

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
«Азбука народного танца»

Возраст обучающихся: 7-9 лет
Срок реализации: 9 месяцев

Автор-составитель:
Валиуллина Марина Петровна,
педагог дополнительного образования
высшей квалификационной категории

г. Нефтеюганск

Пояснительная записка

Народный танец является одним из важных условий формирования разносторонне развитой личности, способной к преобразованию, самопознанию, к творческой деятельности. Именно на этих занятиях создаётся прочный фундамент танцевальной культуры ребёнка, как части его общей духовной культуры в целом, и в конечном итоге обеспечивается решение важнейшей воспитательной задачи – формирование и воспитание гражданина России.

Понимая огромное значение русского народного танца в жизни ребенка, возникла необходимость в разработке данной программы.

Данная программа «Азбука народного танца» - учит ориентироваться и ориентировать детей на постижение общечеловеческих ценностей, не подверженных влиянию времени с помощью воспитания и обучения ребенка на основе традиций народной хореографии.

Программа предусматривает **межпредметные связи** с музыкой, литературой, ритмикой, физической культурой.

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. Учащиеся прошли обучение по программе «Юный танцор» и получили необходимые знания, умения и навыки. 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.

Основной акцент в хореографической работе с воспитанниками делается на освоении русской народной хореографии - многожанровой,

оптимистической, жизнерадостной, фундаментальной и проверенной на протяжении многих веков. Все это совпадает с мироощущением ребенка, делает творческий процесс успешным, интересным, понятным и близким по духу и восприятию.

Народный танец является многогранным инструментом комплексного воздействия на личность ребенка:

- Формирует личностные качества: силу, выносливость, смелость, волю, трудолюбие, упорство и целеустремленность;
- Дает правильное направление развитию многообразия эмоциональных проявлений, гуманистических чувств, стремлению к сотрудничеству и положительному самоутверждению;
- Способствует развитию мышечной выразительности тела; формирует фигуру и осанку; устраняет недостатки физического развития; укрепляет здоровье;
- Формирует выразительные движенческие навыки, умение легко, грациозно и координировано танцевать, а также ориентироваться в пространстве;
- Воспитывает общую музыкальную культуру, развивает слух, ритм, знание простых музыкальных форм, стиля и характера произведения;
- Развивает творческие способности (внимание, мышление, воображение, фантазию), способствует активному познанию окружающей действительности;
- Развивает коммуникативные способности детей, чувство «локтя партнера», группового, коллективного, ансамблевого действия.

Таким образом, именно эти функциональные особенности определяют **актуальность** данной программы и **востребованность** данного вида искусства в системе дополнительного образования.

Приобщение детей к основам родной культуры, традициям и обычаям наших предков, дает возможность формировать в каждом ребенке лучшие человеческие качества.

Воспитание потребности в творчестве, умение творить по законам красоты - это та сторона эстетического воспитания, которая связана с формированием мировоззрения и с воспитанием нравственных норм у ребенка.

Новизна программы состоит в личностно-ориентированном обучении методом игровых импровизаций на основе народного фольклора.

Задача педагога дополнительного образования заключается не в максимальном ускорении развития творческих способностей ребенка, не в

сроках и темпах, а, прежде всего в том, чтобы создать каждому учащемуся все условия для наиболее полного раскрытия и реализации творческих способностей. Присутствие творческой танцевальной и импровизационной игры позволяет не замечать усталости, ненавязчиво развивает образное мышление, музыкальное пространство мысли, потребность в двигательной активности.

Цель программы: развитие стойкого интереса у учащихся к народному танцу, а также художественно-творческих способностей средствами народной хореографии с учетом индивидуальных способностей учащихся.

Задачи программы:

Обучающие:

- формировать мотивацию к обучению и познанию;
- формировать у учащихся определенные хореографические знания, умения и навыки;
- ознакомить учащихся с историей возникновения и развития русского народного танца;
- формировать исполнительско - творческие навыки и умения каждого учащегося на основе народно-сценического танца;
- обучить приемам самоконтроля и взаимоконтроля;
- формировать ключевые компетенции.

Развивающие:

- развивать интерес к народному танцу как мотивационного компонента к дальнейшему саморазвитию;
- развивать творческую активность;
- развивать общую физическую подготовку (силу, выносливость, ловкость);
- развивать у учащихся ритмичность, музыкальность, артистичность и эмоциональную выразительность;
- развивать воображение, фантазию, наглядно-образное мышление.

Воспитательные:

- Формировать навыки творческого самовыражения, общей культуры, настоящего эстетического вкуса;
- формировать навыки общения и коллективного творчества;
- воспитать чувство коллективизма и сотрудничества;
- формировать установку на здоровый образ жизни;

- Формировать коммуникативное межличностное общение («исполнитель-педагог», «партнер-партнерша», «участник-ансамбль-коллектив»).

Адресат программы: дети 7 - 9 лет, проявляющие интерес и способности к хореографии, которые успешно прошли обучение по дополнительным образовательным программам: «Первые шаги в мире народного танца» и получили необходимые умения, знания и навыки. Необходима так же справка о состоянии здоровья учащегося.

В этом возрасте у детей отмечается неравномерность в темпе психологического развития мальчиков и девочек, продолжается процесс развития двигательных функций, развитие мышечной выносливости, пространственной ориентации движений и зрительно-двигательной координации, возрастает скорость движений, но точность ещё не высокая, много неосознанных движений. Позвоночник гибок и податлив, поэтому при длительном не правильном положении тела, возможно, его искривление. Педагог должен следить за правильной осанкой и походкой воспитанников и не допускать его не правильного формирования, так как этот возраст наиболее подвержен отрицательному влиянию средовых факторов в силу не завершенности формирования мышечного корсета и адаптации к длительному нахождению за партой.

Для детей этого возраста свойственно рассеянное непроизвольное внимание, они очень эмоциональны и легко возбудимы. Их физическая выносливость не велика, монотонность во время занятий исключена. Поэтому на начальном этапе обучения в основе занятий с детьми необходимо включать игровое начало. Игровой метод придает учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию творческого мышления, фантазии и воображения, артистизма.

Одним из важных факторов работы на начальном этапе обучения является использование минимума танцевальных элементов при максимуме возможности их сочетания. Оригинальное композиционное построение элементов создает впечатление новизны, развивает творческую фантазию у детей и создает прочный фундамент знаний.

Элементы народно-сценического и классического танца вводятся в уроки постепенно. Они еще не многочисленны, но проучивать их необходимо с предельной тщательностью, ибо неверно усвоенный навык на этом первом этапе может перечеркнуть всю дальнейшую работу. Каждый элемент

экзерсиса является основополагающим для дальнейшего развития движений народного танца.

Программа может быть использована педагогами учреждений дополнительного образования, общеобразовательных школ.

Условия реализации программы

Наличие медицинской справки о состоянии здоровья, курс обучения по программам: «Первые шаги в мире народного танца». Состав группы постоянный.

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

Количество учащихся в группе максимальное - 15, минимальное - 10.

