

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ПОИСК»

Принята на заседании  
методического совета  
«03» 04 2023г.  
Протокол №4

Утверждаю:  
Директор МБУ ДО ЦДО «Поиск»  
И.А.Шейфер-Грушко  
Приказ № 87 от «22» 03 2023г.

МБУ ДО ЦДО  
"ПОИСК"

Подписано цифровой подписью:  
МБУ ДО ЦДО "ПОИСК"  
Дата: 2023.04.12 11:24:33 +05'00'

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
художественной направленности  
**«Первые шаги в мир народного танца»**  
(1 модуль)

Возраст обучающихся: 5-7 лет

Срок реализации: 4 месяца

Автор-составитель:  
Валиуллина Марина Петровна,  
педагог дополнительного образования

г.Нефтеюганск

## **Пояснительная записка**

Сегодня воспитание гражданина и патриота, знающего и любящего свою Родину, народное искусство, позволяет приобщить детей к духовной культуре своего народа, частью которой он является.

Это приоритетное направление, выдвинутое и поддерживаемое на государственном уровне, призвано способствовать приобщению населения, особенно молодого поколения, к традиционной культуре народа.

### ***Нормативно-правовое обеспечение***

Дополнительная общеобразовательная программа разработана в соответствии:

- Указом Президента Российской Федерации от 7 мая 2018 года № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года» (в ред. от 21.07.2020) Национальный проект «Образование», Федеральные проекты «Современная школа» и «Успех каждого ребенка»;

- Статьей 12 Федерального Закона от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Концепцией развития дополнительного образования в РФ до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р;

- Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р.;

- Приказом Минпросвещения России от 27.07.2022г. №629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Приказом Министерства науки и высшего образования РФ и Министерства просвещения РФ от 30 июня 2020 г. № 845/369 «Об утверждении Порядка зачета организацией, осуществляющей образовательную деятельность, результатов освоения обучающимися учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практики, дополнительных образовательных программ в других организациях, осуществляющих образовательную деятельность»;

- Письмом Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. №09-3242 «О направлении Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые);

- Письмом Минобрнауки РФ от 11.12.2006г. №06-1844 «О Примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;

- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3628-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Государственной программой Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Развитие образования», утверждённой постановлением Правительства Ханты-Мансийского автономного округа- Югры от 31.10.2021 № 468-п;

- Концепцией персонифицированного финансирования системы дополнительного образования детей в Ханты-Мансийском автономном округе-Югре, приказом Департамента образования и молодежной политики Ханты-Мансийского автономного округа-Югры от 04.06.2016 №1224 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в ХМАО-Югре» (с изменениями от 12.08.2022 № 10-П-1692, 23.08.2022 №10-П-1765).

### ***Требования к квалификации педагога дополнительного образования***

Высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю объединения, секции, студии без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу.

***Уровень программы:*** базовый. На данном этапе происходит развитие творческих способностей (внимание, мышление, воображение, фантазия), способствует активному познанию окружающей действительности.

Учащиеся должны включаться в решение задач, направленных на развитие коммуникативных способностей, группового и коллективного исполнения.

### ***Направленность программы – художественная.***

Учитывая требования современного дополнительного образования, данная программа реализует основные идеи и цели системы дополнительного образования детей:

- развитие мотивации детей к познанию и творчеству;
- содействие личностному и профессиональному самоопределению обучающихся, их адаптации в современном динамическом обществе;
- приобщение подрастающего поколения к ценностям мировой культуры и искусству;
- сохранение и охрана здоровья детей;
- ориентацию индивидуальных особенностей воспитанника, бережное сохранение и приумножение таких важных качеств ребенка, как инициативность, самостоятельность, фантазия, самобытность.

### ***Актуальность программы***

В городе Нефтеюганске большинство танцевальных коллективов не обучают народным танцам, являющимися основой культурного наследия многонационального населения нашего округа. Они предлагают современное направление танца - тиктоник, гоу-гоу, клубные танцы, которое не принадлежит к традиционной культуре народов России, не воспитывает в ребёнке чувства патриотизма.

В этой связи народный танец, вобравший в себя многовековой опыт человеческой деятельности, выступает как мощное средство воспитания подрастающего поколения, как одно из средств приобщения ребенка к истокам национальной культуры, формирования нравственных и творческих качеств личности.

Танец, как основа хореографического искусства, включает в себе огромные возможности воздействия на ребенка. Танцевальное искусство в современное время становится одним из самых действенных факторов формирования гармонически развитой, духовно богатой личности. Благодаря систематическому хореографическому образованию и воспитанию учащиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию профессионального хореографического искусства.

