

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Многопрофильный лицей № 185» Советского района г. Казани

ПРИНЯТО:

На заседании Педагогического совета
Протокол № 1 от 31.08.2020
МБОУ «Многопрофильный лицей № 185»
Советского района г. Казани

УТВЕРЖДЕНО:

Директор МБОУ «Многопрофильный лицей
№ 185» Советского района г. Казани



/Стахеева Н.В./

подпись
М.П. «Лицей №185»
Приказ № 185/1 от 31.08.2020 г.

Общеобразовательная общеразвивающая программа

Хореография

Направленность: художественная

Возраст обучающихся: 7-16 лет

Срок реализации: 6 лет

Автор-составитель:
Савенкова Венера Расимовна
педагог дополнительного образования

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программ
Информационная карта образовательной программы

1	Образовательная организация	Муниципальное бюджетное образовательное учреждение « Многопрофильный лицей № 185».
2	Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа « Эстрадная хореография »
3	Направленность программы	Художественная направленность
4	Сведения о разработчиках	
	ФИО, должность	Савенкова Венера Расимовна, педагог дополнительного образования
5	Сведения о программе	
5.1	Срок реализации	6 лет
5.2	Возраст обучающихся	7 -16 лет
5.3	Характеристика программы: - тип программы - вид программы - принцип проектирования программы	дополнительная общеобразовательная программа общеразвивающая разноуровневая
5.4	Цель программы	Выявление и развитие интересов, склонностей и способностей обучающегося к хореографическому искусству, приобретение опыта эмоционально-целостного отношения к миру, формирование потребности к дальнейшему получению образования по данному направлению.
5.5	Образовательные модули	Стартовый уровень (1-й год обучения) Базовый уровень (2-й и 3-й год обучения) Продвинутый уровень (4-й, 5-й и 6-й год обучения)
6	Формы и методы образовательной деятельности	– Формы учебных занятий: 1) репетиционные (соревнование). 2) постановочные (творчество, путешествие), 3) информационные (беседа, лекция, дискуссия), 4) практические занятия. (игра, открытое занятие, концерт) Основной формой работы является хореографическое практическое занятие. Организация деятельности учащихся на занятиях осуществляется через групповую и индивидуальную формы работы.
7	Формы мониторинга результативности	Формой подведения итогов являются: - отчетный концерт - районные, городские, всероссийские и международные конкурсы для хореографических коллективов.
8	Результативность реализации программы	По окончании обучения по данной программе, учащиеся будут: <u>знать:</u>

		<p>народного танца в рамках предложенной программы,</p> <ul style="list-style-type: none"> - принципы освоения танцевального движения, - особенности постановки корпуса, рук, ног и головы, - основные элементы и движения народного танца. <p><u>уметь:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - двигаться в технике танца; - исполнять основные элементы и движения народного танца; - ориентироваться на сценической площадке; - работать самостоятельно и в коллективе. <p>У учащихся будут сформированы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - хорошая хореографическая форма; - развитая мускулатура (мышечная сила и выносливость); - навыки сценических выступлений; - готовность к дальнейшему саморазвитию; - чувство ответственности, самостоятельность, целеустремленность, инициативность, сила воли для достижения результатов; - художественный вкус, эмоционально-ценностное отношение к искусству.
9	Дата утверждения и последние корректировки программы	
10	Рецензенты	

Оглавление

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программ	2
Информационная карта образовательной программы	2
Пояснительная записка.....	5
Матрица дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.....	8
Учебный (тематический) план.....	12
Содержание программы	16
Планируемые результаты освоения программы.....	26
Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий.....	27
Организационно-педагогические условия реализации программы.....	27
Список литературы	29

Пояснительная записка

"Ни в чём так свободно не проявляется народный характер, как в песне и в пляске".
Александр Фадеев.

Действительно, в танцевальном фольклоре народов мира так ярко, так интересно, так непосредственно раскрывается душа народа, его быт, нравы, обычаи, его образ жизни, словом вся его богатая событиями и переживаниями история.

Биография танца имеет за своей спиной тысячелетие, поистине в ней нашли своё отражение многие этапы развития человеческого общества.

К концу XX века исследование танцевальной культуры даёт ключ ко многим загадкам духовной культуры прошлых веков. Являясь синтетичным звеном между материальной и духовной культурой, органично сочетая в себе инструментальную музыку, вокальный пласт и ритмическое начало танцы сформировались в особое этническое явление.

Знакомя детей с танцевальной культурой народов мира, педагог стремится привить чувство прекрасного, чувство ритма и формы, познакомить с обычаями, нравами, культурой. Все чаще общество обращается к фольклору, как к неиссякаемому источнику высших нравственных и духовных ценностей народа, вобравшему в себя образ его мыслей, чувств, историю. «Бегут века, сменяют друг друга поколения, меняется социальный уклад в жизни человека, но неизменным остается одно – необходимость возвращения в наш быт, праздники, в наш духовный мир непреходящих достижений национальной культуры.» - Заикин Н.И.

Труд, досуг, воспитание и учение - практически все питает фольклор и дает возможность черпать из него знания. С изменением социальных, исторических и других условий жизни народа традиционная культура претерпевает очень сложную пору своего вживания в современную многоликую культуру.

Народная хореография имеет весомое место в современной жизни для подрастающего поколения. Именно она дает возможность погружения в незнакомый мир традиций и обычаев не только своего народа, но и народов других стран.

Детская культура, детское творчество – это основа, фундамент, на котором строиться всё лучшее и прекрасное. Именно дети помогают взрослым смотреть на окружающий мир другими глазами, видеть в нем радужное и доброе начало. Потому так важно не только вовремя заметить, но и помочь ему достигнуть максимальных высот в воспитании нравственных качеств через фольклорное творчество.

В настоящее время хореографическое воспитание детей в системе дополнительного образования приобретает более системный характер, многолетняя работа в детских творческих объединениях даёт ценный материал для различных аспектов танцевального образования и воспитания. Знакомство с основными элементами классического, народного, историко-бытового танца и приобретение в процессе занятий специальных навыков развивают у обучающихся художественный вкус, воспитывают у них благородство и изящество исполнения, формируют общую культуру.

Форма организации занятий в студии эстрадного танца непрерывно создаёт эту зону и таким образом, открывает пути к всестороннему развитию ребёнка.

