

ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА СУДАКА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ
«СУДАКСКИЙ ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ЮНОШЕСКОГО ТВОРЧЕСТВА»
ГОРОДСКОГО ОКРУГА СУДАК

ОДОБРЕНА

Педагогическим советом
протокол от 27.03.2023 г. № 3

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ ДОД
«Судакский ЦДЮТ»
городского округа Судак
Е.Г. Потехина
Приказ от 27.03.2023 г. № 34/1



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
АНСАМБЛЯ ТАНЦА «ГРАЦИЯ»

Направленность:

художественная

Срок реализации программы:

2 года

Вид программы: модифицированная

Уровень: стартовый, базовый

Возраст обучающихся: 5 – 12 лет

Составитель:

Жицкая Яна Олеговна,

педагог дополнительного образования

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа является модифицированной. Разработана на основе программы по ритмической пластике А.И. Бурениной «Ритмическая мозаика», 4-е изд. СПб:Фонд ПЦТП «Аничков мост» в соответствии с ФГОС ДО, 2021 г.

В настоящее время основой разработки дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ является следующая **нормативно-правовая база**:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в действующей редакции);
- Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в действующей редакции);
- Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»;
- Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 г. № 474 «О национальных целях развития России до 2030 года»;
- Национальный проект «Образование» - ПАСПОРТ утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 г. № 16);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р;
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» - ПРИЛОЖЕНИЕ к протоколу заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 г. № 3;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказ Минобрнауки России и Минпросвещения России от 05.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Об образовании в Республике Крым: закон Республики Крым от 06.07.2015 г. № 131-ЗРК/2015 (в действующей редакции);

- Распоряжение Совета министров Республики Крым от 11.08.2022 г. № 1179-р «О реализации Концепции дополнительного образования детей до 2030 года в Республике Крым»;
- Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 03.09.2021 г. № 1394 «Об утверждении моделей обеспечения доступности дополнительного образования для детей Республики Крым»;
- Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 09.12.2021 г. № 1948 «О методических рекомендациях «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ»;
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые), разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет». ФГАУ «Федеральный институт развития образования» и АНО дополнительного профессионального образования «Открытое образование», письмо от 18.11.2015 г. № 09-3242;
- Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей, письмо Министерства образования и науки РФ от 29.03.2016 г. № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций»;
- Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 20.02.2019 г. № ТС – 551/07 «О сопровождении образования обучающихся с ОВЗ и инвалидностью»;
- Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 30.12.2022 г. № АБ-3924/06 «О направлении методических рекомендаций «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 Минпросвещения России от 19.03.2020 г. № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций»;
- Устав МБОУ ДОД «Судакский ЦДЮТ» городского округа Судак;
- Образовательная программа МБОУ ДОД «Судакский ЦДЮТ» городского округа Судак.

Направленность программы – художественная. Образовательная программа по содержанию является художественно направленной на обучение основам хореографического искусства, развитие общефизических, артистических, исполнительских способностей, а также воспитание высоких эстетических критериев, необходимых для достижения гармоничного социального, интеллектуального и нравственного развития индивида.

Актуальность данной программы состоит в том, что на сегодняшний день существует особое внимание к различным аспектам культуры, искусства и здорового образа жизни, особенно при отношении к детям, которые являются будущими представителями общества. Получение общих эстетических, моральных и физических знаний и навыков позволяет обеспечить укрепление психического и физического здоровья. Ведь хорошая физическая форма, интерес к искусству и культуре дополняют друг друга и неразделимы, поэтому необходимо их развивать параллельно.

Одним из важных факторов, необходимых для достижения успеха в данном направлении, является возможность приобщения детей к общечеловеческим ценностям, таким как творчество, терпимость, уважение и многие другие. Это дает возможность достижения личностного роста каждого ребенка в современном обществе и наращивание их способностей во всех сферах жизни. Ведь умение ценить прекрасное, понимать

моральные ценности и заботиться о своем теле и здоровье позволяет детям стать членами здорового общества, полного жизненных удовольствий и достижений. В процессе обучения, ребята знакомятся с разными стилями танцевального искусства, основами хореографии посредством занятий у станка, изучения классического экзерсиса, развивают гибкость, растяжку, пластику во время занятий партерной гимнастикой на ковриках, углубляются в историю своего народа через изучение народных танцевальных композиций, осваивая различные виды танцевальной деятельности, участвуют в концертах, флешмобах, массовых культурных мероприятиях; сами создают импровизационные танцевальные постановки. Данная программа способствует социальному, культурному развитию и творческой самореализации личности обучающихся.

Новизна программы в том, что в ней учтены и адаптированы к возможностям детей разных возрастов основные направления танца и пластики, включающие: гимнастику, ритмику, классический, историко-бытовой, народно-сценический и современный танец. В программе суммированы особенности программ по перечисленным видам танца, что позволяет ознакомить обучающихся со многими танцевальными стилями и направлениями. Такой подход направлен на раскрытие творческого потенциала и темперамента детей, а также на развитие их сценической культуры.

Отличительной особенностью программы является то, что она ориентирована на развитие творческого потенциала и танцевальных способностей учащихся разных возрастных групп с учетом индивидуальных потребностей учащегося. Программа направлена на синтез классической, народной, историко-бытовой и современной хореографии, а также включает набор интегрированных дисциплин, которые помогают учащимся адаптироваться к репетиционно-постановочной работе. Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения, что позволяет выстроить индивидуальный план развития каждого обучающегося.

Педагогическая целесообразность программы определена тем, что планируемый учебно-воспитательный процесс нацелен на изучение воспитанниками выразительной палитры движений танца, на знание законов драматургии, на примере классических и современных балетов, на избавление от физических зажимов, развитие физической выносливости и творческой активности средствами свободной импровизации, расширение кругозора в стилях и современных течениях музыкальной культуры. Занятия улучшают душевное состояние ребенка, формируют характер, наделяя его лучшими качествами: упорством, терпением, дисциплинированностью, чувством ответственности, умением преодолевать трудности. Все эти необходимые качества приобретаются на занятиях и переносятся воспитанниками из танцевального класса в другие сферы деятельности детей. Задачи педагога – в доступной форме дать знания основ танцевального искусства, теории, истории возникновения, развить практические исполнительские навыки. Также научить создавать собственные танцевальные композиции.

1 год обучения включает занятия по разделам: «Гимнастика», «Ритмика», «Танец».

Обучающемуся ансамбля танца «Грация» необходим самый высокий уровень прочности опорно-двигательного аппарата, его костно-суставной и мышечной систем. Эти системы обеспечивают связь отдельных частей тела между собой. Если двигательный аппарат окажется недостаточно подготовленным, тело будет стесненным в движении, негибким, маловыразительным.

Конечная цель занятий гимнастикой состоит в том, чтобы постепенно привести организм обучающегося к таким изменениям, которые делают его способным к значительным физическим напряжениям. Исходя из анатомо-физиологических особенностей детей дошкольного возраста, подобраны такие упражнения, которые целенаправленны по воздействию и призваны развить организм, укрепить его, усовершенствовать, оздоровить. Занятия по ритмике способствуют развитию общей музыкальности и чувства ритма и, что особенно важно для детей младшего возраста,

координации движений и переключению ребенка на активные виды деятельности, снятию утомления от неподвижного сидения, психологическому раскрепощению ребёнка, формированию уверенности в своих силах. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я». Занятия танцем формирует правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актерском мастерстве.

Используемый музыкальный материал (произведения популярной инструментальной и симфонической музыки) подбирается с учетом возрастных особенностей детей.

В основу первого года обучениялагается игровое начало. Игра становится органичным компонентом занятия. При обучении танцу игра не является наградой или отдыхом после нелегкой или скучной работы, скорее труд возникает на почве игры, становится ее смыслом и продолжением.

Работа по программе на данном этапе направлена на развитие мышечной памяти, необходимой для занятий хореографией, эмоциональной сферы и творческого воображения ребенка; к формированию у него "непреодолимого желания выразить себя" (Э.Жак-Далькроз).

2 год обучения включает занятия по разделам: «Классический танец», «Народно-сценический танец», «Историко-бытовой танец», «Современный танец». Дополнительно дети знакомятся с музыкальной грамотой и актёрским мастерством. На одном занятии могут изучаться элементы классического, историко-бытового, народного и современного танца, исполняться задания на импровизацию. Руководитель строит работу таким образом, чтобы не нарушать целостный педагогический процесс, учитывая тренировочные цели, задачи эстетического воспитания и конкретные перспективы коллектива.

На 2 году обучения:

- увеличивается уровень предъявляемых требований с учетом психологических особенностей учащихся данного возраста, а также большее внимание уделяется индивидуально-личностному развитию обучающихся;
- основной упор делается на повышение профессионального мастерства и творческого самовыражения;
- происходит совершенствование полученных знаний, изучение классического экзерсиса как основы правильного физического развития и ритмического воспитания ребенка, освоение репертуара историко-бытовых и массовых балльных танцев, изучение и исполнение народных танцев, знакомство с многообразием и разнообразием современных танцевальных направлений;
- продолжается начатая на первом этапе работа по развитию исполнительского мастерства и воспитанию способности к танцевально-музыкальной импровизации;
- определяются воспитанники, которые проявили интерес и способности к отдельным хореографическим жанрам, высказали желание продолжить свое образование;
- совершенствуя свои знания в избранном жанре, дети активно осваивают репертуар;
- активнее начинает развиваться творческое воображение у детей, что является важнейшим условием овладения основами актерского мастерства, творческой самореализации.

Адресат программы:

Возраст обучающихся – 5 – 12 лет. Группы формируются в зависимости от возрастных и психологических особенностей обучающихся.

1 год обучения – дети 5 – 7 лет;

2 год обучения – дети 8 – 12 лет.

Предлагаемые в программе виды деятельности являются целесообразными для детей 5 – 7 и 8 – 12 лет, так как учтены психологические особенности их возраста, уровень умений и навыков обучающихся данного возраста.

Объем и срок освоения программы:

Программа рассчитана на 2 года обучения. Всего за период обучения – 216 часов.
Количество часов по годам обучения:

- 1 год обучения – 72 часа;
- 2 год обучения – 144 часа.

Уровень программы: стартовый, базовый.

Формы обучения:

Занятия проводятся в очной форме или с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Количественный состав групп – 15 – 20 человек.

Формы проведения занятий:

Учебные занятия проводятся в свободное от занятий в общеобразовательных учреждениях время в очной форме или с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий по расписанию, утвержденному директором МБОУ ДОД «Судакский ЦДЮТ» городского округа Судак. ЦДЮТ решает проблему развития мотивации личности к познанию и творчеству через реализацию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ для детей, используя следующие формы организации учебного процесса: учебные занятия, конференции, экскурсии, открытые учебные занятия, туристические походы, учебные игры, консультации, выставки, конкурсы, массовые мероприятия, акции и т.д. ЦДЮТ организует работу со школьниками в каникулярное время. Формы и время проведения занятий воспитанников в учебных группах в каникулярное время может проводиться по отдельному плану и расписанию, которые утверждаются приказом директора Учреждения. Во время летних каникул учебный процесс продолжается также по отдельному плану в форме развлекательно-игровых программ, мероприятий различной направленности, экскурсий, походов, экспедиций и т.д.

