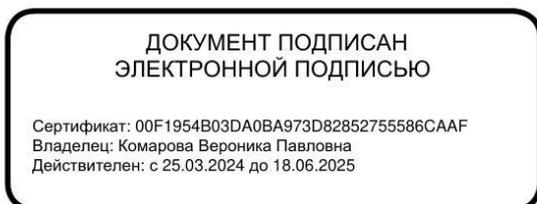


Исполнительный комитет города Набережные Челны
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
города Набережные Челны
«Детская школа хореографического искусства №17»

«Утверждаю»

Директор МАУДО «ДШХИ №17»



Приказ № 110

«31» августа 2024 года

Рассмотрена и принята на заседании
педагогического совета МАУДО

МАУДО «ДШХИ №17»

Протокол №1

от «29» августа 2024 года

«Утверждаю»

Директор МАУДО «ЦДТ
№16 «Огниво»



Приказ № 112

«29» августа 2024 года

Рассмотрена и принята на заседании
педагогического совета МАУДО «ЦДТ

№16 «Огниво»

Протокол №1

от «29» августа 2024 года

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА,
РЕАЛИЗУЕМАЯ В ФОРМЕ СЕТЕВОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ
ПО ПРЕДМЕТУ РИТМИКА И ТАНЕЦ
ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ОБЪЕДИНЕНИЯ «КАБРИОЛЬ»

Направленность: художественная

Возраст обучающихся: 7-10 лет

Срок реализации: 3 года (576 часов)

Авторы-составители:

Каримова Альбина Агзамовна,
педагог дополнительного образования

МАУДО «ЦДТ №16 «Огниво»

Хазова Светлана Владимировна

преподаватель МАУДО «ДШХИ №17»

Набережные Челны

2024 год

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

1. Образовательная организация	Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования города Набережные Челны «Центр детского творчества №16 «Огниво»
2. Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа хореографического объединения «Кабриоль»
3. Направленность программы	художественная
4. Сведения о разработчиках	Каримова Альбина Агзамовна, педагог дополнительного образования первой квалификационной категории
5. Сведения о программе: 5.1. Срок реализации 5.2. Возраст обучающихся 5.3. Характеристика программы: - тип программы - вид программы - принцип проектирования программы - форма организация содержания и учебного процесса	3 года 7-10 лет Дополнительная общеобразовательная программа общеразвивающая с использованием механизмов сетевого взаимодействия
5.4. Цель программы	Развитие творческих и специальных способностей, физическое совершенствование обучающихся средствами хореографического искусства с использованием материально-технических и кадровых ресурсов организаций-партнеров
5.5. Образовательные разделы (в соответствии с уровнями сложности содержания и материала программы)	Разделы программы: «Ритмика», «Партерная гимнастика», «Основы классического танца», «Народный танец», «Современная хореография», «Воспитательная работа».
6. Формы и методы образовательной деятельности	Групповая форма проведения занятий с ярко выраженным индивидуальным подходом. Используемые методы: - беседа, рассказ; - показ образцов, демонстрация лучших

	<p>выступлений известных танцоров;</p> <ul style="list-style-type: none"> - практическая работа; - решение репродуктивных, проблемных и творческих задач; - упражнения.
7. Формы мониторинга результативности	<p>промежуточная аттестация обучающихся, аттестация по завершении освоения программы. Результаты промежуточной аттестации, проводимой образовательной организацией-участником, являются результатами промежуточной аттестации по сетевой образовательной программе и не требуют зачета в базовой организации.</p>
8. Результативность реализации программы	<p>Сетевые результаты связаны с формированием партнерства в освоении обучающимися деятельности в области хореографического творчества.</p> <p>По окончании полного курса по программе обучающиеся приобретут личностные результаты, отражающиеся в индивидуальных качественных свойствах обучающихся: уважительное отношение к культуре других народов, доброжелательность и эмоционально-нравственная отзывчивость.</p> <p>Приобретут систему предметных компетенций в области хореографического искусства:</p> <ul style="list-style-type: none"> - базу знаний, умений и способов деятельности в хореографическом искусстве; - способны практически использовать знания и умения, приобретённые на занятиях. <p>Будут владеть универсальными способами познавательной и практической деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - способность принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности; - умение планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.
9. Дата утверждения и последней корректировки программы	<p>Дата утверждения 29.08.2024 года.</p> <p>Внесены корректировки в соответствии с обновлением нормативно-правовой базы, приказ №166 от 16.11.2024 г.</p>
10. Рецензент	<p>Чижова Светлана Владимировна, методист МАУДО «ЦДТ №16 «Огниво»</p>

Раздел 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа хореографического объединения «Кабриоль» имеет художественную направленность.

Программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

– Указ Президента Российской Федерации от 08 ноября 2021 г. № 633 «Об утверждении Основ государственной политики в сфере стратегического планирования в Российской Федерации»;

– Указ Президента Российской Федерации от 09 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;

– Указ Президента РФ от 07.05.2024 № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года»;

– Указ Президента Российской Федерации от 28 февраля 2024 г. № 145 «О Стратегии научно-технологического развития Российской Федерации»;

– Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования», утвержденной Постановлением Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017 года № 1642;

– Федеральный закон об образовании в Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ;

– Федеральный закон от 31 июля 2020 г. №304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;

– Федеральный закон от 08.08.2024 № 315-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;

– Федеральный закон от 13 июля 2020 г. №189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере» (с изменениями и дополнениями, вступившими в силу с 22.06.2024 г.);

– Постановление Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017 г. № 1642 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования» (изм. 24.06.2024 г.);

– Федеральный проект «Успех каждого ребёнка» в рамках Национального проекта «Образование», утверждённого Протоколом заседания президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам от 03 сентября 2018 г. №10;

– Концепция информационной безопасности детей в Российской Федерации, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 28 апреля 2023 г. N 1105-р;

– Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. №678-р, (ред. от 15.05.2023);

– Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

– Приказ Министерства просвещения России от 3 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (в редакции от 21 апреля 2023 г.);

– Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

– Правила применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ, утверждена Постановлением Правительства Российской Федерации от 11.10.2023 г. 1678;

– Приказ Министерства науки и высшего образования РФ и Министерства просвещения РФ от 5 августа 2020 г. № 882/391 (ред. от 22.02.2023) «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ» (вместе с «Порядком организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ») и примерной формой договора (изм. 22.02.2023 г.);

– СанПиН 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;

– Устав муниципального автономного учреждения дополнительного образования МАУДО «ЦДТ №16 «Огниво»;

– Положение о порядке разработки, утверждения и реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в муниципальном автономном учреждении дополнительного образования города Набережные Челны «Центр детского творчества №16 «Огниво».

При проектировании и реализации программы также учтены методические рекомендации:

– Письмо Минпросвещения России от 31 января 2022 г. № ДГ-245/06 «О направлении методических рекомендаций» («Методические

рекомендации по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»)

– Письмо Министерства просвещения России от 30 декабря 2022 года № АБ-3924/06 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации»)

– Письмо ГБУ ДО «Республиканский центр внешкольной работы» № 2749/23 от 07.03.2023 года «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию и реализации современных дополнительных общеобразовательных программ (в том числе, адаптированных) в новой редакции» /сост. А.М. Зиновьев, Ю.Ю. Владимирова, Э.Г. Дёмина).

Программа размещена на сайте МАУДО «ЦДТ №16 «Огниво» (<https://edu.tatar.ru>), в информационном сервисе «Навигатор дополнительного образования Республики Татарстан» (<https://p16.навигатор.дети>)

Актуальность программы обоснована тем, что в соответствии с Концепцией духовно-нравственного развития и воспитания личности необходимо воспитание базовых качеств личности: самостоятельности, ответственности, обладающей ценностными установками. Воспитание базовых качеств личности осуществляется в творческих объединениях художественной направленности, жизнь детей наполнена творчеством, позитивным общением, социально - значимой деятельностью.

Занятия в хореографическом объединении обладают неисчерпаемыми возможностями для художественно - эстетического воспитания, гармоничного физического, интеллектуального, творческого и социального развития личности.

Актуальность программы также в необходимости объединения ресурсов базовой организации МАУДО «ЦДТ №16 «Огниво» и организации-участника МАУДО «ЦДТ №5» для эффективного использования в образовательной программе

Новизна программы состоит в том, что на втором году обучения в партерную гимнастику включены элементы акробатических движений.

Педагогическая целесообразность программы заключается в направленности на получение обучающимися знаний, умений, навыков, компетенций, востребованных технологиями и рынками, описанными в Стратегии научно-технологического развития Российской Федерации.

Цель и задачи программы

Цель программы: развитие творческих и специальных способностей, физическое совершенствование обучающихся средствами хореографического искусства с использованием материально-технических и кадровых ресурсов организаций-партнеров.

Обучающие задачи:

- ознакомление с теоретическими основами, историей и современностью искусства танца, обучение методам, приемам, необходимым для участия в исполнительско- творческой деятельности объединения;

- формирование предметных знаний, умений, навыков, необходимых для освоения типовых танцевальных постановок;

- освоение движений для физического совершенствования;

Развивающие задачи:

- развитие чувства ритма, координации движений, ориентировки в пространстве (в хореографическом зале, на сценической площадке);

- развитие музыкальных и физических данных детей, музыкально-двигательной памяти, ритмопластического единства (объединение), танцевальной выразительности, артистизма;

- развитие личностных качеств: активность, самостоятельность, коммуникабельность;

- развитие воображения, фантазии, памяти, образного мышления, эмоционально-чувствительной сферы, способности к волевой саморегуляции;

- развитие способности к импровизации и умению исполнять ролевые танцы;

- развитие умения самостоятельно определять цели своего обучения, планировать пути достижения цели, соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль и оценку своей деятельности, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией.

Воспитательные задачи:

- воспитание устойчивого интереса и мотивации к исполнительской деятельности, сознательного отношения к физической культуре и здоровому образу жизни;

- совершенствование коммуникативных качеств личности, социальной активности, толерантности, этических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.

Программа рассчитана на обучающихся школьного возраста от 7 до 10 лет, проявляющих интерес к хореографическому искусству, готовых к творческому развитию и саморазвитию.

Для успешного решения поставленных в программе задач важно учитывать психологические, физиологические возрастные особенности обучающихся.

Занятия с детьми *младшего возраста (7-10 лет)* строятся с учетом индивидуальных особенностей, их потребностей и возможностей. В этом возрасте происходят качественные и структурные изменения головного мозга (он увеличивается). Происходят изменения и в протекании основных нервных процессов - возбуждения и торможения. Проявляется самостоятельность, (желание делать все самому, дети требуют доверия от взрослых), сдержанность (умение подчинять свои желания общим требованиям), настойчивость и упрямство (желание добиться результатов, даже если не понимают цели или не имеют средств для их достижения). Слабые стороны в физиологии детей этого возраста - быстрое истощение запаса энергии в нервных тканях. Костно-мышечный аппарат детей этого возраста отличается большой гибкостью (значительное количество хрящевых тканей и повышенная эластичность клеток). Развитие мелких мышц идет медленно, поэтому быстрые и мелкие движения, требующие точности исполнения, представляют для детей большую сложность.

Объем учебного материала должен быть рассчитан по возможностям детей. В группах этого возраста надо уделять внимание формированию осанки, умению ориентироваться в пространстве, развитию ритмичности, музыкальности.