За счёт организации творческих встреч, концертов, конкурсов, фестивалей у обучающихся формируется постоянная потребность к самообразованию.

За время обучения дети овладевают художественно-выразительными средствами хореографического поведения, знакомятся с принципами постоянной работы, учащиеся обучаются профессионально исполнять хореографическую композицию на высоком художественном, техническом, и эмоциональном уровне, учатся профессионально доносить до зрителя хореографический почерк.

Актуальность данной программы обусловлена тем, что самореализация детей, отсутствие принуждения создают благоприятную почву для развития самостоятельности

детей.

Правильно подобранные и организованные в процессе обучения танцы способствуют умению трудиться, вызывают интерес к занятиям, к работе.

Помимо коллективной работы, педагог проводит планомерную и поступательную корректировку недостатков физических данных у детей, являющихся помехой для усвоения углублённой программы. Индивидуальный подход к каждому ребёнку позволяет педагогу уделить внимание даже маленькому недостатку в строении тела, рук, ног научить будущего артиста быть красивым и грациозным.

Данная программа художественной направленности, рассчитана на 6 лет обучения: занятия проводятся в группах по 15 человек, 2 раза в неделю по 4,5 часа.

Процесс обучения, организованный по данной программе, предполагает использование следующих современных педагогических технологий и принципов:

- технология на основе личностной ориентации педагогического процесса;
- технология на основе эффективности управления и организации образовательного процесса (дифференцированное обучение, индивидуализация обучения);
- технология интегрированного обучения;
- технология на основе познавательной деятельности учащихся;
- технология на основе активизации и интенсификации деятельности учащихся (диалогическая, проблемная, игровая, развивающая технологии обучения).

Принципы:

- **индивидуализации** (определение посильных заданий с учётом возможностей ребёнка);
- **систематичности** (непрерывность и регулярность занятий);
- **наглядности** (показ движений педагогом);
- **повторяемости материала** (повторение вырабатываемых двигательных навыков);
- **сознательности и активности** (обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям).

Форма занятий:

- игра;
- путешествие;
- творчество;
- интегрированное;
- концерты;
- конкурсы;
- открытое занятие.

Цель программы – Выявление и развитие интересов, склонностей и способностей обучающегося к хореографическому искусству, приобретение опыта эмоционально-целостного отношения к миру, формирование потребности к дальнейшему получению образования по данному направлению.

Задачи:

Обучающие:

1. Ознакомление с историей классического танца, народного танца, музыкальной культурой;
2. Обучение основам классического и народного танца;
3. Владение манерой исполнения.

Развивающие:

1. Развитие памяти, мышления, координации, внимания;
2. Содействие развитию чувства ритма, музыкального слуха, умения выполнять движение под музыку;

3. Развитие природных данных и способностей.

Воспитательные:

1. Воспитание культуры общения со сверстниками и педагогами;

2. Воспитание чувства прекрасного, собственного достоинства, культуры поведения в репетиционном зале и на сцене;

3. Воспитание самостоятельности, творческой инициативы, терпеливости и дисциплинированности;

4. Привитие художественного вкуса.

Оздоровительная:

1. Формирование правильной осанки;

2. Развитие и правильное функционирование всех органов и систем.

При построении занятия используются следующие технологии:

1. Дифференциальное обучение;

2. Игровые;

3. Индивидуальные;

4. Групповые.

Педагогическая целесообразность дополнительной образовательной программы обусловлена тем, что она реализуется в аспекте предоставления возможностей детям совершенствовать уровень исполнения народных танцев, создание условий для творческой самореализации и всестороннего развития личности.

Матрица дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

Уровни	Критерии	Формы и методы диагностик и	Методы и педагогические технологии	Результаты
<p>Стартовый</p>	<p>Набор в объединение производится на бесконкурсной основе, при отсутствии противопоказаний к занятиям хореографией</p>	<p>- открытое занятие -отчетный концерт -конкурсы и фестивали различного уровня</p>	<p>Педагогические технологии: - технология на основе личностной ориентации педагогического процесса; - технология на основе эффективности управления организации образовательного процесса (дифференцированное обучение, индивидуализация обучения); - технология интегрированного обучения; - технология на основе познавательной деятельности учащихся; - технология на основе активизации и интенсификации деятельности учащихся (диалогическая, проблемная, игровая, развивающая технологии обучения).</p> <p>Основная форма организации деятельности: -хореографические практические занятия, групповые</p>	<p><u>Предметные:</u> - музыкально-ритмические упражнения; - хореографические термины; - координационно-двигательные навыки; - термины основных движений народного танца; - двигаться под музыку; - запоминать танцевальные комбинации; - слушать и анализировать музыку; - различать характер музыки; - передавать характер национальных этюдов;</p> <p><u>Метапредметные:</u> - сформированный интерес к танцевальному искусству (культуре), воспитание трудолюбия, формирование здорового образа жизни; - понимание чувства прекрасного, собственного достоинства, культуры поведения в репетиционном зале и на сцене; развитые художественные, психомоторные, социальные способности (пластичность,</p>

				<p>координация, артистичность);</p> <ul style="list-style-type: none"> - развитый интерес к народной хореографии и творческая активность. <p><u>Личностные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - развитые морально-волевые личностные качества; - коммуникативные навыки; - сформированное чувство этики, вежливости и такта; - развитая эмоциональная культура
Базовый	Учащиеся переходят на базовый уровень, после окончания стартового уровня.	<ul style="list-style-type: none"> - открытое занятие - отчетный концерт - конкурсы и фестивали различного уровня 	<p>Педагогические технологии:</p> <ul style="list-style-type: none"> - технология на основе личностной ориентации педагогического процесса; - технология на основе эффективности управления и организации образовательного процесса (дифференцированное обучение, индивидуализация обучения); - технология интегрированного обучения; - технология на основе познавательной деятельности учащихся; - технология на основе активизации и интенсификации деятельности учащихся (диалогическая, проблемная, 	<p><u>Предметные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - устойчивый интерес к хореографическому искусству; - знание основных элементов классического и народного танца; - формирование навыков организации постановочной и концертной деятельности; - владение основами театрального и сценического искусства; - качественное и осознанное выполнение требований педагога. <p><u>Метапредметные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - дружеские отношения между детьми; - устойчивый интерес к хореографическому творчеству; - развитые хореографических и музыкальных способностей, потребность к

