

Кировское территориальное управление
департамента по образованию администрации Волгограда
Муниципальное учреждение дополнительного образования
«Центр детского творчества Кировского района Волгограда»

УТВЕРЖДЕНА
на заседании педагогического совета
МОУ ЦДТ Кировского района
от «01» апреля 2025 г.
Протокол № 5

УТВЕРЖДАЮ
Директор МОУ ЦДТ
Кировского района
И.И.Ежова
«01» апреля 2025 г.
Приказ МОУ ЦДТ № 136
от «01» апреля 2025 г.

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
художественной направленности
«Волшебный мир танца»

Возраст учащихся: 7-14 лет
Срок реализации: 5 лет



Автор-составитель:
Буханцева Инесса Анатольевна,
педагог дополнительного
образования

Волгоград, 2025

КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волшебный мир танца» по тематической направленности является художественной. Приобщение детей к хореографическому искусству, способствует успешному художественному и нравственному воспитанию, формированию мировоззрения, художественного и эстетического вкуса учащихся, совершенствованию творческих способностей, гармоничному развитию личности в целом.

Актуальность программы в том, что она призвана решать задачи духовного и нравственно-эстетического воспитания детей, через обучение сценическому танцу, приобщение учащихся к богатству танцевального народного творчества, общечеловеческим ценностям, здоровому образу жизни, воспитание у учащихся уважения к народной культуре. Обучение направлено на получение эстетического, морального и физического развития учащихся.

Педагогическая целесообразность программы объясняется основными принципами, на которых она основывается, это – принцип взаимосвязи обучения и развития; принцип взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности учащихся, дает им возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности. Программный материал нацелен на развитие учащихся, на приобщение их к здоровому образу жизни в результате разностороннего воспитания (развитие разнообразных движений, укрепление мышц; понимание связи красоты движений с правильным выполнением хореографических упражнений и др.).

Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я». Занятия танцем формирует правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актерском мастерстве.

Отличительной особенностью данной программы является совмещение нескольких танцевальных направлений, позволяющих осуществить комплексную хореографическую подготовку учащихся в течение всего курса обучения.

Программа разработана на основе «Программы для подготовительных классов хореографических отделений школ искусств», автор - Сердюков В.

Программа «Волшебный мир танца» направлена на синтез классической, народной, историко-бытовой и современной хореографии, а также включает набор интегрированных дисциплин, которые помогают учащимся адаптироваться к репетиционно-постановочной работе. В содержание учебного занятия введены хореографические элементы, позволяющие стилизовать народные танцы. Стилизованный подход в

хореографии отвечает современным интересам ребенка.

В каждом уровне обучения наблюдается усложнение экзерсиса по количеству элементов, по темпу, по вариативности. Постепенное методическое и практическое освоение классического и народно-характерного экзерсиса, а также современных хореографических элементов способствует приобретению учащимися танцевальных умений и навыков, необходимых для дальнейшего применения их в танцевальных постановках.

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

Используются образовательные технологии, способствующие формированию и развитию творческого потенциала: инновационные технологии, игровые, здоровьесберегающие, технология проблемного обучения.

Условия обучения (адекватность требований, организация учебного процесса в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями учащихся) позволяют более полно раскрывать творческий потенциал учащихся. В основу реализации методики работы педагога положен личностно-ориентированный подход, уважение к личности ребенка, вера в его способности и возможности.

Адресат программы

В реализации дополнительной общеразвивающей программы «Волшебный мир танца» участвуют дети от 7 до 14 лет.

Для учащихся младшего школьного возраста характерна подвижность, любознательность, большая впечатлительность, подражательность и вместе с тем неумение долго концентрировать свое внимание на чем-либо. В эту пору высок естественный авторитет взрослого(педагога), предложения которого принимаются и выполняются учащимися достаточно охотно.

Средний возраст отличается активностью, восприимчивостью, им свойственно стремление к действию, выполнению задания. Для учащихся это трудный, переломный возраст, в котором болезненно воспринимается критика. Настойчивость, работоспособность помогают учащимся в освоении материала.

В творческое объединение принимаются дети без специальных физических данных, все желающие, которые хотят добиться успеха в танцевальном направлении.

С поступившими в объединение проводится начальная диагностика, в ходе которой выявляются индивидуальные физические способности к выбранному виду деятельности. Занятия проводятся в группе. Количество учащихся в группе 12 -15 чел.

Уровень программы, объем и сроки реализации дополнительной общеобразовательной программы.

Дополнительная общеразвивающая программа «Народный танец» рассчитана на 5 лет обучения, 144 академических часов в год. Всего в течение 5-ти лет – 720 академических часа. Предполагает обучение детей по линейной системе.

Программа включает в себя 3 уровня сложности:

I уровень (1-й год обучения) - стартовый: включает занятия по предмету «Партерная гимнастика. Логоритмика. Ритмика. Танец». Срок освоения – 1 год.

Исходя из анатомо-физиологических особенностей детей младшего школьного возраста, используются упражнения, которые целенаправлены на выработку способности организма к значительным физическим напряжениям, призваны развить организм, укрепить его, усовершенствовать, оздоровить. Комплекс упражнений и движений по логоритмике развивает дыхание, слух, двигательные навыки, учит ориентироваться в пространстве.

Занятия по ритмике способствуют развитию общей музыкальности, а также чувства ритма, координации движений.

II уровень - базовый (2-й, 3-й год обучения): включает деятельность, направленную на освоение специализированных знаний и умений по предметам – «Классический танец», «Народно-сценический танец», «Современный танец и подготовка репертуара». Срок освоения – 2 года.

В творческое объединение могут поступать кандидаты на 2 этап обучения, которые должны иметь предварительную специальную подготовку, обладать хорошими музыкальными и физическими данными, быть годными по состоянию здоровья к обучению.

На 2 этапе обучения увеличивается уровень предъявляемых требований, а также большее внимание уделяется индивидуально-личностному развитию учащихся.

III уровень - продвинутый (4-ый, 5-ый год обучения): включает деятельность, направленную на освоение новых и применение ранее освоенных специализированных знаний и умений в более сложных комбинациях, совершенствование техники танцевальных элементов, постановку танцев. Включает занятия по предметам - «Классический танец», «Народно-сценический танец», «Современный танец и подготовка репертуара». Срок освоения – 2 года. Основной упор делается по повышению профессионального мастерства и творческого самовыражения.

Формы обучения: очная.

Режим занятий

Периодичность учебных занятий - 2 раза в неделю по 2 академических часа. Всего 144 академических часов в учебный год. Всего в течение 5-ти лет – 720 академических часов.

Особенности организации образовательного процесса

Состав группы - постоянный, учащиеся в возрасте 7-14 лет. Занятия – групповые.

Виды занятий по программе: теоретические(беседы, видеолекции, тесты, коллективный анализ) и практические занятия (тренировочные упражнения, открытое занятие, концерт, творческий отчет, конкурс).

Используются следующие виды учебной работы:

- изучение учебной терминологии;
- ознакомление и отработка элементов и основных комбинаций народно-

сценического танца;

- ознакомление с рисунком народно-сценического танца, особенностями взаимодействия с партнерами в танцевальных композициях;
- ознакомление со средствами создания образа в хореографии.

В дополнительной общеразвивающей программе «Волшебный мир танца» применяются элементы дистанционного обучения при помощи электронных ресурсов (раздел 2, тема 2.1 «Поклоны в танцах разных народов»).

Используются педагогические методы:

- метод ступенчатой нагрузки;
- метод полных нагрузок;
- метод импровизации;
- методы контроля и управления образовательным процессом (тестирование, анализ результатов конкурсов).

В работе используются методы разучивания танцевальных движений:

- метод разучивания по частям;
- целостный метод: заключается в разучивании движений целиком в замедленном темпе;
- метод разучивания соединенных танцевальных движений.

Занятия *по типу проведения* - комбинированные. Теоретическая часть обеспечивает реализацию основной идеи программы: знакомство с азами танцевального искусства, народным искусством, народными традициями, особенностями быта в разные периоды времени. Практическая часть занимает большее количество времени и применяется для практического овладения разными видами танцевального искусства.

В течение учебного года учащиеся участвуют в концертных мероприятиях, где являются не только зрителями, но и активными участниками.

Цель программы: развитие творческой личности учащегося средствами хореографического искусства.

Задачи:

Образовательные:

стартовый уровень

- формировать способность воспринимать музыку, чувствовать ее настроение, характер, понимать содержание;
- обучить начальным знаниям танцевального искусства;
- способствовать формированию первоначальных навыков ритмических и танцевальных движений детей с ограниченными возможностями здоровья;

базовый уровень

- способствовать формированию целостного представления об искусстве;
- способствовать формированию навыка активного восприятия искусства.
- обучение виртуозности исполнения;
- обучение выразительному исполнению и эмоциональной раскрепощенности в танцевальной практике;

продвинутый уровень

- увеличение мышечной нагрузки, усложнению лексики, композиции

танцевальных номеров;

- освоение новых технических приемов, подготовленных предыдущим этапом обучения;
- углублённое обучение танцевальным элементам различных видов хореографического искусства;
- освоение репертуара ансамбля, совершенствование навыков координации и исполнительской техники.

