

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Центр детского творчества» г. Клинцы Брянской области

Принята на педагогическом совете

Протокол № 1 от 01.09.2020



Утверждаю:

Директор МБУДОЦДТ  
Сигаева Т.А.  
«1» 09 2020

**«Танцевальная планета»**  
**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа**

Срок реализации - 1 год 144ч  
Возраст обучающихся 7-15лет  
Уровень программы базовый  
Направленность художественная

Автор:

Педагог дополнительного образования

Зайченко Оксана Михайловна.

г. Клинцы 2020 г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Детский хореографический коллектив – это особая среда, предоставляющая самые широчайшие возможности для развития ребенка: от изначального пробуждения интереса к искусству танца до овладения основами профессионального мастерства.

Хореография как вид искусства обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Это синтетический вид искусства, основным средством которого является движение во всем его многообразии. Высочайшей выразительности оно достигает при музыкальном оформлении. Музыка – это опора танца.

Движение и музыка, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память, учат благородным манерам. Воспитанник познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Систематическая работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает детям понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях танцем, но и в повседневной жизни.

Танцевальное искусство обладает огромной силой в воспитании творческой, всесторонне развитой личности. Занятия хореографией приобщают ребенка к миру прекрасного, воспитывают художественный вкус. Соприкосновение с танцем учит детей слушать, воспринимать, оценивать и любить музыку. Хореографические занятия совершенствуют детей физически, укрепляют их здоровье. Они способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру. Эти занятия хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и, в целом, повышают жизненный тонус учащегося. В танце находит выражение жизнерадостность и активность ребенка, развивается его творческая фантазия, творческие способности: воспитанник учится сам создавать пластический образ. Выступления перед зрителями являются главным воспитательным средством: переживание успеха приносит ребенку моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувство ответственности, дружбы, товарищества.

Предполагаемая рабочая программа ориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привития начальных навыков в искусстве танца.

Программа «Танцевальная планета»

является инновационным общеобразовательным программным документом для учреждений дополнительного образования разработана в соответствии с Приказом Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196

«Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

## **Актуальность программы.**

В годы школьного возраста закладываются основы здоровья, гармоничного, умственного, нравственного и физического развития ребёнка, формируется его личность.

Одной из важнейших задач учебно-воспитательного процесса является художественно-эстетическое и культурное развитие детей приобщение к миру танца, знакомство с различными направлениями, историей и географией танца, прослушивание ритмичной танцевальной музыки развивают и внутренне обогащают, прививают умение через танец выражать различные состояния, мысли, чувства человека, его взаимоотношения с окружающим миром.

Кроме того, в этот период дети интенсивно растут и развиваются, движения становятся их потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период. В процессе занятий у детей происходит снижение работоспособности, ухудшается внимание, память, нарушается осанка.

Одной из важнейших задач учебно-воспитательного процесса является организация двигательного режима детей, который обеспечивает активный отдых и удовлетворяет естественные потребности в движениях.

Движение в ритме и темпе, заданном музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведёт к общему оздоровлению организма. Немаловажным является также и лечебный эффект занятий, в результате которых создаётся мышечный корсет, исправляются недостатки осанки, уменьшается плоскостопие, что позволяет также решать задачи общего укрепления и физического развития ребёнка.

Решение вышеизложенных задач возможно реализовать в процессе хореографического образования детей школьного возраста.

**Новизна и оригинальность** программы заключается в поиске новых форм обучения хореографии, с использованием региональных особенностей народного танца и личного практического опыта работы педагога в области хореографии. Главным основанием для построения такой программы выступает индивидуализацию детей, что позволяет реализовать принцип личностной ориентации в образовательном процессе через определенные условия, способствующие развитию детей с разными образовательными возможностями и потребностями. Данная программа предполагает обучение эмоциональной выразительности исполнения, умению точно передавать стиль и манеру танца. Обучение танцу дает возможность овладеть разнообразием стилей и манерой исполнения танцев различных народов, формируя качества и навыки, которые используются их обладателями и в повседневной жизни.

Программа «Танцевальная планета» соответствует **художественной направленности** и рассчитана на детей с разной степенью одаренности и склонности к танцевальному искусству.

**ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ** – создание условий, способствующих раскрытию и развитию природных задатков и творческого потенциала ребенка в процессе обучения искусству хореографии.

### **Задачи обучающие:**

- обучить детей основам музыкально-двигательной культуры;
- обучить умению чувствовать музыкальный ритм и стиль.

### **Задачи развивающие:**

- создать условия для развития творческой активности детей, участвующих в танцевальной деятельности, развивать их творческие способности;
- развивать физические возможности детей, двигательные качества и умения: гибкость, пластичность, ловкость, координацию движений, силу, выносливость, умения согласовывать движения тела с музыкой;
- развивать у детей танцевальные способности, интерес к танцевальной деятельности.

### **Задачи воспитывающие:**

- воспитывать личностные качества: вера в свои силы, дисциплинированность, ответственность;
- воспитывать у детей уважение к хореографическому искусству, народным истокам;
- воспитывать навыки культурного общения в коллективе.

**Особенностью данной программы**, ее спецификой является, то что хореография не является самоцелью, а лишь средством формирования нравственных основ личности.

В танцевальном кружке дети занимаются вне зависимости от их танцевальных данных. В содержании программы заложен такой материал, который доступен для освоения любому ребенку. Впоследствии я уже сама осуществляю дифференцированный подход к разным обучающимся и варьирую уровень сложности элементов, давая каждому проявить свои способности. Занятия направлены на раскрепощение детей и их личностный рост. Поэтому, в отличие от существующих танцевальных программ, которые в основном строятся в рамках какого-то одного направления, этот курс дает возможность овладеть разнообразием стилей, что в значительной степени расширяет и обогащает исполнительские возможности.

Программный материал изложен с учетом возрастных особенностей детей, их физической и психологической подготовки. Освоение материала идет последовательно, но каждая ступень обучения предполагает повторение и закрепление уже пройденного материала, что развивает умения и навыки, закрепляет их на более высоком уровне. Основная задача – научить сознательному отношению к своим движениям, увлечь, заинтересовать, побудить желание танцевать.

Программа предназначена для детей в возрасте 7-15 лет. Принимаются в объединение все желающие физически здоровые дети, имеющие склонность к танцевальной деятельности. Она включает в себя материал по основным разделам хореографического искусства:

- ритмика;
- танцевальная азбука;
- репетиционно-постановочная работа.

В первый раздел «Ритмика» включены *танцевальные упражнения под музыку, которые учат чувствовать ритм и гармонично развивают тело*, вводятся элементы и понятия музыкальной грамоты, те, которые встречаются в хореографии.

Во втором разделе «Танцевальная азбука» вводятся элементы экзерсиса, упражнения которого подготавливают к более сложным движениям и физической нагрузке, укрепляют мышцы. Использование различных танцев позволяет развивать координацию ног, корпуса, рук.

Третий раздел «Постановочная и репетиционная работа» пронизывает весь образовательный процесс и имеет целью эстетическое воспитание, развитие творческих и актерских способностей обучающихся, понимание содержательности танцевального образа. В процессе постоянной практики дети сами приходят к выводу, что хореография – это содержательное искусство, требующее умения, техники, выразительности.

Исполнение должно быть естественным, предлагаемый материал – соответствовать не только техническим возможностям обучающихся, но и учитывать их возрастную психологию.

### **Формы занятий:**

- традиционное занятие;
- комбинированное занятие;
- практическое занятие;
- репетиция;
- концерт, открытый урок.
- Каждое занятие включает в себя теоретическую и практическую часть. Основное место отводится практической репетиционной работе.

### **Структура занятия состоит из трех частей:**

- **I часть** включает задания на умеренную моторную двигательную активность: построение, приветствие, комплекс упражнений для подготовки разных групп мышц к основной работе(разминка). По длительности – 1/3 часть общего времени занятия.
- **II часть** включает задания с большой двигательной активностью, разучивание новых движений (упражнения на середине зала, танцевальные движения). По длительности – 2/3 общего времени занятия.
- **III часть** включает музыкальные игры, творческие задания, комплекс упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания. Поклон.