Этот вид творчества соответствует основным запросам детей младшего школьного возраста – возможность неформального общения, преобладание творческой активности, наличие практически значимого результата, подготовка к профессиональной деятельности. Чрезвычайно актуальной является мысль Ж. Ж. Руссо о том, что ребенка следует обучать не только профессиональным навыкам, а искусству жить творчески, деятельно, постоянно раскрывая свой личностный потенциал.

### ***Новизна программы***

Внедрение в учебный процесс элементов модульной системы обучения, что создает благоприятные условия для развития ребенка путём обеспечения гибкости содержания обучения, приспособления к его индивидуальным потребностям и уровню его базовой подготовки:

- ✓ особая содержательная трактовка и построение ритмики как «входа» в народную хореографию;
- ✓ доминантная основа народного танца, комплексный подход к обучению;
- ✓ использование методов-приемов собственной разработки.

**Цель** - формирование у детей интереса к народному танцу, способностей к творческому самовыражению посредством танцевальных движений.

**Задачи:**

**Предметные:**

- формировать базовые хореографические навыки для творческого выражения заданного образа.

**Метапредметные:**

- развивать интерес к русскому народному танцу через игровой, образно-сюжетный метод освоения элементов и движений народного танца;

**Личностные:**

- формировать уважительное отношение к истории и культуре своего народа;
- формировать навыки коллективного творчества.

**Адресат программы:** дети 5 - 7 лет, проявляющие интерес и имеющие способности к хореографии, которые успешно прошли обучение по дополнительной образовательной программе «Юный танцор» и получили необходимые умения, знания и навыки. Необходима также справка о состоянии здоровья учащегося.

Возраст 5-7 лет достаточно хорошо изучен психологами и физиологами, которые характеризуют этот период детства, как период неравномерного и волнообразного развития. Развитие центральной нервной системы идет активно. По мнению ученых, этот возраст обладает особой благодатной восприимчивостью. У ребенка интенсивно формируется наглядно-образное мышление и воображение, развивается речь, психическая жизнь обогащается опытом, возникает способность воспринимать мир и действовать по представлению.

Основной акцент в хореографической работе с учащимися этого возраста делается на освоении ритмики, с применением игровой технологии обучения. У детей развивается чувство ритма, музыкальный слух и память. На занятиях учащиеся совершенствуют двигательные навыки, у них развивается пространственная ориентация, улучшается осанка, формируется чёткость и точность движений.

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

У детей продолжается процесс развития двигательных функций, развитие мышечной выносливости, пространственной ориентации движений и зрительно-двигательной координации. Позвоночник гибок и податлив, поэтому при длительном не правильном положении тела, возможно, его искривление. Педагог должен следить за правильной осанкой и походкой учащихся и не допускать его не правильного формирования.

Характер детей продолжает формироваться, они очень возбудимы, настойчивы, эмоциональны. В этом возрасте для них характерны богатство воображения и непосредственность реакции. Поэтому одной из важных задач педагога-хореографа является индивидуальный подход к каждому ребенку, основанный на наблюдении за его естественным поведением в жизни. Наблюдение и анализ позволяют получить стойкую картину индивидуального подхода, главное правило которого состоит в том, что вся работа по выявлению и формированию индивидуальности непременно предполагает активное творческое включение самого ребенка в этот процесс.

Для детей этого возраста свойственно рассеянное непроизвольное внимание, они очень эмоциональны и легко возбудимы. Их физическая выносливость не велика, монотонность во время занятий исключена. Эмоциональный фон занятий, способствует развитию творческого мышления, фантазии и воображения, артистизма.

Согласно исследованиям отечественных психологов, особенностями этого возраста являются:

- ✓ увлеченность, яркая выраженность мотивов к конкретным действиям, новое рождение социального «я»;
- ✓ несформированность эмоционально-волевой сферы. Затруднена произвольная регуляция собственного поведения.
- ✓ незрелость личностных структур (совесть, приличия, эстетические представления);
- ✓ Тревожность, страх оценки.

### ***Условия реализации программы***

Наличие медицинской справки о состоянии здоровья, состав группы постоянный.

Группы формируются по результатам входного контроля, возрасту: одновозрастные и разновозрастные.

Количество учащихся в группе максимальное - 12, минимальное - 10.

***Сроки реализации программы*** - 4 месяца (102 часа).

### ***Режим занятий***

Занятия проходят 3 раза в неделю по 2 академических часа с 10-минутным перерывом.

### ***Формы занятий*** - групповые.

Выбор методов и форм проведения занятий обусловлен возрастными особенностями обучающихся: это игровые формы, направленные на раскрепощение, снятие страха оценки, формирование доброжелательных отношений внутри учебной группы, на восприятие и осознание искусства, воплощение своих чувств и мыслей в образах; на развитие эмоционально-чувственной сферы, погружение в заданную ситуацию.