Особенности организации образовательного процесса

Организация образовательного процесса происходит в группах обучающихся одного возраста (одновозрастные), являющиеся основным составом объединения, в соответствии с учебными планами.

Состав групп постоянный.

Занятия в полном составе группы (групповые занятия) или по подгруппам (мелкогрупповые занятия) в количестве не менее 5 человек.

Групповое занятие – наиболее оптимальная форма работы объединения. Занятие состоит из трех частей: подготовительной, основной и заключительной.

Подготовительная часть включает в себя проверку готовности обучающихся к занятию, вводный инструктаж, технику безопасности, разминку.

В основной части занятия стоит задача овладения теоретическими знаниями и практическими навыками по Программе.

В заключительной части подводятся итоги занятия, даётся оценка выполненной работы группы.

Музыкальное сопровождение на занятии используется для поддержания работоспособности учеников, способствует слаженности выполнения упражнений и танцевальных элементов, дисциплинирует учащихся.

Виды занятий определяются содержанием Программы и предусматривают: теоретические и практические занятия, мастер-классы, конкурсы, концерты, самостоятельная работа, творческие соревнования.

Наиболее подходящей формой для реализации данной программы является форма ансамбля из 6 групп. Состав участников в группе – 15 - 20 человек. Группы делятся по возрасту, физическим особенностям (рост, вес), способностям детей.

Программа предусматривает сочетание как групповых, так и индивидуальных занятий, встречи с интересными людьми, по возможности – посещение Дома культуры, музеев и других учреждений культуры; совместную работу педагога, родителей и детей.

Основная форма образовательной работы с детьми: музыкально-тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка.

Занятия включают чередование различных видов деятельности: слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения. Беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития детей. На этих занятиях дети получают информацию о хореографическом искусстве, его истории развития и традициях.

Содержание занятий направлено на обеспечение разносторонней подготовки учащихся на основе требований хореографических и музыкальных дисциплин.

Учебный материал для занятий обширен, основное его содержание составляет упражнения для развития двигательных качеств и упражнения тренировочного характера. Это связано с тем, что одна из задач работы — развитие и совершенствование танцевальных способностей, умений и навыков. Данная программа состоит из отдельных танцевальных направлений, но в связи со спецификой обучения в ансамбле танца «Грация» МБОУ ДОД «Судакский ЦДЮТ» границы их сглаживаются. На одном и том же занятии происходит изучение различных элементов и танцевальных техник, которые используются в подготовке текущего репертуара. В программу каждого учебного года вводится теоретический материал, соответствующий содержанию основных разделов.

Теоретическая часть каждого раздела содержит перечень знаний, получаемых в процессе обучения: знания по музыкальной грамоте и выразительному языку танца, знания о характерных чертах и истории танца различных эпох и народов, знания по музыкальному этикету. В практическую часть входит перечень умений и навыков: упражнений, движений, танцев.

Режим занятий

Расписание занятий составляется в соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями. Продолжительность одного учебного (академического) часа составляет 45 минут.

Рекомендуемый режим занятий:

- группа первого года обучения (72 часа) – 2 раза в неделю по 1 часу;
- группа второго года обучения (144 часа) – 2 раза в неделю по 2 часа.

Продолжительность учебного занятия:

30 – 35 минут для воспитанников до 8 лет;

45 минут для остальных обучающихся.

Учебная нагрузка обучающихся по возрасту:

младший – 2 часа в неделю – групповые;

средний – 4 часа в неделю – групповые.

Учебные группы по возрасту:

младший – 5-7 лет

средний – 8-12 лет

Родительские собрания проводятся 1 - 2 раза в год.

1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель Программы – планомерное раскрытие творческих способностей детей, основанное на создании условий в постановках хореографических композиций для гармоничного развития и успешной личностной реализации.

Цель первого года обучения – развивая у детей пластику, правильную осанку, музыкальность, чувство ритма, подготовить организм обучающихся к значительным физическим нагрузкам для того, чтобы они могли получить более яркие эстетические впечатления при исполнении танца.

Цель второго года обучения – раскрытие творческих способностей и эстетического вкуса детей через освоение разных видов танцевальной деятельности.

Задачи Программы:

Образовательные (предметные, обучающие):

- дать представление об элементах гимнастики, ритмики, а также основных направлениях хореографии: классический танец, народно-сценический танец, историко-бытовой танец, современный танец;
- обеспечить практическое применение теоретических знаний в области различных танцевальных техник;

Метапредметные (развивающие) задачи подразумевают постепенное физическое совершенствование и привитие специальных навыков:

- координации;
- ловкости;
- силы;
- выносливости;
- гибкости;
- правильной осанки, являющейся условием здорового позвоночника;
- музыкально-пластической выразительности;
- активизации специфических видов памяти: моторной, слуховой и образной.

Личностные (воспитательные):

- воспитать качества инициативности, целеустремленности, ответственности по отношению к своему и чужому труду;
- помочь в формировании художественного вкуса, эмоционально-ценностного отношения к искусству;
- сформировать готовность к социальному и профессиональному самоопределению;
- привить эстетический подход к внешнему виду и окружающей среде;
- обеспечить социализацию детей в коллективе и способствовать возникновению уважительных отношений между обучающимися;
- способствовать формированию творческой личности.

1.3. ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ ПРОГРАММЫ

Воспитательная работа в рамках программы направлена на воспитание чувства патриотизма и бережного отношения к природе, русской культуре, народным традициям; уважение к культуре других стран и народов.

Для решения поставленных воспитательных задач и достижения цели программы, воспитанники привлекаются к участию (подготовке, проведению) в мероприятиях объединения, учреждения, города, республики: беседах, мастер-классах, концертах, конкурсах, соревнованиях.

Предполагается, что в результате проведения воспитательных мероприятий будет достигнут высокий уровень сплоченности коллектива, повышения интереса к занятиям и личностного уровня.

Приоритетными принципами построения воспитательной работы хореографической студии являются:

1. Принцип целостности в воспитании.

Надо научиться понимать и принимать ребенка как неразрывное единство биологического и психического, социального и духовного, рационального и иррационального. Признать равно важными для общества и лично значимыми для индивида все ипостаси человеческого. Принцип культуросообразности. Соответствие этапов вхождения личности в пространство культуры этапам вхождения в пространство культуры человека

2. Принцип природосообразности. Все принять таким как есть, не ломать ребенка, а развивать.

3. Принцип воспитания творческой личности ребенка. Все дети талантливы, только талант у каждого свой, но его надо найти. Поэтому, исходная позиция руководителя к воспитаннику – доверие, опора на имеющийся у него потенциал, поиск и развитие его дарований, любознательности, способностей, стимулирование внутренних сил ребенка, создание условий для раскрытия творческих способностей.

4. Принцип опоры на детское самоуправление. Этот принцип предусматривает создание условий для социального становления обучающихся. Это обеспечивается включением их в решение сложных проблем взаимоотношений, складывающихся в коллективе. Создается обстановка, при которой каждый ребенок ощущает сопричастность к решению важных задач, стоящих перед педагогом и воспитанниками. Через свое участие в решении проблем ребята вырабатывают качества, необходимые для преодоления сложностей социальной жизни. Совместное участие в мероприятиях, поездках, походах, соревнованиях, фестивалях, конкурсах, концертных программах сближает воспитанников, родителей, позволяя детям раскрыться в любых ситуациях. Детское самоуправление – форма организации жизнедеятельности коллектива ребят, обеспечивающая развитие их самостоятельности в принятии и реализации решения для достижения общественно значимых целей, достижения побед на фестивальных и конкурсных мероприятиях. Благодаря детскому самоуправлению возможно использовать проектную деятельность при создании хореографических постановок.

5. Принцип сотрудничества. Стремление ребенка удовлетворить свои потребности и желание педагога сделать все от него зависящее для организации необходимых условий для этого образуют вместе необходимое единство целей руководителя детской хореографической студии и воспитанника. Воспитательная работа строится на отношениях партнерства, уважения и доверия. Разговор с ребенком идет с позиции: «Ты хочешь признания, уважения товарищей? Прекрасно, давай подумаем вместе, как этого достичь, что для этого нужно и что этому мешает».

Осуществляется совместный поиск истины через взаимодействие: семьи, учреждения дополнительного образования и общества.

1.4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

УЧЕБНЫЙ ПЛАН группы 1-го года обучения (72 часа)

№	Танцевальные направления, разделы, темы	Из них		Всего	Форма аттестации (контроля)
		Теория	Практика		
1.	Вступительное занятие	2	-	2	Опрос
	РАЗДЕЛ 1. ГИМНАСТИКА	6	12	18	
2.	Теория дисциплины «Гимнастика»	2	-	2	Тестирование
3.	Элементы партерной гимнастики	2	8	10	Открытое показательное занятие для родителей
4.	Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов	2	4	6	Открытое показательное занятие для родителей
	РАЗДЕЛ 2. РИТМИКА	6	12	18	
5.	Теория дисциплины «Ритмика»	4	-	4	Тестирование
6.	Музыкально-ритмические игры	2	12	14	Игровое задание
	РАЗДЕЛ 3. ТАНЕЦ	10	22	32	
7.	Теория дисциплины «Танец»	2	-	2	Опрос в игровой форме
8.	Ориентационно-пространственные упражнения	4	10	14	Задание для самостоятельного выполнения
9.	Танцевальные элементы	4	12	16	Импровизационное задание
10.	Итоговое занятие	-	2	2	Отчетный концерт
	Всего часов	24	48	72	

Содержание программы 1 года обучения (72 часа)

1. Вступительное занятие – 2 часа.

Теория:

- знакомство с обучающимися;
- знакомство с Программой обучения;
- знакомство с Правилами внутреннего распорядка для воспитанников;
- вводный инструктаж по технике безопасности;
- организация рабочего процесса.

Раздел 1. Гимнастика – 18 часов.

2. Теория дисциплины «Гимнастика» – 2 часа.

Теория:

Основные задачи гимнастики:

- укрепление опорно-двигательного аппарата;
- развитие силы мышц, укрепление суставов и повышение их подвижности;
- развитие выносливости и постановка дыхания;
- выработка навыков высокой культуры движений.

3. Элементы партерной гимнастики (исполняются на гимнастических ковриках) – 10 часов.

Теория:

- развивающие функции партерной гимнастики;
- правила выполнения упражнений на полу.