			<p>игровая, развивающая технологии обучения).</p> <p>Основная форма организации деятельности: -хореографические практические занятия групповые.</p>	<p>творческому самовыражению через танец; - развитые физических качеств и специальных навыков детей: - координация, ловкость, сила, выносливость, гибкость, шаг, прыжок, ось вращения; <u>Личностные:</u> - сформированные коммуникативные навыки; - развитые морально-волевых личностных качеств; - формирование чувства этики, вежливости и такта; - развитие музыкально-эстетического вкуса; - самостоятельность, творческая инициатива, терпеливость и дисциплинированность</p>
Продвинутый	Учащиеся переходят на продвинутый уровень, после окончания стартового и базового уровней.	- открытое занятие -отчетный концерт -конкурсы и фестивали различного уровня	<p>Педагогические технологии: - технология на основе личностной ориентации педагогического процесса; - технология на основе эффективности управления и организации образовательного процесса (дифференцированное обучение, индивидуализация обучения); - технология интегрированного</p>	<p><u>Предметные:</u> - устойчивый интерес к хореографическому искусству; - сформированные музыкально-ритмические навыки правильного и выразительного движения в области народной хореографии, актерского мастерства, самостоятельной и коллективной деятельности; - знание элементов классического и народного танца;</p>

	Итого	144	23	121	
--	-------	-----	----	-----	--

Второй год обучения

№	Название темы	Общее Количество Часов	Теория	Практика	Формы организац ии занятий	Формы аттестации (контроля)
1.	Вводное занятие. Возникновение и развитие хореографического жанра.	2	1	1	-	-
2.	Элементы классического танца: А) простые элементы из экзерсиса (лицом к станку); Б) экзерсис на середине зала (простые движения).	60	10	50	Интегрированное занятие Путешествие	зачет
3.	Элементы эстрадного и эстрадного танца: А) экзерсис (лицом к станку) простые комбинации; Б) экзерсис на середине зала; В) разучивание национальных этюдов.	82	12	70	- Виртуальное путешествие - Практическое занятие	Открытое занятие
	Итоговое занятие	Промежуточная аттестация - отчетный концерт, конкурсы и фестивали различного уровня, - участие в концертных мероприятиях (в течении уч. года)				
Итого		144	23	121		

Третий год обучения

№	Название темы	Общее Количество Часов	Теория	Практика	Формы организац ии занятий	Формы аттестации (контроля)
1.	Вводное занятие. Возникновение и развитие хореографического жанра.	2	1	1	-	-

2.	Элементы классического танца: А) сложные элементы из экзерсиса Б) экзерсис на середине зала (сложные движения).	56	6	50	Интегрированное занятие Путешествие	зачет
3.	Элементы народного и эстрадного танца: А) экзерсис у станка, сложные комбинации; Б) экзерсис на середине зала; В) разучивание национальных этюдов.	86	8	78	- виртуальное путешествие Практическое занятие	Открытое занятие
	Итоговое занятие	Промежуточная аттестация - отчетный концерт, конкурсы и фестивали различного уровня, - участие в концертных мероприятиях (в течении уч. года)				
	итого	144	15	129		

Четвертый год обучения

№	Название темы	Общее Количество Часов	Теория	Практика	Формы организации занятий	Формы аттестации (контроля)
1.	Вводное занятие. Развитие хореографического жанра. в условиях социального развития.	4	2	2		-
2.	Элементы классического танца: А) Экзерсис у станка, сложные комбинации. Б) экзерсис на середине зала (комбинации, port de bras).	64	6	58	Интегрированное занятие Путешествие	зачет
3.	Элементы эстрадного танца: А) экзерсис у станка, сложные комбинации; Б) экзерсис на середине зала; В) разучивание танцевальных элементов, комбинаций. Г) Постановочная работа	76	4	72	виртуальное путешествие Практическое занятие	Открытое занятие
	Итоговое занятие	Промежуточная аттестация - отчетный концерт, конкурсы и фестивали различного уровня, - участие в концертных мероприятиях (в течении уч. года)				
	итого	144	12	132		

Пятый год обучения

№	Название темы	Общее Количество Часов	Теория	Практика	Формы организац ии занятий	Формы аттестации (контроля)
1.	Вводное занятие. Изучение творчества профессиональных хореографических коллективов.	4	2	2	Видео-материал	-
2.	Элементы классического танца: А) Экзерсис у станка, полупальцы Б) экзерсис на середине зала (комбинации, port de bras, pirouettes, allegro).	64	6	58	Интегрированное занятие Путешествие	зачет
3.	Элементы эстрадного и народного танца: А) экзерсис у станка, сложные комбинации; Б) экзерсис на середине зала; В) Вращения на середине, по диагонали и по кругу Г) разучивание танцевальных элементов, комбинаций. Д) Постановочная работа	76	4	72	- виртуальное путешествие - Практическое занятие	Открытое занятие
	Итоговое занятие	Промежуточная аттестация - отчетный концерт, конкурсы и фестивали различного уровня, - участие в концертных мероприятиях (в течении уч. года)				
	итого	144	12	132		

Шестой год обучения

№	Название темы	Общее Количество Часов	Теория	Практика	Формы организац ии занятий	Формы аттестации (контроля)
1.	Вводное занятие. Многожанровость хореографического искусства.	2	1	1		-

2.	Элементы классического танца: А) Экзерсис у станка, полупальцы Б) экзерсис на середине зала (комбинации, port de bras, pirouettes, allegro).	58	4	54	- Интегрированное занятие - Путешествие	зачет
3.	Элементы эстрадного танца: А) экзерсис у станка, сложные комбинации; Б) экзерсис на середине зала; В) Вращения на середине, по диагонали и по кругу Г) разучивание танцевальных элементов, комбинаций. Д) Постановочная работа	84	4	80	- виртуальное путешествие - Практическое занятие	Открытое занятие
	Итоговое занятие	Итоговая аттестация - отчетный концерт, конкурсы и фестивали различного уровня, - участие в концертных мероприятиях (в течении уч. года).				
	итого	144	9	135		

Содержание программы Первый год обучения

1. Вводное занятие

Теория: Знакомство с детьми и их увлечениями. Что такое танец?