Ведущими формами организации образовательного процесса являются практическое и репетиционное занятие. Используются такие формы как:

- мастер-класс,
- беседа,
- викторина,
- видео-урок.

На занятиях наряду с фронтальными методами используются работа в парах, индивидуальная работа, работа в микрогруппах.

Выбор форм, методов и видов деятельности в учебной группе определяется с учётом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников.

### ***Планируемые результаты***

*Предметные:* обучающийся

- знает и владеет базовыми хореографическими навыками исполнения элементов классического и народного танца.

*Метапредметные:* обучающийся

- владеет своим мышечным аппаратом и навыками координации движения.

*Личностные:* обучающийся

- имеет сформированные навыки уважительного отношения к истории и культуре своего народа;
- умеет работать в коллективе.

### ***Периодичность оценки результатов***

Оценка уровня освоения дополнительной общеобразовательной программы проводится посредством входного, текущего контроля, промежуточной и итоговой аттестации.

Входной контроль определяет готовность обучающихся к обучению по конкретной программе и проводится в форме: практической работы и устного опроса.

Текущий контроль осуществляется по разделам и выявляет степень сформированности практических умений и навыков учащихся в выбранном ими виде деятельности. Текущий контроль осуществляется без фиксации результатов в форме: самоконтроля, взаимоконтроля и самооценки готовых работ.

Промежуточная аттестация проводится в октябре-ноябре в форме: игры.

Итоговая аттестация проводится по завершению дополнительной программы в форме: игры.

По качеству освоения программного материала выделены следующие уровни знаний, умений и навыков:

- высокий – программный материал усвоен обучающимся полностью, воспитанник имеет высокие достижения;
- средний – усвоение программы в полном объеме, при наличии несущественных ошибок.
- ниже среднего – усвоение программы в неполном объеме, допускает существенные ошибки в теоретических и практических заданиях; участвует в конкурсах на уровне коллектива.

### **Критерии оценивания**

Способы фиксации оценки: словесное поощрение. Устно отмечается индивидуальные достижения, подтверждая или создавая положительную общую самооценку ребенку, закрепляя право на ошибку, снимая страх перед проведением оценивания.

<b>Устное оценивание (уровень)</b>	<b>Индивидуальное достижение</b>
Высокий	Технически качественное и эмоционально осмысленное исполнение упражнений ритмики, партерной гимнастики и танцевальных этюдов, отвечающее всем требованиям программы на данном этапе обучения.
Средний	Грамотное, с небольшими недочётами исполнение упражнений ритмики, партерной гимнастики и танцевальных этюдов.
Ниже среднего	Исполнение упражнений ритмики, партерной гимнастики и танцевальных этюдов с большим

	количеством ошибок и недочётов, невыразительное исполнение, незнание методики исполнения изученных движений.
--	--

### Учебный план

№	Название раздела	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	1	1	Педагогическое наблюдение, опрос
2	Партерный экзерсис	14	2	12	Педагогическое наблюдение, самоконтроль, взаимоконтроль, практическое задание
3	Ритмика с элементами народного танца	24	4	20	Педагогическое наблюдение, самоконтроль, взаимоконтроль, практическое задание
4	Элементы классического танца	26	4	22	Педагогическое наблюдение, самоконтроль, взаимоконтроль, практическое задание
5	Элементы народно - сценического танца	30	6	24	Педагогическое наблюдение, самоконтроль, взаимоконтроль, практическое задание
6	Аттестация	4	-	4	Практическое задание
7	Итоговое занятие	2	-	2	Концертное выступление
	<b>ИТОГО:</b>	<b>102</b>	<b>17</b>	<b>85</b>	

### Календарный учебный график

№ п/п	Число Месяц	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	1.09	-	групповая	2	Вводное занятие	Класс	Педагогическое