В этом возрасте закладывается понимание танца, происходит воспитание объединения исполнения, музыкальной культуры и культуры поведения. Занятие строится на ритмических, игровых элементах и движениях. В основе репертуара - жизнерадостность. Если ставятся сюжетные танцы, то они должны быть событийными, но доступными для восприятия и понимания. Событийность помогает неустойчивому вниманию постоянно находить предмет переключения, и дети на сцене и в зале не утомляются.

На основе освоенного содержания программы организуется изучение более сложных движений, комбинаций, осуществляются более объемные постановочные работы.

Образовательная деятельность по программе строится с учетом СанПиН 2.4.4.3172-21. Количество учебных часов в первый год обучения – 144 ч. (2 раза в неделю по 2 часа); во второй год обучения - 216 ч. (3 раза в неделю по 2 часа); в третьем году обучения- 216 ч. (3 раза в неделю по 2 часа).

Формы организации образовательного процесса: групповые, по 15 человек в группе. Виды занятий определяются содержанием программы: практические занятия, выполнение самостоятельной работы, концерты, конкурсы, фестивали и др.

Участниками сетевого взаимодействия могут проводиться следующие виды занятий и мероприятий:

- конкурсы хореографического искусства, научно-исследовательских работ и проектов;

- научно-практические семинары, мастер-классы, в т.ч. проводимые дистанционно с использованием информационных технологий;
- семинары и «круглые столы» по вопросам дополнительного образования, развития хореографического искусства и др.

Содержание программы

Раздел «Ритмика и танец»

Данный раздел знакомит обучающихся с особенностями хореографического искусства, способствует развитию у детей музыкального восприятия, эмоциональности и образности, совершенствованию мелодического и гармонического слуха, музыкальной памяти, чувства ритма, культуры движений, умению творчески воплощать музыкально – двигательный образ. Включает в себя ритмические упражнения, музыкальные игры, музыкальные задания по прослушиванию и анализу танцевальной музыки, которые способствуют развитию музыкальности, координации движений, формированию музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки, развитию чувства ритма, способствуют развитию правильной осанки, подвижности суставов, помогают исправить физические недостатки.

При изучении материала данного раздела обучающиеся приобретают двигательные навыки и умения, знания в области танцевальной выразительности, овладевают большим объемом новых движений.

Раздел «Ритмика и танец» является первой и базовой ступенью в хореографическом образовании для овладения другими хореографическими разделами «Основы классического танца», «Народный танец», «Современная хореография».

Раздел «Партерная гимнастика»

В раздел «Партерная гимнастика» входят несколько основных комплексов упражнений, направленных на развитие и укрепление основных частей тела обучающихся. На занятиях по данному разделу в основном уделяется внимание стопе, коленному, тазобедренному суставам, гибкости позвоночника, плечевому и локтевому суставам, запястью. Развивается прыжок, координация и выносливость. Упражнения, нацеленные на развитие суставного или мышечного аппарата, строятся по принципу – от простого к сложному.

Развитие физических данных ребенка на занятиях раздела состоит из основных этапов: разогрев, растяжка, фиксация.

Раздел «Основы классического танца»

Содержание раздела «Основы классического танца» тесно связано с содержанием учебных разделов «Ритмика и танец», «Партерная гимнастика», «Ансамбль». Данный раздел является фундаментом обучения для всего комплекса танцевальных предметов, ориентирован на развитие физических данных обучающихся, на формирование необходимых технических навыков, является источником высокой исполнительской

культуры, знакомит с высшими достижениями мировой и отечественной хореографической культуры.

Именно на занятиях классического танца осуществляется укрепление и дальнейшее развитие всего двигательного аппарата обучающихся.

Раздел «Современная хореография»

Раздел «Современная хореография» является основным этапом в изучении детей современному танцу.

При изучении материала данного раздела у детей формируется знание танцевальной азбуки современной хореографии, грамотное исполнение базовых элементов, формируется главное понятие: сочетание движения и дыхания. В данный раздел программы включены темы «Танцевальная импровизация», который позволяет ребенку творчески раскрыться и в дальнейшем стать эмоциональным исполнителем, создать яркие сценические образы.

Раздел «Народный танец»

Содержание раздела «Народный танец» тесно связано с содержанием раздела «Ритмика и танец», «Основы классического танца», «Ансамбль», «Современная хореография». Приобретенные знания, умения и навыки в рамках изучаемых разделов позволяют приступить к изучению экзерсиса у станка и на середине зала. Приобретенные музыкально-ритмические навыки дают основание изучать движения с разнообразным ритмическим рисунком, как у станка, так и на середине зала.

Данный раздел предусматривает знакомство с народной культурой, освоением азбуки народного танца и элементов народно-сценического экзерсиса, знакомство с элементами исполнительской техники для мальчиков и девочек, совершенствованием техники исполнения народно-сценического экзерсиса, технической части.

Раздел «Ансамбль»

Занятия по разделу «Ансамбль» готовит детей к выходу на сцену, знакомит с понятием «сцена», «зритель», «артист», «работа на зрителя».

Происходит знакомство с объединения формой работы, начинается подготовка к концертной деятельности. Воспитывается сценическая и зрительская культура. Начинается освоение репертуара хореографического объединения.

Ведется подготовка обучающихся к конкурсной деятельности.

Раздел «Мероприятия в рамках раздела «Организация каникулярного досуга Рабочей программы воспитания Центра».

Данный раздел предполагает включение детей в социально-значимую деятельность через реализацию и защиту собственных исследовательских и творческих проектов, что способствует формированию их лидерской позиции, развитию инициативы и общественной активности, помогает обрести жизненный опыт.

Планируемые результаты освоения обучающимися образовательной программы

Метапредметные результаты в области универсальных учебных действий:

Регулятивные универсальные учебные действия:

- принимать и сохранять учебно-творческую задачу;
- учитывать изученные этапы работы;
- планировать свои действия;
- осуществлять итоговый и пошаговый контроль;
- адекватно воспринимать оценку педагога;
- различать способ и результат действия;
- вносить коррективы в действия на основе их оценки и учета сделанных ошибок.

Познавательные универсальные учебные действия:

- использовать танцевальные позиции для рук и ног;
- решения познавательных и творческих задач, представления их результатов;

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- задавать вопросы по существу;
- использовать речь для регуляции своего действия;
- стремиться к координации действий при выполнении коллективных работ;
- контролировать действия партнера.

Личностные результаты:

- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение;
- ориентация в нравственном содержании и смысле поступков как собственных, так и окружающих людей;
- сформированное положительное отношение к обучению;
- реализация творческого потенциала в процессе коллективного исполнения хореографических постановок;
- адекватное понимание причин успешности/ неуспешности творческой деятельности.

Предметные результаты:

К концу первого года обучения, обучающиеся должны знать:

- основные понятия, связанные с ритмом, темпом и динамикой в музыке;
- длительности нот в соотношении с танцевальными шагами;
- основные положения рук и позиции ног;
- правила безопасности при выполнении упражнений по акробатике.

К концу первого года обучения, обучающиеся должны уметь:

- выполнять танцевальные шаги, подскоки, танцевальные элементы;
- сочетать танцевальные движения с характером музыкально-ритмических упражнений;
- согласовывать движения со строением музыкального произведения;

- воспроизводить движения согласно ритмическим рисункам;
- ориентироваться в пространстве сцены;
- выполнять простейшие акробатические упражнения на гибкость, выворотность, растянутость ног;
- выполнять упражнения на напряжение и расслабление мышц, для исправления сутулости.

К концу второго года обучения, обучающиеся должны знать:

- сущность основных терминов классической, народно-сценической и современной хореографии;
- особенности постановки корпуса, ног, рук, головы;
- особенности рисунка танца, правила взаимодействия с партнерами на сцене;
- элементы и основные комбинации классического, народно-сценического и современного танцев;
- общие понятия о контракции («боковая», «основная» в поясничном отделе, объединенная контракция), изоляции, освобождении.
- *К концу второго года обучения, обучающиеся должны уметь:*
- исполнять элементы и основные комбинации классического, народно-сценического и современного танцев;
- грамотно исполнять движения экзерсиса и хореографических постановок;
- определять темп, ритм, характер в предлагаемой мелодии;
- выполнять комплекс упражнений на растяжку;
- применять приемы контракции и релаксации из различных исходных положений;
- правила поведения на сцене, во время выступлений на концертах.

К концу третьего года обучения обучающиеся должны знать:

- основные понятия по классическому, народно-сценическому и современным танцам;
- терминологию классического, народно-сценического и современного танцев.

К концу третьего года обучения обучающиеся должны уметь:

- выполнять упражнения на растяжку ног у станка и на середине зала;
- выполнять блок упражнений по классическому танцу;
- выполнять блок комбинаций по современному танцу;
- выразительно и грамотно исполнять танцевальные комбинации;
- контролировать и координировать позиции и движения;
- сопереживать и чувствовать музыку;

Контроль реализации программы

Изучение результативности программы осуществляется через входную диагностику, промежуточную и аттестацию по завершению освоения программы обучающихся.

Основные формы организации контроля: *контрольные занятия, концертные выступления, сдача танцевальных партий.*

Настоящая программа разработана с учетом потребностей детей и родителей, образовательных целей Центра детского творчества № 16 «Огниво», с учетом особенностей региона, запросов семей и других субъектов образовательного процесса.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Разделы программы	1 год обучения	2 год обучения
1.	Вводное занятие	2	2
2.	Ритмика и танец	48	-
3.	Партерная гимнастика	44	-
4.	Основы классического танца	-	34-68
5.	Народный танец	-	34-68
6.	Современная хореография	-	34-68
7.	Ансамбль	34	36-66
8.	Мероприятия в рамках модулей «Рабочей программы воспитания»	14	16
9.	Промежуточная аттестация за год. Отчетный концерт. Тестирование Аттестация по завершении освоения программы.	2	2
	Итого:	144	216

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

Содержание учебного плана 1 года обучения

1. Введение.

Теория. Беседа «Танец – это радость». Правила поведения на занятиях, техника безопасности в хореографическом зале. Задачи на учебный год.

2. Ритмика и танец.

2.1 Элементы музыкальной грамоты.

Теория. Элементы музыкальной грамоты– характер музыки (веселая, спокойная, грустная); темп (медленный, умеренный, быстрый); строение музыкального произведения (вступление, основная часть, кода). Музыкальные размеры (2/4, 3/4, 4/4). Сложные размеры (6/8, 12/8). Измененные размеры. Выразительные средства и динамические оттенки в музыке: форте, пиано. Синкопированный ритм. Акцентирование. Понятие: вступление, части, музыкальная фраза. Умение менять движение в

зависимости от смены частей и фраз. Умение определять характер различных частей и двигаться в характере музыки.

Практика. Слушание, определение характера музыки и музыкального размера. Определение музыкального произведения. Танцевальная импровизация под музыку на заданные и свободные темы, сюжеты. Игровые приемы на развитие музыкальности (движение на такт, 1/2, 1/4, 1/8, 1/16 такта). Ритмические упражнения. Упражнения на развития чувства ритма.

2.2 Упражнения на развитие ориентации в пространстве.

Теория. Значение смены отправной точки, сокращения и увеличения пространства. Понятие построения. Понятие перестроения. Понятие рисунок танца.