Практика: Разучивание поклона. Развитие природных данных.

Форма проведения занятия: беседа, демонстрация, тренинг.

Формы подведения итогов: проводится в форме игры

2. Музыкально-ритмические движения

Теория: Объяснения терминов: ритм, темп, музыкальный размер.

Практика: Разучивание ритмических движений:

- по кругу: марш, подскоки, галоп, ходьба - пяточки-носочки, бег, полу присядь, полный присядь, метёлочка.

- на середине зала: наклоны и вращение головы и корпуса, приставные шаги, шагаем-бегаем со сменной музыки меняется темп движения, вальсовая дорожка, полечка и т.д.

- на полу: растяжка, лягушка, мостик, растяжка ног сидя на полу, наклоны корпуса к левой, правой ноге и вперёд, вытягивание и сокращение носков, лежа на животе поднимаем корпус и ноги одновременно и поочередно, движения для мышц ног, упражнение «Кошечка – собачка», шпагат, «Складочка», «Корзиночка», «Рыбка».

Форма проведения занятия: беседа, демонстрация, тренинг.

Формы подведения итогов: зачетное занятие (проверка знаний основных танцевальных движений и терминов, умение двигаться под музыку, в соответствии с темпом и ритмом).

3. Элементы народного танца

Теория: Объяснение терминов основных движений народного танца.

Практика: Ёлочка, гармошка, моталочка, переменный ход, припадание, моталочка, верёвочка, дробь, присядки для мальчиков, ковырялочка, шаги по диагонали: с притопом, с прыжком, в повороте. "Прогулка слонёнка", татарский танец, "Играй гармонь":

- шаги с притопом;
- боковой галоп;
- приставные шаги на носочках в сторону и подскоки в повороте;
- татарское движение (бэрма);
- движение для мальчиков «Мячики»;
- основное движение «Бегунок»;
- основные положения рук в татарском танце;
- движение на каблук вперед, на носок назад с правой и с левой ноги;
- «Молоточки»;
- притопы и т.д.;

Форма проведения занятия: беседа, демонстрация, показ, тренинг.

Формы подведения итогов: зачетное занятие, концерт (проверка знаний основных танцевальных движений и терминов, исполнение танцевальных комбинаций и танцевального номера).

Второй год обучения

1. Вводное занятие.

Теория: Возникновение и развитие хореографического жанра.

Практика: Ознакомление с хореографическими постановками различного жанра.

Форма проведения занятия: беседа, демонстрация, тренинг.

Формы подведения итогов: зачетное занятие

2. Элементы классического танца

Теория: Термины классического танца.

Практика: Экзерсис у станка:

- постановка корпуса;
- позиции ног: 1,2,3,5;
- позиция рук: подготовительное положение, 1,2,3;
- положение головы: поворот, наклон, en face; движение головы, сопровождающие движение рук;

- Demi-plie в 1, 2, 3, 5 позициях лицом к палке;

- Grand pile в 1,2, 3, 5 позициях лицом к палке;
- Battements tendus с первой позиции крестом;
- Понятие направлений en dehors et en dedans;
- Demi rond de jambe par terre en dehors et en de dedans;
- Rond de jambe par terre en dehors et en de dedans;
- Battements tendus jetes: с первой позиции крестом;
- Положение ноги sur le cou-de-pied "учебное" и сзади;
- Adagio
- Grands battements jetes: крестом по первой позиции лицом к палке;
- Перегибание корпуса вперед, назад, в стороны лицом к палке;

Упражнение на середине:

- поклон;
- позиции рук: подготовительное положение 1,2,3.
- Demi-plie en face no 1,2,5 позициям.
- Battements tendus с 1-й позиции крестом.
- Battements tendus jetes из 1 -и позиции.
- Por de bras с наклоном корпуса в сторону,

Allegro:

- Temps leve saute no 4-й позиции.
- Petit pas echappe во 2-ю позицию.
- Petit pas jetes с открытием ноги в сторону: лицом к палке.

Форма занятия: беседа, демонстрация, тренинг.

Формы подведения итогов: Зачётное занятие (проверка знаний основных танцевальных движений)

3. Элементы народного и эстрадного танца

Практика:

Экзерсису станка:

- открывание рук - preparation;
- полу приседание, большое приседание;
- Battement tendu.
- Battement tendu jete - маленькие броски 45° (крестом);
- каблучный (крестом);
- подготовка к флиг-фляг (упражнение со свободной стопой).
- Ronde jambe par terre;
- Упражнения на выстукивания.
- Battement fondu (тающее).
- Подготовка к «веревочке».
- Battement developpe (раскрывание ноги на 90°).
- Grand battement jete (большой бросок).

Экзерсис на середине зала:

- танцевальные комбинации;
- верёвочка;
- вращение по диагонали;
- дробные выстукивания (ключ, молоточки, двойная дробь, трёхлистник и т.д.).
- полуприсядки (для мальчиков)
- присядки (для мальчиков).

1) Татарский танец.

Описание движений:

- ходьба на носочках;
- гармошка;
- вращение;
- эйлэну (кружение);
- добердеп айак табу;
- алдыга йору (ходьба вперед);
- артыга йору (ходьба назад);
- жилькасена яулык салып йору (движение с платком);

2) Русский танец

Описание движений:

- ходьба на носочках;
- основные положения рук;
- основной ход;
- рисунки танца
- основные движения
- комбинации танцевальные

Изучение хореографической постановки

Форма занятия: беседа, демонстрация, тренинг.

Формы подведения итогов: концерт.

Третий год обучения

1. Вводное занятие

Теория: Возникновение и развитие хореографического жанра.

Практика: Ознакомление с хореографическими постановками различного жанра.

Форма проведения занятия: беседа, демонстрация, тренинг.

Форма подведения итогов: зачетное занятие.

4. Элементы классического танца

Теория. Танцевальные комбинации классического танца.