						хореографии	наблюдение Опрос
2	2.09	-	групповая	2	Разогрев	Класс хореографии	Педагогическое наблюдение
3	6.09	-	групповая	2	Упражнения на развитие выворотности	Класс хореографии	Практическое задание Самоконтроль Взаимоконтроль
4	8.09	-	групповая	2	Упражнения на укрепление брюшного пресса	Класс хореографии	Практическое задание
5	9.09	-	групповая	2	Упражнения для улучшения гибкости позвоночника	Класс хореографии	Практическое задание Самоконтроль
6	13.09	-	групповая	2	Упражнения для укрепления мышц спины	Класс хореографии	Практическое задание
7	15.09	-	групповая	2	Гимнастические упражнения: «полушпагат», «шпагат»	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль
8	16.09	-	групповая	2	Гимнастические упражнения «колесо», «рандат»	Класс хореографии	Практическое задание
9	20.09	-	групповая	2	Упражнения на развитие шага grandbattement вперед	Класс хореографии	Практическое задание взаимоконтроль
10	22.09	-	групповая	2	Упражнения на развитие шага grandbattement в сторону	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль
11	23.09	-	групповая	2	Упражнения на работу в пространстве	Класс хореографии	Практическое задание Самоконтроль
12	27.09	-	групповая	2	Упражнения на взаимодействие в паре	Класс хореографии	Практическое задание Педагогическое наблюдение
13	29.09	-	групповая	2	Упражнения на доверие	Класс хореографии	Практическое задание Педагогическое наблюдение
14	30.09	-	групповая	2	Упражнения на релаксацию	Класс хореографии	Практическое задание
15	4.10	-	групповая	2	Упражнения на развитие сценического внимания	Класс хореографии	Практическое задание Педагогическое

							наблюдение
16	6.10	-	групповая	2	Образное содержание выбранной роли	Класс хореографии	Практическое задание Педагогическое наблюдение
17	7.10	-	групповая	2	Тренинг на снятие эмоциональной закрепощенности	Класс хореографии	Практическое задание Педагогическое наблюдение
18	11.10	-	групповая	2	Квадрат А.Я.Вагановой	Класс хореографии	Взаимоконтроль Самоконтроль
19	13.10	-	групповая	2	Demi-plie	Класс хореографии	Практическое задание Самоконтроль
20	14.10	-	групповая	2	Grand plie	Класс хореографии	Практическое задание Самоконтроль
21	18.10	-	групповая	2	Battement tendu	Класс хореографии	Практическое задание Самоконтроль
22	20.10	-	групповая	2	Понятие en dehors и en dedans	Класс хореографии	Практическое задание Самоконтроль
23	21.10	-	групповая	2	Battement releve lent на 45°	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
24	25.10	-	групповая	2	Battement tendu jete	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
25	27.10	-	групповая	2	Промежуточная аттестация	Класс хореографии	Практическое задание
26	28.10	-	групповая	2	Demi-rond de jambe par terre en dehors	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
27	1.11	-	групповая	2	Demi-rond de jambe par en dedans	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
28	3.11	-	групповая	2	I port de bras	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
29	8.11	-	групповая	2	Pas de bourree suivi	Класс	Практическое

						хореографии	задание Взаимоконтроль
30	10.11	-	групповая	2	Положение ноги sur le cou-de-pied	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
31	11.11	-	групповая	2	Battement retire	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
32	15.11	-	групповая	2	Battement fondu на 45°	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
33	17.11	-	групповая	2	Grand battement jete	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
34	18.11	-	групповая	2	Temps saute по I, II позициям	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
35	22.11	-	групповая	2	Маленькое адажио на середине	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
36	24.11	-	групповая	2	Положения рук в парных и массовых танцах	Класс хореографии	Взаимоконтроль
37	25.11	-	групповая	2	battement tendu	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
38	29.11	-	групповая	2	battement tendu jetes	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
39	1.12	-	групповая	2	Подготовка к «верёвочке»	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
40	2.12	-	групповая	2	rond de jambe par terre	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
41	6.12	-	групповая	2	battement developpe	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль

							Самоконтроль
42	8.12	-	групповая	2	Тройной шаг с выносом ноги вперёд	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
43	9.12	-	групповая	2	Танцевальный шаг переменный вперёд и назад	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
44	13.12	-	групповая	2	Молоточки	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
45	15.12	-	групповая	2	Моталочка	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
46	16.12	-	групповая	2	Припадание	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
47	20.12	-	групповая	2	Шаг на каблук с приподом	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
48	22.12	-	групповая	2	Тур шэне с ретире	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
49	23.12	-	групповая	2	Этюд на материале русского народного танца	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
50	27.12	-	групповая	2	Итоговая аттестация	Класс хореографии	Творческий отчёт
51	29.12	-	групповая	2	Итоговое занятие	Класс хореографии	Практическое задание

### **Содержание программы**

#### **1. Вводное занятие. (2 часа)**

*Целевая направленность:* определение работы в коллективе решение организационных вопросов, определение музыкальных и танцевальных данных воспитанников; знакомство с техникой безопасности на занятиях, ППД, ППБ.

*Форма работы:* групповая.

*Теория:* Введение в программу. Проведение инструктажа по охране труда, правила поведения на занятиях в танцевальном коллективе, ПДД, ППБ. Организационное начало.

*Практика:* выполнение упражнений.

### **Тема 1.1. Радостные поклоны**

Изучение поклона.

Игры «У тебя, у меня...», «Ты + Я», «Снежный ком», «Крокодил».