Практика. Движения со сменой отправной точки. Движения по залу, сокращая и увеличивая пространство. Игра «Танцующие человечки». Коллективно-порядковые и ритмические упражнения. Упражнения на ориентировку в пространстве: правая, левая нога/рука/плечо; повороты вправо и влево; движение по линии и против линии танца; движение по диагонали. Построения и перестроения: в колонну по одному; в пары и обратно; из колонны по два в колонну по четыре и обратно; из колонны в шеренгу; круг; сужение и расширение круга; свободное размещение в зале; «воротца».

2.3 Упражнения на развитие творческих способностей.

Теория. Понятие творческого пластично-образного самовыражения. Память и ее значение в танцевальной деятельности.

Практика. Танцевальная импровизация под музыку на заданные темы. Игра «Куклы». Выполнение движений с воображаемым предметом (передавать друг другу мяч, собирать полевые цветы, кушать конфеты и т.д.). Игра «Домохозяйки». Игра «В добрый путь!». Самостоятельная работа над образом и сюжетами, как под музыку, так и без музыкального сопровождения. Движения, изображающие повадки животных и настроения людей (нам холодно, жарко, весело, грустно и т.д.). Работа с воображаемым предметом (следим за летающей мухой, увидели – удивились, хлопнули – испугались и т.д.). Упражнения на развитие творческих способностей (приложение 1).

Теория. Характер исполнения номера (веселый, грустный, торжественный и т.д.). Музыкальные темпы(быстро, медленно, умеренно).

Практика. Шаги: бытовой; легкий шаг с носка (танцевальный), шаг на полупальцах, легкий бег, шаг с подскоком, боковой подскок (галоп), русский переменный. Позиции рук: подготовительное положение, перевод рук из позиции в позицию. Положения и движения рук, принятые в русской пляске: свободно опущенные вниз, руки в бок; руки, скрещенные на груди, взмахи платочком. Полуприседание по VI позиции. Выдвижение ноги: в сторону из VI позиции, вперед из VI и I позиции. Выдвижение ноги в сочетании с полуприседанием в сторону и вперед. Выдвиженке ног в

сторону и вперед с переводом «носок – каблук» в характере русского народного танца. Выдвижение ноги, с переводом носка на каблук (вперед, в сторону) в сочетании с полуприседанием. Подъем на полупальцы по VI позициям. Подъем на полупальцы в сочетании с полуприседанием. Прыжки: на месте на обеих ногах с мягким приземлением, с продвижением вперед на обеих ногах с мягким приземлением, на одной ноге, через короткую скакалку на месте на обеих ногах, с промежуточным прыжком, на двух ногах по VI позиции.

2.5 Партерная гимнастика.

Теория. Знакомство с работой опорно-двигательного аппарата, укрепление общефизического состояния обучающихся. Техника безопасности при выполнении технически сложных движений.

Практика. Развитие координации и ловкости. Роль и значение ежедневных занятий для поддержания физической формы танцора. Комплекс упражнений со скакалкой. Пилометрические прыжки и упражнения. Развитие стопы и ахилла, выворотности тазобедренного сустава. Понятие выворотности ног. Упражнения на укрепление мышц стопы. Упражнения на растяжение и формирование балетного подъема. Упражнения для растяжения ахилла. Упражнения, увеличивающие подвижность тазобедренного сустава. Развитие гибкости корпуса вперед. Укрепление мышц брюшного пресса. Балетная осанка. Упражнения на развитие гибкости. Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса. Развитие гибкости назад. Укрепление мышц спины. Упражнения, развивающие гибкость. Укрепление мышц спины. Развитие танцевального шага. Растяжение подколенной связки и задней поверхности бедра. Продольный и поперечный шпагаты.

4.1 Развитие координации и ловкости.

Теория. Роль и значение ежедневных занятий для поддержания физической формы танцора.

Практика. Комплекс упражнений со скакалкой. Прыжки простые одинарные на скакалке вперед. Прыжки простые одинарные на скакалке назад. По мере усвоения сначала на двух ногах, потом на одной ноге. Прыжки «мячик» на короткой скакалке. Вращение скакалки в руках вперед, назад, «восьмеркой». Двойные прыжки на скакалке. Прыжки на скакалке вперед с продвижением. Комбинирование упражнений в небольшие связки.

4.2 Развитие стопы и ахилла. Развитие выворотности тазобедренного сустава.

Теория. Анатомические особенности строения стопы человека. Основные части стопы танцора, которым необходимо уделять внимание. Икроножные мышцы, свойства и возможности ахиллесова сухожилия. Анатомические особенности строения тазобедренного сустава человека. Возможности движения ноги в тазобедренном суставе. Понятие выворотности ног.

Практика. Упражнения на укрепление мышц стопы: удержание карандаша пальцами ноги с сокращенной стопой, по мере усвоения с вытянутой стопой. Упражнения на растяжение и формирование балетного подъема. Опускание в пол и подъем с пола через подъем стопы. Упражнение «Яйцо», «Качели» и т.д., выполняются на пальцах и на полупальцах. Фиксация: соревнование, кто дольше сможет удержать максимально вытянутые стопы. Шаг на пальцах. Упражнения для растяжения ахилла: «Улитка показала рожки», Планка у стены и поочередные глубокие выпады. Укрепление ахиллесова сухожилия – трамплинные прыжки, прыжки через скамейку, прыжки через ступеньки лестницы двумя ногами, по мере усвоения на одной ноге. Упражнения, увеличивающие подвижность тазобедренного сустава, максимальное отведение бедра. «Лягушка», «Кукла Маша», «Тараканчик», «Циркуль». Укрепление мышц бедра, закачка. В планке отведение бедра. Лежа на спине вытянутые в коленях ноги, скользя мизинцами развести в поперечный шпагат, далее ноги соединить в воздухе в I позиции под углом 90°, а потом проделать весь путь обратно. «Уголок» с резким разведением ног в стороны. Фиксация: удержание глубокого plies по широкой II позиции; прыжок «Разножка», «Затяжка».

4.3 Развитие гибкости корпуса вперед. Укрепление мышц брюшного пресса.

Теория. Основные отделы позвоночника. Особенности осанки. Здоровая спина – залог долголетия. Балетная осанка. Понятие «Крест». Как правильно начать наклон вперед.

Практика. Движение по кругу «Робот». Наклон вперед по VI позиции, I выворотной позиции руки ладонями прижаты к полу, голова направлена вперед. Наклон вперед по II параллельной позиции руки на щиколотках, затылок стремиться в пол. Упражнение «Складочка». Укрепление мышц спины, лежа на животе, руки над полом переводить из положения сверху вниз и обратно. Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса. «Планка», «Уголок». Фиксация: положение «Крест», подготовка к выполнению элемента современного танца «flatback» вперед и в сторону. Правильный перегиб в бедрах.

4.4 Развитие гибкости назад. Укрепление мышц спины.

Теория. Основные отделы позвоночника. Шейный отдел позвоночника в момент перегиба назад. Правильное дыхание во время наклона назад. Значение декомпрессии позвоночника, упражнений на расслабление мышц спины после перегибов назад.

Практика. Упражнения, развивающие гибкость: «змея», «колечко», «корзинка», «полумост», «мост», «кошка». Упражнения для укрепления мышц спины: работа в парах. Подъем корпуса вверх – упражнение «самолетик», «лодочка». Фиксация: удержание корпуса наверху в положении «самолетик», «космонавт», перекат на грудь.

4.5 Развитие танцевального шага.

Теория. Значение танцевального шага для исполнителя. Ежедневные упражнения для растяжки и поддержания растяжки. Правильное положение ног в шпагате. Техника исполнения.

Практика. Постепенное растяжение подколенной связки и задней поверхности бедра. Продольный и поперечный шпагаты, по мере усвоения с провисанием. Переход из поперечного шпагата в продольный без помощи рук и без подъема таза от пола. Укрепление мышц: махи вперед, в сторону, назад лежа на полу, у станка и с продвижением по диагонали. Закачка мышц: в положении «шпагат» поочередно попытаться оторвать ногу от пола. Фиксация: «затяжка» вперед, в сторону на всей стопе, по мере усвоения на полупальцах с последующим удержанием ноги без помощи рук в заданном направлении.

5. Ансамбль.

5.1 Подготовка репертуара.

Теория. Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановке. Знакомство с музыкальным материалом постановки: подбор музыкального материала; прослушивание музыкального репертуара, просмотр фотографий и видео материалов.

Практика. Постановка нового концертного номера. Создание сценического образа. Изучение танцевальных движений: в раздел входят танцевальные шаги, позиции ног, рук, принятые в детском танце, качания, приседания и полуприседания, каблучки, носочки, комбинации из польки, а так же лёгкие прыжки. Соединение движений в танцевальные комбинации. Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах: данный раздел представляет собой рисунок танца, круг, линия, диагональ; описание танца (см. в приложении). Отработка элементов: закрепление и отработка ранее изученных движений. Работа над музыкальностью. Развитие пластичности. Синхронность в исполнении. Работа над техникой исполнения: данный раздел программы включает в себя подготовку законченных концертных номеров, что способствует повышению общей культуры ребенка. Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений. Работа с готовыми концертными номерами. Проведение репетиций (поддержание номера в «рабочем» состоянии). Замена состава исполнителей: частичная, полная (по необходимости). Работа со вторым составом исполнителей. Внесение дополнений и изменений в танцевальный текст, сюжетную линию и актерские оценки концертного номера (по необходимости). Работа над сольными партиями концертного номера (при наличии таковых).

5.2 Концертная и конкурсная деятельность.

Теория. Инструктаж на тему поведения на сцене и за кулисами (танцевальная культура), поведение в зрительном зале, во время выездных мероприятий, поведение на конкурсах и в поездках. Подведение итогов выступлений и конкурсов. Разбор положительных и отрицательных моментов.

Практика. Подготовка номеров к концертам (репетиции в концертных костюмах и обуви, с реквизитом, генеральная репетиция на концертной площадке). Подбор костюмов (примерка, пошив). Проведение организационного собрания с обучающимися и их родителями (перед большими или выездными концертами, конкурсами). Участие в концерте или конкурсе.

6. Мероприятия в рамках модулей «Рабочей программы воспитания».

Конкурс исследовательских проектов «Осенние рецепты здоровья». Республиканский конкурс проектов «Семейный очаг». Муниципальные и республиканские конкурсы исследовательских и творческих проектов. Конкурс самодеятельного танцевального творчества «Я и Танец». Ежегодное творческое мероприятие – отчетный концерт «Моя Весна».

7. Аттестация обучающихся.

Итоговое занятие «Класс-концерт «Как хорошо, что мы танцуем».

Содержание учебного плана 2 года обучения

1. Введение.

Теория. «Вы хотите стать такими же известными?» - рассказ о звездах хореографии. Задачи на новый учебный год. Техника безопасности в хореографическом зале. Работа с техническими средствами.

2. Классический танец.

2.1 Вводное занятие.

Теория. Знакомство с терминологией раздела «Основы классического танца».

Практика. Классический поклон. Вход в зал. Перемещение по залу на занятии.

2.2 Основные позиции рук и ног.

Теория. Основные позиции рук классического танца. Постановка корпуса, рук, ног. Апломб. Выворотные позиции ног.

