

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Гимназия №1»

Принята на заседании

научно-методического совета

Протокол № 1 от 30.08.2021 года



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА**

**«Родничок»**

**Направленность: художественная**

**Уровень программы: базовый**

**Возраст обучающихся: 8-11 лет**

**Срок реализации: 3 года**

**Автор-составитель:**

**Мещерякова Т.В.,  
педагог дополнительного  
образования**

г. Усолье-Сибирское, 2021

## **Содержание программы**

### **1 Раздел. Комплекс основных характеристик программы**

- 1.1 Пояснительная записка
- 1.2 Цель, задачи программы
- 1.3 Содержание программы. Учебный план
- 1.4 Содержание учебно-тематического плана
- 1.5 Планируемые результаты освоения программы

### **2 Раздел. Комплекс организационно-педагогических условий**

- 2.1 Календарный учебный график
- 2.2 Условия реализации программы
- 2.3 Формы аттестации
- 2.4 Методические материалы
- 2.5 Список литературы

### **3 Раздел**

- 1. Комплекс основных характеристик программы

#### **1.1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеразвивающая программа «Родничок» (базовый уровень) разработана с учетом требований Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (глава 10, статья 75), «Конвенции о правах ребёнка», в соответствии с Концепцией развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 №1726-р), Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным программам, утвержденным приказом Минобрнауки России (от 09.11.2018 № 196), Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, (включая разноуровневые программы) Минобрнауки России от 18 ноября 2015 года № 09- 3242, Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.4.3172-14, методических рекомендаций по разработке и оформлению дополнительных общеразвивающих программ в организациях, осуществляющих образовательную деятельность в Иркутской области от 2016 года, положением «О порядке разработки и реализации дополнительной общеразвивающей программы МБОУ «Гимназии №1», Уставом Учреждения. Дополнительная общеразвивающая программа «Родничок» носит художественную направленность, имеет базовый уровень, способствует

раскрытию творческого потенциала учащихся и накоплению теоретических знаний и практических навыков в области хореографии. Программа является завершённым курсом в системе обучения в хореографическом коллективе «Родничок» и, вместе с тем, обучение по данной образовательной программе является основанием для перевода, обучающегося на следующую ступень творческого развития по программе «Родничок» (продвинутый уровень).

**Педагогическая целесообразность** программы обусловлена важностью художественного образования детей школьного возраста, необходимостью использования познавательных и воспитательных возможностей хореографических занятий для формирования у них творческих способностей, эстетического вкуса, интереса к музыкальному и танцевальному творчеству, нравственности. Её реализация направлена на приобщение учащихся к физической активности и здоровому образу жизни, усилению эмоциональной отзывчивости и творческой мобильности благодаря системному, последовательно выстроенному учебному процессу и активной концертной деятельности.

**Актуальность** программы заключается в том, что на современном этапе развития общества она отвечает запросам учащихся и родителей: формирует социально значимые компетенции, оказывает комплексное обучающее, развивающее, воспитательное и здоровьесберегающее воздействие, способствует формированию эстетических и нравственных качеств личности, приобщает их к творчеству; способствует созданию необходимых условий для личностного развития, позитивной социализации; помогает в выявлении, развитии и поддержке талантливых учащихся.

**Отличительная особенность** данной программы состоит в том, что она направлена на синтез классического, детского и русского народного танца, а также включает ряд дополнительных дисциплин, которые помогают учащимся адаптироваться к постановочной, репетиционной и концертной деятельности. Постановочная работа в коллективе строится на основе детского, русского народного танца и его стилизации.

**Новизна** заключается в структуре и содержании программы, которая является связующим звеном непрерывного и преемственного образовательного процесса в коллективе «Родничок» по уровням обучения, где каждому уровню соответствуют свои основные цели и задачи. Общеобразовательная программа «Родничок» (базовый уровень) — это следующая ступень после ознакомительного уровня, которая является основной, базовой ступенью для освоения теоретического и практического материала всего образовательного и творческого процесса в коллективе. Её содержание нацелено на активизацию познавательной деятельности

учащихся с учетом их возрастных особенностей, индивидуальных потребностей.

Преимственность программы базируется на сохранении и последовательном обогащении тематики программы от уровня к уровню обучения, при переходе совершенствуются знания и умения, полученные ранее. Учащиеся переводятся на базовый уровень по программе «Родничок» после освоения ознакомительного уровня программного материала.

Программа является завершенным курсом в системе обучения в хореографическом коллективе «Родничок» и вместе с тем, обучение по данной образовательной программе является основанием для перевода, обучающегося на следующую ступень творческого развития по программе «Родничок» (продвинутый уровень). Таким образом, обучающиеся имеют возможность получения непрерывного и полноценного обучения занятиям хореографии. Кроме того, новизной общеразвивающей программы «Душой исполненный полет» базового уровня является наличие в ней авторских методических разработок: комбинаций в характере русского народного танца у станка и на середине, конспектов открытых занятий и «класс-концертов», авторских хореографических постановок.