Сроки реализации программы - 9 месяцев (216 часов)

Режим занятий

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

Формы занятий – групповые. 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.

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.

Форма обучения - очная, с применением дистанционных технологий.

Программа построена в соответствии с основными дидактическими принципами:

- ✓ систематичность обучения, последовательность в приобретении знаний, умений и навыков;
- ✓ общедоступность и поэтапность в достижении целей;
- ✓ адаптированность к уровню подготовки и преемственность в обучении;
- ✓ сочетание коллективной и индивидуальной работы обучающихся детей;
- ✓ дифференциация и индивидуализация заданий;

- ✓ успешность деятельности обучающихся и общественно-полезная значимость результатов;
- ✓ творческая заинтересованность и активность детей;
- ✓ личностно-ориентированного подхода – обращение к личному опыту учащихся, признание его уникальности;
- ✓ сотрудничество педагог – родитель – учащийся;
- ✓ доверия и поддержки – вера в ребёнка, доверие к нему, поддержка его;
- ✓ творчества и успеха – любые успехи ребёнка должны стать главными критериями анализа и оценки его труда.

Характерные особенности программы:

Основной акцент в хореографической работе с детьми делается на освоении русской танцевальной культуры, национальных традиций – фундаментальных, преемственных, генетически проверенных на протяжении веков. Все это совпадает с мироощущением ребенка, делает творческий процесс успешным, интересным, легкоусвояемым, понятным и близким по духу и восприятию. Ритмика, гимнастика, игра, элементы классического танца имеют свои локальные задачи. Они - средства в достижении основной цели.

Создание комфортной психоэмоциональной атмосферы занятий, в которой ребенок может радостно и свободно работать без чрезмерных усилий – главная задача педагога. Сохранить радость, детскую непосредственность восприятия, эмоционально раскрепостить душу ребенка, создать благоприятную среду для успешного освоения им хореографического материала, проявления творческих способностей – главное условие успеха.

Уровни освоения образовательной программы

1 Модуль «Ритмика» (102 часа)

Занятия модуля комплексные, состоят из следующих разделов:

1 раздел: Вводное занятие

2 раздел: Ритмико-гимнастические упражнения

Ритмико-гимнастические упражнения, являясь организующим моментом, проводятся обычно в начале занятия. Они включают гимнастическую ходьбу, бег, прыжки с хлопками и без них и служат для укрепления мышц шеи, плечевого пояса, рук и ног, мышц туловища, для выработки осанки, исправления таких недостатков, как косолапость, шаркающая походка и т. п.

В этот же раздел входят упражнения на развитие ловкости, равновесия, динамической и статической координации. Упражнения на развитие статической координации, которые можно выполнять стоя на обеих или на одной ноге, с открытыми, а затем с закрытыми глазами, используют в

заключительной фазе урока, так как они содействуют успокоению, развивают способность управлять своим телом, ориентироваться в пространстве, закалять волю.

3 раздел: Партерная гимнастика

Детей с развитыми данными для хореографии очень мало. Уже на этапе формирования групп обнаруживается много дефектов: сколиоз, сутулость, избыточный вес, слабая спина, отсутствие прыжка. Партерная гимнастика помогает устранить многие из перечисленных недостатков. Упражнения, подобранные на основе комплекса партерной гимнастики Бориса Князева, представляют собой особую систему упражнений, которые призваны укрепить мышцы и развить силу, улучшить или восстановить подвижность суставов, придать тканям, связкам и мышцам эластичность. Кроме этого, в ходе занятий позвоночник обретает небывалую гибкость, а тело – ловкость и точность движений.

Помимо оздоровительных функций, партерные занятия формируют правильную осанку.

4 Раздел: Ритмика с элементами народного танца, движения русского народного танца

Важным в процессе подготовки учащегося является формирование его двигательного аппарата, развитие актерских способностей, освоение характера и манеры исполнения движений, чтобы в дальнейшем легко, без напряжения передавать на сцене яркую палитру русского народного танца. Русский танец богат своими традициями и разнообразием форм. Это лирические и плясовые хороводы, зажигательные переплясы, пляски и кадрили. Процесс обучения народному танцу проходит поэтапно. Начиная с комбинаций, этюдов и перерастая в полнометражные танцы на занятиях с ансамблем. Каждый танец несет в себе определенный образ, имеет свои национальные особенности, с которыми учащийся должен познакомиться в процессе обучения.

2 Модуль «Танцующая Россия» (114 часов)

Музыкально-танцевальные игры, творческие задания, коммуникативные танцы - игры, элементы народно - сценического и классического танца, народные пляски и развитие актерской выразительности - основа данного модуля. Занятия комплексные, состоят из следующих разделов:

1 раздел: Элементы классического экзерсиса

Задача этого раздела - развитие мускулатуры ног, рук, спины, формирование правильной осанки и координации движений. Необходимо подготовить детей к изучению более сложных элементов, этюдов, танцев.

2 раздел: Хоровод – древнейший вид русского народного танца

Все народные танцы предназначены для совместного исполнения и совершенствуют навыки общения детей между собой. В работе используются хороводы, общие (массовые) пляски, парные танцы. В них дети учатся внимательно относиться к партнеру, находить с ним общий ритм движения, при смене и передвижке партнеров терпеливо относиться к тем учащимся, у которых имеются какие-либо индивидуальные затруднения.

3 раздел: Элементы народно-сценического экзерсиса у станка и на середине зала.

В системе преподавания народно – сценического танца упражнения у станка и на середине зала способствуют:

- 1 Развитию всего организма учащегося, его двигательного аппарата (костей, суставов, связок, мышц);
- 2 Повышению технических возможностей исполнителей, выработке силы и гибкости, мягкости и точности движений.

Элементы народно-сценического танца, основные ходы и движения вводятся в уроки постепенно. Они еще не многочисленны, но проучивать их необходимо с предельной тщательностью, ибо неверно усвоенный навык на этом первом этапе может перечеркнуть всю дальнейшую работу. Каждый элемент экзерсиса является основополагающим для дальнейшего развития движений народного танца. Дети изучают простейшие элементы русского танца: ходы, движения, положения рук, корпуса, положения и движения в парах. Овладевая простыми танцевальными движениями, воспроизводя их, дети приучаются различать разнохарактерные части музыкального произведения, передавать пластикой их содержание, точно начинать и заканчивать движение. Следует добиваться, чтобы дети так овладевали движениями, что могли бы двигаться в танце свободно и непринужденно.

4 раздел: Простейшие элементы исполнительской техники для мальчиков, для девочек.

Очень важно, чтобы подбор движений и характер их исполнения соответствовал полу ребёнка. Так для мальчиков характерны присядки, хлопушки, трюки. Трюки надо выполнять, пройдя хорошую физическую подготовку, предварительно хорошо разогрев мышцы. Для исполнения некоторых трюков используются руки. Для укрепления мышц рук мальчикам необходимо вводить в урок отжимания. Для исполнения некоторых присядок и прыжков в воздухе нужна также хорошая растяжка.