### **Форма организации деятельности воспитанников на занятии:**

- фронтальная;
- в парах;
- групповая;
- индивидуально–групповая;

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
	<b>Вводное занятие</b>	<b>4</b>	<b>-</b>	<b>4</b>
<b>1.</b>	<b>Ритмика</b>	<b>8</b>	<b>12</b>	<b>20</b>
	1.1. Средства и характеристики музыкальной выразительности.	4	8	12
	1.2. Развитие эмоциональной выразительности.	2	4	6
	1.3. Танцевальные жанры.	2	-	2
<b>2.</b>	<b>Танцевальная азбука</b>	<b>18</b>	<b>42</b>	<b>60</b>
	3.1. Изучение танцевальных движений.	6	14	20
	3.2. Основы народного танца.	6	14	20
	3.3. Основы эстрадного танца.	6	14	20
<b>3.</b>	<b>Танцевальные игры</b>	<b>-</b>	<b>20</b>	<b>20</b>
<b>4.</b>	<b>Репетиционная работа</b>	<b>-</b>	<b>40</b>	<b>40</b>
	5.1. Постановка, разучивание и отработка народного танца.	-	20	20
	5.2. Постановка, разучивание и отработка эстрадного танца.	-	20	20
	<b>Итого</b>	<b>30</b>	<b>114</b>	<b>144</b>

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
<b>СЕНТЯБРЬ-ОКТЯБРЬ</b>				
	<b>Вводное занятие.</b>	<b>4</b>	<b>-</b>	<b>4</b>
<b>1.</b>	<b>Ритмика</b>	<b>8</b>	<b>12</b>	<b>20</b>
	1.1. Средства и характеристики музыкальной выразительности.	8	16	24
	1.2. Развитие эмоциональной выразительности.	2	4	6
	1.3. Танцевальные жанры.	2	-	2
<b>ОКТЯБРЬ-ЯНВАРЬ</b>				
<b>2.</b>	<b>Танцевальная азбука</b>	<b>18</b>	<b>42</b>	<b>60</b>
	3.1. Изучение танцевальных движений.	6	14	20

	3.2. Основы народного танца.	6	14	20
	3.3. Основы эстрадного танца.	6	14	20
<b>ФЕВРАЛЬ-МАРТ</b>				
<b>3.</b>	<b>Танцевальные игры</b>	-	<b>20</b>	<b>20</b>
<b>МАРТ-МАЙ</b>				
<b>4.</b>	<b>Репетиционная работа</b>	-	<b>40</b>	<b>40</b>
	5.1. Постановка, разучивание и отработка народного танца.	-	20	20
	5.2. Постановка, разучивание и отработка эстрадного танца.	-	20	20
	<b>Итого</b>	<b>30</b>	<b>114</b>	<b>144</b>

Программа «Танцевальная планета» рассчитана на 1 год обучения. 36 недель. 144 дн. Форма обучения очная. Режим занятий - 60 мин. Количество детей 15-20 чел. Возраст обучающихся 7-15 лет.

#### Методы обучения:

- Словесный (объяснения, беседа, замечания)
- Наглядный (личный показ педагога, показ видеоматериалов, иллюстрации, наблюдение)
- Практический (выполнение упражнений, движений).

#### Ожидаемые результаты

Созданные хореографические народно-сценические и эстрадные композиции. Выступление и участие в мероприятиях, концертах, конкурсах.

#### По окончании года обучения дети должны знать:

- соотнесение пространственных построений с музыкой;
- навыки выворотного положения ног, устойчивости, координации движений;
- такт и затакт;
- простейшую танцевальную терминологию;
- правила постановки корпуса, ног и положение рук, головы у станка;
- понятие о динамических оттенках музыки;

#### Должны уметь:

- распознавать характер танцевальной музыки;
- исполнять элементы и фигуры разных видов танца;
- исполнять разные виды шагов;

- правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку;
  - исполнять навык легкого шага с носка на пятку;
  - выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами;
  - выражать образ в разном эмоциональном состоянии;
- 
- уметь правильно открывать и закрывать руку на талию;
  - танцевать простейшие народные, эстрадные, бальные танцы.