Личностные:

стартовый уровень

- развивать технику постановки корпуса, рук и головы;
- развивать умение применять на практике полученные знания;
- развивать мускулатуру ног, их выворотность, гибкость;
- развивать координацию движений.
- развитие физической выносливости;

базовый уровень

- развитие умения танцевать в группе;
- развитие сценического артистизма;
- развитие творческих способностей детей с ограниченными возможностями здоровья;

продвинутый уровень

- способствовать воспитанию осознания этнической и социальной принадлежности, любовь к культуре своего народа;
- способствовать формированию эмоционально-целостного отношения к здоровому образу жизни и хореографическому искусству;
- способствовать воспитанию общественной активности личности

Метапредметные:

стартовый уровень

- способствовать воспитанию стремления к самостоятельному общению с искусством и художественному самообразованию;
- способствовать воспитанию художественно-эстетического вкуса, интереса к искусству;
- способствовать воспитанию чувства патриотизма, любви к народным традициям;
- способствовать воспитанию потребности к творческому самовыражению;

базовый уровень

- способствовать воспитанию у учащихся чувства коллективизма, участвовать в танцевальной жизни класса, школы, города и др;
- способствовать воспитанию требовательного отношения к себе и другим.
- воспитание дисциплинированности;
- воспитание физической выносливости;
- способствовать социализации детей с ограниченными возможностями здоровья в современном обществе.

продвинутый уровень

- развивать мотивацию учащихся к познанию, творчеству;
- учить анализу собственной хореографической и сценической деятельности;
- обучать владению основам самоконтроля, самооценки, принятия решений в

практической деятельности;

- развивать волевые качества личности, память, навыки самоконтроля

- развивать ответственность, активность, инициативность.

**Учебный план
первого года обучения
(стартовый уровень)**

№ п/п	Раздел, тема	Кол-во часов			Формы аттестации, контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Основы музыкальной и танцевальной граммоты	42	15	27	
1.1	«В мире танцевальных ритмов» - вводное занятие.	2	1	1	Начальная диагностика: тестирование физических данных
1.2	Истоки возникновения танцев. Значение танца в жизни русского народа.	4	2	2	Беседа, опрос
1.3	Характер музыкального произведения, его темп. Динамические оттенки.	8	2	6	Опрос
1.4	Логоритмические упражнения	8	2	6	Упражнения-тесты
1.5	Длительности, ритмический рисунок, сильные и слабые доли.	10	4	6	Упражнения-тесты
1.6	Музыкально - ритмические игры.	10	4	6	Наблюдение, коллективный анализ
2.	Элементы партерного экзерсиса	40	8	32	
2.1	Подвижность голеностопа, выворотности тазобедренного сустава.	10	2	8	Упражнения-тесты
2.2	Мышцы брюшного пресса.	10	2	8	Упражнения-тесты
2.3	Гибкость.	10	2	8	Упражнения-тесты
2.4	Прыжки.	10	2	8	Упражнения-тесты; промежуточная диагностика: танцевальная викторина
3	Основы танцевального	62	12	50	

	искусства				
3.1	Позиции ног.	8	2	6	Тренир.упражнения, наблюдение
3.2	Основные позиции рук.	8	2	6	Тренир.упражнения, наблюдение
3.3	Шаги: бытовой и танцевальный.	6	2	4	Тренир.упражнения, наблюдение
3.4	Прыжки.	10	2	8	Тренир.упражнения, наблюдение
3.5	Основы танцевального искусства казачества	12	2	10	Беседа, опрос
3.6	Танцевальные комбинации.	16	2	14	Контрольное занятие
3.7	«Основы танца» - Итоговое занятие.	2	-	2	Открытое занятие для родителей
	Итого:	144	35	109	

**Учебный план
второго года обучения
(базовый уровень)**

№ п/п	Раздел, тема	Кол-во часов			Формы аттестации, контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Музыкальная и танцевальная грамота	22	7	15	
1.1	«Танцуем вместе» - вводное занятие.	2	1	1	Начальная диагностика: тестирование физических данных
1.2	Танцы народов Поволжья.	4	2	2	Беседа, опрос
1.3	Строение музыкального произведения	8	2	6	Игра-тест
1.4	Метроритм.	8	2	6	Игра-тест «Музыкальный поезд»
2.	Классический танец	40	12	28	
2.1	Позиции рук и ног.	6	2	4	Тренир.упражнения, наблюдение
2.2	Комбинации demi-plie по I, II, V позициям.	6	2	4	Тренир.упражнения, наблюдение
2.3	Battement tendus.	6	2	4	Тренир.упражнения, наблюдение
2.4	Releve на полупальцах.	4	2	2	Тренир.упражнения, наблюдение

2.5	Rond de gamb par terre (en de hors, en de dans).	8	2	6	Тренир.упражнения, наблюдение
2.6	Прыжки Temps leve soute, Changement de pied.	8	2	6	Тренир.упражнения, наблюдение
2.7	«Танцевальное ассорти» - итоговое занятие	2	-	2	Промежуточная диагностика
3.	Народный танец	48	2	36	
3.1	Позиции ног в народном танце	8	2	6	Тренир.упражнения, наблюдение
3.2	Позиции рук в народном танце	8	2	6	Тренир.упражнения, наблюдение
3.3	Plié в русском характере	8	2	6	Тренир.упражнения, наблюдение
3.4	Battement tendus в русском характере	8	2	6	Тренир.упражнения, наблюдение
3.5	Battement tendus с сокращенным подъемом	8	2	6	Тренир.упражнения, наблюдение
3.6	Вращения.	8	2	6	Тренир.упражнения, контрольное занятие
4.	Постановка танцев	34	4	30	
4.1	Танцевальные элементы.	10	2	8	Контрольное занятие
4.2	Рисунок танца и перестроение в танце	8	2	6	Контрольное занятие
4.3	Танцевальные постановки.	14	-	14	Отчетный концерт
4.4	«Танцевальная мозаика» - итоговое занятие.	2	-	2	Открытое занятие для родителей
	Итого:	144	35	109	

**Учебный план
третьего года обучения
(базовый уровень)**

№ п/п	Раздел, тема	Кол-во часов			Формы аттестации, контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Современный танец	20	7	13	
1.1	«Искусство танца» - вводное занятие.	2	1	1	Начальная диагностика: тестирование
1.2	История развития современного танца..	4	2	2	Опрос
1.3	Изучение техники современного танца	8	2	6	Тренировочные упражнения

1.4	Постановка корпуса	6	2	4	Наблюдение, контрольные тесты
2.	Классический танец	56	16	40	
2.1	Позиции ног и рук.	8	2	6	Тренир.упражнения, наблюдение
2.2	Комбинации por de bras	8	2	6	Тренир.упражнения, наблюдение
2.3	Demi-plie и grand plie по I,II,V (одной рукой).	8	2	6	Тренир.упражнения, наблюдение
2.4	Battement tendus.	8	2	6	Тренир.упражнения, наблюдение
2.5	Releve на полупальцах.	4	2	2	Тренир.упражнения, наблюдение
2.6	Rond de gamb par terre (en de hors, en de dans).	8	2	6	Тренир.упражнения, наблюдение
2.7	Положение sour le cou de pied.	4	2	2	Тренир.упражнения, наблюдение
2.8	Allegro.	8	2	6	Наблюдение; промежуточная диагностика: упражнения-тесты
3.	Народный танец	34	9	25	
3.1	Поклон-приветствие в русском танце	4	1	3	Тренир.упражнения, наблюдение
3.2	Положения рук в народном танце.	6	2	4	Тренир.упражнения, наблюдение
3.3	Русские ходы и элементы русского танца.	8	2	6	Тренир.упражнения, наблюдение
3.4	Народно-сценический станок.	8	2	6	Тренир.упражнения, наблюдение
3.5	Вращения.	8	2	6	Тренир.упражнения, наблюдение
4.	Постановка танцев	34	4	30	
4.1	Танцевальные элементы.	8	2	6	Тренир.упражнения, наблюдение
4.2	Разновидности этюдов	8	2	6	Наблюдение, танцев.соревнование
4.3	Танцевальные постановки	16	-	16	Отчетный концерт
4.4	«Танцевальное ассорти» - итоговое занятие.	2	-	2	Итоговая диагностика: открытое занятие