## **2. Партерный экзерсис. (14 часов)**

*Целевая направленность:* формирование осанки, развитие общей физической подготовки (силы, выносливости, ловкости), развитие танцевальных данных, формирование скелетно-мышечного аппарата ребенка. Приобщение к здоровому образу жизни.

*Форма работы:* групповая

*Теория:* Здоровье человека (физическое, психическое, душевное) и влияние на него физических упражнений. Правила и техника выполнения упражнений для улучшения гибкости, упражнений на развитие осанки, общеукрепляющих упражнений, упражнений на развитие координации и танцевального шага.

*Практика:* выполнение упражнений.

### **Тема 2.1. Разогрев: различные шаги.**

- на всей стопе; - на полупальцах; - на пятках; - спортивный марш; - галоп с продвижением в сторону; - подскоки. Повороты и наклоны головы: - вперед, назад, вправо, влево, круговые движения головой. Упражнения для рук: - круговые движения рук кистью, локтем, всей рукой; - упражнения для плеч: поочередные и одновременные поднимания и опускания плеч, круговые движения плеч, движения плеч вперед-назад; - «ножницы» и «замок». Повороты и наклоны корпуса: - вперед, назад, вправо, влево.

### **Тема 2.2. Упражнения на развитие выворотности.**

«Лягушка», «Змейка» - развороты ног во второй позиции *endehor* и *endedan*, *passé* разными ногами с *roulépied*. Все упражнения повторить лежа на животе *endedan*.

### **Тема 2.3. Упражнения на укрепление брюшного пресса.**

«Книжка» - из положения лежа на спине сесть и опуститься в исходное положение; «Оловянный солдатик», «Щучка» - из положения лежа на спине сесть, одновременно раскрывая ноги в шпагат, «качалка» - из положения лежа на спине сесть, наклониться к ногам, принять исходное положение.

### **Тема 2.4. Упражнения для улучшения гибкости позвоночника.**

Лежа на животе: - «Колечко»; - «Корзиночка» - на счет 4 отпустить ноги и сохранить заданную позу на 4 счета; - «Лодочка» - раскачивание. «Кошечка».

### **Тема 2.5. Упражнения для укрепления мышц спины.**

«Мостик» из положения стоя на коленях; - наклоны к ногам из положения сидя, сильно прижаться корпусом и зафиксировать положение «Замочек» на 4 счета; - лежа на животе в упоре на локтях выполнить grandbattement.

### **Тема 2.6. Гимнастические упражнения («полушпагат», «шпагат»).**

### **Тема 2.7. Упражнения на развитие шага.**

## **3. Ритмика с элементами народного танца. (24 часа)**

*Целевая направленность:*

*Форма работы:* групповая

*Теория:*

*Практика:* выполнение упражнений.

### **Тема 3.1. Основные метроритмические рисунки народной музыки. (2 часа)**

### **Тема 3.2. Разновидности ходьбы (2 часа)**

(маршеобразная, спокойная, быстрая, с поднятием колен вперед. Все шаги выполняются в комбинации с руками)

### **Тема 3.3. Танцевальный шаг (2 часа)**

(на п/п, с переходом на пятки)

### **Тема 3.4. Сценический шаг (2 часа)**

### **Тема 3.5. Шаг с притопом (2 часа)**

### **Тема 3.6. Шаг с каблука (2 часа)**

### **Тема 3.7. Шаг притоп (2 часа)**

### **Тема 3.8. Танцевальный бег (2 часа)**

(бег с отбрасыванием согнутых ног назад, бег с поднятием согнутых ног вперед, с прямыми ногами вперед-назад).

### **Тема 3.9. Русский бег (2 часа)**

(в комбинации с руками),

### **Тема 3.10. Галоп (2 часа)**

(по диагонали и в повороте)

### **Тема 3.11. Прыжки (2 часа)**

(по 6 позиции ног, с чередованием ног, «поджатки», «разножка». Прыжки комбинируются с наклонами корпуса вперед, назад, в стороны).

### **Тема 3.12. Прыжковая комбинация (2 часа)**

## **4. Элементы классического танца (26 часов)**

*Целевая направленность:* Формирование осанки и опорно-двигательного аппарата, развитие общей физической подготовки (силы, выносливости, ловкости), развитие танцевальных данных.

*Форма работы:* групповая

*Теория:* Ознакомление с элементами классического танца и упражнений на развитие танцевального шага. Навыки простейшей координации движений,  
*Практика:* Движения изучаются лицом к станку, за исключением I port de bras.