### **Способы определения результативности:**

1. Педнаблюдения.
2. Педагогический анализ.
3. После изучения каждой темы на практических занятиях показать, какие приобрели навыки танцевальной деятельности на середине зала.
4. Контрольные упражнения.
5. Танцевальные композиции.
6. Умение создать сценический образ.
7. Постановка законченного танца.
8. Участие в мероприятиях, конкурсах, концертах.

### **Форма подведения итогов.**

В конце учебного года проводится итоговая аттестация. Аттестация проводится в соответствии с положением аттестации учащихся МБУДОЦДТ.

Цель аттестации - выявление уровня развития способностей и личностных качеств детей и их соответствия прогнозируемым результатам дополнительной общеразвивающей программы.

Итоговая аттестация - форма оценки степени и уровня освоения детьми дополнительной общеразвивающей программы.

Сроки проведения аттестации:

- итоговая аттестация проводится в мае.



Баллы	Уровни владения навыками
10	высокий
9	
8	средний
7	
6	
5	низкий
4	
3	
2	
1	

**Параметры и критерии оценивания  
уровня хореографической подготовки**

Параметры	Критерии
<b>Балетные данные</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- осанка</li> <li>- выворотность</li> <li>- танцевальный шаг</li> <li>- подъем стопы</li> <li>- гибкость</li> <li>- прыжок</li> </ul>
<b>Музыкально-ритмические способности</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- чувство ритма</li> <li>- координация движений:</li> <li>- нервная</li> <li>- мышечная</li> <li>- двигательная</li> <li>- музыкально-ритмическая координация</li> </ul>
<b>Сценическая культура</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- эмоциональная выразительность</li> <li>- создание сценического образа</li> </ul>

Оценке и контролю **результатов обучения** подлежат:

- Осанка. Для занятий танцами кроме хорошего физического развития необходимо выработать правильную осанку. Основа осанки – позвоночник и его соединения с тазовым поясом.

- Выворотность – способность развернуть ноги (в бедре, голени и стопе) наружу. Она зависит от двух факторов: от строения тазобедренного сустава и строения ног. Формирование голени и стопы у детей обычно заканчивается к двенадцати годам.

- Подъем стопы – изгиб стопы вместе с пальцами. Форма подъема (высокий, средний, маленький) находится в прямой зависимости от строения стопы и эластичности связок.
- Танцевальный шаг – способность свободно поднимать ногу на определенную высоту в сторону, назад, вперед при выворотном положении обеих ног.
- Гибкость тела зависит от гибкости позвоночного столба. Степень подвижность определяется строением и состоянием позвоночных хрящей.
- Прыжок, его высота и легкость зависят от силы мышц, согласованности всех частей тела (сгибателей и разгибателей суставов: тазобедренного, коленного, голеностопного, стопы и пальцев).
- Координация движений. Среди двигательных функций особое значение для танца имеет координация движений. Различают три основных вида координации: нервную, мышечную, двигательную.
- Нервная координация определяет чувство ритма, равновесия, различных поз, осанки, запоминание движения и зависит от работы зрительного и вестибулярного аппаратов.
- Для мышечной координации характерно групповое взаимодействие мышц, которое обеспечивает устойчивость тела (при ходьбе, беге и других движениях).
- Двигательная координация – это процесс согласования движений тела в пространстве и во времени (одновременное и последовательное).
- Музыкально – ритмическая координация
- Это умение согласовывать движения тела во времени и пространстве под музыку.
- Эмоциональная выразительность – это наличие актерского мастерства, умение свободно держаться на сцене.

Еще один вид диагностики - контрольная- это подведение итогов освоения изученного материала за год. Проводится в конце учебного года в виде открытого урока.

