


**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Лямбирский Дом детского творчества»  
Лямбирского муниципального района Республики Мордовия**

«Рекомендовано»  
педагогическим советом  
МБУ ДО «Лямбирский ДДТ»  
Протокол № 1  
от « 30 » августа 2023г. .

«Утверждаю»  
Директор  
МБУ ДО «Лямбирский ДДТ»  
  
З.А. Подгорнова  
от « 30 » августа 2023г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа**

**«Мир танца»**

**Направленность: художественная**  
**Уровень программы: ознакомительный**  
**Возраст обучающихся: 7– 16 лет**  
**Срок реализации: 1 год**  
**Форма обучения: очная**  
**Язык обучения: русский**

Составители:  
Прокина Юлия Александровна,  
Паршенкова Яна Владимировна,  
Саулина Ольга Сергеевна,  
педагоги дополнительного образования

**Лямбировь, 2023 год**

## Содержание программы

1.Пояснительная записка программы .....	3
2.Цель и задачи программы .....	10
3.Учебный план программы.....	13
4. Содержание учебного плана программы .....	14
5.Календарный учебный график программы.....	19
6. Планирование результата освоения образовательной программы .....	22
7. Оценочные материалы программы.....	25
8. Формы, методы, приемы и педагогические технологии .....	27
9. Методическое обеспечение программы.....	30
10.Материально-техническое оснащение.....	31
11.Список литературы.....	31
Приложение 1 .....	33

## **1. Пояснительная записка программы.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мир танца» художественной направленности, рассчитана на детей с разной степенью одаренности и склонности к танцевальному искусству.

Танец – искусство многогранное, объединяющее искусство действия с музыкой, художественными образами, произведениями литературы. Достаточно уметь красиво двигаться, чувствовать музыку, легко общаться с окружающими людьми и пронести по жизни любовь к танцу. Задача педагога – развить творческие способности ребенка, осуществить дифференцированный подход к личности и гуманизацию учебного процесса, направлять усилия воспитанников на достижение поставленных целей. Здесь активно используется идея социально-педагогического взаимодействия: «родитель – воспитанник – педагог».

По виду дополнительная общеразвивающая программа «Мир танца» является модифицированной.

По форме организации – кружковая.

Уровень освоения программы – стартовый.

Нормативные основания для создания дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:

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

-Письмо Министерства образования и науки РФ от 11.12.2006 г. №06-1844 «Примерные требования к программам дополнительного образования детей»;

-Методические рекомендации Министерства образования и науки РФ по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) от 18.11.2015 г. № 09-3242;

-Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития системы дополнительного образования детей»;

-Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";

- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022г. N629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

-Приказ Министерства образования республики Мордовия от 04. 03. 2019 г. № 211 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в республике Мордовия»;

-Устав МБУ ДО «Лямбирский ДДТ».

- **Актуальность.**

Рост числа заболеваний среди школьников за последние годы стремительно набирает темпы. Наряду с экологическими, социальными и наследственными факторами формированию этих заболеваний способствует большое психоэмоциональное напряжение, связанное с условиями жизни и обучения. На современном этапе актуальной становится задача обеспечения сохранения и укрепления здоровья учащихся.

Танец - это движение, а движение - это жизнь. В нем воплощаются все действия, воспитывает волю и внимание, обостряет восприятие, эмоциональность. Танец имеет большое воспитательное значение как средство воспитания национального самосознания

Изучение танцев своего народа должно стать такой же потребностью, как и изучение родного языка, мелодий, песен, традиций, ибо в этом заключены основы национального характера, этнической самобытности, выработанные в течение многих веков.

Актуальность программы также обусловлена социальным заказом на гуманистическую направленность образования и необходимостью художественного воспитания личности ребёнка, формирования общей культуры, возможностью последующей самореализации в жизни.

**Новизна** состоит в том, что она в отличие от изученных программ данного профиля комплексная, направлена на синтез классической, народной, историко-бытовой и современной хореографии, а также включает набор интегрированных дисциплин, которые помогают учащимся адаптироваться к репетиционно - постановочной работе. Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения, что позволяет выстроить индивидуальный план развития каждого обучающегося.

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

**Отличительной особенностью данной программы** является совмещение нескольких танцевальных направлений, позволяющих осуществить комплексную хореографическую подготовку обучающихся в течение всего курса обучения. Занятия направлены не столько на профессиональное обучение танцевальному искусству, сколько на раскрепощение детей и их личностный рост. Поэтому, в отличие от существующих танцевальных программ, которые в основном строятся в рамках какого-то одного направления, этот курс дает возможность овладеть разнообразием стилей, что в значительной степени расширяет и обогащает исполнительские возможности.

**Важной отличительной особенностью программы** является то, что дети начинают выступать перед зрителями. Это развивает опыт сценической практики,

закаляет детей морально, повышает самооценку и развивает мотивацию к обучению.

**Педагогическая целесообразность** программы объясняется основными принципами, на которых основывается вся программа, это – принцип взаимосвязи обучения и развития; принцип взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей. Эстетическое воспитание помогает становлению основных качеств личности: терпению, активности, самостоятельности, трудолюбию. Программный материал нацелен на развитие ребенка, на приобщение его к здоровому образу жизни в результате разностороннего воспитания (развитие разнообразных движений, укрепление мышц; понимание детьми связи красоты движений с правильным выполнением физических упражнений и др.).

Программный материал изложен с учетом возрастных особенностей детей, их физической и психологической подготовки.

Освоение материала идет последовательно - каждая ступень обучения предполагает повторение и закрепление уже пройденного материала, но по спирали, что развивает умения и навыки, закрепляет их на более высоком уровне. В каждый период обучения материал дается по основным разделам модульно. Все разделы и модули связаны между собой и в то же время имеют конкретное содержание и задачи по формированию знаний, умений и навыков. Основная задача – научить сознательному отношению к своим движениям, увлечь, заинтересовать, побудить желание танцевать.