5 раздел: Аттестация

6 раздел: **Итоговое занятие**

Программа адаптирована на цели и задачи, направленные на приобщение и знакомство детей с хореографическим искусством к учебно-организационным условиям системы дополнительного образования, и может быть использована педагогами учреждений дополнительного образования, общеобразовательных школ.

Планируемые результаты программы:

Учащиеся узнают:

- ✓ Жанры русского народного танца;
- ✓ основные фигуры хоровода;
- ✓ позиции рук и ног в народном танце;
- ✓ экзерсис классического и народного танца;
- ✓ элементы и движения русского народного танца;
- ✓ терминологию танцевальных элементов изученных по программе;
- ✓ правила самостоятельной и коллективной работы.

Учащиеся научатся:

- ✓ Владеть своим мышечным аппаратом;
- ✓ владеть навыками координации движения;
- ✓ выполнять экзерсис классического и народного танца;
- ✓ выполнять основные ходы и шаги русского народного танца;
- ✓ выполнять движения русского народного танца в соответствии с музыкальным материалом;
- ✓ выполнять этюды на основе программного материала;
- ✓ работать индивидуально и в группе;
- ✓ самостоятельно импровизировать под русскую народную музыку.

Периодичность оценки результатов Программы

Для оценки уровня освоения дополнительной общеобразовательной программы проводится посредством текущего контроля, промежуточной и итоговой аттестации.

Текущий контроль выявляет степень сформированности практических умений и навыков учащихся в выбранном ими виде деятельности. Текущий контроль может проводиться в форме наблюдения, индивидуального собеседования, групповой беседы, опроса. Текущий контроль осуществляется без фиксации результатов.

Промежуточная аттестация проводится по завершению I модуля программы и осуществляется в виде выполнения практического задания.

Итоговая аттестация проводится по завершению всего объёма дополнительной общеобразовательной программы, которая проводится в следующих формах: творческого отчета.

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

- высокий - программный материал усвоен обучающимися детьми 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.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Название раздела	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1 модуль - Ритмика (102 часа)					
1	Вводное занятие.	2	1	1	Педагогическое наблюдение, опрос
2	Ритмико – гимнастические упражнения	30	8	22	Педагогическое наблюдение, самоконтроль, взаимоконтроль, практическое задание
3	Партерная гимнастика	26	6	20	Педагогическое наблюдение, самоконтроль, взаимоконтроль, практическое задание
4	Ритмика с элементами народного танца, движения русского народного танца	42	10	32	Педагогическое наблюдение, самоконтроль, взаимоконтроль, практическое задание

5	Аттестация	2	-	2	Педагогическое наблюдение, самоконтроль, взаимоконтроль, практическое задание
2 модуль - Танцующая Россия (114 часов)					
1	Элементы классического экзерсиса	30	4	26	Педагогическое наблюдение, самоконтроль, взаимоконтроль, практическое задание
2	Хоровод – древнейший вид русского народного танца	26	4	22	Педагогическое наблюдение, самоконтроль, взаимоконтроль, практическое задание
3	Элементы народно-сценического экзерсиса у станка и на середине зала	30	4	26	Педагогическое наблюдение, самоконтроль, взаимоконтроль, практическое задание
4	Знакомство с простейшими элементами исполнительской техники для мальчиков, для девочек	24	4	20	Педагогическое наблюдение, самоконтроль, взаимоконтроль, практическое задание
5	Аттестация	2	-	2	Педагогическое наблюдение, практическое задание
6	Итоговое занятие	2	-	2	Творческое задание
	ИТОГО:	216	41	175	

**Календарный учебный график (1,2 группы)
1 модуль**

№ п/п	Число Меся	Форма занятия	Кол-во	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
--------------	-------------------	----------------------	---------------	---------------------	-------------------------	-----------------------

	ц		часо в			
1	3.09	групповая	2	Вводное занятие	Класс хореографии	Педагогическое наблюдение, опрос
2	4.09	групповая	2	Понятие колонна и шеренга	Класс хореографии	Педагогическое наблюдение
3	5.09	групповая	2	Шаг на полупальцах	Класс хореографии	Практическое задание Самоконтроль, взаимоконтроль
4	10.09	групповая	2	Шаг с высоко поднятыми коленями	Класс хореографии	Практическое задание
5	11.09	групповая	2	Комплекс общеразвивающих упражнений	Класс хореографии	Практическое задание Самоконтроль
6	12.09	групповая	2	Галоп	Класс хореографии	Практическое задание
7	17.09	групповая	2	Упражнения в ходьбе с соблюдением правильной осанки	Класс хореографии	Практическое задание взаимоконтроль
8	18.09	групповая	2	Марш	Класс хореографии	Практическое задание
9	19.09	групповая	2	Танцевальная игра на перестроение	Класс хореографии	Практическое задание взаимоконтроль
10	24.09	групповая	2	Шаг польки вперёд	Класс хореографии	Практическое задание взаимоконтроль
11	25.09	групповая	2	Шаг польки назад	Класс хореографии	Практическое задание самоконтроль

12	26.09	групповая	2	Гимнастическое упражнения– «Мостик»	Класс хореографии	Практическое задание Педагогическое наблюдение
13	1.10	групповая	2	Гимнастическое упражнения– «Колесо»	Класс хореографии	Практическое задание Педагогическое наблюдение
14	2.10	групповая	2	Гимнастическое упражнения– «Шпагат»	Класс хореографии	Практическое задание
15	3.10	групповая	2	Упражнения для разогрева мышц плечевого	Класс хореографии	Практическое задание Педагогическое наблюдение
16	8.10	групповая	2	Упражнения для разогрева мышц шейного и поясничного суставов	Класс хореографии	Практическое задание Педагогическое наблюдение
17	9.10	групповая	2	Упражнения на укрепление мышечного корсета	Класс хореографии	Практическое задание Педагогическое наблюдение
18	10.10	групповая	2	Упражнение «коробочка»	Класс хореографии	Взаимоконтроль Самоконтроль
19	15.10	групповая	2	Упражнения для развития выворотности ног	Класс хореографии	Практическое задание Самоконтроль
20	16.10	групповая	2	Упражнения для развития танцевального шага	Класс хореографии	Практическое задание Самоконтроль
21	17.10	групповая	2	Упражнения на улучшение гибкости позвоночника	Класс хореографии	Практическое задание Самоконтроль
22	22.10	групповая	2	Упражнения для улучшения подвижности	Класс хореографии	Практическое задание Самоконтроль

				тазобедренного сустава		
23	23.10	групповая	2	Упражнения для улучшения эластичности мышц бедра	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
24	24.10	групповая	2	Упражнения на исправление осанки.	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
25	29.10	групповая	2	Упражнения для растяжки и формирование танцевального шага	Класс хореографии	Практическое задание
26	30.10	групповая	2	Упражнения для укрепления мышц спины	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
27	31.10	групповая	2	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
28	5.11	групповая	2	Упражнения для развития координации	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
29	6.11	групповая	2	Закрепление и повторение материала	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
30	7.11	групповая	2	Основные метроритмические рисунки народной музыки	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
31	12.11	групповая	2	Разновидности прыжков	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
32	13.11	групповая	2	Техника исполнение	Класс	Практическое