Практика: *Экзерсис у станка:*

- Demipli en grand plie;
- Battements tendus с demi-plie с переходом на рабочую ногу во 2-й позиции;
- Battements tendus jetes;
- Ron de jambe par terre en dehors et en dedans;
- Battements tendus soutenu;
- Battements fondus на 45°;
- Battements frappes, doubles frappes;
- Petit battements sur le cou-de-pied;
- 3-eme port de bras, 1-ere port de bras с ногой , вытянутой на носок вперед или назад;
- battements releves lent на 90° в позах;
- grand battements jetes в позах ;

Экзерсис на середине зала:

- Arabesque;
- Demi-plie grand plie;
- Battements tendus в позы croisee и effacee;
- Battements tendus jetes в маленьких позах;
- Rond de jambe par tent en dehors et en dedans
- Battements sotenus носком в пол;
- Battements frappes et doubles frappes на 30 в маленьких позах;
- Battements fondus в маленьких позах;
- Battements releves lents croisee, efface, ecartee;
- Grand battements jetes в позах;
- Port de bras;
- Вращение на 2-х ногах, в 5-й позиции;

Allegro

- Temps leve saute по 4-й позиции;
- Petit pas echappe во 2-ю позицию;
- Pas assamble с открыванием ноги вперед и назад;
- Pas glissade;
- Petit pas echappe на 4-ю позицию;
- Pas echappe с окончанием на одну ногу;

Форма проведения занятия: объяснение, демонстрация, тренинг.

Формы подведения итогов: зачетное занятие (проверка знаний основных танцевальных движений)

3. Элементы эстрадного танца

Теория: танцевальные комбинации народного танца

Практика:

Экзерсис у станка:

- Полуприседание и большое приседание (в русском характере).
- Battements tendus (в характере украинского танца);

- battements tendus jete (в характере итальянского танца);
- каблучное упражнение;
- ronde de jambe , ronde de pied с поворотом пятки опорной ноги , вытянутой в колени;
- подготовка к «веревочке»;
- battement fondu;
- упражнение на выстукивание (чередование ударов полупальцами и каблучками в характере испанского танца);
- battement developee (в характере цыганского танца);
- grand battement jete (с подъемом на полупальцы в момент броска);

Экзерсис на середине зала

-веревочка:

- танцевальные комбинации разных национальностей;
- кавырялочка (в характере дагестанского танца);
- моталочка (в характере русского танца);
- кавырялочка (в характере татарского танца);
- переменный шаг (в русском характере);
- Дробные выстукивания
- Постановочная работа

Форма проведения занятия: беседа, демонстрация, тренинг.

Формы подведения итогов: зачетное занятие, концерт (проверка знаний основных танцевальных движений, умение выполнять и запоминать танцевальные комбинации и концертные номера).

Четвертый год обучения

1. Вводное занятие

Теория: Развитие хореографического жанра в условиях социального развития.

Практика: Ознакомление с хореографическими постановками различного жанра.

Форма проведения занятия: беседа, демонстрация, тренинг.

Форма подведения итогов: зачетное занятие.

5. Элементы классического танца

Теория. Танцевальные комбинации классического танца.

Практика: *Экзерсис у станка:*

- Demi plie en grand plie по I, II, III, IV и V позициям.
- Battements tendus с demi-plie с переходом на рабочую ногу во 2-й и 4-ю позиции в маленьких и больших позах;
- Battements tendus jetes на полупальцах;
- Ron de jambe par terre en dehors et en dedans en l'air;
- Battements tendus soutenu на 45 в маленьких позах;
- Battements fondus на 45° с подъемом на полупальцы;
- Battements frappes, doubles frappes на полупальцах;
- Petit battements sur le cou-de-pied;
- 3-eme port de bras, 1-ere port de bras с ногой , вытянутой на носок вперед или назад;
- Battements releves lent на 90° в позах;
- Grand battements jetes в позах;
- Preparation к pirouettes sur le cou-de-pied с V позиции en dehors et en dedans.
- Pas de bourree simple en dedans с переменной ног (изучается лицом к станку).

- Полуповороты в V позиции к станку и от станка с переменной ног.

Экзерсис на середине зала:

- Arabesque;
- Demi-plie grand plie;
- Battements tendus в позы croisee и efface в I II III arabesques;
- Battements tendus jetes в маленьких позах, balancoir в позах;
- Rond de jambe par tent en dehors et en dedans по точкам, с работой опорной ноги
- Battements frappes et doubles frappes на 30 в маленьких позах и больших позах;
- Battements fondus в маленьких позах и больших позах;
- Battements releves lents cruiсе, effacee , ecartee ;
- Grand battements jetes в позах;
- Port de bras;
- Вращение на 2-х ногах, в 5-й позиции;
- Поза IV arabesque носком в пол

Allegro

- Temps leve saute no 4-й позиции;
- Petit pas ecshappe во 2-ю позицию;
- Pas assamble с открыванием ноги вперед и назад;
- Pas glissade;
- Petit pas ecshappe на 4-ю позицию;
- Pas ecshappe с окончанием на одну ногу.
- Changement de pied en tournant на 1,4 оборота.
- Sissonne simple en face и в маленьких позах.
- Sissonne ferme в сторону.
- Pas de basque вперед и назад.

Форма проведения занятия: беседа, демонстрация, тренинг.

Формы подведения итогов: зачетное занятие (проверка знаний основных танцевальных движений).

3. Элементы народного и эстрадного танца

Теория: танцевальные комбинации народного и эстрадного танца

Практика:

Экзерсис у станка:

- Полуприседание и большое приседание (по I позиции с поворотом колен «Винтообразные»), в характере русского танца.
- Battements tendus (с поворотом стопы в закрытое положение с выведением ноги в сторону, с поворотом бедра), в характере украинского танца;
- battements tendus jete, jetes balancoirs (с ударом пятки опорной ноги без полуприседания и с полуприседанием) в характере итальянского танца;
- каблучное упражнение;
 - flic-flac (упражнение с вытянутой стопой по прямой и выворотной позиции.
- ronde de jambe en l'air , ronde de pied с поворотом пятки опорной ноги , вытянутой в колени;
- подготовка к «веревочке»;
- battement fondu (на полу пальцах) в характере молдавского танца;
- упражнение на выстукивание (чередование ударов полупальцами и каблуками в характере испанского танца);
- battement developee (с одновременным ударом пятки опорной ноги) (в характере цыганского танца);
- grand battement jete (с подъемом на полупальцы в момент броска, с Tombe-coupe);

Экзерсис на середине зала

- поклон праздничный, женский и мужской.