#### **Адресат программы.**

Программа предназначена для детей в возрасте 7 - 16 лет. Набор в объединение осуществляется по результатам просмотра. Принимаются все желающие, физически здоровые дети, имеющие склонность к танцевальной деятельности.

Программа «Мир танца» разбита на модули, каждый из которых включает в себя материал по основным разделам хореографического искусства:

- ритмика;
- партерная гимнастика;
- танцевальная азбука;
- народно-сценический танец;
- эстрадный танец;
- бальный танец

Также каждый модуль включает в себя материал, изучаемый только в данном модуле (танцевальный стиль и танец, разучиваемый в данном стиле). Модули могут меняться местами в зависимости от общего календарно тематического плана работы образовательного учреждения.

**1. «Ритмика».** Является основным предметом на первом-втором годах обучения, включает в себя развитие музыкально-ритмической выразительности, пространственной ориентации. В дальнейшем ритмическое воспитание проходит непосредственно на элементах танцевальных движений в процессе урока по хореографии.

В этот раздел включены танцевальные упражнения под музыку, которые учат чувствовать ритм и гармонично развивают тело, вводятся элементы и понятия музыкальной грамоты, те, которые встречаются в хореографии (музыкальный размер, такт, ритм и т.д.).

## **2. «Партерная гимнастика» (гимнастика, лежа на полу).**

Включает в себя упражнения на развитие физических данных ребенка, укрепление мышечного аппарата, силы, выносливости. Детями легче понимаются понятия «прямой спины», «вытянутого носка», «выворотной позиции» в горизонтальном положении.

## **3 «Танцевальная азбука».**

Данный раздел включает в себя знания по танцевальному этикету, методику исполнения движений различных видов танца, знания французской терминологии. В практическую часть входит перечень умений и навыков, упражнений, знания танцевальной лексики танцев. Вводятся элементы

экзерсиса классического танца, упражнения которого подготавливают к более сложным движениям и физической нагрузке, укрепляют мышцы. Классический танец воспитывает навык правильной осанки, гармонично развивая всё тело, раскрепощая движение.

#### **4.«Народно-сценический танец».**

Одним из основных предметов в программе является "Народно сценический танец". Материал этого раздела включает в себя несколько тем: азбука народного танца, перечень упражнений у станка и на середине зала, практические и теоретические рекомендации для обучения детей народному танцу.

К концу обучения учащиеся должны знать элементы народного танца, правила постановки корпуса, все положения рук, ног, знать и уметь отличать основные группы своего национального танца: лексику, ходы, фигуры хоровода, кадрили, "коленца" плясок и т.д., профессионально исполнять танец.

#### **5. «Эстрадный танец».**

Является основным изучаемым танцем, в последствие переплетаясь в постановках с современными направлениями. В этом стиле можно бесконечно варьировать, сочинять, учитывая возможности, особенности темперамента детей, максимально выявляя индивидуальные возможности каждого.

#### **6. «Бальный танец».**

Знакомство с характерными чертами и историей танцев различных эпох и народов, а также знакомство с элементами бальных танцев.

В танцевальном объединении дети занимаются вне зависимости от их танцевальных данных. В содержании программы заложен такой материал, который доступен для освоения любому ребенку. Впоследствии педагог уже сам осуществляет дифференцированный подход к разным обучающимся и варьирует уровень сложности элементов, давая каждому проявить свои способности.

Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения и необходимых для освоения программы – 128 часов в год.

Форма обучения – очная.



## **Объём и сроки освоения программы**

Срок реализации программы – 1 год.

Продолжительность реализации всей программы 128 часов.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа в день (1 час- 45 мин.). Во время занятий предусмотрены 10-минутные перерывы для снятия напряжения и отдыха.

Принимаются все желающие, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья. Количество детей в группе -25 чел.

## **Формы и режим занятий**

В процессе реализации программы используются различные *формы занятий*: традиционные, комбинированные и практические занятия; лекции, игры, праздники, конкурсы, соревнования и другие.

Методика предусматривает проведение занятий в различных формах: групповой, парной, индивидуальной.

*Групповые занятия*, с одной стороны, позволяют в игровой форме, при соблюдении различных игровых правил, подавать самый разнообразный материал, а с другой стороны, готовят ребенка к восприятию традиционных школьных форм подачи информации в системе «педагог- обучающийся». Игровые методики создают для детей младшего школьного возраста обстановку непринужденности, когда желание научиться чему бы то ни было возникает естественно, как бы само собой и постепенно перерастает в устойчивый познавательный интерес.

*Парное взаимодействие* способствует, с одной стороны, развитию коммуникативных навыков (умение договариваться, уступать, выслушивать другого; понятно и убедительно излагать свои пожелания и требования; совместно решать проблемы; радоваться достижениям другого ребенка и т.д.), а с другой стороны, закреплению знаний, умений и навыков, полученных при групповой форме обучения.

*Индивидуальные занятия* предусмотрены как для детей, имеющих проблемы в обучении и развитии, так и для детей, опережающих своих

сверстников. Оказание каждому ребенку эмоциональной поддержки обеспечивает ситуацию успеха, способствующую формированию устойчивой мотивации к обучению и общению в коллективе.

## **2. Цель и задачи программы.**

**Цель программы** воспитание нравственно – эстетических качеств личности средствами хореографического искусства.

Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных задач:

### **I. Обучающие:**

- Познакомить детей с многообразием культуры разных народов;

Обучить детей основам народно-сценического, бального и эстрадного танца;

- Сформировать у детей музыкально-ритмических навыков, красоты и правильности движений.