**Тема 4.1.** Квадрат А.Я.Вагановой

Изучение точек класса предложенный А. Я. Вагановой в книге "Основы классического танца"

**Тема 4.2.** Demi-plie

**Тема 4.3.** Grand plie

**Тема 4.4.** Battement tendu

**Тема 4.5.** Понятие en dehors и en dedans

**Тема 4.6.** Battement tendu jete

**Тема 4.7.** Demi-rond de jambe par terre en dehors

**Тема 4.8.** Demi-rond de jambe par en dedans

**Тема 4.9.** I port de bras

**Тема 4.10.** Положение ноги sur le cou-de-pied

**Тема 4.11.** Battement retire

**Тема 4.12.** Grand battement jete

**Тема 4.13.** Temps saute по I, II позициям

## **5. Элементы народно-сценического танца (30 часов)**

*Целевая направленность:* Создание условий для реализации возможностей каждого учащегося в освоении народно-сценического танца, приобретении устойчивых знаний по истории русского танца и его современного сценического состояния.

Практически осваивая образцы хореографического наследия, учащиеся вникают в особенности стиля и характера изучаемых танцев и танцевальных комбинаций, приобретая технические умения и навыки их выразительного исполнения.

*Форма работы:* групповая

*Теория:* Правила и техника выполнения упражнений и основных элементов народно – сценического танца. Знакомство с танцевальной культурой различных народностей.

*Практика:* Выполнение упражнений и основных элементов народно – сценического танца у станка и на середине. Исполнение этюдов, уделяя внимание манере исполнения и передаче национального колорита.

**Тема 5.1.** Положения рук в парных и массовых танцах («круг», «цепочка», «звёздочка», «карусель», «корзиночка»).

**Тема 5.2.** battement tendu ( носок-каблук-носок) по всем позициям с demiplié.

**Тема 5.3.** battement tendu jetes.

**Тема 5.4.** Подготовка к «верёвочке». (с поворотом колена работающей ноги в закрытое положение и обратно).

**Тема 5.5.** rond de jambe par terre (носком с остановкой в сторону и назад, ребром каблука с остановкой в сторону и назад).

**Тема 5.6.** battement developpe (резкие и плавные).

**Тема 5.7.** Тройной шаг с выносом ноги вперёд.

**Тема 5.8.** Танцевальный шаг переменный вперёд.

**Тема 5.9.** Танцевальный шаг переменный назад.

**Тема 5.10.** Молоточки.

**Тема 5.11.** Моталочка.

**Тема 5.12.** Припадание.

**Тема 5.13.** Шаг на каблук с притопом.

**Тема 5.14.** Тур шэне с ретире.

**Тема 5.15.** Этюд на материале русского народного танца.

## **6. Аттестация (4 часа)**

**Тема 6.1.** Промежуточная аттестация

**Практика: Творческий отчёт**

**Тема 6.1.** Итоговая аттестация

**Концертное выступление**

## **7. Итоговое занятие (2 часа)**

### **Методическое обеспечение**

Программа предусматривает вариативность использования нескольких педагогических технологий.

При проведении занятий используется методика личностно-ориентированного обучения И.С Якиманской, применение которой даёт учащимся возможность реализовать себя в творчестве (участие в городских конкурсах и выставках, культурно-массовых мероприятиях центра), доводить начатое дело до конца.

Для решения творческих задач используется технология продуктивной художественно-творческой деятельности: когда процесс решения задач не должен быть не слишком трудоемким и утомительным, а выполнение работы рассчитано на непродолжительный отрезок времени и выполняемым в течение нескольких занятий.

Для создания активного творчества у детей, радостного настроения и снятия внешних и внутренних зажимов используются игровые технологии Б.П. Никитиной, В.В. Репиной, С.А. Шмакова (игровые ситуации, сюрпризный момент, урок – путешествие и т.д)

Игровые технологии обладают средствами, активизирующими и интенсифицирующими деятельность учащихся. Дети прочно и с удовольствием усваивают знания, полученные игровым методом.

Основная задача игровой технологии – дать ребенку раскрепоститься, побывать актером, обрести уверенность в себе.

Технология обучения в сотрудничестве и развивающее обучение позволяет организовать обучение в тех формах, которые традиционно применяются на занятиях хореографией и включает индивидуально-групповую работу и командно-игровую работу. В первом случае занимающиеся разбиваются на группы в несколько человек. Группам дается определенное задание, например, самостоятельно составить танцевальный этюд. Это эффективная работа для усвоения нового материала каждым ребенком. Разновидностью индивидуально-групповой работы может служить, например, индивидуальная работа в команде. Каждая команда придумывает свой этюд, и показывают друг другу. Члены команды просматривают этюды, ведется обсуждение, указывают на недочеты. Основные принципы педагогики сотрудничества:

- учение без принуждения;
- право на свою точку зрения
- право на ошибку;
- успешность;
- сочетание индивидуального и коллективного воспитания.