Практика:

- *Упражнения, развивающие подъем и выворотность стоп.*
 - «Зайчик»: вытягивание и сокращение стоп вместе и попеременно;
 - «Рисуем круги»: круговые движения стопой.
 - «Цветок»: сократить стопы, раскрыть, стараясь прижать мизинцы к полу, закрыть, вытянуть стопы.
- *Упражнения, укрепляющие мышцы спины и развивающие гибкость позвоночника.*
 - «Лодочка»: лёжа на животе, поднимаем поочередно руки и ноги, качаясь.
 - «Корзинка»: лёжа на животе прогибаем спину назад, ноги согнуты, нужно достать головой до ног;
 - «Колечко»: лёжа на животе, ноги согнуть в коленях, обхватить ноги руками, прогнуть спину.
- *Упражнения укрепляющие мышцы брюшного пресса.*
 - «Ёжик»: лёжа ровно на спине, руки вытянуты вверх, резко поднимаем корпус к согнутым коленям (ёжик свернулся в клубок);
 - «Ножницы»: лёжа на спине, приподнять ноги на 45 градусов, скрещивать и разводить в стороны;
 - «Велосипед»: лёжа на спине, поочередно сгибаем и разгибаем колени, как будто крутим педали.
- *Упражнения, развивающие подвижность тазобедренных суставов и развитие балетного шага.*
 - «Бабочка»: сидя на попе, ноги согнуть в коленях и развести в стороны: «пружиним» к полу;
 - «Неваляшка»: из положения «Бабочка» качаемся из стороны в сторону, руки держат носки.

- «Птичка села на ветку»: стоя на одном колене, руки развести в стороны, скользим стопой вытянутой ноги по полу, садясь в полушпагат.

- *Упражнения на растягивание мышц и связок.*

- «Книжка»: Сидя на полу, поднять руки вверх, опустить руки к стопам, живот прижать к коленям;

- «Кукла»: сидя на полу, ноги развести широко, делать наклоны по-очереди к ногам, затем вперёд, живот прижимаем к полу;

- «Пенёк»: лежа на спине закидываем ноги за голову.

4. Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов (исполняются на середине зала) – 6 часов.

Теория:

- изучение упражнений, развивающие функции и правила выполнения данных упражнений.

Практика:

- *Упражнения для развития шеи, плечевого и поясничного поясов.*

- повороты головы в положении «направо», «прямо», «налево»;

- наклоны и подъемы головы в положениях «прямо», «направо», «налево»;

- круговые движения головой;

- поднимание и опускание плеч вместе и поочередно;

- наклоны корпуса в стороны, вперёд.

- *Упражнение для развития плечевого сустава и рук.*

- разведение рук в стороны;

- подъемы рук вперёд на высоту 90°;

- отведение рук назад;

- подъемы рук вверх и опускания вниз через стороны;

- подъемы рук вверх–вперёд и опускания вниз–вперёд;

- сгибание рук в локтях в направлении: вверх–в стороны и вниз–в стороны;

- сгибание рук в локтях в направлении: вверх–вперёд и вниз–вперёд;

- сгибание кистей с руками, раскрытыми в стороны: вверх–вниз;

- вращение кистями (наружу, внутрь) в подготовительном положении;

- вращения кистями во II позиции;

- вращения кистями с руками, поднятыми вверх.

- *Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног.*

- полуприседания;

- отведение ноги в сторону на носок;

- отведение ноги в сторону на каблук;

- отведение ноги вперёд на носок;

- отведение ноги вперёд на каблук;

- отведение ноги в сторону с чередованием: позиция – носок – каблук – носок – позиция;

- отведение ноги вперед с чередованием: позиция – носок – каблук – носок – позиция;

- подъёмы согнутой в колене ноги вперёд;

- отведение ноги назад на носок;

- отведение ноги в сторону, вперёд с чередованием: позиция – носок – выпад – носок – позиция;

- отведение ноги в сторону, вперед с чередованием: – позиция – носок – выпад – носок с полуприседанием;

- подъёмы на полупальцы;

- многократные прыжки на двух ногах;

- перескоки с ноги на ногу с отведением работающей ноги вперёд на носок;

- перескоки с ноги на ногу с отведением работающей ноги вперёд на каблук.

Раздел 2. Ритмика – 18 часов.

5. Теория дисциплины «Ритмика» – 4 часа.

Теория:

- *Характер музыкального произведения, его темп, динамические оттенки:*
 - какой бывает характер у разных музыкальных произведений;
 - особенности темпового развития музыки;
 - как выявить и подчеркнуть в танце динамические оттенки.
- *Длительности, ритмический рисунок, акценты, музыкальный размер:*
 - музыкальные размеры (2\4, 3\4, 4\4);
 - разнообразие ритмических рисунков;
 - как определить и выразить движениями музыкальные акценты.

6. Музыкально-ритмические игры – 14 часов.

Теория:

- как выражаются: характер музыкального произведения, динамика, темп, фразировка и музыкальный размер в игровых упражнениях.

Практика:

- *Упражнения, игры и метр.*
 - сильные доли и такт: здесь используются упражнения и игры с акцентированием сильных долей такта при меняющихся музыкальных размерах (2\4, 3\4, 4\4).
 - сильные доли, слабые доли и музыкальный размер: здесь используются упражнения и игры на соотношение резких и спокойных движений с сильными и слабыми долями музыки.
- *Упражнения, игры и фразировка.* - соотношение движений с музыкальной фразой (муз. размеры 2\4, 3\4, 4\4);
 - соотношение движений с музыкальным предложением (муз. размеры 2\4, 3\4, 4\4);
 - соотношение движений с музыкальным периодом (муз. размеры 2\4, 3\4, 4\4).
- *Упражнения, игры и темп.*
 - сохранение темпа движения во время музыкальной паузы;
 - соотношение темпа движения с постепенно изменяющимся темпом музыки;
 - соотношение резко меняющегося темпа музыки с хореографическим движением;
 - ускорение и замедление темпа движения в 2 раза при неизменном музыкальном темпе.
- *Упражнения, игры и динамика.*
 - соотношения резко меняющейся силы музыкального звучания с хореографическим движением;
 - соотношение усиления и ослабления силы звучания музыки с хореографическим движением.
- *Упражнения, игры и характер музыкального произведения.*
 - соотношение характеров музыки и движения.

Раздел 3. Танец – 32 часа.

7. Теория дисциплины «Танец» – 2 часа.

Теория:

- *Понятия «мелодия», «поза», «движение».*
 - мелодия, как основа танцевальной композиции;
 - красота и выразительность позы;
 - движение – язык танца.

8. Ориентационно-пространственные упражнения – 14 часов.

Теория:

- понятия «рисунок танца», «фигура танца»;
- разнообразие рисунков и фигур танца.

Практика:

- *Изучение одноплановых рисунков и фигур: линейных – плоскостных (шеренга, колонна), объёмных (круг, «цепочка»).*

Изучение одноплановых рисунков и фигур:

- линейных (плоскостных): шеренга горизонтальная, колонна горизонтальная;
- объёмных: круг; «цепочка».

Изучение приёмов перестроения из одноплановых рисунков и фигур в одноплановые:

- из линейных в линейные: из шеренги горизонтальной в шеренгу горизонтальную, из колонны горизонтальной в шеренгу горизонтальную;
- из объёмных в объёмные: сужение и расширение круга, из круга в «цепочку»;
- из объёмных в линейные и наоборот: из круга в горизонтальную шеренгу, из круга в горизонтальную колонну, из горизонтальной шеренги в круг, из колонны горизонтальной в «цепочку».

9. Танцевальные элементы – 16 часов.

Теория:

- приветствие на «языке танца»;
- грамотное исполнение танцевальных элементов;
- техника и образ в танцевальных композициях;
- основы импровизации.

Практика:

- *Реверанс для девочек и поклон для мальчиков на 4/4.*
- постановка корпуса перед исполнением реверанса/поклона;
- позиции рук и ног;
- отработка чёткости исполнения.
- *Танцевальные шаги, бег, прыжки, подскоки.*
- изучение различного вида шагов с руками, находящимися в положении «ладони на талии»:
- танцевальный шаг с носка;
- маршевый шаг на месте;
- шаги на полупальцах;
- легкий бег с поджатыми ногами;
- прыжки с вытянутыми ногами;
- прыжки с поджатыми ногами;
- подскоки на месте и с продвижением.
- *Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства.*
- «Снеговик». Предлагается ситуация. Дети принимают любую статичную позу, представляют себя снеговиками. Начинает припекать солнышко. Постепенно тает голова снеговика, опускаясь вниз, тают руки, тает спина, ноги, весь снеговик растаял- дети медленно ложатся на пол.
- «Лепка». Дети делятся на пары. Один в паре- пластилин, другой мастер. Задача мастера загадать животное и слепить его из пластилина. Когда у всех мастеров работы готовы, дети все вместе угадывают кто какого животного слепил. Потом все меняются ролями.
- «Зеркало». Дети делятся на пары, один в паре- зеркало, другой – смотрит в зеркало. Задача того кто смотрит в зеркало, показывать любые движения под музыку, задача зеркала точно повторять движения. Далее дети меняются ролями.

10. Итоговое занятие – 2 часа.

Практика:

- открытый урок в первом полугодии;

- отчетный концерт во втором полугодии.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
группы 2-го года обучения (144 часа)

№	Танцевальные направления, разделы, темы	Из них			Форма аттестации (контроля)
		Теория	Практика	Всего	
1.	Вступительное занятие	2	-	2	Беседа. Педагогическое наблюдение. Входная диагностика
	РАЗДЕЛ 1. КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ	14	32	46	
2.	Теория дисциплины «Классический танец»	4	-	4	Беседа. Показ фильма о танцорах и хореографах мира. Устный опрос
3.	Экзерсис у станка	4	10	14	Педагогическое наблюдение. Практическая работа.
4.	Экзерсис на середине зала	2	10	12	Педагогическое наблюдение. Практическая работа.
5.	Allegro (прыжки)	-	4	4	Педагогическое наблюдение. Практическая работа.
6.	Исполнение танцевальных композиций на основе изученных элементов	4	8	12	Беседа. Педагогическое наблюдение. Творческое задание
	РАЗДЕЛ 2. НАРОДНО – СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ	8	18	26	
7.	Теория дисциплины «Народно-сценический танец»	2	-	2	Беседа. Педагогическое наблюдение. Тестовый опрос
8.	Русский танец. Экзерсис на середине зала	2	10	12	Педагогическое наблюдение. Практическая работа
9.	Исполнение танцевальных композиций на основе изученных элементов.	4	8	12	Беседа. Педагогическое наблюдение. Творческое задание.
	РАЗДЕЛ 3. ИСТОРИКО – БЫТОВОЙ ТАНЕЦ	8	18	26	
10.	Теория дисциплины «Историко-бытовой танец»	2	-	2	Беседа. Педагогическое наблюдение. Тестовый опрос.
11.	Танцы XIX века. Экзерсис на середине зала.	2	10	12	Педагогическое наблюдение. Практическая работа
12.	Исполнение танцевальных композиций на основе изученных элементов.	4	8	12	Беседа. Педагогическое наблюдение. Творческое задание

	РАЗДЕЛ 4. СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ	8	18	26	
13.	Теория дисциплины «Современный танец»	2	-	2	Беседа. Педагогическое наблюдение. Тестовый опрос
14.	Эстрадный танец. Экзерсис на середине зала.	2	10	12	Педагогическое наблюдение. Практическая работа
15.	Исполнение танцевальных композиций на основе изученных элементов	4	8	12	Беседа. Педагогическое наблюдение. Творческое задание
	РАЗДЕЛ 5. ИНТЕГРИРОВАННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ	6	10	16	
16.	Изучение основ музыкальной граммоты	4	2	6	Беседа. Педагогическое наблюдение. Письменная проверочная работа
17.	Изучение основ актерского мастерства	2	8	10	Беседа. Педагогическое наблюдение. Тестовый опрос. Творческое задание.
18.	Итоговое занятие	-	2	2	Отчетный концерт
	Всего часов:	46	98	144	

Содержание программы 2 года обучения

1. Вступительное занятие – 2 часа.