**II. Развивающие задачи** подразумевают постепенное физическое совершенствование и привитие специальных навыков: координации; ловкости; силы; выносливости; гибкости; правильной осанки, являющейся условием здорового позвоночника; музыкально-пластической выразительности; активизации специфических видов памяти (моторной, слуховой и образной):

- Сформировать у детей двигательные навыки;
- Развить чувства ритма, умение слушать музыку и отражать в движении характер;
- Развивать творческое воображение ребенка, совершенствовать навыки творческого самовыражения;
- Развивать связную речь младших школьников.

### **III. Воспитательные:**

- Воспитывать эстетический вкус (умения видеть красоту движения в танце);
- Воспитывать чувство коллективизма;
- Воспитывать навыки культурного общения в коллективе;

- Обучать воспитанников приемам самостоятельной и коллективной работы;
- Воспитывать нравственные качества детей;
- Воспитывать у детей уважение к хореографическому искусству, народным истокам, к традициям и культуре своего народа, других народов.

***Задачи в личностной области:***

- интегрировать духовно-нравственные ценности в содержание дополнительного образования;
- создать условия для формирования целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики;
- сформировать мотивацию к занятиям по изучению хореографии, стремление использовать полученные знания в процессе изучения других предметов и в жизни;
- способствовать формированию коммуникативной компетентности в процессе образовательной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- сформировать чувство личной ответственности за качество окружающей среды;
- развивать творческий потенциал путем активизации воображения и фантазии;
- развивать способность и готовность к принятию ценностей здорового образа жизни за счет знания основных гигиенических норм.

***Задачи в мета предметной области:***

- способствовать формированию адекватной самооценки, самостоятельному и осознанному определению жизненных и профессиональных планов;
- ориентироваться в системе познавательных ценностей;

- выбирать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках по отношению к окружающему миру.

***Задачи в предметной области:***

- организовать образовательный процесс, способствующий формированию осознанного восприятия целостности окружающего мира, освоения основ хореографической грамотности, элементарных правил нравственного поведения в окружающем мире и мире людей, норм здоровьесберегающего поведения в природной и социальной среде;
- развивать навыки устанавливать и выявлять причинно-следственные связи в окружающем мире, умений, заложенных в содержание программы;
- сформировать умения формализации и структурирования информации, умения выбирать способ представления данных в соответствии с поставленной задачей с использованием соответствующих программных средств для их обработки;
- сформировать знания о значении танца в жизни человека.

### 3. Учебный план программы

№ п/п	Наименование разделов	Всего кол-во часов	Теория	Прак т.	Форма аттестации, контроля
1.	Организационное занятие. Техника безопасности на занятиях	1	1	-	опрос
2.	Ритмика. Формировани е музыкально - ритмический данных	12	2	10	выполнение творческих заданий
3.	Партерная гимнастика. Портерный экзерсис (гимнастика)	10	2	8	выполнение творческих заданий
4.	Танцевальная азбука. Основы классического танца	25	5	20	выполнение творческих заданий
5.	Народно-сценический танец. Основы народно – сценического танца	25	5	20	творческие и отчетные концерты
6.	Эстрадный танец	45	5	40	выполнение творческих заданий, участие в конкурсах

7.	Бальный танец	10		10	выполнение творческих заданий
<b>Всего</b>		<b>128</b>	<b>20</b>	<b>108</b>	

#### 4. Содержание учебного плана программ.

##### Раздел 1 «Введение в программу.»

**Теория:** Знакомство с искусством хореографии. Беседа с детьми о целях и задачах, о содержании и форме занятий в объединении. План работы на год. Внешний вид и форма одежды для занятий. Инструкция по технике безопасности и противопожарной безопасности.

**Практика:** Эвакуация при чрезвычайных ситуациях.

##### Раздел 2 «Ритмика».

**Теория:** Изучение элементов музыкальной грамоты. 3 кита в музыке (песня, танец, марш). Понятие о характере музыки (веселая, спокойная, грустная). Темп (быстрый, медленный, умеренный).

**Практика:** Проверка музыкального слуха. Музыкально-ритмические игры (слушание музыки, хлопки). Развитие эмоциональной выразительности (образные упражнения).

##### Раздел 3 «Партерная гимнастика».

**Теория:** Устное теоретическое объяснение всех упражнений.

**Практика:** Каждое занятие по учебному предмету «Партерная гимнастика» включает разминку, комплексы упражнений на полу и релаксацию, которые связаны между собой. Партерный экзерсис позволяет достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц:

1. Упражнения, укрепляющие мышцы спины:

«День - ночь»; «Змейка»; «Рыбка».

2.Упражнения, развивающие подъем стопы: вытягивание и сокращение стопы; круговые движения стопой.

3.Упражнения, развивающие гибкость позвоночника «лодочка»; «складочка», «колечко».

4.Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса: «ступеньки»;

Упражнения, развивающие подвижность тазобедренного сустава:

«Неваляшка»; «Passe' с разворотом колена».

6.Упражнения, развивающие выворотность ног: «Звездочка»; «Лягушка».

7.Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие танцевального шага:

«Боковая растяжка»; «Растяжка с наклоном вперед»; «Часы».

Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов.

#### **Раздел 4 «Танцевальная азбука».**

**Теория:** Теоретическая основа всех танцевальных элементов. Понятия «мелодия», «поза», «движение».

**Практика:** Постановка корпуса; позиции ног; позиции рук; поклон.

Ориентационно-пространственные упражнения:

1. Изучение одно плановых рисунков и фигур: линейно-плоскостных (шеренга горизонтальная, колонна); объёмных (круг; «цепочка»);

2. Изучение приёмов перестроения из одно плановых рисунков и фигур в одно плановые: из линейных в линейные; из шеренги горизонтальной в колонну; из колонны в шеренгу горизонтальную. из\_объемных\_объёмные; сужение и расширение круга; из круга в «цепочку»; из объёмны линейные и наоборот; из круга в горизонтальную шеренгу; из круга в горизонтальную колонну; из горизонтальной шеренги в круг; из колонны горизонтальной в «цепочку».