Информационные технологии используются для обеспечения материально-технического оснащения. Деятельность танцевального коллектива предполагает постановку танцев и проведение концертных выступлений. Для качественного звучания танцевальных фонограмм, соответствующих современным техническим требованиям используются компьютерные технологии.

Применение компьютера позволяет:

- накапливать и хранить музыкальные файлы;
- менять темп, звуковысотность музыкального произведения; производить монтаж, компоновку музыкального произведения; хранить фото-и видеоматериалы коллектива; поддерживать контакты с коллегами и осуществлять деловое общение.
- эффективно осуществлять поиск и переработку информации;
- пользоваться почтовыми услугами Интернет.

При условии систематического использования информационных технологий в учебном процессе в сочетании с традиционными методами

обучения можно значительно повысить эффективность обучения хореографии.

Для занятий хореографией принимаются дети с различными физическими данными, поэтому возникает необходимость на занятиях заниматься как общим физическим развитием ребенка, так и исправлением (коррекцией) физических недостатков. Формирование правильной техники исполнения движений создает и совершенную, в смысле «скульптурности», форму тела. Поэтому в процессе обучения применяется технология здоровьесберегающего обучения.

Здоровьеформирующие образовательные технологии по определению Н.К. Смирнова, - это все те психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни. в коллективе формируются необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни. Обучающиеся учатся использовать полученные знания в повседневной жизни. И это способствует общему оздоровлению ребенка.

В целях повышения эффективности воспитательной работы важно использовать проблемную методику и технологию проблемного обучения. Особенностью данного подхода является реализация идеи «обучение через открытие»: ребенок должен сам открыть явление, закон, закономерность, свойства, способ решения задачи, найти ответ на неизвестный ему вопрос. При этом он в своей деятельности может опираться на инструменты познания, строить гипотезы, проверять их и находить путь к верному решению.

Принципы проблемного обучения:

- самостоятельность обучающихся;
- развивающий характер обучения;
- интеграция и вариативность в применении различных областей знаний;
- использование дидактических алгоритмизированных задач.

В отличие от традиционной, когда детям сообщается «готовая» информация обучения, проблемная методика предлагает более активную умственную и эмоциональную деятельность. В процессе занятий возможно предложить детям дополнить танцевальную комбинацию или сочинить ее полностью, исполнить то или иное движение, которое не касается их программы обучения. Дети сначала робко, а потом и смело, при поддержке педагога, активно включаются в творческую работу. Важно, чтобы ребенок смог применить свои знания, желания в осуществлении задуманного.

Необходимо поощрять творческую инициативу детей, так как многие из них впоследствии, становясь старше, помогают своим педагогам в работе с младшими детьми.

### ***Дидактическое обеспечение***

**1** *Видео-аудио записи ведущих ансамблей России:* Государственного академического ансамбля народного танца имени И.А. Моисеева, Государственного академического хореографического ансамбля «Березка», «Гжель».

**2** *Видео материалы:* «Творчество Махмуда Эсамбаева», «Е. Максимовой и В. Васильева», «Т.А. Устиновой», «Майи Плисецкой».

**3** *Видео мастер-класса «Виды и отличия русского танца».*

**4** *Видео мастер-класса «Народно-сценический танец у станка».*

**5** *Видео фестивалей:* «Роза ветров», «Дебют», «Золотые купола»,

**6** *Фотоматериалы:* Государственного академического Русского народного хора им. М.Е. Пятницкого, Государственного академического хореографического ансамбля «Березка», Академического ансамбля песни и пляски имени А.В. Александрова, «Великие мастера сцены» (И.А. Моисеев, Н. Надеждина, Т.А. Устинова, М. Эсамбаев), фотографии концертных выступлений ансамбля «Калейдоскоп».

**7** *Методические разработки:* «Танцы-бусинки», «Танцы-шутки, танцы-минутки», «Диалог в танце», «Ритмическая гимнастика «Хореографическая азбука от А до Я», «История русского танца».

**8** *Конспекты открытых занятий:* «Образ в танце», «Класс-концерт», «Праздничная Русь», «Два веселых человечка Хорео и Графия», «Поклоны-приветствия – история и современность», «В гостях у Белоснежки», «Парное исполнение народного танца».

**9** *Творческие работы воспитанников:* «Особенности исполнения русского народного танца», «Музыка – душа народного танца», «Великие мастера сцены», «Ансамбль «Березка» сокровищница русского народного танца».

**10** *Книга издательство:* Т.А. Устинова «Избранные русские народные танцы». Т. Барышникова «Азбука хореографии», Г.П. Гусев «Методика преподавания народного танца у станка».