- основные движения руками
- основные виды ходов и поворотов
- веревочка (простая в повороте, двойная в повороте, с выносом на каблук неоднократными переступаниями с продвижением и с «ковырялочкой» без закрытия в позицию).
 - танцевальные комбинации разных национальностей:
 - кавырялочка (простая, в повороте на 90 градусов, с отскоком и продвижением вперед, с отскоком и большим броском на 90 градусов);
 - моталочка (простая, в повороте по четвертям круга, на 90 градусов с использованием бросков ноги приемом jetes с вытянутым и сокращенным подъемом);
 - кавырялочка (в характере татарского танца);
 - гармошечка (простая на вытянутых ногах, на demi plie, в повороте, в различных ритмических рисунках с выносом ноги на каблук).
 - припадания (боковые с двойным ударом спереди, вокруг себя по два, по четыре припадания)
 - перескоки и «подбивки» (в повороте, перескоки с ноги на ногу с одинарным и двойным ударом, подбивка «голубец»)
 - дробные выстукивания (двойная дробь с подскоком на рабочей ноге и с мазком другой ногой, соскоки вправо, влево по первой прямой позиции на месте на 2 ноги одновременно, двойная дробь с притопами и разворотами корпуса, «ключ»).
 - прыжки (с поджатыми перед грудью ногами на месте, с согнутыми от колена ногами удара по голенищам).
 - изучение танцевальных элементов и комбинаций в характере татарского, башкирского, украинского танцев.
 - Постановочная работа

Форма проведения занятия: беседа, демонстрация, тренинг.

Формы подведения итогов: зачетное занятие, концерт (проверка знаний основных танцевальных движений, умение выполнять и запоминать танцевальные комбинации и концертные номера).

Пятый год обучения

1. Вводное занятие

Теория: Изучение творчества профессиональных хореографических коллективов

Практика: Ознакомление с хореографическими постановками различного жанра.

Форма проведения занятия: беседа, просмотр видеоматериалов.

Форма подведения итогов: зачетное занятие.

2. Элементы классического танца

Теория. Танцевальные комбинации классического танца.

Практика: *Экзерсис у станка:*

- Demi pli en grand plie по I, II, III, IV и V позициям с port de bras.
- Battements tendus pour batterie в маленьких и больших позах;
- Battements tendus jetes на полупальцах;
- Ron de jambe par terre en dehors et en dedans en l'air на полупальцах и на demi plie;
- Battements tendus soutenu на 45 в маленьких позах с подъемом на полупальцы;
- Battements fondus на 45° с подъемом на полупальцы;
- Battements frappes, doubles frappes на полупальцах;
- Petit temps releve en dehors et en dedans на всей стопе;
- Battements releves lent и battement developpe passe на 90 при переходе из позы в позу;
- Grand battements jetes в позах;
- Pas tombe с продвижением и окончанием носком в пол;
- Pirouettes sur ie cou-de-pied со II позиции en dehors et en dedans.

- Pas de bourree simple en dedans с переменной ног (изучается лицом к станку).

- Полуповороты на одной ноге положение *sour le-cou-de pied* в V позиции к станку и от станка.

Экзерсис на середине зала:

- V ported bras;
- Battements tendus en tournant;
- Battements tendus jetes в больших позах;
- Rond de jambe par tent en dehors et en dedans на 45 градусов
- Battements frappes et doubles frappes на 30 в маленьких позах и больших позах;
- Battements fondus в маленьких позах и больших позах;
- Battements releves lents croisee, effacee, ecartee;
- Grand battements jetes зщштеу в больших позах;
- Temps lie par terre с перегибанием корпуса;
- Pas de bourree simple с переменной ног.
- Pas de bourree ballotte en tournant.

Allegro

- Pas ecshappe на IV – ю позицию с окончанием на одну ногу;
- Doublt pas assamble во всех позах;
- Pas glissade;
- Sissonnee tombe en face и в позах;
- Pas jete соткрыванием ноги вперед и назад;
- Grand changement de pied en tournant на 1,4 оборота.
- Sissonne simple en face и в маленьких позах.
- Sissonne ferme в сторону, вперед и назад.
- Pas de basque вперед и назад.
- Pas emboite.

Форма проведения занятия: беседа, демонстрация, тренинг.

Формы подведения итогов: зачетное занятие (проверка знаний основных танцевальных движений).

3. Элементы народного и эстрадного танца

Теория: танцевальные комбинации народного и эстрадного танца

Практика:

Экзерсис у станка:

- Полуприседание и большое приседание с наклонами и перегибами корпуса;
- Battements tendus;
- Battements tendus jete, jetes balancoirs со встречным проскальзыванием на опорной ноге в полуприседании
- каблучное упражнение;
 - flic-flac (упражнение с вытянутой стопой по прямой и выворотной позиции.
- ronde de jambe en l'air , ronde de pied с поворотом пятки опорной ноги , вытянутой в колени;
- подготовка к «веревочке» с прыжком на опорной ноге;
- battement fondu (на полу пальцах) в характере молдавского танца;
- упражнение на выстукивание (чередование ударов полупальцами и каблуками в характере испанского танца);
- battement develepre (с двойным ударом пятки опорной ноги)
- grand battement jete balancoirs;
- *(Экзерсис на середине зала*
- Глубокий» поклон.

- основные движения руками
- основные виды ходов и поворотов
- веревочка («двойная», с перебором по V позиции)
- танцевальные комбинации разных национальностей:
 - кавырялочка (с отскоками);
 - моталочка (простая, в повороте по четвертям круга, на 90 градусов с использованием бросков ноги приемом jetes с вытянутым и сокращенным подъемом);
 - дробные выстукивания («ключ», дробный сложный в повороте, три дробные дорожки с заключительным ударом, поочередное выбрасывание ног перед собой на каблук, «отбивка» с выбросом ноги).
 - Вращения на середине зала (приемом plie-releve, приемом plie-каблочки, на одной ноге, «обертас»)
 - Вращения по диагонали, по кругу
 - прыжки (с поджатыми перед грудью ногами на месте, с согнутыми от колена ногами удара по голенищам).
 - изучение танцевальных элементов и комбинаций в характере русского, итальянского, чувашского танцев.
 - Постановочная работа.

Форма проведения занятия: беседа, демонстрация, тренинг.

Формы подведения итогов: зачетное занятие, концерт (проверка знаний основных танцевальных движений, умение выполнять и запоминать танцевальные комбинации и концертные номера).