Разучивание танцевальных элементов (танцевальные шаги, бег, прыжки, подскоки, притопы, хлопки, галоп, пружинка). Изучение различного вида шагов с руками, находящимися в 4 позиции:

- танцевальный шаг с носка;

- маршевый шаг на месте;
- шаги на полупальцах;
- легкий бег с поджатыми ногами;

прыжки с вытянутыми ногами; прыжки с поджатыми ногами; подскоки на месте и с продвижением.

#### Начальные элементы экзерсиса:

Demi plie и Grand plie по 1, 2, 6 позициям (лицом к станку);

Battement tandu jete pique;

Rond de jambe; Grand battement jete.

### **Раздел 5 «Народно-сценический танец».**

**Теория:** включает в себя изучение элементов у станка, которые затем можно перенести на середину зала, а также более сложные танцевальные композиции, изучаются элементы русского и украинского танцев. Сюжеты и темы некоторых танцев. Особенности народных движений. Характерные положения рук в сольном, групповом танце, в хороводах, рисунки хороводов.

#### **Практика:**

##### Упражнения у станка:

1. Подготовка к началу движения (preparation).
2. Позиции рук (1-7).
3. Позиции ног (1-6) – выворотная, обратная, параллельная.
4. Маленькие броски по 1-й и 3-й позиции «крестом», с полуприседанием на опорной ноге.
5. Приседания по 1, 2, 6, полуприседание, полное приседание.
6. Упражнения с ненапряженной спиной из 1-й позиции на каблук.
7. Выведение ноги на каблук по 1-й и 3-й открытым позициям «крестом» (вперед, в сторону, назад, в сторону).



8. Каблучное (1, 2, 3 виды), с одним ударом в 3 позиции, с двойным ударом в 3 позиции.
9. Подготовка к веревочке, скольжение работающей ноги по опоре.
10. Flic-flac – подготовка к чечетке мазки подушечкой стопы по полу от себя и к себе (в прямом положении вперед одной ногой, двумя ногами поочередно).
11. Большие броски.
12. Перегибы корпуса растяжка, стоя лицом к станку.

#### Элементы русского народного танца:

- Раскрытие и закрытие рук: одной руки, двух рук, поочередное раскрытие рук, переводы рук в различных положениях;
- Поклоны: на месте без рук и с руками, наклон с продвижением вперед, с отходом назад;
- Притопы: одинарные, тройные;
- Простой (бытовой) шаг: вперед с каблука, с носка; простой русский шаг через полупальцы на всю стопу, с притопом и с продвижением вперед и назад; боковой шаг на всей стопе и на полупальцах по прямой позиции; переменный шаг вперед;

#### Подготовка к веревочке;

- Припадание на месте, с продвижением в сторону;
- Боковые перескоки с ноги на ногу по 3-1 свободной позиции, по 1-й прямой позиции;
- Перескоки с ноги на ногу на всю стопу (подготовка к дробям);
- «Ковырялочка» с двойным притопом;
- Хлопки и хлопучки одинарные, двойные, тройные (фиксирующие удары и скользящие); в ладоши, по бедру, по голенищу сапога;
- Присядки:

а) подготовка к присядке (плавное не резкое опускание вниз) по 1-й прямой и сводной позициям;

- б) покачивание на приседание по 1-й прямой и сводной позициям;
- в) присядки на двух ногах по 1-й прямой позиции с вынесением ноги на каблук вперед и в сторону.

## **Раздел 6 «Эстрадный танец».**

**Теория:** Теоретическое содержание танцевальных упражнений и движений.

**Практика:** Разучивание хореографических композиций (исполнение отдельных фигур, элементов, отработка и соединение в рисунок) детского эстрадного танца.

## **Раздел 7. «Бальный танец».**

**Теория:** Краткое содержание танцевальных упражнений.

**Практика:** Разучивание хореографических композиций (исполнение отдельных фигур, элементов, отработка и соединение в рисунок) танцев «Полонез», «Кадриль», «Вальс», «Полька», «Менуэт».

Работа над техникой исполнения и стилем.

## 5. Календарный учебный график программы

№	Тема занятия	Кол. часо в	Форма занятия	Дата		Форма контроля
				План .	Факт .	
1.	Организационное занятие. Техника безопасности на занятиях.	1	беседа			опрос
<b>2</b>	Формирование музыкально - ритмический данных	<b>12</b>				
1.	Что такое – хореография?!	2	беседа			
2.	Музыкальная грамота.	5	Практическое занятие			
3	Музыкальные игры, на развитие чувства ритма и слуха.	5	Практическое занятие			выполнение творческих заданий
<b>3.</b>	Портерный экзерсис (гимнастика)	<b>10</b>				
1	Организационное занятие.	2	беседа			
2	Упражнения для улучшения осанки и гибкости	4	Практическое занятие			

	позвоночника.					
3	Упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра. Развитие танцевального шага.	4	Практическое занятие			выполнение творческих заданий
<b>4.</b>	<b>Танцевальная азбука. Основы классического танца</b>	<b>25</b>				
1	Классический танец – основа основ хореографического искусства.	2	беседа			
2	Балетная терминология	3	Беседа. Практическое занятие			
3	Постановка корпуса	5	Практическое занятие			
4	Положение рук и позиции ног в классическом танце	5	Практическое занятие			
5	Экзерсис у станка	5	Практическое занятие			
6	Экзерсис на	5	Практическое			выполне