					для родителей
	Итого:	144	36	108	

**Учебный план
четвертого года обучения
(продвинутый уровень)**

№ п/п	Раздел, тема	Кол-во часов			Формы аттестации, контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Танцы народов мира	12	4	8	
1.1	«Волшебный мир танца» - вводное занятие.	2	1	1	Начальная диагностика: тестирование
1.2	Танцевальная культура разных народов.	4	1	3	Танцевальный кроссворд
1.3	Танцы народов мира.	6	2	4	Викторина, презентация творческих работ
2.	Классический танец	58	18	40	
2.1	Комбинации demi-plie, grand plie, с releve, por de bras.	6	2	4	Тренир.упражнения, наблюдение
2.2	Комбинации battement tendus с plie, pour le pied.	6	2	4	Тренир.упражнения, наблюдение
2.3	Комбинации battement jete с picues, plie.	6	2	4	Тренир.упражнения, наблюдение
2.4	Комбинации rond de gamb par terre (en de hors. en de dans).	6	2	4	Тренир.упражнения, наблюдение
2.5	Комбинации battement fondu (doubl fondu) с releve.	6	2	4	Тренир.упражнения, наблюдение
2.6	Комбинации battement releve lent на 45*(en de hors. en de dans).	6	2	4	Тренир.упражнения, наблюдение
2.7	Экзерсис на середине зала.	8	2	6	Тренир.упражнения, наблюдение
2.8	Позы классического танца на середине.	6	2	4	Тренир.упражнения, наблюдение
2.9	Allegro на середине.	6	2	4	Тренир.упражнения, наблюдение
2.10	«Новогодняя встреча» - итоговое занятие	2	-	2	Промежуточная диагностика: упражнения-тесты

3.	Народный экзерсис	40	7	33	
3.1	Народный экзерсис у станка.	12	1	11	Тренир.упражнения, наблюдение
3.2	Дробные выстукивания.	8	2	6	Тренир.упражнения, наблюдение
3.3	Вращения по кругу.	8	2	6	Тренир.упражнения, наблюдение
3.4	Народный танец.	12	2	10	Открытое занятие для родителей
4.	Танцевальная карусель	34	2	32	
4.1	Танцевальные этюды.	12	-	12	Зачет
4.2	Танцевальные постановки.	20	2	18	Отчетный концерт
4.3	«Танцевальная карусель».	2	-	2	Итоговая диагностика: тестирование
	Итого:	144	31	113	

**Учебный план
пятого года обучения
(продвинутый уровень)**

№ п/п	Раздел, тема	Кол-во часов			Формы аттестации, контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Экзерсис у станка	36	7	29	
1.1	Вводное занятие «Мир танца».	2	-	2	Начальная диагностика тестирование
1.2	Классический станок	12	2	10	Тренир. упражнения
1.3	Классический станок на середине	12	2	10	Тренир. упражнения, зачет
1.4	Сочинение комбинаций классического танца	8	2	6	Тренир. упражнения зачет
1.5	«Танцуем вместе» - итоговое занятие	2	1	1	Промежуточная диагностика, концерт
2.	Народный танец	34	8	26	
2.1	Разновидности поклонов в	4	2	2	Тренир. упражнения,

	танцах разных народов				наблюдение
2.2	Народно-характерный экзерсис	10	2	8	Тренир. упражнения, зачет
2.3	Народные вращения на месте, по диагонали	10	2	8	Тренир. упражнения, зачет
2.4	Дробные выстукивания	10	2	8	Тренир. упражнения, зачет
3.	Танцевальные этюды	38	8	30	
3.1	Танцевальные ходы в русском, венгерском, итальянском танце	8	2	6	Тренир.упражнения,
3.2	Русский танцевальный этюд	10	2	8	Тренир.упражнения,
3.3	Венгерский танцевальный этюд	10	2	8	Тренир.упражнения,
3.4	Итальянский танцевальный этюд	10	2	8	Тренир.упражнения,
4.	Подготовка концертных номеров	36	4	32	
4.1	Работа над танцевальными образами	6	2	4	Танцев. викторина, Тренир. упражнения
4.2.	Хореографические композиции на материале русского, венгерского, итальянского и других народных танцев	12	2	10	Тренир. упражнения, зачет
4.3	Хореографические композиции на материале современного и эстрадного танца	16	-	16	Тренир. упражнения, Зачет
4.4	«Танцевальная карусель»- итоговое занятие Диагностика.	2	-	2	Итоговая диагностика: отчетный концерт
	Итого:	144	27	117	

Содержание программы 1 года обучения

Раздел I. Основы музыкальной и танцевальной грамоты

Тема 1.1. «В мире танцевальных ритмов» - вводное занятие.

Теория: значение танца в жизни людей. Вводный инструктаж. Стартовая диагностика на выявление физических и музыкальных способностей учащихся.

Практика: игры на знакомство и определение музыкальности детей: «Снежный ком», «Дразнилка»; упражнения на выявление физических данных «Каракатица», «Бабочка», «Султанчик». Беседа о значении танца в жизни людей. Организационные вопросы.

Форма контроля: начальная диагностика: тестирование физических данных.

Тема 1.2. Истоки возникновения танцев. Значение танца в жизни русского народа.

Теория: история первых танцев древности, характер танца у народов древнего мира, зарождение различных танцев и музыки на Руси, первые профессиональные исполнители русского танца - скоморохи. Знакомство с хореографией.

Практика: прослушивание текста литературного произведения «Волшебный мир танца», музыкальных записей, просмотр иллюстраций. Знакомство с элементами танца «Хоровод».

Форма контроля: беседа, опрос.

Тема 1.3. Характер музыкального произведения, его темп. Динамические оттенки.

Теория: определение характера музыки, темпа, динамических оттенков.

Практика: упражнение «Змейка с воротцами», упражнение «Мячики», упражнение «Ускоряй и замедляй», упражнение «Ветерок и ветер» (для рук). Выполнение ритмических танцевальных движений: разучивание, закрепление.

Форма контроля: опрос.

Тема 1.4. Логоритмические упражнения.

Теория: определение понятия «логоритмические упражнения»

Практика: упражнение «крапива», упражнение «шарик», упражнение «гуси», упражнение «медуза». Выполнение ритмических танцевальных движений: разучивание, закрепление.

Форма контроля: упражнения-тесты.

Тема 1.5. Длительности, ритмический рисунок, сильные и слабые доли.

Теория: понятие «сильная и слабая доля» в музыке, ритмический рисунок.

Практика: выполнение упражнений с мячами, «Цветные диски», «Звездочка». Выполнение ритмических танцевальных движений: разучивание, закрепление.

Форма контроля: упражнения –тесты.

Тема 1.6. Музыкально - ритмические игры.

Теория: характер музыкального произведения, его темп. Динамика. Длительности, ритмический рисунок, сильные и слабые доли.

Практика: закрепление изученных тем: упражнения «Марш», «Бег и подпрыгивание», «Цирковые лошадки»; игры «Ищи», «Кто скорей ударит в бубен», «Узнай по голосу». Создание музыкально-танцевальных образов и ранее изученных движений. Коллективный анализ создания образов.

Форма контроля: наблюдение, коллективный анализ.

Раздел II. Элементы партерного экзерсиса

Тема 2.1. Подвижность голеностопа, выворотности тазобедренного сустава.

Теория: подвижность голеностопа, выворотности тазобедренного сустава.

Практика: выполнение упражнений: «клювик», «флажок», «султанчик», «неваляшки», «щучка», «рыбка». Игры на развитие творческого воображения. Проучивание базовых танцевальных элементов в эстрадном направлении.

Форма контроля: упражнения-тесты.

Тема 2.2. Мышцы брюшного пресса.

Теория: укрепление мышц брюшного пресса.

Практика: выполнение упражнений: «складка», «раскладушка», «вращение ног», «кач», упражнение с сокращением подъема. Игры на развитие творческого воображения. Проучивание базовых танцевальных элементов в эстрадном направлении.

Форма контроля: упражнения-тесты.

Тема 2.3. Гибкость.

Теория: развитие гибкости.

Практика: выполнение упражнений: «рыбка», «корзинка», «мостик», «полумост», «кошечка», «собачка». Игры на развитие творческого воображения. Проучивание базовых танцевальных элементов в эстрадном направлении. Упражнения-тесты на гибкость.

Форма контроля: упражнения-тесты.

Тема 2.4. Прыжки.

Теория: воздушные прыжки: прыжки с двух ног на две; прыжки с одной ноги на другую; прыжки с разножкой.

Практика: прыжковые комбинации на месте, по точкам. Показ видеоматериала по теме. Упражнения-тесты. Танцевальная викторина

«Азбука танца» по пройденным темам раздела. Открытое занятие для родителей

Форма контроля: упражнения-тесты, промежуточная диагностика танцевальная викторина.

Раздел 3. Основы танцевального искусства

Тема 3.1. Позиции ног.

Теория: расположение выворотных ног. I, II, III, V, IV позиции. Такты.