Теория:

- знакомство с Программой обучения;
- изучение Правил внутреннего распорядка для воспитанников;
- вводный инструктаж по технике безопасности;
- организация рабочего процесса.

Раздел 1. Классический танец – 46 часов.

2. Теория дисциплины «Классический танец» – 4 часа:

Теория:

- *Предназначение, правила выполнения и музыкальные раскладки элементов классического танца:*
 - классический танец как основа танцевальной культуры человека;
 - история возникновения классического танца и выдающиеся танцоры данного стиля;
 - способы достижения высокого уровня хореографического мастерства;
 - элементы классического танца в музыкальных раскладках;
 - *Правильное произношение французских терминов и перевод названий классических pas:*
 - Demi-pliés: полуприседание;
 - Relevé: подъём на полупальцы;
 - Battements tendus: открывание ноги носком в пол на носок;
- и так далее.

3. Экзерсис у станка – 14 часов.

Теория:

- правила постановки корпуса, выстраивания позиций рук и ног;
- классическая музыка и классический танец;
- наиболее типичные (распространенные) ошибки при исполнении того или иного элемента или упражнения классического танца у станка.

Практика:

- *Постановка корпуса (в выворотных позициях).*
 - выстраиваем ровный квадрат (плечи/бёдра) лицом к станку, музыкальный размер 4/4.
- *Позиции ног: I, III, II, V.*
 - изучение основных позиций ног с переходами из одной в другую, лицом к станку, сохраняя ровную постановку корпуса;
 - после освоения лицом к станку - освоение боком к станку.
- *Позиции и положения рук: подготовительное положение, I, III, II позиции.*
 - изучение основных позиций рук с плавными переходами из одной в другую;
 - освоение позиций, стоя боком к станку, держась одной рукой за станок.
- *Разучивание элементов классического танца.*
 - Подготовительное port de bras. Изучается как вступление и заключение к различным упражнениям. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение, затем 1.
 - 1-е port de bras. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4; по мере усвоения, соответственно – 1 такт или 4 такта.
 - Demi-pliés. Изучается лицом к станку в I, II, III позициях. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение.
 - Battements relevé (подъём на полупальцы). Изучается лицом к станку в I и II позициях. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение.

- Demi-pliés с relevé. Изучается лицом к станку в I и II позициях. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение.
- Battements tendus. Изучается лицом к станку из I позиции вперёд, назад, в сторону. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение (по мере усвоения – 2 такта).
- Battements tendus с demi-pliés. Изучается из I позиции в сторону, вперед, назад. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение (по мере усвоения – 2 такта).
- Battements tendus pour les pieds или battements doubles tendus или battements tendus с нажимом. Изучается из I и V позиций: а) с опусканием пятки во II позицию; б) с опусканием пятки во II позицию на demi-pliés.
- Battements tendus jetés. Изучается из I, V позиций. Изучаются, стоя лицом к станку (в сторону 2-й позиции), затем – вперед, назад. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт.
- Battement passé par terre. Изучается из I позиции. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение, затем 1 такт.
- Demi-rond de jambe par terre en dehors et en dedans (по четверти круга) с I позиции – с préparation и заключением. Музыкальный размер 4/4 – 1 такт, а при музыкальном размере 3/4 – 4 такта.
- Demi-rond de jambe par terre en dehors et en dedans из I позиции – с préparation и заключением. Музыкальный размер 4/4 – 1 такт, а при музыкальном размере 3/4 – 4 такта.
- Положения ноги sur les cou-de-piéd – «условное» и «обхватное». Изучается из I позиции в сочетании с battements tendus в сторону, вперед. Затем продолжается изучение лицом к станку с I позиции по точкам назад в сторону, в сторону назад. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов при музыкальном размере 3/4.
- Battements fondus. Исполняется в сторону, вперед, назад. Вначале изучается носком в пол, во втором полугодии – на 45 градусов. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение или 4 такта – при музыкальном размере 3/4, по мере усвоения, при музыкальном размере 2/4 и 3/4 – 2 такта.
- Battements frappés. Изучается лицом к станку, носком в пол (вначале в сторону, затем вперед назад). Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт.
- Battements retirés до колена. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение.
- Rond de jambe en l'air. Изучается из I, V позиций. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт.
- Rond de jambe en l'air en dehors et en dedans. Изучается из I, V позиций. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт.
- Battements relevés lents на 45 градусов, далее на 90. 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.
- Перегибы корпуса назад и в сторону в I позиции лицом к станку – исполняются в конце экзерсиса у станка. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4; по мере усвоения, соответственно – 1 такт или 4 такта.

4. Экзерсис на середине зала – 12 часов:

Теория:

- понятия «координация», «баланс»;
- правила исполнения экзерсиса;
- наиболее типичные (распространенные) ошибки при исполнении того или иного элемента или упражнения классического танца на середине зала.

Практика:

- *Постановка корпуса (в выворотных позициях).*
- повторение элементов, выученных у станка;
- координация ног, рук и головы в движении – temps relevé par terre.

- *Позиции ног: I, II, III, V.*
 - повторение элементов, выученных у станка.
 - *Позиции и положения рук: подготовительное положение, I, III, II позиции.*
 - повторение элементов, выученных у станка.
- Дополнительно изучается:
- подготовительные движения рук(и) – préparations;
 - закрытие рук(и) в подготовительное положение на два заключительных аккорда.
 - *Разучивание элементов классического танца.*
 - повторение элементов, выученных у станка.
- Дополнительно изучается позы:
- Épaulement;
 - Épaulement croisé (с ногой на полу);
 - épaulement effacé (с ногой на полу).

5. Allegro (прыжки) – 4 часа:

Практика:

- *Отработка подготовительных (трамплинных) прыжков.*
- 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.
- *Разучивание основных видов прыжков классического танца. Практика (2):*
- Temps levés sautés в I и II свободной (полувыворотной) позиции ног – лицом к станку, затем на середине зала. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение.
- Прыжки с двух ног на две. Разные этапы прыжка (temps levé sauté): подготовка к взлету, толчок, взлет. Фиксация положения ног, приземление, положение ног после прыжка.
- Pas échappé. Изучается из I и V позиции во II позицию. Музыкальный размер 2/4 – 8 тактов на каждое движение.

6. Исполнение танцевальных композиций на основе изученных элементов - 12 часов.

Теория:

- Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановке.
- Знакомство с музыкальным материалом постановки.

Практика:

- *Разучивание и постановка вариаций классического танца.*
- *Работа над техникой исполнения:*
- изучение танцевальных движений;
- соединение движений в танцевальные комбинации;
- разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах;
- отработка танцевальных элементов;
- отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений;
- отработка синхронности в исполнении.
- *Работа над танцевальным образом:*
- создание сценического образа;
- развитие выразительности и эмоциональности исполнения;
- работа над музыкальностью.

Раздел 2. Народно-сценический танец – 26 часов.

7. Теория дисциплины «Народно-сценический танец» – 2 часа:

Теория:

- *Народный танец как вид хореографического искусства:*
- разнообразие народных танцев;
- отличительные особенности танцев разных народов;

8. Русский танец. Экзерсис на середине зала – 12 часов:

Теория:

- народный колорит русского танца;
- правила исполнения экзерсиса;
- наиболее типичные (распространенные) ошибки при исполнении того или иного элемента или упражнения на середине зала.

Практика:

- *Основные позиции корпуса, головы и рук.*
- положения корпуса и головы;
- подготовка к началу движения, поклоны;
- три позиции рук и положения рук: подготовительное, на талии, под грудью, на груди, на пояснице, на затылке;
- платочек в русском танце;
- положения рук в паре;
- *Позиции ног.*
- выворотные (только для экзерсиса);
- свободные;
- прямые (параллельные);
- обратные (закрытые).
- *Элементарные ходы и проходы.*
- основной шаг – с продвижением назад;
- основной шаг с притопом – с продвижением назад;
- основной шаг с проскальзывающим притопом;
- шаг на ребро каблука с притопом – с продвижением вперед;
- шаг на ребро каблука с проскальзывающим ударом – с продвижением вперед;
- перекрещивающийся шаг с продвижением вперед.
- *Бег, подскоки, галоп.*
- бег назад с выбрасыванием вытянутых в коленях ног вперед (на носок и на ребро каблука);
- скользящие подскоки по VI (I прямой) позиции на полуприседании;
- галоп в быстром темпе по прямой, спиной и лицом в круг.
- *Изучение танцевальных элементов.*
- «Гармошка»:
- с продвижением вправо и влево на вытянутых в коленях ногах в повороте;
- с полуприседанием по I закрытой позиции в повороте;
- с продвижением вправо и влево на вытянутых в коленях ногах;
- с полуприседанием по I обратной (закрытой) позиции.
- «Ёлочка»:
- с продвижением вправо и влево на вытянутых в коленях ногах;
- с полуприседанием при повороте пяток обеих ног.
- «Моталочка»:
- одной ногой без подскока с двойным притопом.
- дробные выстукивания;
- удары полупальцами;
- удары каблуком;
- двойные притопы;

- хлопки – одинарные прямые (фиксированные) спереди, сзади, сбоку;
- присядки, прыжки и трюки;
- «Мячик»:
 - на полуприседании;
 - с одинарным выносом ноги вперёд на ребро каблука в конце муз. фразы (на полуприседании) на месте;
 - с одинарным выносом ноги в сторону на каблук в конце муз фразы (на полуприседании) на месте;
- «Разножка» в стороны на каблук («одноимённая»);
- малые прыжки на двух ногах с вытянутыми ногами.
 - *Танцевальная комбинация.*
- исполнение простых комбинаций на основе изученных элементарных движений.