#### **Уровни развития параметров, определяющих эффективность хореографической подготовки на всех этапах**

Параметр	Уровни		
	Высокий	Средний	Низкий
<b>Танцевальные данные</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Хорошая осанка</li> <li>- Отличная выворотность (в бедрах, голени и стопах)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Не очень хорошая осанка</li> <li>- Выворотность в 2 из 3 суставов</li> <li>- Танцевальный шаг</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Плохая осанка</li> <li>- Выворотность в 1 из 3 суставов</li> <li>- Танцевальный шаг ниже</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Танцевальный шаг от 120<sup>0</sup></li> <li>- Высокий подъем стопы</li> <li>- Очень хорошая гибкость</li> <li>- Легкий высокий прыжок</li> </ul>	<p>90<sup>0</sup></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Средний подъем</li> <li>- Не очень хорошая гибкость</li> <li>- Легкий средний прыжок</li> </ul>	<p>90<sup>0</sup></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Низкий подъем</li> <li>- Плохая гибкость</li> <li>- Нет прыжка</li> </ul>
<b>Музыкально-ритмические способности</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Отличное чувство ритма</li> <li>- Координация движений (хорошие показатели в 3 из 3 пунктов)</li> <li>- нервная</li> <li>- мышечная</li> <li>- двигательная</li> <li>- Музыкально-ритмическая координация - четко исполняет танцевальные элементы под музыку</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Среднее чувство ритма</li> <li>- Координация движений 2 показателя из 3</li> <li>- Музыкально-ритмическая координация – не четко исполняет танцевальные элементы под музыку</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Нет чувства ритма</li> <li>- Координации движений 1 показатель из 3</li> <li>- Музыкально-ритмическая координация – не может соединить исполнение танцевальных элементов с музыкальным сопровождением</li> </ul>
<b>Сценическая культура</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Очень яркий, эмоционально выразительный ребенок, легко и непринужденно держится на сцене</li> <li>- создание сценического образа – легко и быстро перевоплощается в нужный образ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Не очень эмоционально выразительный, есть не большой зажим на сцене</li> <li>- Создание сценического образа – не сразу перевоплощается в нужный образ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Нет эмоциональной выразительности, очень зажат на сцене</li> <li>- Не может создать сценический образ</li> </ul>

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

подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей, дает детям возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности. Эстетическое воспитание помогает становлению основных качеств личности: терпению, активности, самостоятельности, трудолюбию. Программный материал нацелен на развитие ребенка, на приобщение его к здоровому образу жизни в результате разностороннего воспитания (развитие разнообразных движений, укрепление мышц; понимание детьми связи красоты движений с правильным выполнением физических упражнений и др.).

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

### **Вводное занятие.**

Знакомство с искусством хореографии. Беседа с детьми о целях и задачах, о содержании и форме занятий в объединении. План работы. Внешний вид и форма одежды для занятий. Инструкция по технике безопасности и противопожарной безопасности.

### **Ритмика.**

#### **Средства и характеристики музыкальной выразительности.**

Понятие о характере музыки. Темп. Динамика. Акцент. Лад (мажор, минор), умение отражать ладовую окраску в танцевальных движениях. Метроритм, пульсация в музыке, динамика в музыке. Такт. Ритмический рисунок, паузы. Строение музыкального произведения, части произведения (вступление, куплет, припев), фраза, кульминация, повторение. Начало и конец музыкального предложения.

#### **Эмоциональная выразительность.**

Изучение происходит в процессе урока танца на музыкальном материале танцевальных упражнений, музыкальных игр, танцевальных композиций. Музыкальные произведения тщательно подбираются совместно с концертмейстером. Они должны быть просты и доступны для детского восприятия по стилю, жанру и характеру, иметь яркую, выразительную мелодию, четкий метроритмический рисунок и, как правило, быть квадратными по форме.

Также во время урока танца происходит знакомство с основами актерского мастерства. Для переключения внимания во время краткого отдыха от физической нагрузки необходимо объяснить детям анатомические особенности строения лица, работу мышц лица и их назначение для выражения человеческих эмоций (улыбка, скорбь, удивление, боль, угроза, рыдание, размышление и т.д.).

Осознать это помогут игровые задания на передачу эмоциональных состояний: радостно - грустно, вкусно - невкусно, весело - страшно, интересно - неинтересно, любопытно - безразлично и т.п.

Подобным же образом в игровой форме происходит знакомство воспитанников анатомией частей тела - суставов и мышц, объяснив особенности их работы в процессе выполнения

тех или иных движений. Эти знания помогут детям более осознанно усваивать танцевальные па и избегать возможных травм.

### **Танцевальные жанры.**

Знакомство с танцевальными жанрами: народный танец (хоровод, пляска), классический танец, эстрадный танец.