	середине зала		ое занятие			ние творческ их заданий
<b>5.</b>	<b>Народно-сценический танец. Основы народно – сценического танца</b>	<b>35</b>				
1	Народный танец. Зарождение, истоки, скоморохи и площадное действие.	2	беседа			
2.	Особенности движений народных танцев	33	Практическ ое занятие			выполнение творческих заданий
<b>6</b>	<b>Бальный танец Постановочная работа</b>	<b>85</b>				
1	Разучивание сценических хореографических постановок.	45	Занятие-постановка			
2	Работа на сцене.	40	Практическ ое занятие			выполнение творческих заданий
<b>7</b>	<b>Бальный танец. Концертно-исполнительская деятельность</b>	<b>10</b>				

1.	Репетиции.	10	Занятие- постановка			
2	Выступления, концерты.		занятия – концерт			творческие и отчетные концерты
	<b>ИТОГО:</b>	<b>128</b>				

## 6. Планирование результата освоения образовательной программы

Данная программа ориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привития начальных навыков в искусстве танца.

### Ожидаемые результаты

В задачу обучения входит знакомство с позициями ног, рук, положением головы, корпуса во время исполнения простейших элементов, развитие элементарных навыков координации движений. Знакомство с простыми упражнениями у станка. На середине зала изучаются элементы и небольшие комбинации русского народного, эстрадных танцев. Развитие навыков координации движений и музыкального слуха.

#### Знать:

- правила поведения на занятиях;
- правила постановки корпуса;
- позиции рук, ног, головы в танце.

#### Уметь:

- распознавать характер музыки;
- сохранять правильную осанку;
- выполнять простейшие танцевальные шаги;
- ориентироваться в пространстве;

- передвигаться по определенной площадке и в определенном рисунке, запоминая изменения рисунка;
- переходить из одного движения в другое;
- различать музыкальные темпы, соединяя их с элементами упражнений; справляться с несложными танцевальными комбинациями.

### **Иметь навыки:**

- чувства ритма, уметь отражать в движениях характер музыки; -легкого шага с носка на пятку; -выполнения партерной гимнастики.

Также к ожидаемым результатам нужно отнести созданные хореографические сюжетные народно-сценические, балльные, эстрадные композиции.

Выступление и участие в мероприятиях, концертах, конкурсах, фестивалях.

### **1. Коллективно-порядковые навыки и умения:**

- принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- организованно строиться (быстро, точно), сохранять правильные дистанции в колонке парами;
- самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковому и музыкальному сигналам;
- наблюдать темп движений, обращая внимание на музыку;
- ходить вдоль стен с четкими поворотами в углах зала;
- строиться в колонну «по два»;
- перестраиваться из колонны парами в колонну «по одному»; строиться в круг из шеренги и из движения в рассыпную.

### **2. Музыкально-ритмические навыки и умения:**

- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями;

- отмечать в движении сильную долю такта;
- реагировать сменой движений на смену характера музыки; самостоятельно ускорять и замедлять темп разнообразных движений;
- самостоятельно отмечать в движении метр, ритмический рисунок, акцент;
- реагировать на темповые и динамические изменения в музыке.

### **3. Навыки и умения выразительного движения:**

- легко, естественно и непринужденно выполнять шаг польки, переменный шаг, высокий шаг, пружинящий шаг, боковой галоп, подскоки с ноги на ногу, легкие подскоки, переменные притопы, прыжки с выбрасыванием ноги вперед и все плясовые движения;
- ритмично двигаться в соответствии с различным характером и динамикой музыки;
- самостоятельно менять движения в соответствии с трехчастной формой музыкального произведения и музыкальными фразами;
- выполнять танцевальные движения: поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке, полуприседание с выставлением ноги на пятку, шаг на всей ступне на месте, с продвижением вперед и в кружении;
- выразительно передавать игровые образы в инсценировании песен;
- самостоятельно инсценировать содержание песен, хороводов, действовать, не подражая друг другу;
- самостоятельно искать способы передачи в движении музыкального образа; • выполнять элементы классического, народно-сценического, эстрадного, историко-бытового и бального уроков;
- приветствовать учителя и друг друга («Поклон – приветствие»), приглашать на танец («Поклон – приглашение»).



По итогам обучения у учащихся должны сформироваться универсальные учебные действия.

### **7. Оценочные материалы программы.**

Аттестация обучающихся проводится согласно Положения о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся в МБУ ДО «Лямбирский ДДТ» и осуществляется в следующих формах: опрос, практическое задание, творческое задание.

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

В основе текущего и промежуточного контроля лежит десятибалльная система оценки успеваемости.

Баллы текущего и промежуточного контроля вносятся в общую ведомость.

Таблица перевода баллов.

Баллы-	Оценки
10	5
9	5-
8	4+
7	4
6	4-
5	3+
4	3
3	3-
2	2+
1	2

Уровни владения навыками приводятся в соответствие с баллами по специальной шкале

- полностью освоивших программу дополнительного образования - высокий уровень (9-10 баллов);

- освоивших программу не в полном объеме - средний уровень (5-7 баллов);
- освоивших программу в минимальном объеме - низкий уровень ниже среднего (0-4 балла).

Механизм выявления результатов реализации программы.

Виды контроля:

1. Начальный (или входной) мониторинг - проводится с целью определения уровня развития детей.
2. Текущий контроль – с целью определения степени усвоения обучающимися учебного материала.
3. Промежуточная аттестация – определяет успешность развития учащегося и уровень усвоения им программы на определенном этапе обучения.
4. Итоговая аттестация – проводится по окончании изучения программы «Мир танца». Вводное занятие включает в себя начальную диагностику и введение в программу, итоговое занятие - итоговую диагностику и отчётный концерт.

В конце учебного года проводится итоговая аттестация на основании локального акта МБУ ДО «Лямбирский ДДТ».