9. Исполнение танцевальных композиций на основе изученных элементов – 12 часов.

Теория:

- Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановке.
- Знакомство с музыкальным материалом постановки.

Практика:

- *Разучивание и постановка вариаций русского народного танца.*
- *Работа над техникой исполнения:*
 - изучение танцевальных движений;
 - соединение движений в танцевальные комбинации;
 - разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах;
 - отработка танцевальных элементов;
 - отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений;
 - отработка синхронности в исполнении.
- *Работа над танцевальным образом:*
 - создание сценического образа;
 - развитие выразительности и эмоциональности исполнения;
 - работа над музыкальностью.

3 раздел. Историко-бытовой танец – 26 часов.

10. Теория дисциплины «Историко-бытовой танец» – 2 часа:

Теория:

- *Особенности историко - бытовых танцев:*
 - музыкальное сопровождение;
 - стиль, манера исполнения;
 - костюмы, причёски и аксессуары.

11. Танцы XIX века. Экзерсис на середине зала – 12 часов:

Теория:

- особенности танцев XIX века;
- правила исполнения экзерсиса;
- наиболее типичные (распространённые) ошибки при исполнении того или иного элемента или упражнения на середине зала.

Практика:

- *Изучение элементов танцев XIX века.*
 - положений корпуса, головы, рук и ног;
 - движений: pas de basque (сценический), pas glissé, pas chassé (с усложнением форм, изученных в классе) и так далее.

- *Исполнение простейших комбинаций на основе изученных элементов историко-бытовых танцев.*

12. Исполнение танцевальных композиций на основе изученных элементов – 12 часов.

Теория:

- Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановке.
- Знакомство с музыкальным материалом постановки.

Практика:

- *Разучивание и постановка танцев XIX века.*
- полонез;
- менуэт;
- экосез.
- *Работа над техникой исполнения:*
- изучение танцевальных движений;
- соединение движений в танцевальные комбинации;
- разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах;
- отработка танцевальных элементов;
- отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений;
- отработка синхронности в исполнении.
- *Работа над танцевальным образом:*
- создание сценического образа;
- развитие выразительности и эмоциональности исполнения;
- работа над музыкальностью.

Раздел 4. Современный танец – 26 часов:

13. Теория дисциплины «Современный танец» – 2 часа:

Теория:

- *История возникновения эстрадного танца:*
- появление эстрадного танца в России.

14. Современный эстрадный танец. Экзерсис на середине зала – 12 часов:

Теория:

- правила исполнения экзерсиса;
- наиболее типичные (распространенные) ошибки при исполнении того или иного элемента или упражнения на середине зала.

Практика:

- *Техника изоляции.*
- Один из основных принципов современного танца. Изолированные движения всех частей тела – головы, плеч, рук, корпуса, бедер, ног. На первом этапе обучения координируется 1, а затем 2 центра в одновременном параллельном или разнонаправленном движении, ритмический рисунок ровный, без синкоп.
- *Основные движения корпусом.*
- раскачивание корпусом вперед-назад, из стороны в сторону.
- *Основные шаги.*
- приставной шаг с plié. Сначала изучается в чистом виде, а потом соединяется с работой корпуса;
- выпады в сторону. Сначала изучаются в чистом виде, а затем с поворотом корпуса;
- подъем на носки, разворот стоп «краб».
- *Прыжки.*
- прыжки на месте;

- прыжки вперед – назад;
- прыжки вправо-влево;
- прыжки «крестом»;
- прыжки «ноги вместе - ноги врозь».
- *Танцевальная комбинация.*
- исполнение простых комбинаций на основе изученных элементарных движений.

15. *Исполнение танцевальных композиций на основе изученных элементов – 12 часов:*

Теория:

- Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановке.
- Знакомство с музыкальным материалом постановки.

Практика:

- *Разучивание и постановка вариаций эстрадного танца.*
- *Работа над техникой исполнения:*
- изучение танцевальных движений;
- соединение движений в танцевальные комбинации;
- разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах;
- отработка танцевальных элементов;
- отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений;
- отработка синхронности в исполнении.
- *Работа над танцевальным образом:*
- создание сценического образа;
- развитие выразительности и эмоциональности исполнения;
- работа над музыкальностью.

Раздел 5. *Интегрированные технологии – 16 часов:*

16. *Изучение основ музыкальной грамоты - 6 часов.*

Теория:

- нотный стан, длительности, тональности, размер;
- строение музыкального произведения.

Практика:

- письменная проверочная работа.

17. *Изучение основ актерского мастерства – 10 часов.*

Теория:

- музыкально-хореографическая, образная выразительность;
- изучение содержания постановочного материала в его мировоззренческих, исторических, национальных и иных аспектах.

Практика:

- изучение основ импровизации;
- импровизация в танцевальных этюдах и инсценировках.

18. *Итоговое занятие – 2 часа.*

Практика:

- открытое занятие в первом полугодии;
- отчетный концерт во втором полугодии.

1.5. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

Образовательные (предметные, обучающие):

- получены представление об элементах гимнастики, ритмики, а также основных направлениях хореографии: классический танец, народно-сценический танец, историко-бытовой танец, современный танец;
- практически применены теоретические знания в области различных танцевальных техник.

Метапредметные (развивающие).

Привиты и развиты специальные навыки:

- координация;
- ловкость;
- сила;
- выносливость;
- гибкость;
- правильная осанка, являющаяся условием здорового позвоночника;
- музыкально-пластическая выразительность;
- активизация специфических видов памяти: моторной, слуховой и образной.

Личностные (воспитательные):

- воспитаны качества инициативности, целеустремленности, ответственности по отношению к своему и чужому труду;
- оказана помощь в формировании художественного вкуса, эмоционально-ценностного отношения к искусству;
- сформирована готовность к социальному и профессиональному самоопределению;
- привит эстетический подход к внешнему виду и окружающей среде;
- обеспечена социализация детей в коллективе и установлены уважительные отношений между обучающимися;
- развиты творческие способности детей.

Обучающиеся будут уметь:

- самостоятельно выполнять разогрев и тренаж;
- исполнять танцы и этюды, пройденные за год.

В соответствии с каждым этапом программы воспитанник **должен освоить:**

- терминологию, используемую на занятии;
- структуру и основные части занятия;
- последовательность изучаемых элементов занятия;
- методику изучения танцевальных движений и упражнений;
- способы соотношения данных элементов с музыкальным сопровождением;
- движения в технике танцевального направления;
- принципы составления учебных комбинаций;
- организацию труда, рабочего места на занятии и сцене.

Воспитанники овладеют навыками:

- импровизации в различных стилях хореографии;
- самостоятельной подготовки к занятиям и выступлению;
- основ дыхания в танце;
- самостоятельного проведения отдельных частей танцевального занятия;
- межличностного общения в условиях «здоровой» конкуренции.

Итоговый отчет результативности освоения программы проводится ежегодно в форме концерта для родителей, по которому оценивается работа педагога и детей, осуществленная в течение учебного года.

Педагог подводит итог учебно-воспитательной работы за год, проводит анализ творческих достижений детей.

Обучающиеся, освоившие в полном объеме образовательные программы, переводятся на следующий год обучения.

Обучающиеся, не освоившие программу учебного года, остаются на повторное обучение в той же группе.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Режим образовательного процесса

Учебные занятия по Программе проводятся в свободное от занятий в общеобразовательных учреждениях время в очной форме (или, по необходимости, с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий) по расписанию, утвержденному директором МБОУ ДОД «Судакский ЦДЮТ» городского округа Судак.

Учебный год в учреждении ежегодно начинается 01 сентября и заканчивается 31 августа.

Продолжительность учебного года – 36 учебных недель.

Количество учебных дней – 72.

Количество учебных часов:

1 год обучения – 72 часа;

2 год обучения – 144 часа.

Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 45 минут, при проведении занятий с детьми в возрасте до 7 лет продолжительность академического часа может сокращаться до 30-35 минут. В зависимости от особенностей ряда объединений занятия могут проходить без перерывов. Продолжительность перемен между занятиями устанавливается в соответствии с согласованным режимом работы Учреждения на учебный год и составляет 5 – 15 минут.

Контрольные процедуры проводятся в конце каждой темы и на последнем занятии в конце учебного года.

В каникулярное время занятия проводятся в соответствии с краткосрочными дополнительными общеобразовательными общеразвивающими программами и планом работы учреждения. Допускается работа с переменным составом обучающихся, объединение учебных групп, сокращение численности их состава, корректировка расписания с перенесением занятий на утреннее время, утвержденного приказом учреждения. Также учитывается проведение во время каникулярного времени экспедиций, поездок, походов, профильных лагерей, летних школ и пр.

2.2. Условия реализации программы

1. Кадровое обеспечение

Разработка и реализация Программы осуществляется педагогом дополнительного образования, согласно должностной инструкции, утвержденной приказом директора учреждения, которая разработана на основании профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (в действующей редакции).

Педагог дополнительного образования относится к категории специалистов и является педагогическим (основным) составом учреждения.

Педагог дополнительного образования подчиняется непосредственно заместителю директора по учебно-воспитательной работе.

На должность педагога дополнительного образования назначается лицо:

- имеющее высшее образование или среднее профессиональное образование в рамках укрупненных групп направлений подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования «Образование и педагогические науки» или высшее образование либо среднее профессиональное образование в рамках иных укрупненных групп направлений специальностей и направлений подготовки

высшего образования и специальностей среднего профессионального образования при условии его соответствия дополнительным общеразвивающим программам, дополнительным предпрофессиональным программам, реализуемым организацией, осуществляющей образовательную деятельность, и получение при необходимости после трудоустройства дополнительного профессионального образования педагогической направленности;

- не имеющее ограничений на занятие педагогической деятельностью, установленных законодательством Российской Федерации;

- прошедшее обязательный предварительный (при поступлении на работу) и периодические медицинские осмотры (обследования), а также внеочередные медицинские осмотры (обследования) в порядке, установленном законодательством Российской Федерации;

- прошедшее аттестацию на соответствие занимаемой должности в установленном законодательством Российской Федерации порядке.

2. Материально-техническое обеспечение

Учебный кабинет занимает светлую, уютную комнату площадью 46,7 м². В кабинете соблюдается световой, воздушный, тепловой режимы, санитарно-гигиенические требования.

Учебный кабинет имеет естественное освещение, а также электрическое. Ориентация окон учебного помещения на южную сторону горизонта. В кабинете оборудовано два окна, конфигурация которых прямоугольная. Санитарное состояние окон удовлетворительное. В учебном кабинете оборудована система общего освещения.