### **Танцевальная азбука.**

Мелодия и движение. Контрастная музыка: быстрая - медленная, веселая - грустная. Правила и логика построений из одних рисунков в другие, логика поворота вправо и влево. Соотнесение пространственных построений с музыкой. Умение согласовывать движения со строением музыкального произведения. Навыки двигательного воспроизведения ритмических рисунков. Навыки сочетания музыкально-ритмических упражнений с танцевальными движениями. Поклоны. Изучение позиций рук, ног. Ориентирование в пространстве. Основные ходы: простой сценический шаг с носочка; переменные ходы; шаги на подскоках с переступанием; бег на полупальцах; шаги с хлопками; шаги с выносом ноги на воздух; шаг галоп; приставной шаг.

### **Изучение танцевальных движений.**

Разучивание поклона, постановка корпуса. Изучение позиций ног, рук. Перенос тяжести тела с одной ноги на другую. Выработка осанки, выворотности, эластичности голеностопного, коленного и тазобедренного суставов.

- Demiplier и Grandplier со всех позиций;
- Battementtandu;
- Ronddejambe;
- Grandbattementjete.

Отработка позиций рук, ног, корпуса, головы в танце. Тренинг танцевальной пластики. Отработка исполнительского мастерства.

Постановка корпуса в народной хореографии, изучение позиций ног, рук. Разучивание шага из 1 свободной позиции, подскоки на месте и с продвижением вперед и по кругу, галоп по линии и по кругу, в парах и по одному.

Изучение несложных комбинаций, работа на середине. Характерные движения и танцевальные этюды разных национальностей. Народный экзерсис.

### **Движения, ход в русском народном танце:**

Ходы:

-всей ступнёй;

-с каблука;

-боковые ходы;

-с перескоком;

-с ударом полупальцами;

- «моталочка»;

-шаг с притопом, «ковырялочка», переменный шаг, подскоки.

Изучение танцевальных комбинаций на шагах в русском характере. Переменный ход вперед, назад; хлопущки, присядка - «мяч» для мальчиков; Ход с подскоком и ударом носка, марш с руками. Комбинированный танцевальный бег. Прыжки по 6 позиции, с поджатыми ногами, прыжки с поворотом на 180 градусов.

Настроение и характер. Хороводы. Положение рук в парном танце. Движение рук: переводы в различные положения.

### **Основы эстрадного танца.**

Динамические оттенки в музыке. Лад (минорный, мажорный). Ритмические рисунки в движении.

Разучивание эстрадного экзерсиса. Движения на пластику, координацию. Прыжки. Прыжки с разножкой. Прыжки с поджатыми ногами. Прыжки с полуповоротом. Изучение «волны»; боковая «волна»; «волна», выполняемая вперед. Разминка на середине зала с усложненной координацией. Танцевальные комбинации на музыку с различными темпами. Координационные комбинации с включением движений бедер, маховых элементов. Комбинации с продвижением вперед, назад, вправо, влево. Упражнения, исполняемые на коленях. Разножки. Движения на координацию; прыжки; перестроение из одного рисунка в другой; движения по кругу, танцевальные движения в образах. Танцевальные этюды.

### **Репетиционная работа.**

#### **Постановочная работа.**

Танцевальный номер. Танцевальный образ и манера исполнения движений.

Изучение хореографической композиции на основе изученного материала по данному танцу. Отработка позиций рук, ног, корпуса, головы в танце. Тренинг танцевальной пластики. Отработка исполнительского мастерства. Концертная деятельность. Участие в конкурсах.

### **Итоговое занятие.**

Проведение аттестации. Участие в концертах. Анализ деятельности группы за год (освоение программного материала, результаты участия в концертах, мероприятиях, конкурсах, личностный рост воспитанников).

## МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

№	Раздел	Тип занятий	Методы и приемы	Дидактическое и материально-техническое оснащение
	Введение в программу	Беседа	Наглядный	Дидактические таблицы.
1.	<b>Ритмика</b>	Беседа, игра	Метод показа, метод программированного обучения	Дидактические таблицы, ноутбук с аудио- и видеоматериалами по теме, тестовые таблицы.
2.	<b>Танцевальная азбука</b>	Объяснение, беседа, демонстрация материала учителем, практическая работа, самостоятельная работа, игра.	Инструкция, показ, демонстрация, тренинг.	Дидактические таблицы по теме, ноутбук, фото-, аудио- и видеоматериал по теме, станки и зеркала в танцзале.
3.	<b>Танцевальные игры</b>	Объяснение, беседа, демонстрация, игра.	Формирование и активизация восприятия, памяти и воображения.	Ноутбук с аудиоматериалами, инвентарь для игр.
4.	<b>Репетиционная работа</b>	Практическая работа, объяснение и демонстрация материала педагогом, самостоятельная работа, игра.	Создание проблемных и поисковых ситуаций, контроль, самоконтроль.	Ноутбук, аудио-, видеофайлы.

Методическое обеспечение программы включает: формы, приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса; дидактический, лекционный, методический материал; материально-техническое оснащение занятий.

### Группы форм организации образования:

- По дидактической цели – вводное занятие; обучающее занятие; занятие по углублению знаний; практическое занятие; занятие по систематизации и обобщению знаний; по контролю знаний, умений, навыков; комбинированные занятия.

- По особенностям коммуникативного взаимодействия педагога и детей – коллективно-творческое занятие, индивидуальное занятие, беседы, семинар, практикум, экскурсия, мастерская, конкурс, фестиваль, отчетный концерт, открытое занятие.

Основной формой организации образовательного процесса является групповое занятие. Структура занятий включает в себя три основные части: подготовительную, основную, заключительную.

#### **Методы обучения:**

- Словесный (устное изложение, беседа, объяснение, анализ)
- Наглядный (личный показ педагогом приемов исполнения, фото- и видеоматериалы)
- Практический (тренинг, выполнение движений)

#### **Условия реализации программы**

1. Материально - технические.

2. Психолого – педагогические.

**Для проведения занятий по хореографии необходима следующая материально-техническая база:**

- Учебный класс для занятий – хорошо проветриваемое и освещенное помещение;
- Наличие оборудования для зала (зеркала, станки, шкафы и стеллажи для хранения дидактических пособий и учебных материалов, столы, стулья, скамейки, коврики, мультимедийная система);
- Наличие у детей специальной формы и обуви для танцев;
- Комнаты для переодевания мальчиков и девочек;
- Комната для хранения сценических танцевальных костюмов реквизита и сценической обуви;
- Музыкальное сопровождение - технические средства обучения: звуко-техническое и видеооборудование (компьютер, музыкальный центр, USB носители);
- Наличие сценических костюмов для концертных номеров;
- Информационное обеспечение: списки рекомендуемых учебных изданий, дополнительной литературы.

Основные источники: сайты интернета, наглядные пособия.

#### **Психолого – педагогические условия реализации программы**

Для осуществления данной программы педагог должен иметь:

- специальное хореографическое и педагогическое образование;
- стаж работы с детьми;
- знания особенностей физического и психологического развития школьников разной возрастной категории;
- иметь опыт работы по различным направлениям хореографического искусства;



- педагог должен быть психологом, внимательно относиться к индивидуальности каждого ребёнка, должен быть гибким в плане построения занятия;
- необходим тесный контакт с родителями;
- педагог должен чувствовать настроение детей, их устремления, желания и возможности, в то же время, сам должен быть творческой, высоко духовной личностью, иметь широкий кругозор, идти в ногу со временем.

### **Методические рекомендации педагогическим работникам.**

Основной формой учебной и воспитательной работы по Программе является урок в классе. Обычно он включает проверку выполненного задания, совместную работу педагога и ученика по выполнению гимнастических упражнений, рекомендации педагога относительно способов самостоятельной работы обучающегося.

Форма урока определяется конкретными задачами, стоящими перед обучающимися, а также сложившимися в процессе занятий отношениями обучающихся и педагога. Преподаватель должен следовать дидактическим принципам последовательности, постепенности, доступности, наглядности в освоении материала.

Необходимым условием для успешного обучения ритмике является формирование правильной постановки корпуса, рук, ног и головы. С первых же уроков полезно рассказывать детям об анатомическом строении тела, роли физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни.

Преподаватель помогает обучающимся увидеть образ движения. Показом надо пользоваться умело, не злоупотребляя им. Так, нет смысла демонстрировать движение, которое хорошо известно. Это снижает интерес к занятиям и не способствует развитию памяти.