### ***Техническое обеспечение***

✓ хореографический класс (светлое, хорошо проветриваемое помещение);

✓ специальное оборудование (станки и зеркала); диаметр палок станка – 5 см, высота – 80 – 100 см., расстояние от стены – 30 см.;

- ✓ компьютер, аудио и видео аппаратура;
- ✓ тренировочные костюмы и обувь;
- ✓ музыкальная атрибутика: деревянные ложки, бубны, трещётки;
- ✓ гимнастические коврики;
- ✓ скакалки.

### **Список литературы**

#### *Литература для педагога:*

1. Концепция развития дополнительного образования в РФ, утвержденной распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014г. №172.
2. Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006г. №06-1844 «О Примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».
3. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. №09-3242 «О направлении Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые).
4. Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
5. Приказ Департамента образования и молодежной политики Ханты-Мансийского автономного округа-Югры от 31.01.2013 №63 «Об утверждении Концепции развития воспитания в системе общего образования Ханты-Мансийского автономного округа – Югры».
6. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 №41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации

режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»,

7. Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р)

8. Стратегия развития образования Ханты-Мансийского автономного округа-Югры до 2020 года; приказом Департамента образования и молодежной политики Ханты-Мансийского автономного округа-Югры от 04.06.2016 №1224 «Об утверждении правил персонифицированного финансирования в ХМАО-Югре» (с изменениями от 20.08.2018 №1142).

9. Федеральный Закон от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

10. Бочкарева, Н. И. русский народный танец: теория и методика [Текст]: учебное пособие для студентов вузов культуры и искусств / Н. И. Бочкарева.

11. – Кемерово: Кемеровский государственный университет культуры и искусств, 2012. – 179 с.

12. Бочкарева, Н. И. Развитие творческих способностей детей на уроках ритмики и хореографии [Текст]: учебное пособие / Н. И. Бочкарева. – Кемерово: Кемеровская государственная академия культуры и искусств, 1999. – 64 с., ил., ноты.

13. Бритаева, Н. Х. Эмоции и чувства в сценическом творчестве [Текст]: учебное пособие / Н. Х. Бритаева. – Саратов: Саратовский университет, 1986. – 160 с.

14. Ваганова, А. Я. Основы классического танца [Текст]: учебное пособие / А. Я. Ваганова. – Л.; М.: Искусство, 1963. – 177 с.

15. Гусев, Г.П. Методика преподавания народного танца. Этюды: учебное пособие для студентов хореограф.фак. вузов культуры и искусств / Г. П. Гусев. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2004. – 232 с., ил., ноты.

16. Станиславский, К. С. Работа над собой в творческом процессе переживания [Текст] / К. С. Станиславский. – М.: Искусство, 1954. – Т. 2. – 423 с.

17. Секрет танца [Текст] / Составитель Т. К. Васильева. – СПб.: ТОО «Диамант», ООО «Золотой век», 1997. – 480 с., ил;

18. [Nsportal.ru](http://Nsportal.ru);

[tanci-palitra.com](http://tanci-palitra.com);

19. [secret-terpsihor.com](http://secret-terpsihor.com).

*Литература для обучающихся*

1. Барышникова, Т. Азбука хореографии [Текст] / Т. Барышникова. - М.: Рольф, 1999. – 272 с., ил.

2. Боттомер, Пол Учимся танцевать [Текст] / Пол Боттомер / Перевод с англ. К. Молькова. - М.: ЭКСМО-Пресс, 2001. – 256 с., ил.
3. Идом, Хелен Хочу танцевать [Текст] / Х. Идом, Н. Кэтрэк. – М.: Махаон, 1998. – 32 с., ил. – (Пусть меня научат).
4. Карп, П. М. Младшая муза [Текст] / П. М. Карп. – М.: Современник, 1997. – 237 с., фотоил. – (Под сенью дружных муз).
5. Петров, В. А. Нулевой класс актера [Текст] / В. А. Петров. – М.: Сов. Россия, 1985. – 110 с.
6. Смит, Люси Танцы. Начальный курс [Текст] / Л. Смит; Пер. с англ. Е. Опрышко. – М.: ООО «Издательство Астрель», ООО «Издательство АСТ», 2001. – 48 с., ил.
7. Станиславский, К. С. Работа над собой в творческом процессе переживания [Текст] / К. С. Станиславский. – М.: Искусство, 1954. – Т. 2. – 423 с.
8. Секрет танца [Текст] / Составитель Т. К. Васильева. – СПб.: ТОО «Диамант», ООО «Золотой век», 1997. – 480 с., ил;
9. [perluna-detyam.com](http://perluna-detyam.com);
10. [dance-school.com](http://dance-school.com).