Шестой год обучения

1. Вводное занятие

Теория: Многожанровость хореографического искусства.

Практика: Ознакомление с хореографическими постановками различного жанра.

Форма проведения занятия: беседа, просмотр видеоматериалов.

Форма подведения итогов: зачетное занятие.

2. Элементы классического танца

Теория. Танцевальные комбинации классического танца.

Практика: *Экзерсис у станка:*

- Demi pli en grand plie по I, II, III, IV и V позициям с port de bras.
- Battements tendus pour batterie в маленьких и больших позах;
- Battements tendus jetes на полупальцах;
- Ron de jambe en l'air на полупальцах с окончанием в demi plie;
- Battements soutenu на 90 в маленьких позах с подъемом на полупальцы ;
- Battements fondus на 45° с plie-releve et demi-rond из позы в позу;
- Battements frappes, doubles frappes на полупальцах с окончанием в demi plie;
- Grand rond de jambe на 90 градусов;
- Petit temps releve en dehors et en dedans на всей стопе;
- Battements releves lent и battement developpe passe на 90 при переходе из позы в позу;
- Grand battements jetes passe par terre с окончанием на носок вперед или назад ;
- Pas tombe с продвижением и окончанием на 45 градусов;
- Tour fouette на 45 градусов.
- Pas de bourree simpie en dedans с переменной ног (изучается лицом к станку).

Экзерсис на середине зала:

- III ported bras с ногой, вытянутой на носок назад на plie;
- Rond de jambe en l'air на 45 градусов с окончанием в demi plie;
- Battements frappes et doubles frappes на 30 в маленьких позах и больших позах на

полупальцах;

- Battements fondus на 90 градусов в маленьких позах и больших позах;
- Battements releves lents croisee, effacee, ecartee;
- Grand battements jetes в больших позах;
- Temps lie par terre на 90 градусов с перегибанием корпуса;
- Pirouettes en dehors et en dedans с V позиции с окончанием в V и IV позиции;
- Поворот fouette по ¼ и ½ круга из позы в позу;

Allegro

- Pas echappe на II и IV – ю позицию en tournant по ¼ оборота;
- Pas de shat;
- Pas glissade;
- Entrechat-quatre;
- Pas jete с продвижением с ногой, поднятой на 45 во всех направлениях;
- Grand changement de pied en tournant на 1,4 оборота;
- Sissonne simple en tournant;
- Sissonne ferme в сторону, вперед и назад;
- Pas de basque вперед и назад;
- Grand sissonne ouverte во всех позах без продвижения;

Форма проведения занятия: беседа, демонстрация, тренинг.

Формы подведения итогов: зачетное занятие (проверка знаний основных танцевальных движений).

3. Элементы народного танца

Теория: танцевальные комбинации народного танца

Практика:

Экзерсис у станка:

- Demi plie et grand plie;
- Battements tendus;
- Battements tendus jete, jetes balancoirs со встречным проскальзыванием на опорной ноге в полуприседании
- каблучное упражнение;
- Double flic (с ударом пятки опорной ноги, “вер» на полу и в воздухе);

ronde de jambe en l'air , ronde de pied с поворотом пятки опорной ноги , вытянутой в колени;

- подготовка к «веревочке» с прыжком на опорной ноге;
- battement fondu (на полу пальцах) в характере молдавского танца;
- упражнение на выстукивание (чередование ударов полупальцами и каблукми в характере испанского танца);

- battement developee (с прыжком)

- grand battement jete balancoirs;

- **(Экзерсис на середине зала**

- поклон в выбранном национальном характере;
- ускоренная «гармошечка»
- веревочка (в сочетании с поворотами, на основе национального характера)
- танцевальные комбинации разных национальностей:
- кавырялочка (с отскоками);
- моталочка – маятник (с акцентированным отскоком и задержкой рабочей ноги на месте и в повороте);

- все разновидности сценических ходов сочетания с другими движениями;

- вращения на середине зала (на одной ноге с открытой в сторону другой на 45 градусов, подъем сокращен);

- вращения по диагонали комбинированные с «молоточками», «моталочкой», «подбивочек», переборов и отскоков);

- вращения по кругу
- изучение танцевальных элементов и комбинаций в характере русского, цыганского, испанского танцев.
- Постановочная работа.

Форма проведения занятия: беседа, демонстрация, тренинг.

Формы подведения итогов: зачетное занятие, концерт (проверка знаний основных танцевальных движений, умение выполнять и запоминать танцевальные комбинации и концертные номера).

Планируемые результаты освоения программы

Результат образовательно-воспитательного процесса при решении комплекса разных задач обучения и воспитания может быть невидимым, проявляться не сразу в их личностных качествах и взаимоотношениях. Организуя образовательный процесс, педагог должен предполагать какие результаты планируется получить в процессе деятельности учащихся.

К концу первого года обучения учащиеся будут знать:

- музыкально-ритмические упражнения;
- хореографические термины;
- координационно-двигательные навыки;
- ритм;
- темп;
- музыкальные размеры;
- термины основных движений народного танца.

К концу первого года обучения учащиеся будут уметь:

- держать корпус;
- держать позиции рук и ног, головы;
- двигаться под музыку;
- запоминать танцевальные комбинации;
- слушать и анализировать музыку;
- различать характер музыки;
- передавать характер национальных этюдов;
- исполнять движения народного танца.

К концу второго года обучения дети будут знать:

- танцы регионального характера;
- сложные ритмические упражнения;
- сложные танцевальные комбинации;
- азбуку классического танца;
- наизусть термины классического танца.

К концу второго года обучения дети будут уметь:

- танцевать и различать танцы разных национальностей;
- свободно исполнять движения у станка и на середине зала.

К концу третьего года обучения дети будут знать:

- наизусть хореографические термины;
- технику движений у станка;
- технику движений на середине зала;
- распорядок движений;
- все термины классического танца;
- в совершенстве комбинации, изучаемых танцев.

К концу третьего года обучения дети будут уметь:

- самостоятельно танцевать национальные танцы;
- исполнять комбинации под разнохарактерные мелодии;
- танцевать сольные танцы и также массовые;
- самостоятельно исполнять движения;
- исполнять танцевальные комбинации из классического и народного-сценического

танца;

- осваивать репертуар.