Практика: партерные упражнения, проучивание позиций ног лицом к станку. Расчет тактов в каждой позиции. Проучивание базовых танцевальных элементов в эстрадном направлении.

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 3.2. Основные позиции рук.

Теория: три основные позиции рук. Подготовительное и исходное положение.

Практика: практические упражнения на середине. Проучивание базовых танцевальных элементов в эстрадном направлении.

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 3.3. Шаги: танцевальный и бытовой.

Теория: понятия «бытовой» и «танцевальный» шаги.

Практика: закрепление понятий «бытовой» и «танцевальный» шаги по кругу. Проучивание базовых танцевальных элементов на основе изученных вариантов шагов.

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 3.4. Прыжки.

Теория: прыжки с двух ног на две, прыжки с одной ноги на другую, прыжки с разножкой.

Практика: практические упражнения на середине на закрепление практических навыков. Соединение базовых элементов в танцевальный этюд. Игра-соревнование по закреплению практических навыков.

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 3.5. Основы танцевального искусства казачества.

Теория: История танцевального искусства казачества. Основы танцевальных казачьих элементов. История костюма.

Практика: беседа, разучивание и отработка казачьих танцевальных движений, упражнения на развитие навыков владения шашкой. Разучивание казачьих игр. Опрос по пройденным темам раздела.

Форма контроля: беседа, опрос.

Тема 3.6. Танцевальные комбинации.

Теория: Построение танцевальных композиций. Характер женского и мужского казачьего танца.

Практика: отработка танцевальных комбинаций. Построение разных вариантов танцевальных комбинаций. Постановка казачьего танца. Генеральный прогон казачьего танца (контрольное занятие).

Форма контроля: контрольное занятие.

Тема 3.7. «Основы танца» - итоговое занятие.

Практика: выполнение упражнений тестов: демонстрация базовых танцевальных элементов, этюдов на основе изученных тем. Показ казачьего танца. Подведение итогов стартового уровня обучения.

Форма контроля: открытое занятие для родителей.

Содержание программы 2 года обучения

Раздел I. Музыкальная и танцевальная грамота

Тема 1.1. «Танцуем вместе» - вводное занятие.

Теория: повторение пройденного материала, инструктаж по технике безопасности. Выявление физических данных и танцевального уровня после обучения на стартовом уровне.

Практика: беседа о танцевальных коллективах «На волне танца», проведение инструктажа, практические упражнения.

Форма контроля: начальная диагностика, тестирование физических данных.

Тема 1.2. Танцы народов Поволжья.

Теория: народное хореографическое искусство, знакомство с творчеством местных коллективов. Особенности танцев народов Поволжья.

Практика: беседа, прослушивание текста литературного произведения «Волшебный мир танца», музыкальных записей; просмотр иллюстраций. Выполнение ранее изученных танцевальных движений. Опрос.

Форма контроля: беседа, опрос.

Тема 1.3. Строение музыкального произведения.

Теория: форма музыкального произведения: вступление, части, фразы.

Практика: прослушивание музыкального материала, разъяснения, игры-упражнения для определения строения музыкальных произведений: «Кузнечики», «Шествие кузнечиков», «Плетень», «Бабочки». Выполнение танцевальных этюдов. Игра на выявление уровня знаний о строении музыкального произведения.

Форма контроля: игра-тест.

Тема 1.4. Метроритм.

Теория: понятие «метр», непрерывное чередование опорных (акцентируемых) и не опорных (без акцентных) звуков. «Ритм», последовательность звуков различной длительности.

Практика: прослушивание музыкального материала, разъяснения, игры-упражнения для определения ритмического рисунка: упражнение «Передай игрушку», «Поймай мяч», «Повтори ритм». Выполнение танцевальных этюдов. Игра-испытание «Музыкальный поезд» (подведение итогов по всему

разделу).

Форма контроля: игра-тест «Музыкальный поезд».

Раздел II. Классический танец

Тема 2.1. Позиции рук и ног.

Теория: искусство классического балета, классический репертуар. Постановка рук и ног в классическом танце. Проучивание комбинаций.

Практика: беседы, просмотр видеоматериала, упражнения подготовительной, I и III позиции рук выполняются на середине зала, упражнения по I, II, V позиции ног выполняются лицом к станку. Выполнение комбинаций.

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 2.2. Комбинации demi-plié по I, II, V позициям.

Теория: plié (приседание) как элемент движения классического танца. Demi-plié (стоя лицом к станку).

Практика: выполнение у станка и на середине движений сначала отдельно по 4 раза в каждой позиции на такт 4/4, затем подряд во всех позициях не более 2 раз в каждой, исключая III позиции. Выполнение комбинаций.

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 2.3. Battement tendus.

Теория: искусство классического балета, классический репертуар. Проучивание в 3-х направлениях из I и III, вперед из I и III позиции.

Практика: просмотр видеоматериала, упражнения на отработку натянутости всей ноги в колене, подъеме и пальцах, развитие силы ног. В начале Battement tendus выполняется лицом к палке и в сторону. Проучивание комбинаций Battement tendus с plié (приседанием).

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 2.4. Releve на полупальцах.

Теория: releve - подъем на высокие полупальцы на обеих ногах и возвращение на всю стопу.

Практика: упражнения на развитие силы ног, эластичности мышц, укрепление голеностопа, изучается лицом к станку. Ритмическая игра на освоение упражнений.

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 2.5. Rond de gamb par terre (en de hors, en de dans).

Теория: rond de gamb par terre - круг ногой по полу. Музыкальный размер: 4/4.

Практика: практические упражнения demi rond на развитие выворотности и подвижности

тазобедренного сустава, лицом к станку. Просмотр классических этюдов, соединение танцевальных элементов в этюд.

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 2.6. Прыжки Temps leve soute, Changement de pied.

Теория: техника исполнения прыжков.

Практика: Temps leve soute (прыжок с обеих ног на две.), сначала исполняется на один такт

4/4, позднее - на один такт 2/4, движение начинается на «затакт». Changement de pied (прыжок с обеих ног на обе из V позиции в V). Просмотр классических этюдов, соединение танцевальных элементов в этюд.

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение..

Тема 2.7. «Танцевальное ассорти» - итоговое занятие.

Практика: выполнение упражнений-тестов: демонстрация базовых танцевальных элементов. Показ комбинации на основе изученных тем. Подведение промежуточного итога базового уровня обучения.

Форма контроля: промежуточная диагностика.

Раздел III. Народный танец

Тема 3.1. Позиции ног в народном танце.

Теория: позиции ног в народно-характерном танце.

Практика: проучивание позиций у станка:

-параллельные II и IV (носки обеих ног направлены вперед);

-обратные I и II (носки обеих ног направлены внутрь, т.е. один к другому).

Выполнение комбинаций.

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 3.2. Позиции и положения рук в народном танце.

Теория: позиции рук в народно-характерном танце. Комбинированные положения (руки находятся в разных позициях).

Практика: проучивание позиций на середине зала.

-простые положения (руки расположены симметрично);

-сложные положения (положение одной и другой руки различно);

Выполнение комбинаций.

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 3.3. Plie в русском характере.

Теория: приседания по 1-й, 2-й и 5-й открытым позициям (музыкальный размер 3/4, 4/4):

полуприседания (demi-plie). Приседания по 1 прямой и открытым позициям с переводом ног указанными приемами (музыкальный размер 3/4; 4/4).

Практика: проучивание Plie в русском характере у станка. Выполнение комбинаций.

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 3.4. Battement tendus в русском характере.

Теория: упражнение с напряженной стопой (battements tendus) из 1-й прямой позиции на каблук (музыкальный размер 3/4; 4/4) с элементами русского танца:

Практика: проучивание battement tendus в русском характере у станка.

- с полуприседанием (demi plie) на опорной ноге;

- с полуприседанием в исходной позиции.

Выполнение комбинаций.

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 3.5. Battement tendus с сокращенным подъемом.

Теория: упражнение с сокращенным подъемом (battements tendus) из 1-й прямой позиции на каблук (музыкальный размер 3/4; 4/4) с элементами русского танца.

Практика: проучивание battement tendus с сокращенным подъемом у станка:

- с полуприседанием (demi plie) на опорной ноге;

- с полуприседанием в исходной позиции.

Выполнение комбинаций.

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 3.6. Вращения.

Теория: вращения. Варианты вращения.

Практика: видеоматериалы, проучивание вариантов вращений, игра «Стойкий оловянный солдатик». Составление этюдов малой формы. Выполнение тестовых заданий.

Форма контроля: тренировочные упражнения, контрольное занятие.

Раздел 4. Постановка танцев

Тема 4.1. Танцевальные элементы.

Теория: элементы русского (национального) танца.

Практика: проучивание и отработка элементов русского танца:

- положения рук русского танца (свободно опущенные вниз вдоль корпуса; на талии (вбок); «крендель» (под одну руку в паре);

- русский поклон;

- притопы;

- «гармошка»;

- «ёлочка»;

- русский переменный шаг;

- выдвигание ноги в сторону и вперёд с переводом носка на каблук - «носок-каблук».