Внутренняя отделка помещения соответствует санитарно-гигиеническим требованиям: стены оштукатурены и покрашены водоэмульсионной краской, пол деревянный.

Учебный кабинет оборудован зеркалами, станками и акустической системой, а также присутствуют скамейки, книжные полки и фортепиано. Состояние мебели удовлетворительное. Обеспеченность мебелью достаточная. В учебном кабинете находятся шкафы для хранения методической литературы, дидактического материала, раздаточного материала. Также в шкафах литература и инструменты для занятий в объединении. Есть раздевалка 10,3 м².

Методическое обеспечение образовательной программы

1. Особенности организации образовательного процесса.

Образовательный процесс осуществляется в очной форме (или, по необходимости, с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий).

2. Методики.

Обучение детей по данной Программе предполагает использование на занятиях разнообразных педагогических приемов и методов, как классических, так и эвристических, направленных на выявление и развитие творческих способностей обучающихся.

На занятиях педагог использует авторские методики проведения занятия, с целью обновления содержания образовательного процесса.

3. Методы образовательной деятельности.

Методы наглядного восприятия - способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися программы курса обучения, повышения интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести: показ упражнений, демонстрацию плакатов, рисунков, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Всё это способствует воспитанию

музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

Практические методы основаны на активной деятельности самих учащихся. Это метод целостного освоения упражнений, ступенчатый и игровой методы.

Метод целостного освоения упражнений и движений объясняется относительной доступностью упражнений. Однако использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее. В эту базу входят двигательные элементы и связки, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные движения.

Ступенчатый метод широко используется для освоения самых разных упражнений и танцевальных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения двигательного движения, улучшение выразительности движения и т.п. Этот метод может также применяться при изучении сложных движений.

Игровой метод используется при проведении музыкально — ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения.

Названные методы обучения на практике могут быть дополнены различными приёмами педагогического воздействия на учащихся.

4. Методы воспитания: убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация и др.

Для решения поставленных воспитательных задач и достижения цели Программы, обучающиеся привлекаются к участию, подготовке и проведению мероприятий в объединении, учреждении, городе, республике: мастер-классах, выставках, конкурсах.

Предполагается, что в ходе реализации Программы будет достигнут высокий уровень сплоченности коллектива, повышения интереса к занятиям и уровня личностных достижений, сформируется навык самостоятельной работы.

5. Формы организации образовательного процесса: групповая, мелкогрупповая (по подгруппам от 5 человек).

6. Формы организации учебного занятия: встреча с интересными людьми, выставка, акция, беседа, игра (деловая, ролевая), мастер-класс, открытое занятие, практическое занятие, экскурсия, конкурс, «мозговой штурм» и т.д.

7. В реализации воспитательной программы применяются следующие педагогические технологии:

- личностно-ориентированное обучение и воспитание (Якиманская И.С.);
- индивидуальный подход, индивидуализация в воспитании;
- коллективный подход к воспитанию.
- технологии адаптивной системы воспитания;
- педагогика сотрудничества («проникающая технология»);
- технология КТД;
- технология ТРИЗ;
- коммуникативная технология;
- игровые технологии;
- технологии развивающего обучения;
- технология "Диалог культур";
- технология саморазвития.

8. Алгоритм учебного процесса.

Работа на занятии проводится в несколько этапов:

- подготовка кабинета к проведению занятия: проветривание кабинета, подготовка необходимого инвентаря инструментов и материалов;

- организационный момент: приветствие детей, настраивание учащихся на совместную работу, актуализация опорных знаний;
- теоретическая часть: объявление темы занятия, цели и задач, объяснение теоретического материала;
- практическая часть – закрепление изученного материала: выполнение заданий по теме;
- окончание занятий: рефлексия, подведение итогов занятия.

Задача педагога – не только определить конечную цель, но и отслеживать промежуточные результаты, благодаря которым можно своевременно выявить и предупредить возможные отклонения от прогнозируемого результата.

ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

1. http://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot_ot_ritmiki_k_tancu_quot/ О методике партерного экзерсиса-«Методика работы с детьми. Методическое пособие «От ритмики к танцу».
2. Материал из Википедии — свободной энциклопедии- <http://ru.wikipedia.org>
3. Каталог спортивных организаций <http://sportschools.ru>
4. www.horeograf.com Сайт посвящен хореографам и танцорам.
5. <http://www.chel-15.ru/horejgrafia.html> Методические и дидактические разработки по хореографии.
6. <http://horeograf.ucoz.ru/blog> Музыка для танцев, развивающие игры для детей, гимнастика в стихах, методические пособия для педагога – хореографа.
8. http://purpeulybka.ucoz.ru/load/velikie_tancory_khoreografy_i_baletmejstery_komplekt_plakato_y Великие танцоры, хореографы и балетмейстеры
7. <http://www.gallery.balletmusic.ru> - Танец от древнейших времен до наших дней: виртуальная галерея
8. <http://www.horeograf.com> Сайт содержит обширные подборки упражнений в разделе «Фонотека», методических материалов, записей вебинаров и семинаров для хореографов

2.3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

Оценивание общей подготовленности учащихся осуществляется в соответствии с календарным планом и учётом возрастных особенностей детей два раза в год. При проведении оценивания уровня знаний особое внимание уделяется созданию единых условий для всех воспитанников хореографического ансамбля танца «Грация».

Методы оценивания уровня знаний учащихся:

- показательное выступление;
- тестирование;
- анкетирование учащихся;
- коллективный анализ работ;
- самостоятельная работа;
- опросы.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: аналитический материал, видеозапись, грамота, диплом, свидетельство (сертификат), готовая работа, дневник достижений обучающегося, журнал посещаемости, материал анкетирования и тестирования, методическая разработка, портфолио, перечень готовых работ, фото, отзыв детей и родителей, статья и др.

Формы контроля:

Входной контроль - проводится при наборе групп на начальном этапе их формирования. Изучаются отношения ребенка к выбранной деятельности, его способности и достижения в этой области, личностные качества ребенка.

Текущий контроль - проводится в течение всего года, возможен на каждом занятии. Здесь определяется степень усвоения учащимися учебного материала, готовность к восприятию нового материала, выявляются учащиеся, отстающие или опережающие обучение, что позволяет подобрать наиболее эффективные методы и средства обучения.

Промежуточный контроль - проводится по окончании изучения темы, в конце полугодия и в конце года. Здесь изучается динамика освоения ребенком изученного материала, личностного развития, взаимоотношений в коллективе.

Итоговый контроль - проводится в конце обучения по программе с целью определения изменения уровня развития качеств личности каждого ребенка, его творческих способностей, определения результатов обучения, ориентирования на дальнейшее обучение.

Формы проведения контроля обучающихся определяются педагогом в соответствии с дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой. К ним относятся:

- педагогическое наблюдение;
- педагогический анализ результатов опросов, анкет, тестов и выставок;
- диагностика освоенных навыков.

В течении учебного года идёт анализ уровня приобретённых навыков, отслеживается развитие качеств личности, уровень результатов обучения по Программе. Подведение итогов реализации программы проводится с учётом возрастных показателей детей, согласно Учебного плана. Данная система позволяет комплексно подойти к оценке знаний обучающихся, так как даёт возможность оценить не только качество усвоенных знаний, но также умение применять полученные знания, умения и навыки на практике.

Результаты заносятся в диагностическую карту и дают возможность отразить уровень планируемых результатов освоения дополнительной общеобразовательной программы.

Методика выявления, диагностики и оценки получаемых результатов разрабатываются педагогом в соответствии с требованиями, локальными актами, принятыми в образовательной организации.

Критерии оценки результативности определяются в соответствии с реализуемой дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой и отражают:

- *уровень теоретических знаний* – (широту кругозора; свободу восприятия теоретической информации; развитость практических навыков работы; осмысленность и свободу использования специальной терминологии и др.);
- *уровень практической подготовки* – обучающихся (соответствие уровня развития практических умений и навыков программным требованиям); свободу владения инструментами и материалами; качество и технологичность выполнения практической работы; уровень воспитанности обучающихся; аккуратность и ответственность при работе; развитость специальных и коммуникативных способностей и др.

2.4. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Для педагога:

1. Ваганова А.Я. «Основы Классического танца».
2. В.Ю. Никитин «Техника Джаз- Модерн танец»
3. Екатерина Матушкина Методическое пособие «История хореографического искусства»
4. М. Султанова Методическая разработка. «Основные упражнения партерного и классического экзерсисов — 2 год обучения»
5. Т. Ткаченко «Народные танцы. Часть 1»
6. Т. Ткаченко «Народные танцы. Часть 2»»
7. Л. Богаткова «Танцы разных народов. Часть 1»
8. Л. Богаткова «Танцы разных народов. Часть 2»
9. Л. Богаткова «Танцы разных народов. Часть 3»
10. Л. Богаткова «Танцы разных народов. Часть 4»
11. Г.П. Гусев «Методика преподавания народного танца. Упражнения у станка»
12. Г.П. Гусев «Танцевальные движения и комбинации на середине»
13. Г. Настюков «Народный танец на самодеятельной сцене»
14. Методические указания к ведению урока народного танца

Для родителей и воспитанников:

1. А.В. Лопухов, А.В. Ширяев, А.И.Бочаров «Основы характерного танца»
2. Воронина И. «Историко-бытовой танец»
3. Васильева-Рождественская Историко-бытовой танец
4. Коркин В.П. «Акробатика»
5. Полятков С.С. «Основы современного танца»
6. Шереметьевская Н. «Танец на эстраде»
7. <http://www.horeograf.com/>

3. ПРИЛОЖЕНИЯ

3.1. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Уровни развития параметров, определяющих эффективность хореографической подготовки на всех этапах:

Параметр	Уровни		
	Высокий	Средний	Низкий
Балетные данные	Хорошая осанка Отличная выворотность (в бедрах, голени и стопах) Танцевальный шаг от 120 ⁰ Высокий подъем стопы Очень хорошая гибкость Легкий высокий прыжок	Не очень хорошая осанка Выворотность в 2 из 3 суставов Танцевальный шаг 90 ⁰ Средний подъем Не очень хорошая гибкость Легкий средний прыжок	Плохая осанка Выворотность в 1 из 3 суставов Танцевальный шаг ниже 90 ⁰ Низкий подъем Плохая гибкость Нет прыжка
Музыкально-ритмические способности	Отличное чувство ритма Координация движений (хорошие показатели в 3 из 3 пунктов) нервная мышечная двигательная Музыкально-ритмическая координация - четко исполняет танцевальные элементы под музыку	Среднее чувство ритма Координация движений 2 показателя из 3 Музыкально-ритмическая координация – не четко исполняет танцевальные элементы под музыку	Нет чувства ритма Координации движений 1 показатель из 3 Музыкально-ритмическая координация – не может соединить исполнение танцевальных элементов с музыкальным сопровождением
Сценическая культура	Очень яркий, эмоционально выразительный ребенок, легко и непринужденно держится на сцене создание сценического образа – легко и быстро перевоплощается в нужный образ	Не очень эмоционально выразительный, есть не большой зажим на сцене Создание сценического образа – не сразу перевоплощается в нужный образ	Нет эмоциональной выразительности, очень зажат на сцене Не может создать сценический образ

От этапа к этапу спектр возможностей обучающихся расширяется, хотя параметры и критерии оценивания остаются прежними. Уровень предъявляемых требований

корректируется с возрастающим уровнем развития параметров на каждом этапе обучения, что предусмотрено программой по хореографии.