К концу четвертого года обучения дети будут знать:

- элементы и основные комбинации классического и народно-сценического танца;

- балетную терминологию;

- средства создания образа хореографии;

- исторические основы танцевальной культуры;

К концу четвертого года дети будут уметь:

- исполнять элементы и комбинации классического и народно-сценического танцев;

- исполнять народно-сценические танцы на сценической площадке;

- запоминать и исполнять хореографический текст народно-сценического танца;

- передавать национальный характер танцев.

К концу пятого года обучения дети будут знать:

- балетную терминологию;

- рисунки танца, особенности взаимодействия с партнерами на сцене;

- каноны исполнения упражнений и танцевальных движений народно-сценического танца;

К концу пятого года обучения дети будут уметь:

- грамотно, выразительно и технично выполнять экзерсис у станка и на середине зала;

- ориентироваться в пространстве во время движения танцевальных комбинаций;

- передавать национальный характер танцев;

- правильно распределять силы во время занятия;

- исполнять технически сложные движения;

- использование и владение навыками коллективного исполнительского творчества.

К концу шестого года обучения дети будут знать:

- балетную терминологию;

- основные анатомо-физиологические особенности человека;

- принципы взаимодействия музыкальных и хореографических выразительных средств;

К концу шестого года обучения дети будут уметь:

- выполнять, не теряя грамотного и виртуозного исполнения, экзерсис у станка и на середине зала;

- достоверно и образно передавать национальный характер танцев;

- использовать технически сложные движения, не теряя артистического исполнения;

- исполнять народно-сценические танцы на различных площадках;

- передавать национальный колорит, использовать эмоциональные приемы и навыки в парных, сольных и массовых танцах.

Итогом обучения по данной образовательной программе являются хореографические навыки и знания по классическому и народно-сценическому танцу, постановка концертных номеров, выступления на концертах и конкурсах.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий Организационно-педагогические условия реализации программы

В процессе реализации программы «Народная хореография» используются следующие **методы:**

- **словесный** (беседа, рассказ, объяснение инструктажа).
- **практический** (тренинг, упражнения, заучивание, повторение комбинации, постановка).

наглядный (иллюстрация, демонстрация).

Создание и накопление методического материала позволит результативно использовать учебное время, учитывать индивидуальный интерес учащихся, воспитывать самостоятельность, позволит осуществлять дифференцированный подход в обучении.

С целью методического и дидактического обеспечения процесса обучения

необходимо:

- 1) подборка дидактического материала: образцы, видеодиски, аудиодиски.
- 2) сценарии культурно-духовных мероприятий в студии:
 - "История хореографии" - игра-путешествие,
 - "В гостях у Деда Мороза и Снегурочки" - игровая программа;
- 3) тематическая подборка "Национальные танцы";
- 4) картотека опыта.

Создание и накопление методического материала позволит результативно использовать учебное время, учитывать интерес обучающихся.

Материалы и оборудование:

Для проведения хореографических занятий необходимы следующие материалы и оборудование:

- станки;
- зеркала;
- реквизиты для постановок танцевальных этюдов.
- костюмы;
- обувь (балетки, сапоги, танцевальные туфли);
- магнитофон;
- фортепиано;
- нотный материал;
- коврики.

Условия реализации программы:

- оборудованное помещение для занятий хореографией;
- реквизиты для постановок танцевальных этюдов;
- национальные костюмы для танцевальных этюдов;
- создание банка данных: конкурсы, игровые программы;
- повышение квалификации педагога, самообразование;
- изучение новейших технологий образовательно-воспитательного процесса;
- работа с педагогической литературой.

Формы аттестации / контроля

Педагогический контроль предполагает такие виды как: текущий, промежуточный, итоговый годовой.

Текущий контроль (по итогам занятия) осуществляется для выявления уровня освоения материала, при этом объектом контроля являются: правильность исполнения, техничность, активность, уровень физической нагрузки, формами контроля являются: просмотр, анализ выполненного задания.

Промежуточный контроль осуществляется по итогам первого полугодия в январе, задачами являются выявить уровень освоения учащимися программы за полугодие, определить изменения в уровне развития творческих способностей за данный период обучения. Оценивается правильность исполнения; техничность; активность; уровень физической нагрузки; знание теоретической и практической части.

Итоговый годовой контроль проходит в конце учебного года (май) служит для выявления уровня освоения учащимися программы за год, изменения в уровне развития творческих способностей за данный период обучения. В ходе итогового годового контроля оценивается: правильность исполнения; техничность; активность; уровень физической нагрузки; знание теоретической и практической части; творческий подход, артистичность. Формой контроля является просмотр и анализ, отчет фиксируется в ходе участия в городских, областных конкурсах и фестивалях, в отчетных концертах объединения и учреждения.

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы

Образовательная программа «Народная хореография» включает следующие формы подведения итогов:

- Открытое занятие
- районные, городские, всероссийские и международные творческие конкурсы хореографических коллективов.
- выступление на концертах различного уровня

Список литературы

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. - М.: Просвещение, 2012.
2. Бенина С.И, Ломова Т.П, Соковнина Е.Н. Музыка и движение. - М.: Просвещение, 2014.
3. Васильева Т. Балетная осанка. - М.: Просвещение, 2013.
4. Мерзлякова С.И. Фольклор – музыка – театр. - М.: Гуманитарный издательский центр «Владос», 2012.
5. «От внешкольной работы - к дополнительному образованию детей»: Сб. нормат. и метод. материалов для доп. образования детей / [Ред.-сост. И.В. Калиш]; Науч. ред. А.К. Бруднов. - М.: ВЛАДОС, 1999. – 541 с.
6. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца – Танцевальные движения и комбинации на середине зала. – М: Владос, 2004.
7. Ткаченко Т.С. Народный танец. – М, 1954.
8. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Упражнения у станка - М: Владос, 2005.
9. Костровицкая В.С., Писарева А. Школа классического танца. Искусство, 1986.
10. Базарова Н.П., Мей В.П. Азбука классического танца. – Планета музыки, 2020.
11. Сафронова Л.Н. Уроки классического танца. - Лань, 1997.
12. Касиманова Л.А. Основные формы народного танца. Теория и методика преподавания. – Планета музыки, 1999.