Соединение движений в танцевальные комбинации. Выполнение практических тестов учащимися на контрольном занятии.

Форма контроля: контрольное занятие.

Тема 4.2. Рисунок танца и перестроения в танце.

Теория: рисунки танца: понятие интервала в рисунке танца, колонна, шеренга, диагональ, круг, кружочки, «звёздочка», «цепочка». Перестроения в танце (ориентировка в пространстве).

Практика: отработка перестроений в танце:

- повороты вправо и влево;

- движение по линии танца и против линии танца;

- движение по диагонали;

- из колонны в шеренгу;

- из колонны по одному в колонну по два;

- из колонны по два в колонну по четыре;

- сужение и расширение круга;
- «прочёс»;
- «ручечек»;
- из одного круга в несколько кружочков и обратно в один круг;
- в пары и обратно.

Соединение движений в танцевальные комбинации. Выполнение практических тестов учащимися на контрольном занятии.

Форма контроля: контрольное занятие.

Тема 4.3. Танцевальные постановки.

Практика: работа над русским и белорусским этюдами, этюд в русском характере «русский лирический», постановка танца «Веселуха» для отчетного концерта.

Форма контроля: отчетный концерт.

Тема 4.4. «Танцевальная мозаика» - итоговое занятие.

Практика: открытое занятие для родителей, выполнение практических тестов учащимися, подведение итогов за год.

Форма контроля: открытое занятие.

Содержание программы 3 года обучения

Раздел I. Современный танец

Тема 1.1. «Искусство танца» - вводное занятие.

Теория: повторение пройденного материала, инструктаж по технике безопасности. Выявление физических данных и танцевального уровня после каникул. Современные танцевальные направления.

Практика: беседа о современных танцевальных направлениях и коллективах «На волне танца», проведение инструктажа. Выполнение практические упражнения.

Форма контроля: начальная диагностика, тестирование.

Тема 1.2. История развития современного танца.

Теория: история развития современного танца. Конец 60-х годов – возникновение нового художественного явления – модерн-джаз танец.

Практика: слушание текста литературного произведения «Волшебный мир танца». Отработка манеры исполнения танца «Джаз». Прочувствование основных движений.

Форма контроля: опрос.

Тема 1.3. Изучение техники современного танца.

Теория: техника современного танца.

Практика: видеопросмотр материалов по теме, выполнение разных вариантов:

1.Изоляция:

- голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, движения исполняются вперед-назад, диагонально, крестом, из стороны в сторону, квадратом;
- плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмерка», твист, шейк;
- грудная клетка: движения из стороны в сторону, вперед-назад, кресты и квадраты

2. Координация: координация движений рук и ног, без передвижения.

3. Кросс: перемещение в пространстве:

- шаги с трамплинным сгибанием коленей при передвижении из стороны в сторону и вперед-назад;
- шаги по квадрату;
- прыжки: hop, jump, leap.

Выполнение танцевальных комбинаций.

Форма контроля: тренировочные упражнения.

Тема 1.4. Постановка корпуса.

Теория: постановка корпуса, позиции рук и ног, их положения в современном танце

Практика: основные понятия: «вертикаль», «баланс», «параллель». Постановка корпуса. Танцевальные комбинации на основе выученных положений. Контрольные тесты.

Форма контроля: наблюдение, контрольные тесты.

Раздел II. Классический танец

Тема 2.1. Позиции рук и ног.

Теория: позиции рук и ног в классическом танце. Музыкальный размер: $\frac{3}{4}$, $\frac{4}{4}$.

Практика: совершенствование позиций рук и ног на середине зала, отработка позиций рук и ног во время экзерсиса у станка. Повторение комбинаций классического экзерсиса.

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 2.2. Комбинации por de bras.

Теория: соединение позиций рук в por de bras. Музыкальный размер: $\frac{3}{4}$, $\frac{4}{4}$.

Практика: отработка позиций рук на середине зала, проучивание I и II por de bras. Танцевальные импровизации.

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 2.3. Demi-plie и grand plie по I,II,V (одной рукой).

Теория: demi-plie и grand plie по I,II,V (одной рукой). Музыкальный размер: $\frac{4}{4}$ (два такта $\frac{4}{4}$, а затем на один такт $\frac{4}{4}$). Плавный характер музыкального сопровождения.

Практика: отработка Demi-plie и grand plie по I,II,V (одной рукой), комбинаций.

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 2.4. Battement tendus.

Теория: battement tendus с pour le pied в сторону из I позиции ног. Battement soutenu. Комбинации Battement tendus с pour le pied, Battement soutenu. Музыкальный размер: 2/4, 4/4.

Практика: отработка практических упражнений, комбинаций.

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 2.5. Releve.

Теория: подъем на высокие полупальцы на обеих ногах. Музыкальный размер: 4/4, $\frac{3}{4}$. Комбинация releve с demi-plie. Вариативность комбинаций.

Практика: отработка практических упражнений.

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 2.6. Demi rjnd de gamb par terre: en de hors 2/4 и en de dans 2/4.

Теория: demi rjnd de gamb par terre: en de hors 2/4 и en de dans 2/4. Музыкальный размер: 2/4.

Практика: отработка практических упражнений. Выполнение в быстром темпе.

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 2.7. Положение sour le cou de pied.

Теория: три основных положения sour le cou de pied: условное положение, основное положение, положение сзади пяткой. Музыкальный размер: 4/4.

Практика: отработка практических упражнений.

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 2.8. Allegro.

Теория: прыжки. «Temps leve sauté» - прыжок с обеих ног на обе. «Changement de pied» - прыжок с обеих ног на обе из V позиции в V. Музыкальный размер: 2/4.

Практика: отработка практических упражнений, практические тесты. Танцевальный батл.

Форма контроля: наблюдение, промежуточная диагностика, упражнения-тесты.

Раздел 3. Народный танец

Тема 3.1. Поклон-приветствие в русском танце.

Теория: русский поклон:

Практика: отработка практических упражнений:

- простой поясной на месте,

- простой поясной с движением правой руки к левой стороне груди, затем в 3 позицию, левая рука в подготовительном положении.

Музыкально-ритмическая игра «Плетень».

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 3.2. Положения рук в народном танце.

Теория: положения рук в народном танце.

Практика: отработка практических упражнений:

- положения рук в парах: держась за одну руку, за две, под руку, «воротца»;
- положения рук в круге: держась за руки, «корзиночка», «звездочка»;
- движения рук:
- подчёркнутые раскрытия и закрытия рук,
- раскрытия рук в сторону (ладонями вверх в 3 позицию),
- взмахи с платочком,
- хлопки в ладоши.

Танцевальные комбинации.

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 3.3. Русские ходы и элементы русского танца.

Теория: простые сценические ходы на всей стопе и на полупальцах.

Практика: отработка практических упражнений:

- переменный ход с фиксированием в воздухе ног поочередно в точке на 30-45⁰, 2 полугодие - на полупальцах - этот же ход,
- переменный ход с фиксированием ноги сзади на носке на полу,
- переменный ход с plié на опорной ноге и вынесением работающей ноги на воздух через 1 позицию ног,
- тройной шаг на полупальцах с ударом на четвертый шаг всей стопой в пол,
- шаг с мазком каблук и вынесением сокращенной стопы на воздух на 30-45⁰,
- комбинации из основных шагов

Танцевальные этюды.

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 3.4. Народно-сценический станок.

Теория: учебная терминология. Элементы и основные комбинации народно-сценического танца.

Практика: отработка прочных танцевальных навыков. Танцевальные комбинации в разных характерах.

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 3.5. Вращения.

Теория: разновидности вращения.

Практика: отработка:

- полуповороты по четвертям круга приемом plie-releve,
- полуповороты по четвертям круга приемом шаг-retere,
- полуповороты по четвертям круга приемом plie-каблучки,
- припадание по первой прямой позиции по схеме: три на месте, четвертое - в повороте на 45⁰,
- «гвоздик»;
- «на каблучок».

Выполнение танцевальных комбинаций

Форма контроля: тренировочные упражнения

Раздел IV. Постановка танцев

Тема 4.1. Танцевальные элементы.

Теория: Танцевальные элементы в разном характере.

Практика: видеопросмотр, отработка танцевальных элементов: «Припадание»: по 1 прямой позиции, вокруг себя по 1 прямой позиции), по 5 позиции, вокруг себя и в сторону.

Подготовка к «веревочке»:

- без полупальцев, без проскальзывания
- с полупальцами, с проскальзыванием
- «косичка» (в медленном темпе).

Подготовка к «молоточкам»: по 1 прямой позиции с задержкой ноги сзади, без задержки.