Промежуточная аттестация - форма оценки степени и уровня освоения детьми дополнительной общеразвивающей программы данного года обучения.

### **Способы определения результативности:**

1. Педнаблюдения.
2. Педагогический анализ.
3. После изучения каждой темы на практических занятиях показать, какие приобрели навыки танцевальной деятельности на середине зала.
4. Контрольные упражнения у станка.
5. Танцевальные композиции.
6. Умение создать сценический образ.
7. Постановка законченного танца.

## 8. Участие в мероприятиях, конкурсах, концертах.

Подведение итогов по результатам освоения материала каждого модуля данной программы может проходить также в форме отчетных итоговых концертов, конкурсов, итоговых занятий.

### **8. Формы, методы, приемы и педагогические технологии.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мир танца» художественной направленности, т.е. творческого направления.

Решение задач, выдвигаемых данной программой, требует особого подхода к каждой группе детей: отличается психология и физиология детей; различаются также физические способности учащихся, поэтому программой предусмотрены следующие **формы организации деятельности воспитанников на занятии**: фронтальная; групповая; репетиционные (постановочные).

*Групповые занятия* включают в себя теоретическую и практическую части, которые связаны между собой.

Теоретическая часть включает в себя рассказ, беседу, показ и демонстрацию движений, упражнений, изучаемых элементов танца; просмотр видеоматериалов, изучение этнографических материалов (костюм, образ жизни, обычаи).

На практических занятиях отрабатываются координация движений, ориентация в пространстве, чувство ритма, гибкость, выносливость, навыки выполнения хореографических движений, технических способов исполнения комбинаций, активное включение в творческий процесс (выполнение этюдов и предлагаемых импровизаций).

*Репетиционные (постановочные) часы* необходимы для осуществления постановочной работы со всем коллективом и участия в различных концертах.

**Группы форм организации образования:**

- По дидактической цели – вводное занятие; обучающее занятие; занятие по углублению знаний; практическое занятие; занятие по систематизации и обобщению знаний; по контролю знаний, умений, навыков; комбинированные занятия.
- По особенностям коммуникативного взаимодействия педагога и детей – коллективно-творческое занятие, индивидуальное занятие, беседы, лекция, семинар, практикум, экскурсия, мастерская, конкурс, фестиваль, отчетный концерт, открытое занятие, «мозговой штурм», акция, защита проектов, мастеркласс, посиделки, поход, праздник, презентация, соревнование, спектакль, студия, творческая мастерская, тренинг, турнир, фабрика, фестиваль, шоу, экскурсия, экзамен, экспедиция, эксперимент, эстафета, ярмарка;

Основной формой организации образовательного процесса является групповое занятие. Структура занятий включает в себя три основные части: подготовительную, основную, заключительную.

**Формы занятий:** традиционное занятие; комбинированное занятие; праздник, конкурс, репетиция; концерт.

### **Методы обучения**

В ходе обучения хореографии применяются следующие методы обучения: использования слов, наглядного восприятия и практические методы.

**Метод использования слова** — универсальный метод обучения. С его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др.

Это определяет разнообразие методических приёмов использования слова в обучении: рассказ; беседа; обсуждение; объяснение; словесное сопровождение движений под музыку и т.д.; аналитический (сравнения и обобщения, развитие логического мышления).

**Методы наглядного восприятия** - способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися программы курса обучения, повышения интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести: наглядная демонстрация формируемых навыков - личный показ педагога, наблюдение, контраст, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

**Практические методы** (репродуктивный, частично-поисковый, тренинг) - основаны на активной деятельности самих учащихся. Это:

- **Метод целостного освоения упражнений и движений** объясняется относительной доступностью упражнений. Однако использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее. В эту базу входят двигательные элементы и связки, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные движения.
- **Ступенчатый метод** широко используется для освоения самых разных упражнений и танцевальных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения движения, улучшения выразительности движения и т.п. Этот метод может также применяться при изучении сложных движений.
- **Игровой метод** используется при проведении музыкально — ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и
- повышении ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения.

**Эмоциональный метод** - подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений.

## **9.Методическое обеспечение программы.**

### **1.Материально - технические.**

### **2.Психолого – педагогические.**

**Для проведения занятий по хореографии необходима следующая материально-техническая база:**

- Учебный класс для занятий – хорошо проветриваемое и освещенное помещение;
- Наличие оборудования для зала (зеркала, станки, шкафы и стеллажи для хранения дидактических пособий и учебных материалов, столы, стулья, скамейки, коврики, мультимедийная система);
- Наличие у детей специальной формы и обуви для танцев;
- Комнаты для переодевания мальчиков и девочек;
- Комната для хранения сценических танцевальных костюмов реквизита и сценической обуви;
- Информационное обеспечение: списки рекомендуемых учебных изданий, дополнительной литературы.

Основные источники: учебные пособия, учебно-методическая литература, наглядные пособия.

Дополнительные источники: справочно-библиографические и периодические издания, поисковые системы, сайты интернета, сайты издательств.

**Психолого – педагогические условия реализации программы** для осуществления данной программы педагог должен иметь:

- специальное хореографическое и педагогическое образование;
- стаж работы с детьми;
- иметь опыт работы по различным направлениям хореографического искусства;
- педагог должен быть психологом, внимательно относиться к

индивидуальности каждого ребёнка, должен быть гибким в плане построения занятия;

- необходим тесный контакт с родителями;
- педагог должен быть требовательным, добиваться от детей грамотного профессионального исполнения любых движений, различных па. Благодаря этому, артисты чувствуют себя уверенно на публичных выступлениях и могут эмоционально раскрыть характер той или иной постановки;
- педагог должен чувствовать настроение детей, их устремления, желания и возможности, в то же время, сам должен быть творческой, высоко духовной личностью, иметь широкий кругозор, идти в ногу со временем.

