностью воспроизведения современных форматов аудиозаписи, усилитель, колонки).
- коврики для партерной гимнастики;
- гимнастические мячи, скакалки.

##### **Методическое обеспечение программы**

Реализация программы осуществляется на основе следующих принципов обучения, воспитания и развития:

- *вариативности и гибкости программы* (преподаватель имеет право перенести изучение какой-либо темы в нужный период, не нарушая логики и последовательности обучения);

- *доступности* (содержание программы доступно для изучения, обучение осуществляется по методу «от простого к сложному»);
- *технологичности* (программа содержит основные требования, в которых чётко изложены задачи и прогнозируемый результат к каждому году обучения, что помогает направлять и контролировать подачу нового материала);
- *сотрудничества в обучении* (программа предусматривает не только практические занятия, но и различные формы работы с детьми, позволяющие создавать атмосферу доброжелательности, сотворчества, модулирования ситуации успеха);
- *постепенности и последовательности* (постепенное развитие творческих способностей у обучающихся, постепенность увеличения технических задач);
- *систематичности и регулярности* занятий;
- *целенаправленности* учебного процесса;
- *индивидуального подхода к обучающимся*;
- *обеспечения эмоционального благополучия и гармоничного развития личности ребенка.*

#### *Методы и формы работы:*

- Основными методами работы преподавателя являются *показ движений и словесное объяснение*. Они – главные проводники требований преподавателя к учащимся. В разных группах показу и объяснению отводится различная роль, изменяются функции показа и объяснения на разных этапах обучения.
- На этапе обучения показу придаётся исключительно большое значение, т.к. он даёт первоначальное представление о движении. Поэтому показ должен быть предельно точным, конкретным и технически совершенным.
- Словесное объяснение комментирует показ, выделяя наиболее важные моменты, а также служит для формирования основных понятий, необходимых на начальном этапе (правила исполнения).
- Словесный метод приобретает очень большое значение в связи с происходящим процессом осмысления исполнения, «слово» несёт большую нагрузку.
- Таким образом, два важнейших метода – показ и объяснение – связаны с одним из центральных моментов обучения: активизацией мышления и развитием творческого начала в процессе напряжённой физической работы по овладению танцевальными навыками.
- *Формы организации учебного процесса*

Занятие – традиционная форма организации учебного процесса. Но возможно использование нетрадиционных форм: лекция – концерт, концерт перед родителями, участие в фестивалях, смотрах. При проведении занятий, необходимо руководствоваться следующими моментами:

- постепенное увеличение физической нагрузки;
- чередование темпа нагрузки;
- равномерность нагрузки на обе ноги;
- свободное дыхание и самочувствие учащихся.

При подготовке к занятию необходимо учитывать такие факторы, как:

- объём материала;
- степень его сложности;
- особенности возраста детей, как исполнительского коллектива;

При составлении плана занятия предполагается детальная разработка каждой его части, где следует:

- определить новый материал, ввести его в различные комбинации;
- определить музыкальный материал, его размер, характер;

При проведении занятия целесообразно выдерживать структуру занятия в целом и соизмерять длительность отдельных частей.

На практических занятиях очень важно:

- переводить на русский язык все иностранные термины;
- объяснять назначение упражнения и правила его исполнения;

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

- воспитывать самостоятельность в выполнении учебных упражнений.

Музыкальное оформление занятия.

Танец органически связан с музыкой. Без музыки немислимы как танцевальные, так и тренажные упражнения. В процессе учебной работы необходимо прививать обучающимся умение слышать и понимать музыку. Правильно подобранный материал должен помогать осваивать хореографический материал. Для исполнения экзерсиса (тренажных упражнений) на середине зала, желательно использовать музыкальный материал квадратного построения, чтобы основное внимание обучающихся было бы направлено на движение. На первоначальном этапе обучения необходимо использовать музыкальное сопровождение с простым ритмическим рисунком, позднее его можно разнообразить.

В зависимости от возрастной категории и подготовленности группы музыкальное сопровождение занятия различно: по темпу, ритмическому рисунку, динамической окраске.

### **Формы аттестации/контроля**

Использование различных форм контроля позволяет создать комплексную систему оценки, которая учитывает как теоретические знания, так и практические навыки ученика. Это способствует более эффективному обучению и развитию.

Формы контроля:

- наблюдение;
- опрос;
- выполнение контрольных упражнений;
- участие в концертной деятельности;
- портфолио достижений

Формы аттестации/контроля

Текущий контроль:

- ежемесячный просмотр;
- выполнение домашних заданий

Промежуточная аттестация (декабрь, май):

- открытое занятие для родителей
- контрольное занятие;

Итоговый контроль (май):

- отчетный концерт
- портфолио творческих достижений

### **Оценочные материалы**

Мониторинг результативности обучающихся отслеживается по следующим критериям:

- техника исполнения (правильность позиций, координация, выворотность, гибкость, устойчивость, чистота линий, синхронность)
- музыкальность (чувство ритма, музыкальный слух, соответствие музыке, темпоритм, фразировка, динамика)
- артистизм (эмоциональная выразительность, концентрация внимания, работа с партнером, сценическое обаяние, культура сцены)
- творческий подход (фантазия, импровизация, интерпретация, композиционные навыки, самостоятельность, креативность, рефлексия)

Шкала оценки и инструменты мониторинга (приложение 2 «Методические материалы»):

<https://web.max.ru/-69752706629855>

## СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ:

Основная литература:

- Барышникова Т.К. Азбука хореографии. - СПб.: Речь, 2019.  
Васильева Т.И. Татарский народный танец. - Казань: Татарское книжное издательство, 2020.  
Тарасов Н.И. Классический танец. - М.: Искусство, 2021.  
Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать. – М., 2003.  
Музыкальный фольклор Татарстана (сборники). – Казань.

Дополнительная литература:

- Захарова Р.В. Танцы народов Поволжья. - Казань: Магариф, 2019.  
Климов А.А. Основы русского народного танца. - М.: Искусство, 2018.  
**Для обучающихся и родителей:**  
Александрова Н.А. Веселые шаги. Танцы для детей. – Ростов н/Д., 2005.  
Детские энциклопедии о танце.  
Рекомендации по подбору танцевальной формы и обуви.

Приложения к ДООП «Танцевальное настроение»

<https://web.max.ru/-69752706629855>

1. Годовой календарный учебный график
2. Оценочные материалы
3. Методическое обеспечение