Подготовка к «моталочке»: по 1 прямой позиции с задержкой ноги сзади, впереди, «моталочка» в «чистом» виде. Повторение танцевальных элементов современного танца. Соединение танцевальных элементов в комбинации.

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 4.2 Разновидности этюдов.

Теория: композиционный рисунок в этюде, разновидности этюдов.

Практика: видеопросмотр, отработка танцевальных этюдов: на развитие техники исполнения, на композиционный рисунок, на актёрское мастерство, на пластику. Импровизация (составление этюдов из выученных ранее движений). Танцевальный батл.

Форма контроля: наблюдение, танцевальное соревнование.

Тема 4.3. Танцевальные постановки.

Практика: отработка танцевальных постановок. Работа над образами в танце. Подготовка танцевальных номеров для отчетного концерта.

Форма контроля: отчетный концерт.

Тема 4.4. «Танцевальное ассорти» - итоговое занятие.

Практика: выполнение танцевальных комбинаций и танцев. Практические тесты на выявление базового уровня подготовки детей, открытое занятие для родителей, подведение итогов.

Форма контроля: итоговая диагностика, открытое занятие.

Содержание программы 4 года обучения

Раздел I. Танцы народов мира

Тема 1.1. «Волшебный мир танца» - вводное занятие.

Теория: повторение пройденного материала. Инструктаж по технике безопасности. Выявление физических данных и танцевального уровня после каникул.

Практика: беседа о базовой технике исполнения танца, проведение инструктажа. Выполнение партерных упражнений. Проведение начальной диагностики во время выполнения партера.

Форма контроля: начальная диагностика, тестирование.

Тема 1.2. Танцевальная культура разных народов

Теория: танцевальная культура разных народов.

Практика: видеоматериалы. Знакомство с танцевальными культурами разных народов. Музыкальные игры разных народов: «Поезд дружбы». Выполнение танцевальных движений из танцев разных народов.

Форма контроля: танцевальный кроссворд.

Тема 1.3. Танцы народов мира

Теория: Особенности танцев народов мира. Мужской танец. Женский танец.

Практика: выполнение элементов танцев. Отработка танцевальных этюдов. Танцевальные комбинации, импровизации. Творческие презентации.

Форма контроля: викторина, презентация творческих работ.

Раздел II. Классический танец

Тема 2.1. Комбинации demi-plie, grand plie, c releve, por de bras.

Теория: demi-plie и grand plie по I,II,V,IV позиции (одной рукой). Музыкальный размер: 4/4 (два такта 4/4, а затем на один такт 4/4).

Практика: повторение ранее изученных комбинаций, комбинирование plie с другими движениями (releve, por de bra). Повторение танцевальных элементов.

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 2.2. Комбинации battement tendus c plie, pour le pied.

Теория: battement tendus c plie, pour le pied. Музыкальный размер: 2/4.

Практика: повторение ранее изученных комбинаций, комбинирование battement tendus с другими элементами классического экзерсиса, выполнение упражнений в различном темпе.

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 2.3. Комбинации battement jete c picues, plié.

Теория: battement jete c picues, plié. Музыкальный размер: 2/4.

Практика: повторение ранее изученных комбинаций, комбинирование battement jete с другими элементами классического экзерсиса. Соединение танцевальных элементов в комбинации.

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 2.4. Комбинации rond de gamb par terre (en de hors. en de dans).

Теория: rond de gamb par terre (en de hors. en de dans). Музыкальный размер: $\frac{3}{4}$, 4/4.

Практика: комбинирование rond de gamb par terre с passe par terre, rond de gamb en lear и другими элементами классического экзерсиса. Самостоятельное составление комбинаций. Музыкальные игры на развитие координации.

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 2.5. Комбинации battement fondu (doubl fondu) c releve.

Теория: battement fondu (doubl fondu), в комбинации с releve. Музыкальный размер: $\frac{3}{4}$, 4/4.

Практика: комбинирование с другими элементами классического экзерсиса. Самостоятельное составление комбинаций. Музыкальные игры на развитие координации.

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 2.6. Battement releve lent на 45 ° (en de hors. en de dans).

Теория: комбинации battement releve lent на 45 ° (en de hors. en de dans) по направлению вперед, в сторону, назад. Музыкальный размер: 4/4.

Практика: комбинирование с другими элементами классического экзерсиса. Самостоятельное составление комбинаций. Музыкальные игры на развитие координации.

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 2.7. Экзерсис на середине зала.

Теория: варианты самостоятельного составления комбинаций, ранее выученные комбинации классического экзерсиса на середине.

Практика: отработка практических упражнений, самостоятельное составление комбинаций. Видеопросмотр. Отработка этюдов. Постановка танцевального номера.

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 2.8. Позы классического танца на середине.

Теория: позы классического танца: Croisee, Effacee, Ecarte.

Практика: просмотр видеоуроков, отработка движений в медленном, плавном темпе на четыре такта 4/4, один такт 4/4. Комбинирование с другими элементами классического экзерсиса. Постановка танцевального номера.

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 2.9. Allegro на середине.

Теория: прыжки: temps saute по IV позиции, grand changement de pieds, pas assemble с открыванием ноги в сторону, sissonne ferme в сторону.

Практика: отработка практических упражнений, комбинации прыжковых элементов. Постановка танцевального номера.

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 2.10. «Новогодняя встреча» - итоговое занятие.

Практика: показ практических упражнений, танцевальный кроссворд (на теоретические знания классической терминологии) и практические упражнения-тесты.

Форма контроля: промежуточная диагностика, упражнения-тесты.

Раздел III. Народный экзерсис

Тема 3.1. Народный экзерсис у станка.

Теория: элементы у станка.

Практика: повторение теоретических знаний, выполнение элементов:

- plie плавные и резкие по 1, 2, 4 и 5-й открытым и прямым позициям с переходом из позиции в позицию через retire;

- battements tendus jetes, с переносом ноги по воздуху, через «ковырялочку» и т.д.
- (battements tendus) по 5-й открытой и по 1-й прямой позиции и использованием всех ранее изученных видов battements tendus в сочетании с другими движениями;
- (battements tendus jetes) через balancoirs с проскальзыванием на опорной ноге вперед и назад (музыкальный размер 3/4, в характере мазурки);
- (rond de jambe par terr) пяткой, работающей ноги с поворотом пятки опорной ноги;
- каблучное упражнение с выношением ноги на каблук через battements developpes;
- (battements fondus) с развертыванием ноги у колена опорной (на 90°).
- подготовка к «веревочке» с подниманием на полупальцы опорной ноги и в сочетании с другими движениями (большими бросками, «ковырялочкой», «гармошка», различные повороты);
- (battements developpes) на 90° с двойным ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад: а) плавное; б) резкое, в координации с движением руки;
- «Чечетка» (flik-flac): мазки по полу с последующим переступанием на работающую ногу; мазки по полу в сочетании с двумя переступаниями на полупальцах (одна нога накрест другой) по 1-й прямой позиции; двойные мазки по полу.
- большие броски (grandes battements): большой бросок с подведением ног: на passe.

Музыкальные игры и танцевальные комбинации.

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 3.2. Дробные выстукивания.

Теория: дробные выстукивания, варианты дробей.

Практика: удары ногами в пол – полной стопой, каблуком, ребром каблука, полупальцами, в сочетании удары каблуком и полупальцами, на присогнутых в коленях ногах. Отработка практических упражнений. Составление комбинаций. Музыкально-ритмическая игра «Танцевальные переборы».

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 3.3. Вращения по кругу.

Теория: особенности вращения по кругу.

Практика: подскоки, вращение за один шаг. Маленькие «блинчики», поворот за один шаг. Большие «блинчики». «Шаг-каблучок», вращение за один шаг. Двойная дробь в повороте с переступаниями через «ковырялочку». Отработка практических упражнений, выполнение композиций.

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 3.4. Народный танец.

Теория: особенности постановки народного танца.

Практика: показ практических упражнений, отработка танцевальных композиций, постановка танца.

Форма контроля: открытое занятие.

Раздел IV. Танцевальная карусель

Тема 4.1. Танцевальные этюды.

Теория: основные движения танцев:

- этюд в ритме вальса, построенный на разнообразных рисунках;
- этюд в ритме польки в парах;
- этюд в ритме тарантеллы (музыкальный размер 6/8);
- этюд на материале русского танца с контрастными частями (двух- или трёхчастная форма).

Практика: отработка прочных танцевальных навыков, исполнение этюдов.

Форма контроля: зачет.

Тема 4.2. Танцевальные постановки.

Теория: хореографические постановки стилизованных танцев.

Практика: отработка прочных танцевальных навыков, исполнение танцевальных комбинаций и танцев. Подготовка к отчетному концерту.

Форма контроля: отчетный концерт.

Тема 4.3. «Танцевальная карусель».

Теория: общая музыкальная и танцевальная грамота.

Практика: проведение диагностики во время выполнения танцевальных комбинаций и танцев. Открытое занятие. Подведение итогов продвинутого уровня обучения программы.