				прыжков в повороте	хореографии	задание Взаимоконтроль Самоконтроль
33	14.11	групповая	2	Танцевальный бег	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
34	19.11	групповая	2	Бег с ударами каблучками	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
35	20.11	групповая	2	Переменный шаг вперёд и назад	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
36	21.11	групповая	2	Переменный ход с притопом	Класс хореографии	Взаимоконтроль Самоконтроль
37	26.11	групповая	2	Дробный ход	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
38	27.11	групповая	2	Основное движение русского народного танца: «елочка»	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
39	28.11	групповая	2	Основное движение русского народного танца: «ковырялочка»	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
40	3.12	групповая	2	Простой шаг с выносом ноги на каблук	Класс хореографии	Практическое задание
41	4.12	групповая	2	Шаркающий шаг	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
42	5.12	групповая	2	Основное движение русского народного	Класс хореографии	Практическое задание

				танца: «моталочка»		Взаимоконтроль Самоконтроль
43	10.12	групповая	2	Закрепление и повторение материала	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
44	11.12	групповая	2	Основное движение русского народного танца: «припадание»	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
45	12.12	групповая	2	Основное движение русского народного танца: «упадание»	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
46	17.12	групповая	2	Комбинация ходов и шагов русского народного танца	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
47	18.12	групповая	2	Комбинация движений русского народного танца	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
48	19.12	групповая	2	Композиция русского народного танца	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
49	24.12	групповая	2	Комбинация танца «Полька»	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
50	25.12	групповая	2	Промежуточная аттестация	Класс хореографии	Практическое задание
51	26.12	групповая	2	Закрепление и повторение материала	Класс хореографии	Педагогическое наблюдение Взаимоконтроль Самоконтроль

Календарный учебный график (3 группы)

1 модуль

№ п/п	Число Месяц	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	3.09	групповая	2	Вводное занятие	Класс хореографии	Педагогическое наблюдение, опрос
2	5.09	групповая	2	Понятие колонна и шеренга	Класс хореографии	Педагогическое наблюдение
3	6.09	групповая	2	Шаг на полупальцах	Класс хореографии	Практическое задание Самоконтроль, взаимоконтроль
4	10.09	групповая	2	Шаг с высокоподнятыми коленями	Класс хореографии	Практическое задание
5	12.09	групповая	2	Комплекс общеразвивающих упражнений	Класс хореографии	Практическое задание Самоконтроль
6	13.09	групповая	2	Галоп	Класс хореографии	Практическое задание
7	17.09	групповая	2	Упражнения в ходьбе с соблюдением правильной осанки	Класс хореографии	Практическое задание взаимоконтроль
8	19.09	групповая	2	Марш	Класс хореографии	Практическое задание
9	20.09	групповая	2	Танцевальная игра на перестроение	Класс хореографии	Практическое задание взаимоконтроль
10	24.09	групповая	2	Шаг польки вперёд	Класс хореографии	Практическое задание

						взаимоконтроль
11	26.09	групповая	2	Шаг польки назад	Класс хореографии	Практическое задание самоконтроль
12	27.09	групповая	2	Гимнастическое упражнения– «Мостик»	Класс хореографии	Практическое задание Педагогическое наблюдение
13	1.10	групповая	2	Гимнастическое упражнения– «Колесо»	Класс хореографии	Практическое задание Педагогическое наблюдение
14	3.10	групповая	2	Гимнастическое упражнения– «Шпагат»	Класс хореографии	Практическое задание
15	4.10	групповая	2	Упражнения для разогрева мышц плечевого	Класс хореографии	Практическое задание Педагогическое наблюдение
16	8.10	групповая	2	Упражнения для разогрева мышц шейного и поясничного суставов	Класс хореографии	Практическое задание Педагогическое наблюдение
17	10.10	групповая	2	Упражнения на укрепление мышечного корсета	Класс хореографии	Практическое задание Педагогическое наблюдение
18	11.10	групповая	2	Упражнение «коробочка»	Класс хореографии	Взаимоконтроль Самоконтроль
19	15.10	групповая	2	Упражнения для развития выворотности ног	Класс хореографии	Практическое задание Самоконтроль
20	17.10	групповая	2	Упражнения для развития танцевального шага	Класс хореографии	Практическое задание Самоконтроль
21	18.10	групповая	2	Упражнения на	Класс	Практическое

				улучшение гибкости позвоночника	хореографии	задание Самоконтроль
22	22.10	групповая	2	Упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава	Класс хореографии	Практическое задание Самоконтроль
23	24.10	групповая	2	Упражнения для улучшения эластичности мышц бедра	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
24	25.10	групповая	2	Упражнения на исправление осанки.	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
25	29.10	групповая	2	Упражнения для растяжки и формирование танцевального шага	Класс хореографии	Практическое задание
26	31.10	групповая	2	Упражнения для укрепления мышц спины	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
27	1.11	групповая	2	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
28	5.11	групповая	2	Упражнения для развития координации	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
29	7.11	групповая	2	Закрепление и повторение материала	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
30	8.11	групповая	2	Основные метроритмические рисунки народной музыки	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль

31	12.11	групповая	2	Разновидности прыжков	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
32	14.11	групповая	2	Техника исполнение прыжков в повороте	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
33	15.11	групповая	2	Танцевальный бег	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
34	19.11	групповая	2	Бег с ударами каблучками	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
35	21.11	групповая	2	Переменный шаг вперед и назад	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
36	22.11	групповая	2	Переменный ход с притопом	Класс хореографии	Взаимоконтроль Самоконтроль
37	26.11	групповая	2	Дробный ход	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
38	28.11	групповая	2	Основное движение русского народного танца: «елочка»	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
39	29.11	групповая	2	Основное движение русского народного танца: «ковырялочка»	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
40	3.12	групповая	2	Простой шаг с выносом ноги на каблук	Класс хореографии	Практическое задание
41	5.12	групповая	2	Шаркающий шаг	Класс	Практическое

					хореографии	задание Взаимоконтроль Самоконтроль
42	6.12	групповая	2	Основное движение русского народного танца: «моталочка»	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
43	10.12	групповая	2	Закрепление и повторение материала	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
44	12.12	групповая	2	Основное движение русского народного танца: «припадание»	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
45	13.12	групповая	2	Основное движение русского народного танца: «упадание»	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
46	17.12	групповая	2	Комбинация ходов и шагов русского народного танца	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
47	19.12	групповая	2	Комбинация движений русского народного танца	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
48	20.12	групповая	2	Композиция русского народного танца	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
49	24.12	групповая	2	Комбинация танца «Полька»	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
50	26.12	групповая	2	Промежуточная аттестация	Класс хореографии	Практическое задание
51	27.12	групповая	2	Закрепление и	Класс	Педагогическое

				повторение материала	хореографии	наблюдение Взаимоконтроль Самоконтроль
--	--	--	--	----------------------	-------------	--

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1 модуль

Ритмика (102 часа)

Раздел 1: Вводное занятие (2 часа)

Теоретическая часть:

Беседа «Приглашение в мир ритмического танца». Инструктаж по технике безопасности и «Правилам поведения в танцевальном зале». Требования к форме одежды.