Практика. Постановка корпуса. Основные позиции рук: подготовительная, I, II, III. Основные выворотные позиции ног: I, II, III (по мере освоения V). Preparation - вступление к упражнению.

2.3 Партерный комплекс.

Теория. Названия и правила исполнения программных элементов (включая французскую терминологию: preparation, demi plie, battement tendu, port de bras, battement relevent).

Практика. Разучивание комплекса упражнений на полу, направленного на освоение основных движений классического экзерсиса. Положительный аспект комплекса в том, что дети изучают классические движения лежа или сидя без нагрузки на позвоночник. Demi plie, лежа на спине. Battement tendu вперед, сидя на полу. Port de bras назад, лежа на животе и сидя на коленях, или в положении «лягушка». Battement relevent

на 90° изучается лежа. Grand battements jetés на 90° изучается лежа и в положении «планка».

2.4. Элементы классического танца на середине зала.

Теория. Переход в вертикальное положение из горизонтального для усвоения основных движений классического экзерсиса. Названия и правила исполнения программных элементов (включая французскую терминологию: preparation, reverans, demiplies, battement tendu, port de bras, releve, battement relevent, sauté). Точка вращения. Баланс.

Практика. Промежуточным этапом освоения движений на середине является этап у станка, но он в данной программе занимает очень маленький отрезок времени, тем самым в отдельную тему не выносятся. Постановка корпуса на середине зала. Позиция ног на середине зала. I port de bras на середине зала. Demi plié и releve по VI и I позиции ног на середине зала. Battements tendus в сторону из первой позиции. Saute по VI и по I позиции ног на середине зала. Подготовка к вращению на середине зала. Восемь точек зала. Значение рук и головы во время вращения.

2.5 Танцевальные движения.

Теория. Постановка корпуса. Положения рук. Манера исполнения. Музыкальный размер польки, марша, вальса. Правила вытянутой стопы. Четкость ног.

Практика. Элементы экзерсиса классического танца на середине зала. Работа над развитием пластики рук – маленькие и большие волны руками. Сценический шаг по первой позиции. Марш на высоких полупальцах. Сценический бег. Бег на высоких полупальцах. Подскоки, галоп, полька. Работа над развитием координации – исполнение разученных элементов вместе. Работа над четким, легким, музыкальным исполнением.

3. Народный танец.

3.1 Экзерсис у станка.

Теория. Терминология элементов экзерсиса: понятия, перевод, основные правила исполнения, в каком характере исполняется, знать значениевыражения «движение крестом», знать правила исполнения, знать последовательность исполнения движений, знать основные правила постановки корпуса во время исполнения движений экзерсиса у станка.

Практика. Освоение элементов экзерсиса лицом к станку в русском характере. По мере усвоения программы, упражнения выполняются одной рукой за станок. Позиции ног. Положения и позиции рук. Preparation к началу движения. Переводы ног из позиции в позицию. Demi plié, grand plié. Battements tendus носок-каблук. Battements tendus jetés. Rond de jambe par terre. Подготовка к маленькому каблучному. Дробные выстукивания. Упражнение для бедра, подготовка к «верёвочке», «верёвочка». Flic-flac. Grand battement jeté. Relevé. Подготовка к «штопору», «штопор». Опускание на колено на расстоянии стопы из I позиции, и с шага в сторону накрест опорной ноги. Растяжка из I позиции в полуприседании и в полном

приседании. Прыжки: поджатые по I, V, VI позиции ног, разножка в стороны (в различных сочетаниях).

3.2 Экзерсис на середине.

Теория. Запомнить названия танцевальных шагов, знать правила исполнения, манеру и характер движений, возможные ошибки и недочёты.

Практика. Развитие координации исполнения движений на середине зала. Поклон: простой поясной на месте; простой поясной с движением правой руки к левой стороне груди, затем в III позицию, левая рука в подготовительном положении; поклон в татарском характере с правой рукой на сердце (с приседанием, с наклоном корпуса). Основные положения и движения рук в национальных характерах: ладони, сжатые в кулачки, на талии (подбоченившись); руки скрещены на груди; одна рука, согнутая в локте, поддерживает локоть другой, указательный палец которой упирается в щеку; положения рук в парах (держась за одну руку, за две, под руку, «воротца»); положения рук в кругу (держась за руки, «корзиночка», «звёздочка»); движения рук (подчёркнутые раскрытия и закрытия рук, взмахи с платочком, хлопки в ладоши); руки за спиной, на кушаке, за тубетейку, в стороны (у мальчиков) в татарском характере; за платье, за фартук, за фату (у девочек) в татарском характере; в парах под руку в татарском характере; руки за платье. Танцевальные шаги, ходы в национальных характерах: простой сценический ход на всей стопе и на полупальцах; переменный ход с фиксированием в воздухе ног поочередно в точке на 30-45°; переменный ход с фиксированием ноги сзади на носке на полу; переменный ход с plié на опорной ноге и вынесением работающей ноги на воздух через I позицию ног; тройной шаг на полупальцах с ударом на четвёртый шаг всей стопой в пол; шаг с мазком каблук и вынесением сокращённой стопы на воздух на 30-45°; комбинации из основных шагов; татарский переменный бег; шаг польки; подскоки в итальянском характере. Танцевальные элементы в национальных характерах: «припадание»: по VI позиции, по V позиции; вокруг себя и в сторону; «гармошка»; «ковырялочки»: простая в пол; простая, с броском ноги на 45° и небольшим отскоком на опорной ноге; в чередовании с одинарными, двойными и тройными притопами; «молоточки»; «моталочка»: вперед; в сторону; подготовка к «веревочке»: без полупальцев, без проскальзывания; с полупальцами, с проскальзыванием. Основы дробных выстукиваний: простой притоп; двойной притоп; в чередовании друг с другом, двойными и тройными хлопками в ладоши (у мальчиков с хлопушкой); двойная дробь (затактовая); «ключ». Хлопки и хлопушки для мальчиков: одинарные; двойные; тройные, скользящие (в ладоши, по бедру, по голенищу сапог). Подготовка к присядкам и присядки: подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз по I и II позициям); «мячик» по I и VI позициям; подскоки на двух ногах; поочередные подскоки с подъемом согнутой ноги вперед; присядки с выносом ноги на каблук; присядки с выносом ноги в сторону на 45°.

3.3 Техническая часть.

Теория. Знать технику исполнения вращений, правила исполнения трюковых элементов.

Практика. Освоение навыков темпового исполнения вращений и трюковых элементов. Вращения: вращения на середине зала: вращения по III позиции; «блинчики» (четверть, половина, целый поворот); «бегунок» с соскоком; вращения по диагонали зала, шаг *retere* в повороте; боковой галоп в повороте; шене по диагонали; подскоки в повороте. Трюковые элементы (мужские): силовые прыжки; «разножка» в воздухе; «крокодильчик»; «бочонок».

3.4 Этюды.

Теория. Знать о культуре и искусстве народов, изучаемых этюдов, знать особенности костюма, музыки, характерную манеру исполнения.

Практика. Освоение артистичности и музыкальности исполнения этюдной формы. Этюд полька: шаг польки (комбинируется с подскоками и танцевальным бегом); боковой галоп (комбинируется с выходом на каблук, в повороте); перескок на каблук; «моталочки»; соскоки по VI позиции в повороте. Движения исполняются в паре и по одному. Хороводная форма. Проучивается на основе элементов русского танца (I полугодие) по рисункам (круг, змейка, шене, колонны, линии, звездочка, клин). Этюд в русском характере. Русский танец может быть представлен достаточно широко, и поэтому его освоение предлагается в течение всего срока обучения: поклон - на месте без рук и с руками, поклон с продвижением вперед и отходом назад. Основной ход с носка, с каблука через плие (с работой рук); «ковырялочка» (с перескоком, с притопами); «моталочки» (с сокращённой стопой, с вытянутой); «молоточки»; простые выстукивания по VI позиции ног (исполняются на ускорение). Этюд в татарском характере: положение рук; шаги (одинарный ход, тройной шаг, боковой шаг); татарская пробежка; «елочка»; «борма»; притопывание пятками; «укча-баш»; «гармошка»; полуприсядки; присядка «мячики».

4. Современная хореография.

4.1 Основные положения рук, ног и корпуса.

Теория. Основная терминология современной хореографии. Знакомство с разделом «Современная хореография». Знание выворотных и параллельных позиций ног. Понятие «периферия тела». Основные положения рук. Понятие «flatback».

Практика. Изучение основных выворотных и параллельных позиций ног, правильный переход из одной позиции в другую. «Периферия тела» - это руки и ноги танцовщика. Основные направления движения рук. Характер исполнения движений руками. Основные позиции и положения рук, «пресс-позиция». Грамотное исполнение «flatback» и «roll». Разминка: Упражнения для разогрева мышц шеи (наклоны, повороты, вращения). Упражнения для разогрева мышц рук и корпуса (длительная фиксация вытянутых рук в сторону, вперед, вверх, резкий выброс рук в заданном направлении, выполнение «планки»). Упражнения для разогрева мышц ног

(движения с приседаниями и подъемом на полупальцы, пружинные движения ног, прыжки). Партер: Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса, спины, ног, рук. Первоначальное изучение основных позиций ног в партере. Правильное расположение рук относительно корпуса – первоначальное изучение на полу, исполнение «flatback» в партере. Упражнение, развивающее быстроту реакции и выносливость: «смирно – отбой», «солнышко – тучка». Разучивание основных движений современного танца: приставной шаг, шаги – квадрат, боковой и крестный шаги, марш. Скручивание и раскручивание корпуса (roll). По мере усвоения и развития координации добавить движения рук. Понятие «противоход». Ритмика: Упражнение «Четыре коробочки» для развития чувства ритма и музыкальности воспитанников.

4.2 Развитие координации.

Теория. Основные части тела. Понятие «изолированных движений».

Практика. Движения головы вперед-назад, вправо-влево параллельно полу, движения плечами вверх-вниз и по кругу. Раскачивание бедрами вправо-влево, вперед-назад. Вращение бедрами. Исполнение вращений бедрами на plies и на прямых ногах. Разучивание изолированных движений в сочетании с приставным шагом, шагом – квадрат, с боковым или крестным шагом, с маршем. По мере усвоения и развития координации добавить движения рук. Разминка: Упражнения для разогрева мышц шеи (наклоны, повороты, вращения). Упражнения для разогрева мышц рук и корпуса (длительная фиксация вытянутых рук в сторону, вперед, вверх, резкий выброс рук в заданном направлении, выполнение «планки»). Упражнения для разогрева мышц ног (движения с приседаниями и подъемом на полупальцы, пружинные движения ног, прыжки). Партер: исполнение ранее изученных упражнений на полу для поддержания хорошей физической формы обучающихся («лягушка», «кольцо», «корзинка», «лодочка», «березка», «горочка», «свечка», шпагаты). Развивающие игры: «Передай хлопок», «море волнуется раз...». Использовать любую понравившуюся игру, как релакс-паузу, и для развития внимательности, выразительности и чувства ритма у воспитанников.

4.3 Основы партерной техники.

Теория. Понятие «roll», «звезда», «эмбрион». Правильная и важная работа кисти – «рыбка». Как подружиться с полом, чтоб избежать синяков.