Показатели успеваемости по программе в целом складываются из суммы итогов аттестации по каждому предмету, которая и определяет уровень результативности освоения программы в соответствии с этапом обучения.

Итоговый отчет результативности освоения программы проводится ежегодно в форме концерта для родителей, по которому оценивается работа педагога и детей, осуществленная в течение учебного года.

Педагог подводит итог учебно-воспитательной работы за год, проводит анализ творческих достижений детей.

Обучающиеся, освоившие в полном объеме образовательные программы, переводятся на следующий год обучения.

Обучающиеся, не освоившие программу учебного года, остаются на повторное обучение в том же группе, либо – по решению педагогического совета школы – им может быть рекомендовано прекратить занятия в ЦДЮТ и предложено заниматься в другом объединении.

Параметры и критерии оценивания уровня хореографической подготовки

Параметры	Критерии
Балетные данные	осанка выворотность танцевальный шаг подъем стопы гибкость прыжок
Музыкально-ритмические способности	чувство ритма координация движений: нервная мышечная двигательная музыкально-ритмическая координация
Сценическая культура	эмоциональная выразительность создание сценического образа

Критерии результатов обучения:

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.

3.2. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

ПЛАН-КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЯ

Тип занятия: повторение и закрепление изученного материала.

Тема занятия: Партерная гимнастика.

Цели занятия:

- 1.Обучить основам хореографии.
- 2.Развивать творческие способности ребёнка

Задачи:

- 1.Направлять учащихся к познанию красоты и гармонии, пробуждать у детей творческие силы и способности.
- 2.Развивать природные, музыкальные способности ребёнка (слуховые представления, чувство ритма, эмоциональную отзывчивость на музыку)
- 3.Развивать образно- эмоциональное мышление.
- 4.Формировать красивую осанку, танцевальные способности (музыкально-двигательные и художественно-творческие).
- 5.Учить воспринимать музыкальные образы и выражать их в движении, согласовывая движения с характером музыки; определять музыкальные жанры(марш, песня, танец)
- 6.Воспитывать любовь и уважение к искусству, понимание его эстетической ценности.

Форма работы: групповая, игровая, парная.

Материально-техническое обеспечение занятия:

- хореографический зал с зеркалами, фортепиано, концертмейстер;
- коврики;
- форма детей для занятий хореографией.

Основные методы работы:

- метод мотивации и эмоционального стимулирования (доброжелательность, поощрение, установка на успех);
- методы организации практической деятельности:
словесный(объяснение, беседа);
наглядный (практический показ);
- метод контроля (наблюдение, контроль педагога, самоконтроль, подведение итогов).

Педагогические технологии:

- здоровьесберегающая технология;
- личностно-ориентированная технология с дифференцированным подходом.

Ожидаемый результат:

- совершенствование техники исполнения партерного экзерсиса;
- развитие координации, гибкости, пластики;
- правильная постановка корпуса.

План:

1. Оргмомент. Приветствие. Объявление темы занятия.
2. Подготовительная часть.(разминка)
3. Основная часть.
4. Подведения итогов.
5. Поклон.

Ход занятия.

1. Вводная часть. Организационный момент.

Педагог приглашает участников в зал, дети встают на свои места. Занятие начинается с приветствия (поклон).

Преподаватель знакомит детей с темой занятия, целью и задачами. Затем переходим к подготовительной части занятия.

2. Подготовительная часть.

Эта часть состоит из разминки, в которую входят следующие движения по кругу: Танцевальный шаг, шаги на полупальцах чередуются с шагами на пяточках. Шаги с согнутыми коленями. Подскоки, галоп, прыжки на двух ногах. Движения на середине: Повороты головы “упражнения на развитие мышц шеи”, упражнения с подъемом плеч для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья. Наклоны корпусом вправо, в лево, вперед и назад. Разминка необходима для разогрева мышц всего тела, связок ног и стоп. Это даёт возможность вести работу более эффективно. А так же разминка настраивает учащихся на рабочее настроение.

3. Основная часть. Комплекс упражнений сидя на коврик:

1) Упражнения для развития и укрепления голеностопного сустава:

– сокращение и вытягивание стоп обеих ног с поворотами головы

И.П.: ноги в 6 позиции, руки на поясе, голова в положении фасе.

Следить за максимальным вытягиванием и сокращением стоп, за подтянутым, прямым корпусом, втянутыми мышцами живота, правильным положением кистей рук на поясе (4 пальца вместе), прямой спиной.

– сокращение и вытягивание стоп по очереди с наклонами головы

И.П.: ноги в 6 позиции, руки на поясе, голова в положении фасе.

– «Солнышко»

И.П.: ноги в 6 позиции, руки на поясе, голова в положении фасе.

Следить за натянутостью колен и стоп, выворотностью.

Упражнения для растягивания ахиллового сухожилия:

– «Чемоданчик»

- Упражнения на улучшения подвижности коленных суставов.

Следить за максимальным вытягиванием и сокращением стоп, за подтянутым, прямым корпусом, втянутыми мышцами живота, правильным положением кистей рук на поясе (4 пальца вместе), прямой спиной.

И.П.: ноги натянутые, руки находятся в свободном положении, ладони лежат на полу.

Следить за сомкнутыми между собой ногами, за тем, чтобы первоначально ложился живот, затем грудная клетка, затем голова.

Упражнения для развития паховой выворотности:

– «Бабочка»

И.П.: ноги согнуты в коленях, стопы соединены.

Не допустимо расслабление мышц, поднятие корпуса возможно только углубление

Следить за тем, чтобы первоначально ложились колени (на пол), затем ложился живот, затем грудная клетка, затем голова.

– «Гармошка»

И.П.: ноги натянуты, корпус прямой, руки находятся в свободном положении немного позади спины, ладонями в пол.

Музыкальное сопровождение: размер – 4/4, характер – чёткий

Комплекс упражнений лёжа на спине:

1) Упражнения на пресс:

– поднятие ног

И.П.: ноги натянутые, поясница лежит на полу, руки вдоль корпуса.

Музыкальное сопровождение: размер – 4/4, характер – плавный, мелодичный, темп – умеренный.

Следить за натянутостью стоп, колен, как рабочей ноги, так и опорной, за ровностью спины. Помощь руками не желательна.

– «Велосипед»

И.П.: ноги на 90 градусов, стопы сокращены, руки вдоль корпуса.

Музыкальное сопровождение: размер – 2/4 или 4/4, характер – чёткий, темп – быстрый.

Ноги поочередно сгибаются в коленях, описывая, круг в воздухе.

Упражнения для пресса и укрепления мышц поясничного отдела позвоночника

– «Берёзка», «Коробочка».

И.П.: ноги лежат на полу, стопы натянуты, руки вдоль корпуса.

-Battement tendu (фиксировать правильное возвращение ноги позицию);

-Battement tendu jete ;исполняется в перёд и в сторону лёжа на спине, а так же назад и в сторону лёжа на животе. -Battement tendu (фиксировать правильное возвращение ноги в позицию)

-Devloppe (развивает шаг, силу бедра);исполняется в сторону лёжа на спине

-Grand Battement jete (отрабатывать силу ноги в точке 95г).исполняется в перёд и в сторону лёжа на спине, выполняется назад лёжа на животе, выполняется в сторону лёжа на боку.

- Упражнения на улучшение гибкости позвоночника.

-Упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра (лягушка, поперечный шпагат).

- Упражнения на улучшения подвижности коленных суставов.

Упражнения для развития гибкости

– «Окошечко»

И.П.: ноги натянуты, пятки вместе, руки вдоль корпуса.

Музыкальное сопровождение: размер – 4/4, характер – чёткий.

– «Змейка»

И.П.: ноги натянуты, пятки вместе, руки вдоль корпуса.

Музыкальное сопровождение: размер – 2/4, характер – чёткий.

Следить за неотрывностью бедер во время исполнения перегиба плечевого пояса

-маятник (исполняется у палки)

– «Шпагат»

- Прыжковая комбинация.

Приложение №1

«В гости к кошке»

Позвала нас в гости кошка (руками изображаем кошачьи лапки),

И пошли мы по дорожке (стучим носочками по полу).

Топ – топ, прыг – прыг, (работа стопами: сократить-вытянуть)

Чижи – бирики, (2 хлопка над головой)

Чижи – брик (достать руками до носочков).

Видим дерево высокое, (ручки тянем в потолок, изображаем дерево, спинка выпрямляется)

Видим озеро глубокое (ноги складываем в «бабочку»).

Птицы песенки поют (ладони перекрестно – «птица», ноги разводим в стороны),

Зернышки везде клюют:

Тут клюют и там клюют, (наклоны вперед)

Никому их не дают (садимся на колени).

Это дом, (встаем на колени, делаем ручками «крышу»)

А в нем окошко (садимся на пятки, руками изображаем «окно» – правая рука наверху, согнутая в локте, левая рука внизу, согнутая в локте – «выглядываем в окошко»)

Нас встречают кот (изображаем кота – на коленях, руки впереди на полу, одна нога вверх как хвостик)

И кошка (другая нога вверх)
Мы немножко погостим (принимаем и.п.)
И обратно побежим (стучим носочками по полу).
Повторяем несколько раз, убыстряя темп.

Приложение №2

«Комплекс упражнений с элементами цыганского танца».