Практическая часть: Разучить русский поклон, умение выстроиться в шахматный порядок, игра «найди своё место».

Тема 1: Вводное занятие (2 часа)

Раздел 2: Ритмико – гимнастические упражнения (30 часов)

Теоретическая часть: Здоровье человека (физическое, психическое, душевное) и влияние на него физических упражнений. Здоровый образ жизни и мысли (экология души). Потребность в движении тела как выражение потребности души.

Практическая часть:

Тема 1: Понятие колонна и шеренга (2 часа)

Тема 2: Шаг на полупальцах (2 часа)

Тема 3: Шаг с высоко поднятыми коленями (2 часа)

Тема 4: Комплекс общеразвивающих упражнений(2 часа)

Тема 5: Галоп (2 часа)

Тема 6: Упражнения в ходьбе с соблюдением правильной осанки (2 часа)

Тема 7: Марш (2 часа)

Тема 8: Танцевальная игра на перестроение (2 часа)

Тема 9: Шаг польки вперёд (2 часа)

Тема 10: Шаг польки назад (2 часа)

Тема 11: Гимнастическое упражнения – «Мостик» (2 часа)

Тема 12: Гимнастическое упражнения – «Колесо» (2 часа)

Тема 13: Гимнастическое упражнения – «Шпагат» (2 часа)

Тема 14: Упражнения для разогрева мышц плечевого (2 часа)

Тема 15 Упражнения для разогрева мышц шейного и поясничного суставов (2 часа)

Раздел 3: Партерная гимнастика (26 часов)

Теоретическая часть: Правильная осанка и имидж, психологические факторы гибкости (отсутствие психоэмоционального напряжения). Основы бесконфликтного поведения на занятиях и в повседневной жизни.

Практическая часть:

Тема 1: Упражнения на укрепление мышечного корсета (2 часа)

Тема 2: Упражнение «коробочка» (2 часа)

Тема 3: Упражнения для развития выворотности ног (2 часа)

Тема 4: Упражнения для развития танцевального шага (2 часа)

Тема 5: Упражнения на улучшение гибкости позвоночника (2 часа)

Тема 6: Упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава (2 часа)

Тема 7 Упражнения для улучшения эластичности мышц бедра (2 часа)

Тема 8: Упражнения на исправление осанки. (2 часа)

Тема 9: Упражнения для растяжки и формирования танцевального шага. (2 часа)

Тема 10: Упражнения для укрепления мышц спины (2 часа)

Тема 11: Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса (2 часа)

Тема 12: Упражнения для развития координации (2 часа)

Тема 13: Закрепление и повторение материала (2 часа)

Раздел 4: Ритмика с элементами народного танца, движения русского народного танца. (42 часа)

Теоретическая часть:

Знакомство с основными элементами, шагами и ходами русского народного танца. Отличие от шагов и ходов классического танца.

Практическая часть:

Тема 1: Основные метроритмические рисунки народной музыки (2 часа)

Тема 2: Разновидности прыжков (2 часа)

Тема 3: Техника исполнения прыжков в повороте (2 часа)

Тема 4: Танцевальный бег (2 часа)

Тема 5: Бег с ударами каблучками (2 часа)

Тема 6: Переменный шаг вперед и назад (2 часа)

Тема 7: Переменный ход с притопом (2 часа)

Тема 8: Дробный ход (2 часа)

Тема 9: Основное движение русского народного танца: «елочка» (2 часа)

Тема 10: Основное движение русского народного танца: «ковырялочка» (2 часа)

- Тема 11: Простой шаг с выносом ноги на каблук (2 часа)
 Тема 12: Шаркающий шаг (2 часа)
 Тема 13: Основное движение русского народного танца: «моталочка» (2 часа)
 Тема 14: Закрепление и повторение материала (2 часа)
 Тема 15: Основное движение русского народного танца: «припадание» (2 часа)
 Тема 16: Основное движение русского народного танца: «упадание» (2 часа)
 Тема 17: Комбинация ходов и шагов русского народного танца (2 часа)
 Тема 18: Комбинация движений русского народного танца
 Тема 19: Композиция русского народного танца (2 часа)
 Тема 20: Комбинация танца «Полька» (2 часа)
 Тема 21: Закрепление и повторение материала (2 часа)

Раздел 5: Аттестация

- Тема 1: Промежуточная аттестация (практическое задание) (2 часа)

Календарный учебный график (1,2 группы) 2 модуль

№ п/п	Число Месяц	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	9.01	групповая	2	Постановка корпуса (ноги в свободном положении)	Класс хореографии	Педагогическое наблюдение Самоконтроль
2	14.01	групповая	2	Понятия рабочая нога и опорная нога	Класс хореографии	Педагогическое наблюдение
3	15.01	групповая	2	Позиции ног (I-я, II-я, III-я, при относительной выворотности ног)	Класс хореографии	Практическое задание Самоконтроль, взаимоконтроль
4	16.01	групповая	2	demi - plie по I и II позиции у станка	Класс хореографии	Практическое задание
5	21.01	групповая	2	demi - plie по V	Класс	Практическое

				позиции у станка	хореографии	задание Самоконтроль
6	22.01	групповая	2	Grand plié по I и II позиции у станка	Класс хореографии	Практическое задание
7	23.01	групповая	2	Grand plié по V позиции у станка	Класс хореографии	Практическое задание взаимоконтроль
8	28.01	групповая	2	Battement tendu в сторону у станка (по I-я позиции)	Класс хореографии	Практическое задание Самоконтроль
9	29.01	групповая	2	Battement tendu вперёд у станка (по I-я позиции)	Класс хореографии	Практическое задание взаимоконтроль
10	30.01	групповая	2	Battement tendu назад у станка (по I-я позиции)	Класс хореографии	Практическое задание взаимоконтроль
11	4.02	групповая	2	releve на полупальцы у станка	Класс хореографии	Практическое задание самоконтроль
12	5.02	групповая	2	перегиб корпуса вперед и в сторону у станка	Класс хореографии	Практическое задание Педагогическое наблюдение
13	6.02	групповая	2	положение enface	Класс хореографии	Практическое задание Педагогическое наблюдение
14	11.02	групповая	2	port de bras – I форма	Класс хореографии	Практическое задание
15	12.02	групповая	2	Закрепление и повторение материала	Класс хореографии	Практическое задание Педагогическое наблюдение
16	13.02	групповая	2	Взаимосвязь танца с песней.	Класс хореографии	Практическое задание Педагогическое наблюдение