Практика. Первоначальное изучение движения диафрагмы на полу: упражнение «ежик». Разучивание основных видов перекатов и качений по полу. Упражнение – «морская звезда» и «эмбрион». Первоначальное изучение спирали корпуса. Разминка: Разучивание основного комплекса упражнений, основанного на работе изолированных центров. Комплекс подготавливает, разогревает и развивает основные мышцы и связки младших воспитанников. Комплекс составляется по традиционной схеме сверху вниз: начиная с движений головой, заканчивая движениями ног. В

комплекс входят танцевальные элементы современного танца: движения головы вперед-назад, вправо-влево параллельно полу, движения диафрагмой, движения бедер. По мере усвоения и развития координации добавить движения рук. Развивающие игры: «Построй рисунок», «4 коробочки», «пропало печенье». Упражнения с предметом. «Карabas-Барабас и тряпичные куклы».

4.4 Перемещение в пространстве. Кросс.

Теория. Изучение пространства. Понятие плоского и объемного. Основные точки зала. Основные хореографические рисунки и построения на планшете зала. Борьба с шаблонами и традиционным восприятием пространства. Основной раздел урока – «кросс».

Практика. Как только дети освоили азбуку современного танца: изолированные движения и работа в партере, необходимо работать над техникой исполнения и перейти к основному и важному разделу урока предмета «Современный танец» - «кросс», т. е. перемещение в пространстве. Разминка: Выполнение основного комплекса упражнений, основанного на работе изолированных центров. Комплекс подготавливает, разогревает и развивает основные мышцы и связки младших воспитанников. Комплекс составляется по традиционной схеме сверху вниз: начиная с движений головой, заканчивая движениями ног. В комплекс входят танцевальные элементы современного танца: движения головы вперед-назад, вправо-влево параллельно полу, движения диафрагмой, движения бедер. По мере усвоения и развития координации добавить движения рук. Кросс: Перекаты, упражнение «фантастическое животное», «ртуть», перекаты через лопатку назад. Координационные кроссы: сочетание работы двух центров, например, голова и ноги; плечи и ноги. Основные шаги с движением рук. Приставные шаги. Подготовка к вращению. Развивающие игры: «Построй рисунок».

4.5 Комбинация и импровизация.

Практика. Разминка: Выполнение основного комплекса упражнений, основанного на работе изолированных центров. Комплекс подготавливает, разогревает и развивает основные мышцы и связки младших воспитанников. Комплекс составляется по традиционной схеме сверху вниз: начиная с движений головой, заканчивая движениями ног. В комплекс входят танцевальные элементы современного танца: движения головы вперед-назад, вправо-влево параллельно полу, движения диафрагмой, движения бедер. По мере усвоения и развития координации добавить движения рук. Кросс: Этот раздел используется для отработки движений, входящих в комбинацию, для развития координации движений и ловкости. Комбинация: Составление танцевальной комбинации на основе изученных элементов. Развивающие игры: «Точка и линия». Импровизация на заданную педагогом тему с использованием материала разученной комбинации под другое музыкальное сопровождение. Задача исполнителя передать характер музыки, сохранять свою манеру исполнения, передавая

чувства и эмоции, наполняющие его в данный момент времени, максимально использовать пространство.

5. Ансамбль.

5.1 Подготовка репертуара.

Теория. Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановке. Знакомство с музыкальным материалом постановки: подбор музыкального материала, прослушивание музыкального репертуара, просмотр фотографий и видео материалов.

Практика. Постановка нового концертного номера. Создание сценического образа. Изучение танцевальных движений: в раздел входят танцевальные шаги, позиции ног, рук, принятые в детском танце, качания, приседания и полуприседания, каблучки, носочки, комбинации из польки, а также лёгкие прыжки. Соединение движений в танцевальные комбинации. Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах: данный раздел представляет собой рисунок танца; круг, линия, диагональ; описание танца дано в приложении к программе. Отработка элементов: закрепление и отработка ранее изученных движений. Работа над музыкальностью. Развитие пластичности. Синхронность в исполнении. Работа над техникой исполнения: данный раздел программы включает в себя подготовку законченных концертных номеров, что способствует повышению общей культуры ребенка. Танцы имеют большое воспитательное значение и доставляют эстетическую радость ребенку. В репертуаре каждого преподавателя несколько танцевальных постановок, описании некоторых из них дано в приложении к программе. Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений. Работа с готовыми концертными номерами. Проведение репетиций (поддержание номера в «рабочем» состоянии). Замена состава исполнителей: частичная, полная (по необходимости). Работа со вторым составом исполнителей. Внесение дополнений и изменений в танцевальный текст, сюжетную линию и актерские оценки концертного номера (по необходимости). Работа над сольными партиями концертного номера (при наличии таковых).

5.2 Концертная и конкурсная деятельность.

Теория. Инструктаж на тему поведения на сцене и за кулисами (танцевальная культура), поведение в зрительном зале, во время выездных мероприятий, поведение на конкурсах и в поездках. Подведение итогов выступлений и конкурсов. Разбор положительных и отрицательных моментов.

Практика. Подготовка номеров к концертам (репетиции в концертных костюмах и обуви, с реквизитом, генеральная репетиция на концертной площадке). Подбор костюмов (примерка, пошив). Проведение организационного собрания с воспитанниками и их родителями (перед большими или выездными концертами, конкурсами). Участие в концерте или конкурсе.

Содержание учебного плана 3 года обучения

1. Введение.

Теория. План работы на новый учебный год. Техника безопасности в зале. Личная гигиена, репетиционная форма.

Практика. Слушание музыки с целью выбора музыкального оформления будущих танцевальных композиций. Просмотр фото и видеоматериалов отчетных концертов, выявление видимых недостатков в исполнении и предложение путей их устранения.

Стартовый уровень. Задание: выполнение заданий по образцу, совместно с педагогом.

Базовый уровень. Задание: выполнение заданий по команде педагога.

Продвинутый уровень. Задание: самостоятельное выполнение заданий.

2. Классический танец.

2.1 Вводное занятие.

Теория. Терминология классического танца.

Практика. Постановка корпуса на середине зала. I позиция ног на середине зала. I port de bras на середине зала. Demi plies и releve по VI и I позиции ног на середине зала. Battement tendu в сторону из первой позиции. Saute по VI и по I позиции ног на середине зала. Подготовка к вращению на середине зала. Восемь точек зала. Значение рук и головы во время вращения.

Стартовый уровень. Задание: выполнение заданий по образцу, совместно с педагогом.

Базовый уровень. Задание: выполнение заданий по команде педагога.

Продвинутый уровень. Задание: самостоятельное выполнение заданий.

2.2 Экзерсис у станка.

Теория. Знать последовательность движений, какие мышцы участвуют в работе, знать методику исполнения движения, знать методику исполнения дробей.

Практика. Постановка корпуса (в выворотных позициях). Позиции ног: I, II, III, V. Позиции и положения рук: подготовительное положение, I, III, II позиции. После освоения на середине зала и лицом к станку. Разучивание элементов классического танца у станка. Demi-plié. Изучается лицом к станку в I, II позициях. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение. Grand-plié в I, II п.н. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4. Battement tendu. Изучается лицом к станку из I позиции вперед, в сторону. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение (по мере усвоения – 2 такта). Battement tendu с demi-plié. Изучается лицом к станку из I позиции в сторону, вперед. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение (по мере усвоения – 2 такта). Battement tendu jete вперед, в сторону, назад I, III п.н. Demi-rond de jambe par terre en dehors endedan (по четверти круга). Изучается лицом к станку с I позиции по точкам – вперед в

сторону, в сторону вперед. Затем назад в сторону, в сторону назад. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение и 8 тактов, если музыкальный размер – 2/4 - 4. Позднее, при музыкальном размере 4/4 – 1 такт, а при музыкальном размере 3/4 – 4 такта. Rond de jambe par terre endehor et endedan с I позиции по точкам. Музыкальный размер 3/4 – 4 такта. Battemen passé par terre. Изучается из I позиции вперед, назад. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение, затем 1 такт. Положение ноги surlecou-de-pied «условное», «обхватное» на всей стопе с акцентом. Музыкальный размер 2/4 – 1/4 на каждое движение. Положение ноги surlecou-de-pied «условное», «обхватное» на всей стопе с акцентом. Музыкальный размер 2/4 – 1/4 на каждое движение. Подготовительное *por de bra*. Изучается как вступление и заключение к различным упражнениям. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение, затем 1. Relevé. Изучается по I, II позиции, стоя лицом к станку. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение. Battement relevé lent на 45°. Изучается из I позиции, стоя лицом к станку в сторону. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4. Растяжка по I п.н.

Стартовый уровень. Задание: выполнение заданий по образцу, совместно с педагогом.

Базовый уровень. Задание: выполнение заданий по команде педагога.

Продвинутый уровень. Задание: самостоятельное выполнение заданий.

2.3. Экзерсис на середине зала.

Теория. Знать последовательность движений, какие мышцы участвуют в работе, знать методику исполнения движения, знать методику исполнения дробей.

Практика. Постановка корпуса (в выворотных позициях). Позиции ног: I, II, III, V, изученные ранее у станка. Позиции и положения рук: подготовительное положение, I, III, II позиции. Разучивание элементов классического танца на середине зала.

Стартовый уровень. Задание: выполнение заданий по образцу, совместно с педагогом.

Базовый уровень. Задание: выполнение заданий по команде педагога.

Продвинутый уровень. Задание: самостоятельное выполнение заданий.

2.4 Allegro.

Теория. Введение в allegro, прыжков трамплинного характера, развивающих силу всей ноги.

Практика. Temp levé sauté в I и II свободной (полувыворотной) позиции ног – лицом к станку, затем на середине зала. Трамплинные прыжки в I и II свободной (полувыворотной) позиции ног – лицом к станку, затем на середине зала. Трамплинные прыжки во II свободной (полувыворотной) позиции с поджатыми ногами и сокращенными стопами

(«Лягушка») – лицом к станку, затем на середине зала. Трамплинные прыжки. «Разножка» из I свободной (полувыворотной) позиции с вытянутыми стопами – лицом к станку, затем на середине зала. Трамплинные прыжки в I, II, V позиции ног – на середине зала. Ра écharpé из V позиции во II позицию ног. Музыкальный размер 2/4 – 1 такт на каждое движение.

Стартовый уровень. Задание: выполнение заданий по образцу, совместно с педагогом.

Базовый уровень. Задание: выполнение заданий по команде педагога.

Продвинутый уровень. Задание: самостоятельное выполнение заданий.

3. Народный танец.

На третьем году обучения вводятся элементы обучения у станка, на базе тех умений и навыков, которые сформированы на втором году обучения на занятиях классического и народного танца.

3.1 Экзерсис у станка.

Теория. Знать последовательность движений, какие мышцы участвуют в работе, знать методику исполнения движения, знать методику исполнения дробей.

Практика. Освоение элементов у станка одной рукой за палку в русском характере. Demi plie, grand plié. Battement tendu носок-каблук. Battement tendu jetés. Rond de jambe par terre. Подготовка к Battemet fondu (положение sous le sou de pied). Маленькое каблучное. Дробные выстукивания. Упражнение для бедра, подготовка к «верёвочке», «верёвочка». Flic-flac. Relevelent. Grand battements jeté. Relevé. Подготовка к «штопору», «штопор». Port de bras (сторону, назад в сочетании с движениями руки выносом ноги на каблук вперед и в сторону, на plié). Растяжка. Подготовка к присядкам, трюкам: опускание на колено на расстоянии стопы из первой позиции, и с шага в сторону накрест опорной ноге; растяжка из первой позиции в полуприседании и в полном приседании; с выходом во вторую позицию широкую на каблуки; прыжки: поджатые по I, V, VI позиции; разножка в стороны; разножка в «шпагате».