Форма контроля: итоговая диагностика, тестирование.

Содержание пятого года обучения

Раздел 1. Экзерсис у станка

Тема 1.1. Вводное занятие «Мир танца».

Теория: вводный инструктаж, первичный инструктаж. Введение в образовательную область. Диагностика.

Практика: упражнения на выявление физических данных.

Форма контроля: начальная диагностика, тестирование.

Тема 1.2. Классический станок.

Теория: Обобщение полученных практических навыков и знаний. Техника смены поз в классическом танце.

Практика: отработка и совершенствование классического экзерсиса у станка.

Форма контроля: тренировочные упражнения.

Тема 1.3. Классический станок на середине.

Теория: определение характера музыки, закономерности координации рук и головы в упражнениях на середине.

Практика: отработка и совершенствование классического экзерсиса на середине.

Форма контроля: тренировочные упражнения, зачет.

Тема 1.4. Сочинение комбинаций классического танца.

Теория: правила сочинения танцевальных комбинаций. Ритмический рисунок.

Практика: показ практических упражнений и практические упражнения-тесты.

Форма контроля: тренировочные упражнения, зачет.

Тема 1.5. «Танцуем вместе» -итоговое занятие.

Теория: танцевальный кроссворд на знание терминологии классического танца.

Практика: проведение диагностики во время выполнения танцевальных комбинаций. Подведение итогов продвинутого уровня обучения программы.

Форма контроля: промежуточная диагностика, концерт.

Раздел 2. Народный танец

Тема 2.1. Разновидности поклонов в танцах разных народов.

Теория: Особенности стиля исполнения поклона в танцах разных народов. Источники народных тем, сюжетов, движений, их связь с образом жизни народов.

Практика: а) простой поясной на месте; б) простой поясной с движением правой руки к левой стороне груди, затем в 3 позицию, левая рука в подготовительном положении

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 2.2. Народно-характерный экзерсис.

Теория: Внесение характерных танцевальных элементов в народно-характерный станок.

Практика: практические упражнения

Форма контроля: тренировочные упражнения, зачет.

Тема 2.3 Народные вращения на месте, по диагонали.

Теория: Техника исполнения вращений на месте и на середине зала.

Практика: -Вращения на одной ноге, вторая на щиколотке невыворотной, с приходом во 2 позицию (невыворотной), без пауз, но в медленном темпе;

- то же самое вращение в ускоренном темпе

- разучивается «вкручивающаяся» концовка приемом вращения на одной ноге через *retete* невыворотной, уходит в позицию. Концовка в *plie* или в полупальцы.

-«Обертас» по 1 прямой позиции;

-«гвоздик» по 6 позиции.

Форма контроля: тренировочные упражнения, зачет.

Тема 2.4 Дробные выстукивания.

Теория: методика выполнения дробных выстукиваний.

Практика: приобретение исполнительских и технических навыков.

Форма контроля: тренировочные упражнения, зачет.

Раздел 3. Танцевальные этюды

Тема 3.1. Танцевальные ходы в русском, венгерском, итальянском танце.

Теория: Особенности стиля исполнения. Источники тем, сюжетов, движений, их связь с образом жизни народов.

Практика:

- простой сценический ход на всей стопе и на полупальцах,
- переменный ход с фиксированием в воздухе ног поочередно в точке на 30-45⁰, 2 полугодие - на полупальцах - этот же ход,
- переменный ход с фиксированием ноги сзади на носке на полу,
- переменный ход с plié на опорной ноге и вынесением работающей ноги на воздух через 1 позицию ног,
- тройной шаг на полупальцах с ударом на четвертый шаг всей стопой в пол,
- шаг с мазком каблуком и вынесением сокращенной стопы на воздух на 30-45⁰,
- танцевальные комбинации на основе проученных движений.

Форма контроля: тренировочные упражнения.

Тема 3.2. Русский танцевальный этюд.

Теория: особенности стиля исполнения в русском танце. Источники тем, сюжетов, движений, их связь с образом жизни русского народа.

Практика: отработка танцевальных движений и комбинаций в танце «Переборы».

Форма контроля: тренировочные упражнения.

Тема 3.3. Венгерский танцевальный этюд.

Теория: особенности стиля исполнения в венгерском танце. Источники тем, сюжетов, движений, их связь с образом жизни венгерского народа.

Практика: разновидности ходов в венгерском танце «Чардаш»

- одинарный «чардаш»;
- перекрестный ход;
- ключ;
- вращение.

Форма контроля: тренировочные упражнения.

Тема 3.4. Итальянский танцевальный этюд.

Теория: Разновидности ходов в итальянском танце. Видеопросмотр материалов по теме.

Практика:

- основной шаг «Тарантеллы»;
- echarre на II позицию;
- комбинации танцевальных движений.

Форма контроля: тренировочные упражнения.

Раздел 4. Подготовка концертных номеров

Тема 4.1. Работа над танцевальными образами

Теория: Развитие мизансценического мышления и пластического воображения учащихся, а так же выразительности, точности и индивидуальности в манере исполнения упражнений. Этюды.

Практика: создание образа в различных танцевальных комбинациях и композициях с использованием любых музыкальных и хореографических стилей и с введением любого хореографического текста (по выбору педагога).

Форма контроля: танцевальная викторина, тренировочные упражнения.

Тема 4.2. Хореографические композиции на материале русского, венгерского, итальянского и других народных танцев.

Теория: презентации учащихся по материалам танцев разных народов.

Практика: отработка прочных танцевальных навыков, исполнение танцевальных комбинаций и танцев.

Форма контроля: тренировочные упражнения, зачет.

Тема 4.3 Хореографические композиции на материале современного и эстрадного танца

Теория: особенности исполнения современного и эстрадного танца.

Практика: отработка основных движений современного танца. Упражнения выполняются по тем же разделам, что и разминка, с координацией всех центров. Усложняются прыжки и вращения. Передвижения в пространстве.

- вращения, как способ передвижения в пространстве;

- комбинация прыжков, исполняемых по диагонали;

- соединение шагов с изолированными движениями двух центров;

Форма контроля: тренировочные упражнения, зачет.

Тема 4.4 «Танцевальная карусель» - итоговое занятие. Диагностика.

Теория: разбор танцевального рисунка в хореографических постановках современных танцев.

Практика: проведение диагностики во время выполнения танцевальных комбинаций и танцев. Подведение итогов реализации программы.

Форма контроля: итоговая диагностика, отчетный концерт.

Планируемые результаты

Учащиеся **первого года** обучения (стартовый уровень)

Предметные:

будут знать:

- правила техники безопасности в танцевальном зале;
- историю возникновения танцевального искусства;
- определение характера музыки, темпа, длительности;

будут уметь:

- различать музыкальные темпы, динамические оттенки;

- воспроизводить ритмический рисунок музыки.
- определять характер музыки, темпа, длительности.

Личностные:

- умение эмоционально воспринимать и оценивать танец;
- разовьют навык общения в паре;

Метапредметные:

- понимать роль хореографии в жизни человека;
- получают представление о средствах танцевальной выразительности ;

Учащиеся второго года обучения (базовый уровень)

Предметные:

будут знать:

- сведения по истории возникновения танцев народов Поволжья;
- строение музыкального произведения;
- начальную терминологию классического танца.

будут уметь:

- интуитивно воспринимать на слух длительности;
- развивать элементарные навыки в координации движений;
- точно фиксировать различные танцевальные положения рук и ног;
- выполнять упражнения классического экзерсиса лицом к станку;
- выполнять перестроения в танце;

Личностные:

- умение составлять простейшие комбинации;
- получают мотивацию к занятиям;
- умение ориентироваться в информационном пространстве;
- умение самостоятельно менять движение с изменением музыки;
- умение сознательно управлять мышцами;
- умения эмоционально передавать настроение, чувства в движении.
- умение двигаться естественно и выразительно.

Метапредметные:

- понимать роль хореографии в жизни человека;
- умение самостоятельно определять цели своего обучения;
- воспринимать новую информацию
- воспитание дисциплинированности;
- развитие физической выносливости;
- свободно ориентироваться в пространстве;

Учащиеся третьего года обучения (базовый уровень)

Предметные:

будут знать:

- сведения по истории хореографического искусства;
- история развития современного танца;

будут уметь:

- четко переходить от движения с большим напряжением к движению плавному, спокойному;
- передавать в движении строение музыкального произведения;
- владеть центром тяжести;

Личностные:

- освоение базовой техники исполнения современного танца;
- освоение базовой техники народного танца.
- умение применять музыкально-ритмические навыки и навыки выразительного движения;
- умение правильно исполнять упражнения классического и народного экзерсиса;
- проявлять активность в разных видах танцевальной деятельности.