Важно постоянно стимулировать работу над совершенствованием исполнительской техники, координации движений и ловкости, которые необходимы при выполнении любого гимнастического упражнения.

Педагог не только обучает детей правильно и красиво двигаться, но и прививает им навыки культурного поведения. Результативность во многом зависит от подбора репертуара, который соответствует возрастным особенностям. Практика показала, какое большое значение имеют уроки ритмики – они позволяют подготовить детей к более сложным танцевальным этюдам старших классов.

### **Список используемых источников:**

**Для педагога:**

1. Базарова Н.П. Классический танец. Методика обучения... - Л., Искусство, 1975.
2. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца: Учебно-методическое пособие. 2-е изд. - Л.: Искусство. 1983. -207 с.

3. Барышникова Т. Азбука хореографии. Методические указания в помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студий. - СПб.: «Люкси» «Респекс». - 256 с, ил.
4. Бахрушин Ю. А. История русского балета. Учебное пособие для ин-тов культуры, театр., хореогр. и культ.-просвет, училищ. Изд. 2-е. - М., «Просвещение», 1973.
5. Блок Л.Д.Классический танец. - М. 1987.
6. Бекина С. И. И другие. Музыка и движение (упражнения, игры и пляски для детей с 7 лет): из опыта работы муз. руководителей дет. садов/Авт.-сост.: С. И. Бекина, Т.П. Ломова, Е.Н.
7. Бочкарёва Н. И. Ритмика и хореография: учебно-методический комплекс для хореографических отделений школ, гимназий, ДМШ, школ искусств.- Кемерово.-Кемеровск.гос. академия культуры и искусств, 2000.-101 с.
8. Ваганова А. Я.Основы классического танца.-Л.Искусство, 1980.
9. Ванслов В. Балеты Григоровича и проблемы хореографии. М. 1971.
10. Варга Т.Л., Саввиди И.Я. и др. Образовательная программа школы-студии «Фуэте». – Томск, ДТДиМ, 2009.
11. Возрастная и педагогическая психология. Учеб. Пос. для ст-в пед. ин-ов. Под ред. проф. А.В. Петровского. - М.: 1987.
12. Востриков А.А. Технология и методика культуры эмоции и чувств. Ч. - 1, 42 Томск, 1994.

Литература для родителей:

1. Голейзовский К. Образы русской народной хореографии. – М., 1974.
2. Климов А. А. Основы русского народного танца: Учебник для студентов вузов искусств и культуры. - М.: Издательство Московского института культуры. 1994. - 320с, с ил.
3. Костровицкая В. 100 уроков классического танца. - Л., 1980.
4. Костровицкая В., Писарев А. Школа классического танца. - Л: Искусство, 1968. 260с.
5. Леонов Б.. Музыкальное ритмическое движение. Минск, 1971.
6. Нешевский Н.П. Изобразительное искусство и худ. труд. – М.: Просвещение, 1995.
7. Теория и методика классического танца. Программа по специальности 05.07.00 «Педагогика и хореография». - М: ГИТИС, 1998.

**Литература для воспитанников:**

1. Балет. Энциклопедия. - М.: Советская энциклопедия, 1981.
2. Блок В.М. и Португалов К.П. Русская и советская музыка. – М.: Просвещение, 1977.
3. Блок Д.Д. Классический танец. История и современность. – М: Искусство, 1987.
4. Бочарникова Э, Иноземцева Г. Тем, кто любит балет. - М.:Русский язык, 1987.
5. Ваганова А.Я. Основы классического танца. – СПб.: Издательство «Лань». 2001
6. Гваттерини М. Азбука балета. – М., 2001.
7. Детская энциклопедия «Балет», М.: Астрель Аст 2001.
8. Дени Г., Дассевиль Л. Все танцы. – Киев: Музыка, 1983.

9. Дешкова И. Загадки Терпсихоры. – М: Детская литература, 1989.
10. Колесникова А.В. Бал в России: XVIII – начало XX века. – СПб.: Азбука-классика, 2005.
11. Комиссаржевский Ф.Ф. История костюма. – Мн.: Современ.литератор, 1999.
12. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - Ярославль: Академия развития, 2000.