17	18.02	групповая	2	Основной рисунок фигуры хоровода - «Круг»	Класс хореографии	Практическое задание Педагогическое наблюдение
18	19.02	групповая	2	Основной рисунок фигуры хоровода - «Змейка»	Класс хореографии	Взаимоконтроль Самоконтроль
19	20.02	групповая	2	Основной рисунок фигуры хоровода - «Улитка»	Класс хореографии	Практическое задание Самоконтроль
20	25.02	групповая	2	Основной рисунок фигуры хоровода - «Прочес»	Класс хореографии	Практическое задание Самоконтроль
21	26.02	групповая	2	Основной рисунок фигуры хоровода - «Ручеек»	Класс хореографии	Практическое задание Самоконтроль
22	27.02	групповая	2	Основной рисунок фигуры хоровода - «Восьмёрка»	Класс хореографии	Практическое задание Самоконтроль
23	4.03	групповая	2	Основной рисунок фигуры хоровода - «Воротики»	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
24	5.03	групповая	2	Основной рисунок фигуры хоровода - «Шен»	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
25	6.03	групповая	2	Переходы из одной фигуры в другую	Класс хореографии	Практическое задание
26	11.03	групповая	2	Танцевальный этюд на основе хореографических рисунков-фигур.	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
27	12.03	групповая	2	Орнаментальный хоровод «Вьюнки»	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
28	13.03	групповая	2	Закрепление и	Класс	Практическое

				повторение материала	хореографии	задание Взаимоконтроль Самоконтроль
29	18.03	групповая	2	Подготовка к началу движения (preparation)	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
30	19.03	групповая	2	Demi plié и grand plié по 1 и 2 позициям лицом к станку и за одну руку	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
31	20.03	групповая	2	Demi plié и grand plié по 5 позиции лицом к станку и за одну руку	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
32	25.03	групповая	2	Demi plié и grand plié на середине в комбинации	Класс хореографии	Практическое задание Игра
33	26.03	групповая	2	battement tendu у станка по всем позициям	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
34	27.03	групповая	2	battement tendu с переходом ноги на каблук	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
35	1.04	групповая	2	battement tendu с ударом	Класс хореографии	Практическое задание
36	2.04	групповая	2	battement tendu на середине в комбинации	Класс хореографии	Взаимоконтроль Самоконтроль
37	3.04	групповая	2	demi rond de jambe par terre у станка	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
38	8.04	групповая	2	demi rond de jambe par terre на середине	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль

						Самоконтроль
39	9.04	групповая	2	battement tendu jete вперед, в сторону	Класс хореографии	Взаимоконтроль Самоконтроль
40	10.04	групповая	2	battement tendu jete назад	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
41	15.04	групповая	2	Grand battement у станка	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
42	16.04	групповая	2	Закрепление материала	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
43	17.04	групповая	2	Повторение материала	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
44	22.04	групповая	2	Простой девичий ход	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
45	23.04	групповая	2	Комбинированный ход с приставкой	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
46	24.04	групповая	2	Мужской переменный шаг с ударами по голеньцу	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
47	29.04	групповая	2	Женский переменный ход с каблука	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
48	30.04	групповая	2	«Бочонок»	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль

49	6.05	групповая	2	Полуприсядка	Класс хореографии	Практическое задание Самоконтроль
50	7.05	групповая	2	Присядка	Класс хореографии	Практическое задание
51	8.05	групповая	2	Хлопушка с переступанием	Класс хореографии	Практическое задание Самоконтроль
52	13.05	групповая	2	Разножка	Класс хореографии	Практическое задание
53	14.05	групповая	2	Вращение на месте	Класс хореографии	Взаимоконтроль
54	15.05	групповая	2	Вращение «блинчик»	Класс хореографии	Практическое задание Самоконтроль
55	20.05	групповая	2	Комбинация на вращение	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль
56	21.05	групповая	2	Итоговая аттестация	Класс хореографии	Творческий отчет
57	22.05	групповая	2	Итоговое занятие	Актный зал	Творческое задание

**Календарный учебный график (3 группы)
2 модуль**

№ п/п	Число Месяц	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	9.01	групповая	2	Постановка корпуса (ноги в свободном положении)	Класс хореографии	Педагогическое наблюдение Самоконтроль
2	10.01	групповая	2	Понятия рабочая нога и опорная нога	Класс хореографии	Педагогическое наблюдение
3	14.01	групповая	2	Позиции ног (I-я, II-я, III-я, при	Класс хореографии	Практическое задание

				относительной выворотности ног)		Самоконтроль, взаимоконтроль
4	16.01	групповая	2	demi - plie по I и II позиции у станка	Класс хореографии	Практическое задание
5	17.01	групповая	2	demi - plie по V позиции у станка	Класс хореографии	Практическое задание Самоконтроль
6	21.01	групповая	2	Grand plié по I и II позиции у станка	Класс хореографии	Практическое задание
7	23.01	групповая	2	Grand plié по V позиции у станка	Класс хореографии	Практическое задание взаимоконтроль
8	24.01	групповая	2	Battement tendu в сторону у станка (по I-я позиции)	Класс хореографии	Практическое задание Самоконтроль
9	28.01	групповая	2	Battement tendu вперед у станка (по I-я позиции)	Класс хореографии	Практическое задание взаимоконтроль
10	30.01	групповая	2	Battement tendu назад у станка (по I-я позиции)	Класс хореографии	Практическое задание взаимоконтроль
11	31.01	групповая	2	releve на полупальцы у станка	Класс хореографии	Практическое задание самоконтроль
12	4.02	групповая	2	перегиб корпуса вперед и в сторону у станка	Класс хореографии	Практическое задание Педагогическое наблюдение
13	6.02	групповая	2	положение enface	Класс хореографии	Практическое задание Педагогическое наблюдение
14	7.02	групповая	2	port de bras – I форма	Класс хореографии	Практическое задание
15	11.02	групповая	2	Закрепление и повторение материала	Класс хореографии	Практическое задание

						Педагогическое наблюдение
16	13.02	групповая	2	Взаимосвязь танца с песней.	Класс хореографии	Практическое задание Педагогическое наблюдение
17	14.02	групповая	2	Основной рисунок фигуры хоровода - «Круг»	Класс хореографии	Практическое задание Педагогическое наблюдение
18	18.02	групповая	2	Основной рисунок фигуры хоровода - «Змейка»	Класс хореографии	Взаимоконтроль Самоконтроль
19	20.02	групповая	2	Основной рисунок фигуры хоровода - «Улитка»	Класс хореографии	Практическое задание Самоконтроль
20	21.02	групповая	2	Основной рисунок фигуры хоровода - «Прочес»	Класс хореографии	Практическое задание Самоконтроль
21	25.02	групповая	2	Основной рисунок фигуры хоровода - «Ручеек»	Класс хореографии	Практическое задание Самоконтроль
22	27.02	групповая	2	Основной рисунок фигуры хоровода - «Восьмёрка»	Класс хореографии	Практическое задание Самоконтроль
23	28.02	групповая	2	Основной рисунок фигуры хоровода - «Воротики»	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
24	4.03	групповая	2	Основной рисунок фигуры хоровода - «Шен»	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
25	6.03	групповая	2	Переходы из одной фигуры в другую	Класс хореографии	Практическое задание
26	7.03	групповая	2	Танцевальный этюд на основе хореографических	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль

				рисунков-фигур.		Самоконтроль
27	11.03	групповая	2	Орнаментальный хоровод «Вьюнки»	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
28	13.03	групповая	2	Закрепление и повторение материала	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
29	14.03	групповая	2	Подготовка к началу движения (preparation)	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
30	18.03	групповая	2	Demi plié и grand plié по 1 и 2 позициям лицом к станку и за одну руку	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
31	20.03	групповая	2	Demi plié и grand plié по 5 позиции лицом к станку и за одну руку	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
32	21.03	групповая	2	Demi plié и grand plié на середине в комбинации	Класс хореографии	Практическое задание Игра
33	25.03	групповая	2	battement tendu у станка по всем позициям	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
34	27.03	групповая	2	battement tendu с переходом ноги на каблук	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
35	28.03	групповая	2	battement tendu с ударом	Класс хореографии	Практическое задание
36	1.04	групповая	2	battement tendu на середине в комбинации	Класс хореографии	Взаимоконтроль Самоконтроль
37	3.04	групповая	2	demi rond de jambe par	Класс	Практическое

				terre у станка	хореографии	задание Взаимоконтроль Самоконтроль
38	4.04	групповая	2	demi rond de jambe par terre на середине	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
39	8.04	групповая	2	battement tendu jete вперед, в сторону	Класс хореографии	Взаимоконтроль Самоконтроль
40	10.04	групповая	2	battement tendu jete назад	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
41	11.04	групповая	2	Grand battement у станка	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
42	15.04	групповая	2	Закрепление материала	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
43	17.04	групповая	2	Повторение материала	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
44	18.04	групповая	2	Простой девичий ход	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
45	22.04	групповая	2	Комбинированный ход с приставкой	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
46	24.04	групповая	2	Мужской переменный шаг с ударами по голенищу	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
47	25.04	групповая	2	Женский переменный ход с каблука	Класс хореографии	Практическое задание

						Взаимоконтроль Самоконтроль
48	29.04	групповая	2	«Бочонок»	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль Самоконтроль
49	2.05	групповая	2	Полуприсядка	Класс хореографии	Практическое задание Самоконтроль
50	6.05	групповая	2	Присядка	Класс хореографии	Практическое задание
51	8.05	групповая	2	Хлопушка с переступанием	Класс хореографии	Практическое задание Самоконтроль
52	13.05	групповая	2	Разножка	Класс хореографии	Практическое задание
53	15.05	групповая	2	Вращение на месте	Класс хореографии	Взаимоконтроль
54	16.05	групповая	2	Вращение «блинчик»	Класс хореографии	Практическое задание Самоконтроль
55	20.05	групповая	2	Комбинация на вращение	Класс хореографии	Практическое задание Взаимоконтроль
56	22.05	групповая	2	Итоговая аттестация	Класс хореографии	Творческий отчет
57	23.05	групповая	2	Итоговое занятие	Актовый зал	Творческое задание

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2 модуль.

Танцующая Россия (114 часов)

Раздел 1: Элементы классического экзерсиса (30 часов)

Тема 1: Постановка корпуса (ноги в свободном положении) (2 часа)

Тема 2: Понятия рабочая нога и опорная нога (2 часа)

Тема 3: Позиции ног (I-я, II-я, III-я, при относительной выворотности ног) (2 часа)

Тема 4: demi - plie по I и II позиции у станка (2 часа)

- Тема 5: demi - plié по V позиции у станка (2 часа)
Тема 6: grand plié по I и II позиции у станка (2 часа)
Тема 7: grand plié по V позиции у станка (2 часа)
Тема 8: battement tendu в сторону у станка (по I-я позиции) (2 часа)
Тема 9: battement tendu вперёд у станка (по I-я позиции) (2 часа)
Тема 10: battement tendu назад у станка (по I-я позиции) (2 часа)
Тема 11: releve на полупальцы у станка (2 часа)
Тема 12: перегиб корпуса вперед и в сторону у станка (2 часа)
Тема 13: положение en face (2 часа)
Тема 14: port de bras – I форма (2 часа)
Тема 15: Закрепление и повторение материала (2 часа)

Раздел 2: Хоровод – древнейший вид русского народного танца (26 часов)

Теоретическая часть:

Знакомство с историей, обычаями, обрядами хороводов на Руси. Характеристика и определение хоровода. Виды хороводов. Фигуры и рисунки хороводов.

Практическая часть:

- Тема 1: Взаимосвязь танца с песней. (2 часа)
Тема 2: Основной рисунок фигуры хоровода - «Круг» (2 часа)
Тема 3: Основной рисунок фигуры хоровода - «Змейка» (2 часа)
Тема 4: Основной рисунок фигуры хоровода - «Улитка» (2 часа)
Тема 5: Основной рисунок фигуры хоровода - «Прочес» (2 часа)
Тема 6: Основной рисунок фигуры хоровода - «Ручеек» (2 часа)
Тема 7: Основной рисунок фигуры хоровода - «Восьмёрка» (2 часа)
Тема 8: Основной рисунок фигуры хоровода - «Воротики» (2 часа)
Тема 9: Основной рисунок фигуры хоровода - «Шен» (2 часа)
Тема 10: Переходы из одной фигуры в другую (2 часа)
Тема 11: Танцевальный этюд на основе хореографических рисунков-фигур. (2 часа)
Тема 12: Орнаментальный хоровод «Вьюнки» (2 часа)
Тема 13: Закрепление и повторение материала (2 часа)

Раздел 3: Элементы народно-сценического экзерсиса у станка и на середине зала (30 часов)

Теоретическая часть: Методика правильного выполнения элементов народно – сценического экзерсиса у станка и на середине

Практическая часть:

- Тема 1: Подготовка к началу движения (preparation) (2 часа)

Тема 2: Demi plié и grand plié по 1 и 2 позициям лицом к станку и за одну руку (2 часа)

Тема 3: Demi plié и grand plié по 5 позиции лицом к станку и за одну руку (2 часа)

Тема 4: Demi plié и grand plié на середине в комбинации (2 часа)

Тема 5: battement tendu у станка по всем позициям (2 часа)

Тема 6: battement tendu с переходом ноги на каблук (2 часа)

Тема 7: battement tendu с ударом (2 часа)

Тема 8: battement tendu на середине в комбинации (2 часа)

Тема 9: demi rond de jambe par terre у станка (2 часа)

Тема 10: demi rond de jambe par terre на середине (2 часа)

Тема 11: battement tendu jete вперед, в сторону (2 часа)

Тема 12: battement tendu jete назад (2 часа)

Тема 13: Grand battement у станка (2 часа)

Тема 14: Закрепление материала (2 часа)

Тема 15: Повторение материала (2 часа)

Раздел 4: Простейшие элементы исполнительской техники для мальчиков и девочек (24 часа)

Теоретическая часть: Знакомство с отличительными особенностями мужского и женского исполнительства. Просмотр дидактического материала (фото, видео). Специфика исполнения движений в русском народном танце.