Метапредметные :

- умение различать лирические , эпические, драматические образы в танце;
- определять по характерным признакам хореографических композиций к соответствующему танцевальному направлению и стилю- танец классический, народный, эстрадный, современный;
- анализировать собственную учебную деятельность;
- владеть основами самоконтроля, самооценки.

Учащиеся четвертого года обучения (продвинутый уровень)

Предметные:

будут знать:

- исторические основы танцевальной культуры, самобытности и образности танцев нашей страны и народов мира;
- танцевальную технику исполнения

будут уметь:

- правильно исполнять упражнения классического и народного экзерсиса;
- владеть техникой исполнения программных движений, как в экзерсисах, так и в танцевально-сценической практике.

Личностные:

- умение владеть специальной лексикой, правилами исполнения упражнений;
- приобретение знаний исторической основы танцевальной культуры, самобытности и образности танцев нашей страны и народов мира;
- умение исполнять народно-сценические танцы на разных сценических площадках;
- умение распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок при исполнении танцевальных номеров.
- умение применять ранее изученный материал при увеличении сложности упражнений

Метапредметные :

- знать особенности взаимодействия хореографии с другими видами искусства (литература, изобразительное искусство, театр и др.);
- воспитание требовательного отношения к себе и другим.
- воспитание дисциплинированности;

-освоение основных закономерностей хореографического искусства, умения и навыков в различных видах учебно-творческой деятельности.

Учащиеся пятого года обучения (продвинутый уровень)

Предметные:

будут знать:

- знать основные движения русского, венгерского и итальянского танцев;
- знать манеру исполнения упражнений и характер русского, венгерского и итальянского танцев;
- знать технику исполнения вращений на середине зала и по диагонали;
- знать движения в различных ракурсах и рисунках;

будут уметь:

- ориентироваться в пространстве, на сценической площадке;
- работать в паре и танцевальными группами;
- грамотно исполнять программные движения у станка и на середине зала.

Личностные:

- умение сформировать систему ценностных отношений к себе и другим участникам хореографического коллектива;
- умение сформировать заинтересованность в личном успехе;
- развитие сценического артистизма;
- воспитание чувства коллективизма, активное включение в коллективную деятельность.

Метапредметные:

- воспитание художественно-эстетического вкуса, интереса к искусству;
- умение определять направления развития исполнительского мастерства;
- воспитание чувства патриотизма, любви к народным традициям;
- воспитание потребности к творческому самовыражению;
- освобождение от негативных переживаний.

КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

Календарный учебный график реализации дополнительной
общеобразовательной общеразвивающей программы «Волшебный мир
танца» на 2025-2026 учебный год

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Режим занятий
1 год обучения	01.09.2025	31.08.2026	36	72	144	2 часа 2 раза в неделю
2 год обучения	01.09.2025	31.08.2026	36	72	144	2 часа 2 раза в неделю
3год	01.09.2025	31.08.2026	36	72	144	2 часа 2

обучения						раза в неделю
Этапы образовательного процесса						
1 полугодие					17 недель	
2 полугодие					19 недель	
Промежуточная аттестация					14 декабря – 11 января	
Итоговая аттестация					1 – 31 мая	
Зимние праздники					31 декабря – 8 января	

Условия реализации программы

Организационные условия, позволяющие реализовать содержание данной программы, предполагают наличие специального учебного кабинета (кабинета хореографии) со специальным оснащением: станки, зеркала, комната для переодевания.

Для занятий по программе необходимы следующие средства и материалы:

- ауди- и видео материалы; аппаратура; фоно- и видеотека.

Кадровое обеспечение программы: реализуемая программа осуществляется педагогом, квалификация которого позволяет вести предмет.

Формы аттестации

В начале учебного года проводится начальная диагностика, позволяющая определить физический и музыкальный уровень ребенка. Результаты работы хорошо просматриваются на конкурсах разного уровня.

Для отслеживания результатов овладения содержанием программы используются методы: педагогическое наблюдение, тестирование (для выявления физического и музыкального развития, тренировочные упражнения).

По окончании разделов проводятся контрольные занятия для выявления полученных знаний и умений конкретной деятельности.

Подведение итогов по результатам освоения материалов в течение года проводится в форме итоговой диагностики, где дети демонстрируют полученные практические навыки. В конце каждого полугодия проводятся открытые учебные занятия для родителей. В конце учебного года - отчетный концерт.

Подведение итогов каждого уровня обучения проходит в праздничной обстановке совместно с родителями.

Оценочные материалы

Разработана 3-х бальная система оценки по критериям: подъем стопы, балетный шаг, высота прыжка, музыкальность, ритмичность.

Контрольно-измерительные материалы:

тестовые задания:

- «Уровень физических данных» по темам 1-го, 2-го, 3-го, 4-го и 5-го годов обучения;

- «Уровень творческого развития»;
- контрольные задания по темам:
- «Ритмический рисунок музыки в движении»,
- «Термины в классическом танце»,
- «Составление комбинаций у станка в народном характере».

Методические материалы

Дидактические игры:

- Игра «Какие предметы спрятаны в рисунке?»
- Игра «Угадай по голосу», «Цапля и лягушки», «Плетень» относящиеся к разделу «Основы музыкальной и танцевальной грамоты».
- Кроссворд «Либретто»,

Раздаточный материал:

- бланки анкет: «Что тебе нравится в танце?», «С кем тебе дружится?»,
- бланки с тестами: «Азбука танца», «О чем нам рассказывает музыка?»,
- бланки анкеты «Танцевальный батл»(для выявления лидера (старосты) в группе).

Наглядные пособия:

- Видеоматериалы;
- Специальная литература по хореографии.

Конспекты занятий по темам:

- «Классический экзерсис» с 1 по 5 год обучения,
- «Народно-сценический экзерсис» с 2 по 5 год обучения,
- «Танцевальные комбинации».

В реализации программы используются следующие технологии:

Инновационные технологии в хореографии.

С развитием компьютерных сетей Интернета возникла возможность показать в видеоматериалах лучшие достижения, уникальные свойства, неповторимые моменты, наиболее современные течения, с признанными достижениями, что способствует влиянию на становление профессиональных предпочтений и навыков, существенно расширяет кругозор и степень ознакомления с предметом. Используется в основном на третьем и четвертом году обучения в конце каждого раздела для сравнения с профессиональным исполнением движений и закрепления.

Технология проблемного обучения предполагает активную самостоятельную деятельность, прежде всего самих учащихся (импровизацию). В отличие от традиционной методики, когда учащимся сообщается «готовая» информация обучения, проблемная методика предполагает более активную мозговую и эмоциональную деятельность. Можно предложить учащемуся дополнить танцевальную композицию или сочинить ее полностью. Используется на втором, третьем и четвертом году обучения для развития творческого мышления, раскрепощения в танце, снятия зажимов. Необходимо поощрять творческую инициативу учащихся.

Игровые технологии полезны для раскрепощения учащихся, они лучше узнают друг друга, в играх происходит раскрытие эмоциональных зажимов. По своей методике игровые технологии могут быть и ролевыми, и сюжетными, имитационными: «Цапля и лягушки», «Плетень» и т.д., что в

дальнейшем помогает в освоении танцевального материала. Применяются в основном на первом и втором году обучения.

Здоровьесберегающие технологии – это система, создающая максимально возможные условия для сохранения, укрепления и развития духовного, интеллектуального, физического здоровья учащихся.

Нормативные документы:

Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 04 сентября 2014 г. № 1726-р;

Приказ Министерства просвещения РФ от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Приказ об утверждении «Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» от 03.09.2019 г.

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04 июля 2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;

Письмо Минобрнауки России от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).

Список литературы и источников, рекомендованный педагогам

1. Годар Д. Большая книга о балете. 2016г.-96 с.
2. Бриске И.Э. Народно-сценический танец и методика его преподавания. Экзерсис у палки. 2016г.-116 с.
3. Лукьянова Е. Дыхание в хореографии. 2020г.-184 с.
4. ссылка на сайт: @books_for_dancer
5. Сайты научных электронных библиотек:
Элайбрари - <https://www.elibrary.ru/defaultx.asp>
Киберленинка - <https://cyberleninka.ru/>
Books_for_dancer-
https://instagram.com/books_for_dancer?iqshid=ckx3p8y5xy4c

Список литературы, рекомендованный учащимся

1. Модестов В.С. Волшебный мир балета. 2018 г.-112 с.
2. Ожич Е. История танцев. 2017 г.-142 с.

**Список литературы,
рекомендованный родителям**

1. Портнов Г. Ну-ка, дети, встаньте в круг (танцы народов мира). – г. Санкт-Петербург: Композитор, 2013.- 260 с.
2. Зяткина Т.А., Стрепетова Л.В. Музыкальная ритмика: Планета, 2013.- 145с.
3. «Увлекательная партерная гимнастика для развития данных» (аудио сборник к видеокурсу)
4. «Растяжка в хореографии», secret-terpsihor.com.ua