#### **10. Материально-техническое оснащение программы**

Музыкальное сопровождение - технические средства обучения: звуко-техническое и видеооборудование (компьютер, музыкальный центр, микрофоны, пульт, DVD диски, USB носители, диски с записями);

#### **11. Список литературы**

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии». – Москва, Ральф, 2001
2. Барышникова Т. «Азбука хореографии». – Санкт-Петербург, 1996
3. Бекина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение -М., 2002
4. Богданов Г. Урок русского народного танца. – Москва, 1995
5. Ваганова А.Я. «Основы классического танца». – Ленинград, Искусство, 1980
6. Васильева Т. Секрет танца. – СПб., 1977 г.
7. Горский Б.А. Технология разработки авторской программы дополнительного образования детей. // Дополнительное образование – 2003 - №1.

8. Гусев Г.П. «Методика преподавания народного танца – Танцевальные движения и комбинации на середине зала», – М: Владос, 2004.
9. Джозеф С. Хавилер. Тело танцора, медицинский взгляд на танцы и тренировки. Изд. «Новое слово» - 2004.
10. Захаров В.М. Танцы народов мира. – М., 2001.
11. Ивановский Н.П. Бальный танец. – Калининград, 2004.
12. Кулагина И.Е. «Художественное движение» Программы дополнительного образования Министерства образования Высшей школы РФ, 2005.
13. Мур А. Бальные танцы – М., 2004.
14. Мур А. Начальный курс танца – М., 2002.
15. Передреева О.Б. Что такое программа дополнительного образования нового поколения. // Дополнительное образование. – 2003. – №3.
16. Полятков С. Основы современного танца. – Ростов-на-Дону, 2005
17. Роот З. Танцы с нотами – М., 2006.
18. Санитарно-эпидемиологические требования к образовательным учреждениям. СанПиН:2003.
19. Сивкова М.Г. Дополнительная образовательная программа: структура, содержание, технология разработки (методические рекомендации) – Сивтьевка, 2004.



**Голоссарий**

Адажио (итал.) — медленно, спокойно. Обозначение медленного темпа.

Аллегро (итал.) — веселый, радостный. Быстрый, оживленный музыкальный темп.

Антраша (франц.) — скрещенный. Прыжок, во время которого ноги несколько раз разводятся и быстро скрещиваются.

Антре (франц.) — Танцевальный выход на сцену одного или нескольких исполнителей.

Апломб (франц.) — равновесие, самоуверенность. Умение сохранять в равновесии все части тела.

Арабеск (франц.) — Одна из основных поз классического танца — поднятая назад нога с вытянутым коленом.

Аттитюд (франц.) — поза - согнутое колено поднятой и отведенной назад ноги.

Батман (франц.) — размах, биение. Группа движений работающей ноги.

Батман дэвэллоппэ – раскрытие ноги на 90 градусов.

Батман фондю – мягкое тающее движение.

Батман тандю – отведение и приведение прямой ноги.

Бурре, па-де-бурре (франц.) — набивать. Мелкие танцевальные шаги.

Выворотность – раскрытие ног в тазобедренном и голеностопном суставах. Гранд (франц.) — большой. Обозначает максимально выраженную сущность движения.

Глиссад – скользящий по полу прыжок.

Деми (франц.) — полу-, наполовину. Этот термин указывает на исполнение только половины движения.

Дубль (франц.). — двойной. Термин указывает на двойное исполнение па.

Жете (франц.) — бросать, кидать. Термин относится к движениям, исполняемым броском ноги.

Круазе (франц.) — скрещенный. Одно из основных положений классического танца, в котором линии скрещиваются.

Пар терр (франц.) — на земле. Термин, указывающий на то, что движение выполняется на полу.

Па-де-баск (франц.) — шаг баска. Вид прыжка с одной ноги на другую.

Па-де-ша (франц.) — шаг кошки. Прыжковое движение, имитирующее легкий, грациозный прыжок кошки.

Па-де-сизо (франц.) — «ножницы». Прыжок с одной ноги на другую, во время которого обе вытянутые ноги поочередно забрасываются высоко вперед, на мгновение соединяются в воздухе, а затем одна из них резко проводится назад. Па-де-де (франц.) — танец вдвоем. Пожалуй, самый известный сложный парный танец, состоящий из антре, адажио, вариации танцовщика, вариации танцовщицы и коды.

Па-де-труа (франц.) — танец втроем. Одна из разновидностей классического танца, в котором участвуют три исполнителя.

Па марше (франц.) — ходить. Танцевальный шаг, при котором, в отличие от естественного шага, нога становится на пол с вытянутого носка, а не с пятки. Пассе (франц.) — проходить. Путь работающей ноги при переходе из одной позы в другую, связующее движение.

Пор-де-бра – упражнения для рук, корпуса, головы.

Пти (франц.) — маленький. Термин, применяемый для обозначения малых движений.

Пируэт (франц.) — юла. Один оборот вокруг своей оси танцовщика, стоящего на одной ноге. Два или три оборота — это соответственно два или три пируэта и т.д. В женском же танце все виды вращений носят название «тур».

Плие (франц.) — сгибать. Приседание на двух или одной ноге. Гранд плие — глубокое приседание до предела, с отрывом пятки от пола; деми плие — маленькое приседание, не отрывая пяток от пола.

Препарасьон (франц.) — приготовление. Подготовительные движения для исполнения пируэтов, прыжков и других сложных па.

Релеве (франц.) — поднимать. Подъем на полупальцы или пальцы.

Ронд-де-жамб-партэр (ан-лер) – круг ногой по полу (в воздухе).

Сотэ – прыжок на месте по позициям.

Сюиви (франц.) — последовательный, связный. Па де бурре сюиви — непрерывные мелкие переступания с ноги на ногу на пальцах, которые способствуют плавному передвижению по сцене.