Практическая часть:

Тема 1: Простой девичий ход (2 часа)

Тема 2: Комбинированный ход с приставкой (2 часа)

Тема 3: Мужской переменный шаг с ударами по голенищу (2 часа)

Тема 4: Женский переменный ход с каблука (2 часа)

Тема 5: «Бочонок» (2 часа)

Тема 6: Полуприсядка (2 часа)

Тема 7: Присядка (2 часа)

Тема 8: Хлопушка с переступанием (2 часа)

Тема 9: Разножка (2 часа)

Тема 10: Вращение на месте (2 часа)

Тема 11: Вращение «блинчик» (2 часа)

Тема 12: Комбинация на вращение (2 часа)

Раздел 5:

Итоговая аттестация: творческий отчет.

Методическое обеспечение программы

Содержание образовательной программы «Азбука народного танца» основывается на идеях Т. Ткаченко, и разработана на основе программ, утвержденных Министерством Культуры РФ:

- Т. Ткаченко «Народные танцы». Москва, 1995 год
- Т. Пуртова, А. Беликова, О. Кветная «Учите детей танцевать». Москва. 2005 год.

Методы обучения: словесный, наглядный, практический и психолого-педагогический.

Формы обучения: этюды, игровой тренинг, практикум, беседа.

Наглядный метод характеризуются тем, что основным источником информации являются:

- фотографии;
- иллюстрации;
- видеозаписи;
- представления;
- понятия.

На основе чувственного восприятия у детей формируются образные представления об элементах того или иного танца, создаются условия для сознательного усвоения знаний.

Обучение детей наблюдательности осуществляется через просмотр хореографических этюдов, танцевального рисунка в концертных программах, на открытых уроках, в видеозаписях. Кратковременные или эпизодические наблюдения проводятся в форме художественных, краеведческих экскурсий. Назначение экскурсии определяет соотношение между словесными и наглядными методами.

Наглядный метод включает в себя разнообразные приемы:

- образный показ педагога;
- эталонный образец-показ движений лучшим исполнителем;
- подражание образам окружающей действительности;
- прием тактильно-мышечной наглядности;
- наглядно-слуховой прием;
- демонстрация эмоционально-мимических навыков;
- использование наглядных пособий.

Словесный метод состоит из многочисленных приемов:

- объяснение;
- инструкция;
- лекция;
- беседа;
- анализ и обсуждение;

- словесный комментарий педагога по ходу исполнения танца;
- прием раскладки хореографического па.

Практические методы характеризуются тем, что основными источниками информации являются самостоятельно выполняемые участниками объединения хореографические действия, а также умение создать свой хореографический образ. Упражнения могут быть репродуктивными, направленными на воспроизведение пройденного, изученного материала, и творческими, связанными с применением полученных знаний в новых условиях с проявлением самостоятельности мышления, наблюдательности, творческого поиска, изобретательности.

- Слушание музыки и беседы о ней; рисование, словесное описание музыкальных образов;
- Подбор стихов, сказок и других произведений, помогающих ребенку интерпретировать музыкальный образ;
- Исполнение и создание хореографических этюдов, самостоятельные пластические импровизации детей, «пробы» – без показа педагога;
- Отбор детьми наиболее удачного варианта движений из числа движений, предлагаемых педагогом.

Практический метод обогащен комплексом различных приемов, взаимосвязанных наглядностью и словом.

Кроме того, в работе с детьми младшего школьного возраста очень эффективен и **психолого-педагогический метод**:

- прием педагогического наблюдения;
- прием индивидуального, дифференцированного подхода к каждому ребенку;
- прием контрастного чередования психофизических нагрузок и восстановительного отдыха (релаксация);
- педагогическая оценка исполнения ребенком танцевальных упражнений.

Концепция программы базируется на важнейших дидактических принципах:

- Систематичность, доступность и последовательность;
- индивидуализация, наглядность, сознательность и активность;
- связь теории с практикой;
- актуальность и результативность.

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;
- ✓ народно-сценические костюмы и обувь для выступления;
- ✓ музыкальная атрибутика: деревянные ложки, бубны, трещётки;
- ✓ гимнастические коврики;
- ✓ скакалки.

Литература и электронные ресурсы для учащихся

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. Станиславский, К. С. Работа над собой в творческом процессе переживания
https://gldshi.kursk.muzkult.ru/media/2020/11/06/1242471260/Stanslavskij_K.S._Rabota_aktjora_nad_so_rcheskom_processe_voploshheniya.pdf
5. Секрет танца [Текст] / Составитель Т. К. Васильева. – СПб.: ТОО «Диамант», ООО «Золотой век», 1997. – 480 с., ил;

Литература и электронные ресурсы для педагогических работников

1. Концепция развития дополнительного образования в РФ, утвержденной распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014г. №172.
<https://legalacts.ru/doc/rasporjazhenie-pravitelstva-rf-ot-04092014-n-1726-r/>
2. Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006г. №06-1844 «О Примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».
<https://legalacts.ru/doc/pismo-minobrnauki-rf-ot-11122006-n-06-1844/>
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)».
<https://legalacts.ru/doc/pismo-minobrnauki-rossii-ot-18112015-n-09-3242-o-napravlenii/>
4. Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной

- деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»<https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/72016730/>
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»
[.https://depobr-molod.admhmao.ru/obrazovanie-v-yugre/vospitanie/dokumenty/1668267/prikaz-doimp-63-ot-31-01-2013-ob-utverzhenii-kontseptsii-razvitiya-vospitaniya-v-sisteme-obshchego-](https://depobr-molod.admhmao.ru/obrazovanie-v-yugre/vospitanie/dokumenty/1668267/prikaz-doimp-63-ot-31-01-2013-ob-utverzhenii-kontseptsii-razvitiya-vospitaniya-v-sisteme-obshchego-)
 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»,<https://docs.cntd.ru/document/420207400>
 7. Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р)<https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/70957260/>
 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)
[.https://cro.admmegion.ru/upload/iblock/e3f/Prikaz_1142_ot_20_08_2018_Pravila_PFDO.PDF](https://cro.admmegion.ru/upload/iblock/e3f/Prikaz_1142_ot_20_08_2018_Pravila_PFDO.PDF)
 9. Федеральный Закон от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/
 10. Бочкарева, Н. И. русский народный танец: теория и методика [Текст]: учебное пособие для студентов вузов культуры и искусств / Н. И. Бочкарева. – Кемерово: Кемеровский государственный университет культуры и искусств, 2012. – 179 с.
 11. Бриске И. Э Народно – сценический танец и методика его преподавания <https://docplayer.ru/41851897-Narodno-scenicheskiy-tanec-i-metodika-ego-prepodavaniya.html>

12. Гусев, Г.П. Методика преподавания народного танца: Упражнения у станка [Текст]: учебное пособие для вузов искусств и культуры / Г. П. Гусев. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2002. – 208с., ил., ноты.
13. 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.
14. Заикин, Н. И. Областные особенности русского народного танца [Текст]: учебное пособие для студентов вузов искусств и культуры / Н. И. Заикин, Н. А. Заикина. - Орёл, 1999. – 551 с., ил., ноты.