- 1.И.п.: основная стойка, руками обнять себя за плечи. Подняться на носки, опуститься.
- 2.И.п.: тоже, руки внизу. Поднять руки в стороны, вверх, согнуть в локтях перед лицом, опустить вниз. Руки сопровождаются движениями головы.
- 3.И.п.: основная стойка. Отвести согнутую в колене ногу в сторону, чуть присесть, обе руки отвести в сторону поднятой ноги (по 4 раза в каждую сторону).
- 4.И.п.: основная стойка. Руки опущены, ладони вперед. Ногу выставить вперед на пятку, плечи поднимать поочередно вверх-вниз с небольшим приседанием (1-4 - вниз, 5-8 - вверх).
- 5.И.п.: основная стойка, руки вверх. Приставной шаг влево-вправо, руки выполняют движение "Фонарик". Приставной шаг, нога становится вперед на носок, противоположная рука - вперед.
- 6.И.п.: основная стойка. Руки: правая в сторону, левая - вверх. Движение ног, как в упр.№3. Правой рукой ударить по пятке правой ноги (4 раза). Затем с другой ноги. Руки после удара выполняют движение "Фонарик".
- 7.И.п.: основная стойка. Потрясти плечами с постепенным опусканием на колени. Наклониться вперед и назад.
- 8.И.п.: сидя на полу. 1-2 - согнуть колени, прижать к груди. 3-4 - развернуться в пол-оборота вправо, правую ногу согнуть в колене, левую отвести назад. Правая рука в упоре сзади, левую руку вынести вперед, чуть согнув в локте. То же в другую сторону.
- 9.И.п.: сидя, ноги врозь. Плавный наклон к правой ноге, вперед, к левой ноге, выпрямиться. Руки перед собой, потряхивая кистями. В правую и левую сторону.
- 10.И.п.: сидя, ноги врозь. Подъем с поворотом вправо и влево, рука выполняет движение "Фонарик".
- 11.И.п.: лежа на животе. «Кольцо», «Корзиночка», «Рыбка».
- 12.И.п.: основная стойка. Поворот с припаданием в правую сторону, руки в сторны, ладони вверх (2 оборота).
- 13.И.п.: то же. Отвести правую руку в сторону, левую руку в сторону, правую руку - на левое плечо, левую руку - на правое плечо. Поворот с припаданием в левую сторону.
- 14.И.п.: основная стойка. Маховые движения назад согнутой ногой с поворотом корпуса, руки вверх в сторону поворота. Выполняется вправо и влево.
- 15.И.п.: основная стойка. Повтор второго упражнения, но в быстром темпе. По окончании зафиксировать позу 1 на четыре счета.

6. Заключительная часть.

Педагог подводит итоги. Указывает на недостатки и достоинства в усвоении материала. Благодарит всех участников.

3.3. Календарно-тематическое планирование

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ ДОД
«Судакский ЦДЮТ»
городского округа Судак
Е.Г. Потехина
_____ 20____ г.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Тема, раздел программы. Содержание работы на каждое занятие	Количество часов	Календарные сроки выполнения	Коррекция
1	Вступительное занятие	2		
	РАЗДЕЛ 1 ГИМНАСТИКА	18		
2	Теория дисциплины «Гимнастика»	2		
2.1	Основные задачи гимнастики	2		
3	Элементы партерной гимнастики	10		
3.1	Упражнения, развивающие подъем и выворотность стоп	2		
3.2	Упражнения, укрепляющие мышцы спины и развивающие гибкость позвоночника	2		
3.3	Упражнения укрепляющие мышцы брюшного пресса	2		
3.4	Упражнения, развивающие подвижность тазобедренных суставов и развитие балетного шага	2		
3.5	Упражнения на растягивание мышц и связок	2		
4	Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов (исполняются на середине зала)	6		
4.1	Теоретическая часть	2		
4.2	Упражнения для развития шеи, плечевого и поясничного поясов	1		
4.3	Упражнения для развития плечевого сустава и рук	1		
4.4	Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног	2		

	РАЗДЕЛ 2 РИТМИКА	18		
5	Теория дисциплины «Ритмика»	4		
5.1	Характер музыкального произведения, его темп, динамические оттенки	2		
5.2	Длительности, ритмический рисунок, акценты, музыкальный размер	2		
6	Музыкально-ритмические игры	14		
6.1	Теоретическая часть	2		
6.2	Упражнения, игры и метр	2		
6.3	Упражнения, игры и фразировка	2		
6.4	Упражнения, игры и темп	2		
6.5	Упражнения, игры и динамика	2		
6.6	Упражнения, игры и характер музыкального произведения	4		
	РАЗДЕЛ 3 ТАНЕЦ	32		
7	Теория дисциплины «Танец»	2		
7.1	Понятия «мелодия», «поза», «движение».	2		
8	Ориентационно-пространственные упражнения	14		
8.1	Теоретическая часть	4		
8.2	Изучение одноплановых рисунков и фигур: линейных – плоскостных (шеренга, колонна)	2		
	Изучение одноплановых рисунков и фигур: объемных (круг, «цепочка»)	4		
	Изучение приёмов перестроения из одноплановых рисунков и фигур в одноплановые	4		
9	Танцевальные элементы	16		
9.1	Теоретическая часть	4		
9.2	Реверанс для девочек и поклон для мальчиков на 4/4.	2		
9.3	Танцевальные шаги, бег, прыжки, подскоки	4		
9.4	Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства	6		
10	Итоговое занятие	2		
	Всего часов	72		

ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Тема, раздел программы. Содержание работы на каждое занятие	Количество часов	Календарные сроки выполнения	Коррекция
1	Вступительное занятие	2		
	РАЗДЕЛ 1 КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ	46		
2	Теория дисциплины «Классический танец»	4		
2.1	Предназначение, правила выполнения и музыкальные раскладки элементов классического танца	2		
2.2	Правильное произношение французских терминов и перевод названий классических pas	2		
3	Экзерсис у станка	14		
3.1	Теоретическая часть	4		
3.2	Постановка корпуса (в выворотных позициях)	2		
3.3	Позиции ног: I, III, II, V	2		
3.4	Позиции и положения рук: подготовительное положение, I, III, II позиции	2		
3.5	Разучивание элементов классического танца	4		
4	Экзерсис на середине зала	12		
4.1	Теоретическая часть	2		
4.2	Постановка корпуса (в выворотных позициях)	2		
4.3	Позиции ног: I, III, II, V	2		
4.4	Позиции и положения рук: подготовительное положение, I, III, II позиции	2		
4.5	Разучивание элементов классического танца	4		
5	Allegro (прыжки)	4		
5.1	Отработка подготовительных (трамплинных) прыжков	2		
5.2	Разучивание основных видов прыжков классического танца	2		
6	Исполнение танцевальных композиций на основе изученных элементов	12		

6.1	Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановке	2		
6.2	Знакомство с музыкальным материалом постановки	2		
6.3	Разучивание и постановка вариаций классического танца	4		
6.4	Работа над техникой исполнения	2		
6.5	Работа над танцевальным образом	2		
	РАЗДЕЛ 2 НАРОДНО – СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ	26		
7	Теория дисциплины «Народно – сценический танец»	2		
7.1	Народный танец как вид хореографического искусства	2		
8	Русский танец Экзерсис на середине зала	12		
8.1	Теоретическая часть	2		
8.2	Основные позиции корпуса, головы, рук и ног	2		
8.3	Элементарные ходы и проходки	2		
8.4	Бег, подскоки, галоп	2		
8.5	Изучение танцевальных элементов	2		
8.6	Танцевальная комбинация	2		
9	Исполнение танцевальных композиций на основе изученных элементов	12		
9.1	Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановке	2		
9.2	Знакомство с музыкальным материалом постановки	2		
9.3	Разучивание и постановка вариаций русского народного танца	4		
9.4	Работа над техникой исполнения	2		
9.5	Работа над танцевальным образом	2		
	РАЗДЕЛ 3 ИСТОРИКО – БЫТОВОЙ ТАНЕЦ	26		
10	Теория дисциплины «Историко – бытовой танец»	2		
10.1	Особенности исполнения историко – бытовых танцев			
11	Танцы XIX века Экзерсис на середине зала	12		
11.1	Теоретическая часть	2		
11.2	Изучение элементов танцев XIX в.	4		

11.3	Исполнение простых комбинаций на основе изученных элементов историко-бытовых танцев	6		
12	Исполнение танцевальных композиций на основе изученных элементов	12		
12.1	Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановке	2		
12.2	Знакомство с музыкальным материалом постановки	2		
12.3	Разучивание и постановка танцев XIX века	4		
12.4	Работа над техникой исполнения	2		
12.5	Работа над танцевальным образом	2		
	РАЗДЕЛ 4 СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ	26		
13	Теория дисциплины «Современный танец»	2		
13.1	История возникновения эстрадного танца	2		
14	Современный эстрадный танец Экзерсис на середине зала	12		
14.1	Теоретическая часть	2		
14.2	Техника изоляции.	2		
14.3	Основные движения корпусом	2		
14.4	Основные шаги	2		
14.5	Прыжки	2		
14.6	Танцевальная комбинация	2		
15	Исполнение танцевальных композиций на основе изученных элементов	12		
15.1	Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановке	2		
15.2	Знакомство с музыкальным материалом постановки	2		
15.3	Разучивание и постановка вариаций эстрадного танца	4		
15.4	Работа над техникой исполнения	2		
15.5	Работа над танцевальным образом	2		
	РАЗДЕЛ 5 ИНТЕГРИРОВАННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ	16		
16	Изучение основ музыкальной грамоты	6		
16.1	Теоретическая часть	4		
16.2	Практическая работа	2		

17	Изучение основ актерского мастерства	10		
17.1	Теоретическая часть	2		
17.2	Изучение основ импровизации	2		
17.3	Импровизация в танцевальных этюдах и инсцениовках	6		
18	Итоговое занятие	2		
	Всего часов	144		

Руководитель объединения _____ *Я.О. Жицкая*

3.4. Лист корректировки

Лист корректировки дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
хореографического ансамбля «Грация»

[illegible]

3.5. План воспитательной работы

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ ДОД
«Судакский ЦДЮТ»
городского округа Судак
Е.Г. Потехина
«__» _____ 20__ г.

ПЛАН

воспитательной работы на _____ учебный год
хореографического ансамбля «Грация»

Группа № _____

№ п/ п	Направления воспитательной работы	Мероприятие	Срок проведения (месяц)	Отметка о выполнении
	Гражданско-патриотическое воспитание	Флешмоб «Мы рисуем Крым» Мастер-класс «Военный вальс»	Март, май	
	Духовно-нравственное воспитание	Занятие, посвящённое празднику Пасхе.	Апрель	
	Спортивно-оздоровительное воспитание	Спортивно-танцевальная игровая программа «Движение – жизнь»	Ноябрь	
	Нравственно-эстетическое воспитание	Новогоднее представление «Волшебство танца»	Декабрь, Январь	
	Семейное воспитание	Концерты в честь праздников 23 февраля и 8 марта для пап и мам	Февраль, март	
	Профилактика правонарушений	Беседа о профилактике правонарушений	Февраль, март	
	Трудовое воспитание	Беседа о важности труда в жизни человека	Сентябрь, апрель	
	Экологическое воспитание	Открытое занятие «Осенний бал»	Октябрь	
	Воспитание культуры поведения на дороге (безопасность дорожного движения)	Беседа о правилах дорожного движения, безопасности на дорогах.	Сентябрь - май	

Руководитель _____

(подпись)

(расшифровка)

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

"Судакский ЦДЮТ" Городского Округа Судак, МБОУ ДОД, Потехина Елена
Геннадиевна

29.01.24 12:54
(MSK)

Простая подпись