Стартовый уровень. Задание: выполнение заданий по образцу, совместно с педагогом.

Базовый уровень. Задание: выполнение заданий по команде педагога.

Продвинутый уровень. Задание: самостоятельное выполнение заданий.

3.2 Середина.

Теория. Знать правила исполнения, манеру и характер исполнения движений, определять возможные ошибки и недочёты.

Практика. Усовершенствование координации исполнения движений на середине зала. Поклон: простой поясной с продвижением (подходом вперед и отходом назад с мягким одинарным притопом в конце); с наклоном корпуса, рука к сердцу; поклон в татарском характере с правой рукой на

сердце (с приседанием, с наклоном корпуса). Основные положения и движения рук в национальных характерах: движение рук с платочком (взмахи, качания платочком);щелчки; положения рук в парах: под «крендель», накрест, для поворота в положении «окошечко», правая рука мальчика на талии, а левая за кисть руки девочки впереди, так же за локоть в русском и белорусском характере; мягкие, вращательные движения кистями в марийском характере; положения кистей на талии тыльной стороной в марийском характере. Танцевальные шаги, ходы в национальных характерах: простой переменный ход на полупальцах; тройной шаг на полупальцах с приседанием и без него на опорной ноге и приведением другой ноги на щиколотку или у колена; шаг-удар по I прямой позиции (вперед и боковой приставной с ударом);шаг-удар с небольшим приседанием одновременно; шаг-мазок каблуком через I прямую позицию;то же самое с подъемом на полупальцах; ход с каблука с мазком каблуком; ход с каблука простой; бег с высоким подъемом колена вперед по I прямой позиции, такой же бег с различными ритмическими акцентами, комбинации с использованием изученных ходов; татарский переменный шаг, бег; марийский переменный шаг, бег, белорусский ход танца «Крыжачек». Танцевальные элементы в национальных характерах: «припадания»: припадания по V позиции в продвижении в сторону, вперед, с отходом назад, по диагонали; «веревочка»: подготовка к «веревочке»; простая «веревочка; «молоточки»: по VI позиции; «моталочка» в сочетании с движениями рук; «гармошка»: «лесенка»; «елочка» в сочетании с plie полупальцами с приставными шагами и припаданиями; «ковырялочка»: с отскоком и броском ноги на 30°;с неоднократным переводом ноги в положении носок-каблук; то же самое с переступаниями на опорной ноге; перескоки с ноги на ногу по I прямой позиции: простые (до щиколотки); простые (до уровня колена);с ударом по VI позиции; двойные (до уровня колена с ударом);с продвижением в сторону. Дробные выстукивания: двойные притопы; тройные притопы; аналогично с прыжком и наклоном корпуса вперед, в сторону; притопы в продвижении; притопы вокруг себя; ритмические выстукивания в чередовании с хлопками, с использованием одинарных, двойных, тройных притопов и прихлопов; простые переборы каблучками; переборы каблучками и полупальцами в ритмическом рисунке; переборы каблучками и полупальцами (на месте, в повороте и продвижения с участием работы корпуса); тройные притопы с акцентированным подъемом колена (в различных ритмических рисунках, темпах, в сочетании с мелкими переступаниями); «горох» — заключительный, с притопами в конце, перескок заключительный. Хлопушки: одинарные; двойные; скользящие (в ладоши, по бедру, по голенищу сапога). Присядки: простая с выносом ноги на каблук и работой рук в различных позициях и за голову; с отскоком в сторону и выносом ноги на каблук; с выносом ноги на 45°;с выносом ноги вперед, и ударом рукой по колену; с выходом на каблучки в широкую II позицию.

Стартовый уровень. Задание: выполнение заданий по образцу, совместно с педагогом.

Базовый уровень. Задание: выполнение заданий по команде педагога.

Продвинутый уровень. Задание: самостоятельное выполнение заданий.

3.3 Техническая часть.

Теория. Знать виды вращений, методику исполнения вращений, правила исполнения трюковых элементов.

Практика. Освоение навыков темпового исполнения вращений и трюковых элементов. Вращения: вращения на середине зала: повороты приемом *plie-releve*; повороты приемом *шаг-retere*; повороты приемом *plie-каблочки*; вращения по диагонали *зала*: приемом *шаг-retere*; подскоки в повороте; боковой галоп в повороте; шене. Трюковые элементы (мужские): силовые прыжки; «крокодильчик»; «бочонок».

Стартовый уровень. Задание: выполнение заданий по образцу, совместно с педагогом.

Базовый уровень. Задание: выполнение заданий по команде педагога.

Продвинутый уровень. Задание: самостоятельное выполнение заданий.

3.4 Этюды.

Теория. Знать основные положения рук в танце, знать хореографическую лексику и музыкальные особенности, знать отличительные черты мужского и женского танца.

Практика. Развитие артистичности и музыкальности исполнения этюдной формы. Этюд в русском характере: основной ход с носка, с каблука через *плие* (с работой рук); «ковырялочка» (с перескоком, с притопами); «моталочки» (с сокращённой и вытянутой стопой); простые выстукивания по *VI п.н.* (исполняются на ускорение);затактовая дробь; поклон - на месте без рук и с руками, поклон с продвижением вперед и отходом назад; «молоточки» (на месте и в продвижении); «гармошка»; танцевальный бег; парное положение;«верёвочка».Всё исполняется в различных танцевальных рисунках. Этюд в татарском характере: положение рук; шаги (одинарный ход, тройной шаг, боковой шаг); татарская пробежка; «елочка»; «борма»; притопывание пятками; «укча-баш»; «гармошка»; присядка «мячики»; «лесенка»; парное положение. Исполняются движения в медленном и быстром темпе. Этюд в марийском характере: основной ход на основе подскоков; «моталочки»; выстукивания; припадания; работа в парах. Использование всевозможных танцевальных рисунков. Этюд в белорусском характере: основной ход на основе подскоков; выпады вперёд, в сторону; соскоки по *VI, III п.н.*; притопы с координацией головы; боковой галоп с выносом ноги на каблук; вращения. Работа в парах, в четвёрках по танцевальным рисункам.

Стартовый уровень. Задание: выполнение заданий по образцу, совместно с педагогом.

Базовый уровень. Задание: выполнение заданий по команде педагога.

Продвинутый уровень. Задание: самостоятельное выполнение заданий.

4. Современная хореография.

4.1 Вводное занятие.

Теория. Инструктаж по технике безопасности. Задачи курса. «Зачем нужна танцору форма?».

Практика. Разминка суставов. Приобретение (восстановление) физической формы. Поклон.

Стартовый уровень. Задание: выполнение заданий по образцу, совместно с педагогом.

Базовый уровень. Задание: выполнение заданий по команде педагога.

Продвинутый уровень. Задание: самостоятельное выполнение заданий.

4.2. Техника изолированных движений.

Теория. Понятие «центра» и «периферии тела». Работа одного центра отдельно от другого. По квадрату и по кругу. Сочетание работы двух центров одновременно.

Практика. Наклоны головы вправо-влево, вперед-назад по схеме «квадрат» и по «кругу» в сочетании с plies или работой рук по схеме А-Б-В-П позиция. Эту схему можно разложить, используя основные точки зала, поворачиваясь то в правую, то в левую стороны. Движение плечами вверх-вниз и вращательные движения вперед-назад так же сочетать с plies и перемещением в пространстве. Разминка: разучивание основного комплекса упражнений, основанного на работе изолированных центров. Комплекс подготавливает, разогревает и развивает основные мышцы и связки младших воспитанников. Комплекс составляется по традиционной схеме сверху вниз: начиная с движений головой, заканчивая движениями ног. В комплекс входят танцевальные элементы современного танца: движения головы вперед-назад, вправо-влево параллельно полу, движения диафрагмой, движения бедер. По мере усвоения и развития координации добавить движения рук. Кросс: исполнение ранее изученных упражнений по диагонали для поддержания хорошей физической формы учащихся.

Стартовый уровень. Задание: выполнение заданий по образцу, совместно с педагогом.

Базовый уровень. Задание: выполнение заданий по команде педагога.

Продвинутый уровень. Задание: самостоятельное выполнение заданий.

4.3. Кросс.

Теория. Основной раздел урока. Понятие перемещения в пространстве. Понятие движение «центра тела». Упражнение «метро».

Практика. Динамические диагонали. Силовые кроссы. Техника изолированных движений с перемещением в пространстве. Работа над четким ритмичным исполнением. Сочетание работы двух центров.

Подготовка к вращению. Схема «шаг-battements». Разминка: Выполнение основного комплекса упражнений, основанного на работе изолированных центров. Комплекс подготавливает, разогревает и развивает основные мышцы и связки младших воспитанников. Комплекс составляется по традиционной схеме сверху вниз: начиная с движений головой, заканчивая движениями ног. В комплекс входят танцевальные элементы современного танца: движения головы вперед-назад, вправо-влево параллельно полу, движения диафрагмой, движения бедер. По мере усвоения и развития координации добавить движения рук. Кросс: Перекаты, упражнение «фантастическое животное», «ртуть», перекаты через лопатку назад. Координационные кроссы: сочетание работы двух центров, например, голова и ноги; плечи и ноги. Основные шаги с движением рук. Приставные шаги. Подготовка к вращению. Развивающие игры: «Построй рисунок».

Стартовый уровень. Задание: выполнение заданий по образцу, совместно с педагогом.

Базовый уровень. Задание: выполнение заданий по команде педагога.

Продвинутый уровень. Задание: самостоятельное выполнение заданий.

4.4. Развитие позвоночника

Теория. Понятие «roll», «flatback».

Практика. Первоначальное изучение понятия «flatback» необходимо начинать на полу, чтоб снять вертикальную нагрузку на позвоночник и обеспечить неподвижность в других частях тела, в частности закрепить бедра. Разминка: Упражнения для разогрева мышц шеи (наклоны, повороты, вращения). Упражнения для разогрева мышц рук и корпуса (длительная фиксация вытянутых рук в сторону, вперед, вверх, резкий выброс рук в заданном направлении, выполнение «планки»). Упражнения для разогрева мышц ног (движения с приседаниями и подъемом на полупальцы, пружинные движения ног, прыжки). Партер: упражнения для укрепления мышц брюшного пресса, спины, ног, рук. Первоначальное изучение основных позиций в партере. Правильное расположение рук относительно корпуса – первоначальное изучение на полу, исполнение «flatback» в партере.

Стартовый уровень. Задание: выполнение заданий по образцу, совместно с педагогом.

Базовый уровень. Задание: выполнение заданий по команде педагога.

Продвинутый уровень. Задание: самостоятельное выполнение заданий.

4.5. Партерная техника.

Теория. Понятие «звезда», «эмбрион». Правильная и важная работа кисти – «рыбка». Как подружиться с полом, чтоб избежать синяков? Подготовка к изучению спиралей корпуса.