Сюр ле-ку-дэ-пье – положение одной ноги на щиколоке другой.

Тур (франц.) — оборот, поворот. Поворот тела вокруг вертикальной оси на 360 градусов. Имеется множество разновидностей. В женском танце тур — то же самое, что у мужчин пируэт.

Тур шэнэ – быстрые связующие повороты один за другим.

Фуэте (франц.) — хлестать. Термин обозначает ряд танцевальных па, напоминающих движения хлыста, крутящегося или резко распрямляющегося в воздухе.

Шассе (франц.) — охотиться, гнаться. Прыжок с продвижением, при исполнении которого одна нога как бы догоняет другую.

Экарте (франц.) — раздвигать. Поза классического танца, в которой тело танцовщика развернуто по диагонали, а нога поднята в сторону.

Элевация (франц.) — подъем, возвышение. Природная способность танцовщика исполнять высокие прыжки с перемещением в пространстве (пролетом) и фиксацией в воздухе той или иной позы.

Эффасе (франц.) — сглаживать. Одно из основных положений в классическом танце.

Определяется раскрытым, развернутым характером позы, движения

### **Позиции ног в классическом танце.**

Первая позиция – По-другому ее еще называют «пятки вместе, носки врозь». Ноги располагаются на одной линии, центр тяжести распределяется по всей стопе равномерно.

Очень устойчивая позиция, при которой носки должны быть максимально вывернуты наружу, в идеале – находиться с пяткой на одной линии.

Вторая позиция – Для того, чтобы встать во вторую позицию, нужно поставить ноги на ширину своей ступни, а затем вывернуть их так, как в первой позиции. То есть носки врозь и на одной линии с пятками. Главное здесь: следить за тем, что вес тела был равномерно распределен между двумя ногами, иначе позиция будет неустойчивой.

Третья позиция – Техника выполнения третьей позиции: ноги, как и всегда, прямые. Пятка правой стопы приставляется к середине левой, либо наоборот, носки при этом смотрят в стороны.

Четвёртая позиция – Выставляется правая нога перед левой на расстояние стопы. Затем обе ноги разворачиваются носками наружу так, чтобы они стали параллельны пяткам.

Пятая позиция – Нужно плотно прижать правую и левую ступни, носки которых направлены в разные стороны. То есть пятка одной ноги смыкается с носком другой. В эту позу легче всего перейти из третьей. Нельзя забывать о распределении веса и сохранении устойчивого положения. В позиции нужно стоять свободно, так как она является только началом танцевального движения. **Позиции рук в классическом танце.**

Подготовительная позиция – руки опущены, но перед собой создают плавный овал.

Пальцы рук не соприкасаются с друг другом. Большой палец спрятан в ладонь.

Первая позиция – руки на уровне рёбер, перед собой, создают чуть вытянутый круг.

Пальцы рук не соприкасаются.

Вторая позиция – руки на уровне рёбер, разведены чуть в стороны. Руки образуют покатые склоны.

Третья позиция – руки наверху, но так что бы вы их видели. Плечи опущены, руки создают овал. Пальцы рук не соприкасаются. Большой палец спрятан в ладони.

### **В народном танце используется:**

#### **1. 5 выворотных положений классического танца - I, II, III, IV, V.**

I      прямая (VI)- обе ноги поставлены рядом и соприкасаются внутренними сторонами стоп.

II     - обе ноги поставлены параллельно на расстоянии стопы друг от друга. III - обе ноги поставлены рядом и соприкасаются внутренними сторонами стоп; каблук одной ноги находится у середины стопы другой.

IV    - обе ноги поставлены на одной прямой линии друг перед другом на расстоянии стопы.

V     - обе ноги поставлены по одной линии друг перед другом; каблук одной ноги соприкасается с носком другой.

#### **3. 5 свободных.**

Во всех 5 свободных позициях ноги поставлены так, что стопы находятся в направлении между соответствующими открытыми прямыми позициями.

#### **4. 2 закрытые.**

I      - обе ноги повернуты внутрь и поставлены носками вместе; каблуки разведены в сторону.

II     - обе ноги повернуты внутрь и поставлены друг от друга на расстоянии стопы между носками; каблуки разведены в стороны. Во всех перечисленных позициях тяжесть корпуса распределена равномерно на обе ноги, ноги в коленях вытянуты.

### **Позиции и положения рук.**

## 1. 7 позиций:

I, II, III позиции аналогичны I, II, III позициям рук классического танца.

IV - руки согнуты в локтях, кисти лежат на талии; большой палец сзади, 4 других, собраны вместе, спереди. Плечи и локти направлены в стороны по одной прямой линии.

V - обе руки скрещены на уровне груди, но не прикасаются к корпусу. Пальцы, собраны вместе, лежат сверху плеча разноименной руки, чуть выше локтя. VI - обе руки согнуты в локтях, которые слегка приподняты и направлены в сторону. Указательные и средние пальцы прикасаются к затылку.

VII - обе руки согнуты в локтях и заложены за спину на талию. Запястье одной руки лежит на запястье другой; ладони повернуты вверх.

## 2. Подготовительное и 2 основных положения.

Подготовительное положение - обе руки свободно опущены вдоль корпуса, кисти свободны и повернуты ладонью к корпусу.

Первое положение - обе руки, округлые в локтях, раскрыты в стороны на высоте между подготовительным положением и второй позиции: кисти находятся на уровне талии; пальцы свободно собраны и открыты, ладони слегка повернуты вверх.

Второе положение - обе руки округлены в локтях, раскрыты в стороны на высоте между III и II позициями; пальцы свободно собраны и открыты, ладони слегка повернуты вверх. В первом и втором положении возможен перевод рук вперед и назад. Уровень рук при этом не изменяется.