

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 » 04 2026 г.
Протокол № 5

УТВЕРЖДАЮ
Директор МОУ ЦДТ
Кировского района
И.И.Ежова
« 01 » 04 2026 г.
Приказ МОУ ЦДТ № 103
от « 01 » 04 2026 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, 2026

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 целенаправленно 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 грамоты	42	15	27	
1.1	Введение. В мире танцевальных ритмов	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 искусства	62	12	50	
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»	2	-	2	Промежуточная аттестация, открытое занятие
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	Введение. Танцуем вместе	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»	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	Plie 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	Концерт
4.4	«Танцевальная мозаика»	2	-	2	Промежуточная аттестация, открытое занятие
	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	Введение. «Искусство танца»	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	Концерт
4.4	«Танцевальное ассорти»	2	-	2	Промежуточная аттестация: открытое занятие
	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	Введение. «Волшебный мир танца»	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»	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
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	Промежуточная аттестация: 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	Введение. «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»	2	1	1	Промежуточная диагностика, концерт
2.	Народный танец	34	8	26	
2.1	Разновидности поклонов в танцах разных народов	4	2	2	Тренир. упражнения, 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»	2	-	2	Промежуточная аттестация: концерт
	Итого:	144	27	117	

Содержание программы 1 года обучения

Раздел I. Основы музыкальной и танцевальной грамоты

Тема 1.1. Введение. «В мире танцевальных ритмов» .

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 скорее 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».

Практика: выполнение упражнений тестов: демонстрация базовых танцевальных элементов, этюдов на основе изученных тем. Показ казачьего танца.

Форма контроля: промежуточная аттестация, открытое занятие.

Содержание программы 2 года обучения

Раздел I. Музыкальная и танцевальная грамота

Тема 1.1. Введение. «Танцуем вместе»

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-plie по I, II, V позициям.

Теория: plie (приседание) как элемент движения классического танца. Demi-

plie (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 plie (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 выполняется 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»;
- «ручеек»;
- 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: концерт.

Тема 4.4. «Танцевальная мозаика».

Практика: выполнение практических тестов учащимися.

Форма контроля: промежуточная аттестация, открытое занятие.

Содержание программы 3 года обучения

Раздел I. Современный танец

Тема 1.1. Введение. «Искусство танца»

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». Проучивание 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: $\frac{2}{4}$, $\frac{4}{4}$.

Практика: отработка практических упражнений, комбинаций.

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 2.5. *Releve*.

Теория: подъем на высокие полупальцы на обеих ногах. Музыкальный размер: $\frac{4}{4}$, $\frac{3}{4}$. 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* $\frac{2}{4}$ и *en de dans* $\frac{2}{4}$.

Теория: *demi rjnd de gamb par terre: en de hors* $\frac{2}{4}$ и *en de dans* $\frac{2}{4}$. Музыкальный размер: $\frac{2}{4}$.

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 поочерёдно в точке на 30-45°, 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 концерта.

Форма контроля: концерт.

Тема 4.4. «Танцевальное ассорти».

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

Форма контроля: промежуточная аттестация, открытое занятие.

Содержание программы 4 года обучения

Раздел I. Танцы народов мира

Тема 1.1. Введение. «Волшебный мир танца».

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 lea 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».

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 выносом ноги на каблук через battements developpes;
- (battements fondus) с разворачиванием 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. Оработка 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-каблук», вращение за один шаг. Двойная дробь в повороте с переступаниями через «ковырялочку». Оработка практических упражнений, выполнение композиций.

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 3.4. Народный танец.

Теория: особенности постановки народного танца.

Практика: показ практических упражнений, оработка 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: оработка 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.

Форма контроля: промежуточная аттестация, тестирование.

Содержание пятого года обучения

Раздел 1.Экзерсис у станка

Тема 1.1. Введение. «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» .

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 *plié* 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 30-45°, 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 30-45°,

-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».

Теория: разбор танцевального рисунка в хореографических постановках современных танцев.

Практика: проведение диагностики во время выполнения танцевальных комбинаций и танцев.

Форма контроля: промежуточная аттестация, 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 2026-2027 учебный год

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Режим занятий
2 год обучения	01.09.2026	31.08.2027	36	72	144	2 часа 2 раза в неделю
3 год обучения	01.09.2026	31.08.2027	36	72	144	2 часа 2 раза в неделю
4 год обучения	01.09.2026	31.08.2027	36	72	144	2 часа 2 раза в неделю
Этапы образовательного процесса						
1 полугодие				17 недель		
2 полугодие				19 недель		
Промежуточная аттестация				14 декабря – 30 декабря		
				1 – 31 мая		
Зимние праздники				31 декабря – 10 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 промежуточной аттестации, где дети

демонстрируют полученные практические навыки. В конце каждого полугодия проводятся открытые учебные занятия. В конце учебного года - 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.

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.Хореографический ресурс. Все для хореографа на одном сайте <https://choreoresour.ru/?ysclid=mr09e7hqos793681985> Дата доступа: 2026
5. Балетная и танцевальная музыка <http://balletmusic.ru> Дата доступа: 2026
6. Хореографу в помощь. Обучение танцам... <http://dancehelp.ru/> Дата доступа: 2026

Список литературы, рекомендованный учащимся

- 1.Модестов В.С. Волшебный мир балета. 2018 г.-112 с.
- 2.Ожич Е. История танцев. 2017 г.-142 с.
- 3.Шарова Н. Детский танец (+DVD с видеозаписью уроков) . 2016г.-64 с.
4. Абызова Л. История хореографического искусства. Отечественный балет XX – начала XXI века, СПб.: Композитор. 2022г. – 368 с.
- 5.Агеев М. От потешек к танцу. Век информации. WEB-издательство.-стр.196, 2021г.
6. Кагарманов С.Р.,Лихачева Н.С. Шаг за шагом. Современный танец . Часть 1, рабочая тетрадь для детей, занимающихся хореографией., 2020 г.- 45 с.
7. Кагарманов С.Р.,Лихачева Н.С. Шаг за шагом. Классический танец. Часть 1, рабочая тетрадь для детей, занимающихся хореографией., 2021г.- 45 с.
8. Кагарманов С.Р.,Лихачева Н.С. Шаг за шагом. Народный танец. Часть 1, рабочая тетрадь для детей, занимающихся хореографией. 2022 г.- 45 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. Затымина Т.А., Стрепетова Л.В. Музыкальная ритмика: Планета, 2013.- 145с.
3. «Увлекательная партерная гимнастика для развития данных» (аудио сборник к видеокурсу)
4. Родительский университет. Танцы для детей, какое направление выбрать и на что обратить внимание
<https://parents.university/pedagogika/tancy-dlya-detej-kakoe-napravlenie-vybrat-i-na-cto-obratit-vnimanie/?ysclid=mr0appvixj95528167> Дата доступа: 2026
5. Азбука танца: библиотека статей о развитии детей через движение
<https://radostdance.ru/library?ysclid=mr0a7yv5ae423745077> Дата доступа: 2026