Практика: Разучивание основных видов перекатов и качений по полу. Упражнение – «морская звезда» и «эмбрион». Первоначальное изучение

спирали корпуса. Упражнение «вертолет», «космонавт», «червячок». Свинговые движения. Разминка: Разучивание основного комплекса упражнений, основанного на работе изолированных центров. Комплекс подготавливает, разогревает и развивает основные мышцы и связки младших воспитанников. Комплекс составляется по традиционной схеме сверху вниз: начиная с движений головой, заканчивая движениями ног. В комплекс входят танцевальные элементы современного танца: движения головы вперед-назад, вправо-влево параллельно полу, движения диафрагмой, движения бедер. По мере усвоения и развития координации добавить движения рук. Кросс: Этот раздел используется для отработки партерных движений, разученных на занятиях, он нарабатывает технику исполнения. Развивающие игры: «Карабас-Барабас и тряпичные куклы».

Стартовый уровень. Задание: выполнение заданий по образцу, совместно с педагогом.

Базовый уровень. Задание: выполнение заданий по команде педагога.

Продвинутый уровень. Задание: самостоятельное выполнение заданий.

4.6 Ритм и координация. Вращения.

Практика. Прыжковая комбинация «4 прыжка» по квадрату. Упражнение, развивающее быстроту реакции и выносливость: «смирно – отбой», «солнышко – тучка». Разучивание основных движений современного танца: приставной шаг, шаги – квадрат, боковой и крестный шаги, марш. Скручивание и раскручивание корпуса (roll). По мере усвоения и развития координации добавить движения рук. Понятие «противоход». Вращения. Разминка: выполнение основного комплекса упражнений, основанного на работе изолированных центров. Комплекс подготавливает, разогревает и развивает основные мышцы и связки младших воспитанников. Комплекс составляется по традиционной схеме сверху вниз: начиная с движений головой, заканчивая движениями ног. В комплекс входят танцевальные элементы современного танца: движения головы вперед-назад, вправо-влево параллельно полу, движения диафрагмой, движения бедер. По мере усвоения и развития координации добавить движения рук. Chané- вращение на двух ногах с продвижением, является логическим продолжением поворота на трех шагах. Вращение на опорной ноге, рабочая нога на passé. Ритмика: Упражнение «Четыре коробочки» для развития чувства ритма и музыкальности воспитанников. Развивающие игры: «Построй рисунок», «пропало печенье». Упражнения с предметом.

Стартовый уровень. Задание: выполнение заданий по образцу, совместно с педагогом.

Базовый уровень. Задание: выполнение заданий по команде педагога.

Продвинутый уровень. Задание: самостоятельное выполнение заданий.

4.7 Комбинация и импровизация.

Теория. Понятие импровизация. Основной объемный раздел урока по предмету современная хореография – «комбинация и импровизация». Понятие – «характер движения» и «амплитуда движения».

Практика. Движение образами. Ассоциативный ряд к танцевальным движениям. Основы импровизации. Развитие образного мышления исполнителя. Определение музыкального размера (2/4, 3/4, 4/4) и выполнение соответствующих ему танцевальных движений. Воспроизведение метроритма музыки в танцевальных движениях. Эмоциональное, музыкальное и синхронное исполнение комбинаций. Разминка: Выполнение основного комплекса упражнений, основанного на работе изолированных центров. Комплекс подготавливает, разогревает и развивает основные мышцы и связки воспитанников. Комплекс составляется по традиционной схеме сверху вниз: начиная с движений головой, заканчивая движениями ног. В комплекс входят танцевальные элементы современного танца: движения головы вперед-назад, вправо-влево параллельно полу, движения диафрагмой, движения бедер. По мере усвоения и развития координации добавить движения рук.

Кросс: Этот раздел используется для отработки движений, входящих в комбинацию, для развития координации движений и ловкости. Комбинация. Составление танцевальной комбинации на основе изученных элементов. Развивающие игры: Импровизация на заданную педагогом тему с использованием материала разученной комбинации под другое музыкальное сопровождение. Задача исполнителя передать характер музыки, сохранять свою манеру исполнения, передавая чувства и эмоции, наполняющие его в данный момент времени, максимально использовать пространство.

Стартовый уровень. Задание: выполнение заданий по образцу, совместно с педагогом.

Базовый уровень. Задание: выполнение заданий по команде педагога.

Продвинутый уровень. Задание: самостоятельное выполнение заданий.

5. Ансамбль.

5.1 Подготовка репертуара.

Теория. Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановке. Знакомство с музыкальным материалом постановки: подбор музыкального материала; прослушивание музыкального репертуара; просмотр фотографий и видео материалов.

Практика. Постановка нового концертного номера. Создание сценического образа. Изучение танцевальных движений: в раздел входят танцевальные шаги, позиции ног, рук, принятые в детском танце, качания, приседания и полуприседания, каблучки, носочки, комбинации из польки, а так же лёгкие прыжки. Соединение движений в танцевальные комбинации. Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах: данный раздел представляет собой рисунок танца; круг, линия, диагональ; описание

танца дано в приложении к программе. Отработка элементов: закрепление и отработка ранее изученных движений. Работа над музыкальностью. Развитие пластичности. Синхронность в исполнении. Работа над техникой исполнения: данный раздел программы включает в себя подготовку законченных концертных номеров, что способствует повышению общей культуры ребенка. В репертуаре каждого педагога несколько танцевальных постановок, описании некоторых из них дано в приложении к программе. Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений. Работа с готовыми концертными номерами. Проведение репетиций (поддержание номера в «рабочем» состоянии). Замена состава исполнителей: частичная, полная (по необходимости). Работа со вторым составом исполнителей. Внесение дополнений и изменений в танцевальный текст, сюжетную линию и актерские оценки концертного номера (по необходимости). Работа над сольными партиями концертного номера (при наличии таковых).

5.2 Концертная и конкурсная деятельность.

Теория. Инструктаж на тему поведения на сцене и за кулисами (танцевальная культура), поведение в зрительном зале, во время выездных мероприятий, поведение на конкурсах и в поездках. Подведение итогов выступлений и конкурсов. Разбор положительных и отрицательных моментов.

Практика. Подготовка номеров к концертам (репетиции в концертных костюмах и обуви, с реквизитом, генеральная репетиция на концертной площадке). Подбор костюмов (примерка, пошив).

Проведение организационного собрания с обучающимися и их родителями (перед большими или выездными концертами, конкурсами). Участие в концерте или конкурсе.

Стартовый уровень. Задание: выполнение заданий по образцу, совместно с педагогом.

Базовый уровень. Задание: выполнение заданий по команде педагога.

Продвинутый уровень. Задание: самостоятельное выполнение заданий.

6. Проектная деятельность. Воспитательная работа.

Теория. Понятия «проект», «проектная деятельность», «исследовательский проект», «творческий проект». Определение целей и задач деятельности. Этапы создания проекта. Организация работы над проектом. Защита проекта.

Практика. Конкурс исследовательских проектов «Осенние рецепты здоровья». Республиканский конкурс проектов «Семейный очаг». Муниципальные и республиканские конкурсы исследовательских и творческих проектов. Конкурс самодеятельного танцевального творчества «Я и Танец». Ежегодное творческое мероприятие – отчетный концерт «Моя Весна».

Стартовый уровень. Задание: выполнение заданий по образцу, совместно с педагогом.

Базовый уровень. Задание: выполнение заданий по команде педагога.

Продвинутый уровень. Задание: самостоятельное выполнение заданий.

7. Аттестация обучающихся.

Теория. Выполнение различных форм заданий контроля на знания теоретических основ хореографии.

Практика. Урок – викторина «Танец, совершенство, красота». Итоговое занятие - класс-концерт «Экзамен у Терпсихоры». Отчетный концерт «Моя Весна».

Стартовый уровень. Задание: выполнение заданий по образцу, совместно с педагогом.

Базовый уровень. Задание: выполнение заданий по команде педагога.

Продвинутый уровень. Задание: самостоятельное выполнение заданий.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ОБУЧАЮЩИМИСЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

1 год обучения	
Предметные	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none">- основы техники безопасности при работе в зале и на сцене;- хореографическую терминологию, используемую на занятиях;- музыкальные понятия, музыкальные жанры;- точки в хореографическом зале;- правила постановки корпуса. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none">- определять под руководством педагога жанр музыки, ее характер, темп, ритм;- непринужденно двигаться под музыку в соответствии с заданным образом;- исполнять с показом педагога танцевальные шаги;- выполнять с показом педагога все позиции рук (п/п, 1,2, 3п), позиции ног (1,2,3,6);- исполнять танцевальные комбинации с текстом и без текста с показом педагога;- разминочный комплекс исполнять с показом педагога;- ориентироваться в зале по точкам;- согласовывать движения с музыкой. <p>Владеет:</p>

	<ul style="list-style-type: none"> - навыком начала движения после вступления с показом педагога; - приемами выполнения шагов и бега с показом педагога; - навыками исполнения танцевальных комбинаций с текстом и без текста с показом педагога.
Метапредметные	<ul style="list-style-type: none"> - умеет планировать учебные действия; - понимает явные причины успеха/неуспеха учебной деятельности; - владеет элементарными логическими действиями сравнения, анализа; - умеет слушать собеседника и вести простой диалог; - умеет договариваться о совместной деятельности; - способен оценить собственное поведение и поведение окружающих.
Личностные	<ul style="list-style-type: none"> - обладает позицией обучающегося; - демонстрирует доброжелательность к сверстникам в процессе учебной и творческой деятельности, в игре; - демонстрирует ценностное отношение к хореографическому искусству.
2 год обучения	
Предметные	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - единые требования о правилах поведения в хореографическом зале, на сцене и в других помещениях; - требования к внешнему виду на занятиях; - основные музыкальные понятия; - основные понятия по разделу «Ориентация в пространстве»; - понятие «Рисунок танца»; - позиции ног (1-6). <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сохранять правильную осанку; - исполнять упражнения в соответствии с музыкальным сопровождением. - исполнять изученные танцевальные комбинации, - передавать хлопками ритмические рисунки; - исполнять упражнения на укрепление мышц брюшного пресса и мышц спины; - передвигаться по определенной площадке и в определенном рисунке.
Метапредметные	<ul style="list-style-type: none"> - умеет планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей;

	<ul style="list-style-type: none"> - может определять эффективные способы достижения результата; - умеет понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способен предложить пути к успеху; - готов к сотрудничеству в рамках учебной задачи.
Личностные	<ul style="list-style-type: none"> - демонстрирует готовность к совершенствованию своих способностей; - готов преодолевать технические трудности исполнения танца; - проявляет выдержку, волю во время внеаудиторной концертной деятельности; - понимает важность традиций хореографического коллектива.
3 год обучения	
Предметные	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила техники безопасности на занятии; - понятия музыкальной грамоты; - виды танцевальной музыки; - все основные понятия классического танца по системе Вагановой; - терминологию и технику исполнения программных движений экзерсиса классического танца, народно-сценического танца и современной хореографии; - последовательность исполнения упражнений экзерсисов у станка и на середине зала; - целенаправленность каждого изученного движения экзерсиса; - технику исполнения программных движений классического, народно-сценического танца и современной хореографии; - этапы постановки номера. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно начинать движение после музыкального вступления и на затакт; - выделять сильную долю, определить музыкальный размер, количество тактов в музыкальной фразе; - менять движение в соответствии с музыкальными фразами, темпом; - выполнять упражнения направленные на развитие определенных групп мышц; - чувствовать напряжение и работу своих мышц; - грамотно исполнять программные движения экзерсиса классического танца; народно-сценического танца и современной хореографии;

	<ul style="list-style-type: none"> - держать точку в подготовке к tours; - анализировать исполнение увиденного движения; - чувствовать характер музыки и в соответствии с этим передавать настроение; - произвольно вызывать нужные эмоции. - выбрать из серии исполненных движений безошибочный вариант; - оперировать изученными музыкальными и танцевальными терминами. <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - специальной терминологией; - навыком определения в музыкальном произведении паузы, такта, затакта, доли, музыкального размера; - приемами передачи музыки в движении; - навыками исполнения изученных движений; - навыками поведения на сцене.
Метапредметные	<ul style="list-style-type: none"> - умеет планировать собственные образовательные результаты; - умеет ставить цель деятельности на основе определенной проблемы и существующих возможностей; - способен выстроить жизненные планы на краткосрочное будущее; - умеет оценивать продукт своей деятельности по заданным и/или самостоятельно определенным критериям; - может использовать общие приемы регуляции психофизиологических/ эмоциональных состояний.
Личностные	<ul style="list-style-type: none"> - готов к совершенствованию своих способностей; - ищет возможности улучшения своих достижений в целях развития коллектива; - осознает свою роль участника коллектива, как части художественного целого.

Раздел 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Организационные условия:

Формы реализации программы: групповая форма проведения занятий с ярко выраженным индивидуальным подходом.

Педагогические технологии:

Личностные технологии: заключаются в ориентации на свойства личности, её формирования, развития в соответствии с природными способностями; в нахождении методов и средств обучения и воспитания, соответствующих индивидуальным особенностям каждого обучаемого;

Игровые технологии: реализуются по направлениям: цель ставится в форме игровой задачи; учебная деятельность подчиняется правилам игры; учебную деятельность вводится элемент соревнования, который приводит дидактическую задачу в игровую; успешное выполнение дидактической задачи связывается с игровым результатом;

Инновационные интерактивные технологии обучения: основываются на психологии человеческих взаимоотношений, рассматриваются как способ усвоения знаний, формирования умений и навыков в процессе взаимодействия педагога и обучаемого; опираются на процессы восприятия, памяти, внимания, на творческое мышление, общение; обучающиеся учатся общаться друг с другом, мыслить творчески.

Материально–технические условия:

- хореографический зал (просторное, хорошо освещенное, вентилируемое помещение, оборудованное специальными станками, зеркалами);
- индивидуальные коврики для занятий партерной гимнастикой;
- сценические костюмы, реквизиты для танцевальных номеров;
- аппаратура (музыкальный центр, колонки).

Дидактический и методический материал:

- учебники и учебные пособия;
- справочники и энциклопедии;
- методические рекомендации и разработки;
- репертуарные сборники;
- видеозаписи выступлений;
- картотеки фонограмм к проведению занятий и репертуару.

ФОРМЫ КОНТРОЛЯ

Для подведения итогов реализации программы проводятся контрольные занятия, которые направлены на оценку теоретических знаний и практических умений, навыков обучающихся.

1 год обучения

Наименование раздела, темы	Механизм отслеживания
1. Введение 1.1 Инструктаж по технике безопасности	Анкета «Мои интересы»
2. Ритмика и танец 2.1 Элементы музыкальной грамоты 2.2 Упражнения на развитие ориентации в пространстве 2.3 Упражнения на развитие творческих способностей 2.4 Азбука танцевального движения.	устный опрос, включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
3. Партерная гимнастика 3.1 Развитие координации и ловкости 3.2 Развитие стопы и ахилла. Развитие выворотности тазобедренного сустава. 3.3 Развитие гибкости корпуса вперед. 3.4 Укрепление мышц брюшного пресса 3.5 Развитие гибкости назад. Укрепление мышц спины. 3.6 Развитие танцевального шага.	включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
4. Ансамбль 4.1 Подготовка репертуара 4.2 Концертная и конкурсная деятельность	включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
5. Мероприятия в рамках модулей «Рабочей программы воспитания	включенное педагогическое наблюдение, анкетирование
6. Аттестация обучающихся «Элементы ритмической и партерной гимнастики»	тестирование, класс-концерт, отчетный концерт

2 год обучения

Наименование раздела, темы	Механизм отслеживания
1. Введение 1.1 Инструктаж по технике безопасности	анкетирование
2. Классический танец 2.1 Правильное произношение французских терминов и перевод названий классических pas. 2.2 Партерный комплекс 2.3 Упражнения у станка 2.4 Упражнение на середине 2.5 Allegro	устный опрос, включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
3. Народный танец 3.1 Экзерсис у станка 3.2 Середина 3.3 <i>Техническая часть</i> 3.4 Этюды	включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
4. Современная хореография 4.1 Вводное занятие 4.2 Техника изолированных движений 4.3 Кросс 4.4 Развитие позвоночника 4.5 Партерная техника 4.6 Ритм и координация. Вращения. 4.7 Комбинации и импровизация.	включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
5. Ансамбль 5.1 Подготовка репертуара 5.2 Концертная и конкурсная деятельность. Коллективная работа	включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
6. Воспитательная работа.	педагогическое наблюдение анкетирование, анализ исследовательских и творческих проектов
7. Промежуточная аттестация за год. Отчетный концерт. Тестирование Аттестация обучающихся. Экзамен «Мотивы народного танца». Отчетный концерт.	тестирование, класс-концерт, отчетный концерт

3 год обучения

Наименование модуля, темы	Механизм отслеживания
1. Введение 1.1 Инструктаж по технике безопасности	анкетирование

2. Классический танец 2.1 Вводное занятие 2.3 Упражнения у станка 2.4 Упражнение на середине 2.5 Allegro	устный опрос, включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
3. Народный танец 3.1 Экзерсис у станка 3.2 Середина 3.3 <i>Техническая часть</i> 3.4 Этюды	устный опрос, включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
4. Современная хореография 4.1 Вводное занятие 4.2 Техника изолированных движений на материале джаз-модерн 4.3 Техника изолированных движений на материале джаз-модерн 4.4 Усложнение техники исполнения изолированных движений 4.5 Повороты и спирали корпуса. Уровни	устный опрос включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
5. Ансамбль. 5.1 Подготовка репертуара 5.2 Концертная и конкурсная деятельность. Коллективная работа	включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
6. Проектная деятельность. Воспитательная работа	педагогическое наблюдение, анкетирование, анализ исследовательских и творческих проектов, защита проектов
7. Аттестация обучающихся	тестирование, класс-концерт, отчетный концерт

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ- пакет диагностических методик

Каждый ребенок, обучаясь по программе, имеет право на доступ к обучению на любом уровне программы: стартовом, базовом и продвинутом. По результатам стартовой диагностики, которая проводится в начале обучения, определяется уровень, на котором обучающийся будет обучаться по программе.

Вне зависимости от того на каком уровне находится обучающийся изначально, он имеет возможность перехода на следующий уровень программы. С целью перехода ребенка с одного уровня на другой, программой предусмотрено проведение рубежного контроля. Произведя

самооценку готовности к переходу на следующий уровень, обучающийся имеет право самостоятельно запросить проведение рубежного контроля.

Рубежный контроль включает в себя выявление теоретических знаний обучающегося по программе и практических умений и навыков, предусмотренных программой, умение самостоятельно применять знания при выполнении заданий различного уровня.

Оценка образовательных результатов обучающихся по образовательной программе носит вариативный характер, предусматривает дифференциацию типов заданий в соответствии с уровнями: стартовым, базовым и продвинутым.

Рубежный контроль организуется педагогом в течение учебного года по запросам обучающихся и не является аттестационным промежуточным или текущим контролем по определенным темам и разделам программы.

Список использованной и рекомендуемой литературы:

1. Баглай В.Е. Этническая хореография народов мира: учебное пособие для студентов вузов / В.Е. Баглай - Ростов н/Д., 2017.
2. Бекина, С.И. Музыка и движения / С.И. Бекина – М: Просвещение, 2017. – С.214.
3. Балетная гимнастика: учебное пособие для преподавателей хореографических отделений детских школ искусств. – Краснодар, 2018.
4. Барышникова Т.К. Азбука хореографии. Методические указания в помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студий / Т.К. Барышникова – СПб.: «Люкси», «Респекс», 2017. - С.367.
5. Березина, В. А. Дополнительное образование детей России / В. А. Березина - Москва: Диалог культур, 2017. – С.511.
6. Борзов А.А. Танцы народов мира: учебное пособие / А.А. Борзов - М., 2018.
7. Ваганова А. Я. Основы классического танца / А.Я. Ваганова - Л.,2018.
8. Вихрева Н.А. Классический танец для начинающих / Н.А.Вихрева – М.: Театралис, 2017. – С.112.
9. Выготский Л.С. Собрание сочинений / Л.С. Выготский – М.: Книга по Требованию, 2018. – С.432.
10. Гальперин П.Я. Введение в психологию / П.Я. Гальперин. – М., 2019. – С.589.
11. Ерохина О. В. Школа танцев для детей: [Фольклор, классика, модерн] / О.В. Ерохина. – Ростов - на - Дону: Феникс, 2018. – С.223.
12. Климов А.А. Основы русского народного танца / А.А. Климов М.: Изд-во МГИК, 2018.

13. Кушаева Н.А. Искусство в образовании: методика, теория и практика художественного образования и эстетического воспитания / Н.А. Кушаева - М., 2019. - С.96.
14. Кушаева Н.А. Основы эстетического воспитания / Н.А.Кушаева – М.: Просвещение, 2019. - С.277.
15. Основы подготовки специалистов-хореографов. Хореографическая педагогика. – ГУП, 2017. – С.543.
16. От внешкольной работы - к дополнительному образованию детей: Сборник нормативных и методических материалов для доп. образования детей / Ред.-сост. И.В. Калиш; Науч. ред. А.К. Бруднов. - М.: ВЛАДОС, 2017. – С.541.
17. Педагогика дополнительного образования: приоритет духовности, здоровья и творчества / Под ред. В.И. Андреева, А.И. Щетинской - Казань - Оренбург, 2019. – С.417.
18. Пуртова Т.В. Учите детей танцевать: Учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования / Т.В. Пуртова, А.Н. Беликова, О.В. Кветная – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2017. – С.256.
19. Программа педагога дополнительного образования: от разработки до реализации. – М.: Айрис-пресс, 2018. – С.176.
20. Селевко Г.К. Современные образовательные технологии: Учебное пособие / Г.К. Селевко – М.: Просвещение, 2018.
21. Татарский танец. Учебно-методическое пособие для хореографических школ и хореографических отделений ДШИ, ДМШ. – Казань, 2018.
22. Холл Д. Уроки танцев. Лучшая методика обучения танцам / Д. Холл; пер., с англ. Т.В. Сидориной. - М.: АСТ: Астрель, 2019,- С.409.
23. Энциклопедия Балет. - М.: Сов. Энциклопедия 1981.
24. Яковлева Е.Л. Методические рекомендации учителям по развитию творческого потенциала учащихся / Е.Л. Яковлева. – М., 2018. – С.201.

Приложение

Календарный учебный график

https://edu.tatar.ru/n_chelny/page607042.htm/page5502934.htm