Форма занятий групповая. Состав групп постоянный в количестве до 11-15 человек. Программа составлена с учетом возрастных особенностей учащихся 9-12 лет и рассчитана на 4 года базового обучения.

Режим занятий:

Год обучения	Возраст детей	Количество часов в неделю / количество часов в год	Дисциплины Продолжительность занятий
1 год обучения	8-9 лет	4ч/144 ч	Основы классического танца, партерная гимнастика – 2 часа Русский танец и КПП – 2 часа (3 раза в неделю по 2 занятия по 40 минут, с перерывом между занятиями 10 минут)
2 год обучения	9-10 лет	4ч/144 ч	

3 год обучения	10-11 лет	4ч/144 ч	
----------------	-----------	----------	--

Формы обучения: очная.

Формы организации учебного занятия: практическое занятие, зачетное занятие, открытое занятие, класс-концерт, репетиция, концертная деятельность, культурно-досуговые мероприятия (посещение спектаклей, концертов, просмотр видеоматериала, традиционные праздники внутри коллектива и Гимназии).

Занятия ведутся на базе МБОУ «Гимназии №1» г. Усолье-Сибирское.

## 1.2. Цель, задачи программы

**Цель программы** – раскрытие творческих способностей учащихся через освоение теоретических знаний и практических навыков в процессе обучения хореографии.

### Задачи 1 года обучения:

#### Образовательные:

- научить правильно вести себя в зале, на сцене в соответствии с правилами техники безопасности;
- познакомить с основными понятиями музыкальной грамоты, научить определять основные музыкальные характеристики (характер, динамика, темп, сильная доля);
- научить обучающихся слышать музыку и передавать ее содержание в движении;
- сформировать начальные навыки хореографического искусства; - научить различать хореографические направления (классический танец, народно-сценический танец, эстрадный и детский танец);
- познакомить с основным комплексом растяжек и физической подготовки танцора;
- обучить основным двигательным навыкам, добиваясь в исполнении танцевальных движений естественности и выразительности. Развивающие:
- укрепить костно-мышечный аппарат обучающихся;
- развивать двигательную и музыкально-ритмическую координацию; - развивать силу, гибкость, выносливость;
- совершенствовать выразительность исполнения; - развивать хореографическое внимание, память и выдержку.

### **Воспитательные:**

- формировать интерес к хореографическому искусству, раскрыв его многообразие и красоту;
- воспитывать художественный вкус и эмоциональную отзывчивость;
- воспитывать трудолюбие, уважение, аккуратность.

### **Задачи 2 года обучения:**

#### **Образовательные:**

- продолжить знакомить с основными понятиями музыкальной грамоты, научить определять основные музыкальные характеристики (характер, динамика, темп, ритм, сильная доля);
- научить обучающихся слышать музыку и передавать ее содержание в движении;
- научить выполнять программные танцевальные движения на основе детской хореографии с элементами классического и русского народного танца;
- научить выполнять комплекс партерной гимнастики, необходимые упражнения растяжки и физической подготовки танцора;
- обучить основным двигательным навыкам, добиваясь в исполнении танцевальных движений эмоциональности и выразительности.

#### **Развивающие:**

- укрепить костно-мышечный аппарат обучающихся, формировать правильную осанку;
- развивать двигательную и музыкально-ритмическую координацию; - развивать силу, гибкость, выносливость;
- развивать навыки эмоционального и образного исполнения хореографических композиций;
- развивать творческие способности обучающихся (внимание, мышление, воображение, фантазию);
- развивать коммуникативные способности обучающихся, развивать навыки групповой и коллективной работы.

#### **Воспитательные:**

- формировать интерес к хореографическому искусству; - воспитывать трудолюбие, уважение, аккуратность;

- воспитывать понятие эстетики отношений в паре (мальчик-девочка).

### **Задачи 3 года обучения:**

#### **Образовательные:**

- актуализация интереса учащихся к эстетическому искусству с целью развития его успешной учебно-познавательной деятельности в области хореографии;
- познакомить с историей и развитием сценического танца; - разучить комплекс партерного экзерсиса, подготовить учащихся к изучению основ классического танца;
- познакомить и разучить программный материал по основам классического танца по годам обучения;
- познакомить и разучить движения русского народного танца у станка (учебная форма) и на середине по годам обучения;
- знакомить и научить исполнять танцевальный репертуар на основе русского народного и эстрадного танца;
- научить исполнять танцевальные композиции в русском характере с элементами стилизации; - познакомить с основными теоретическими и практическими знаниями, умениями и исполнительскими навыками, позволяющими грамотно исполнять танцевальные композиции, участвовать в публичных выступлениях.

#### **Развивающие:**

- развивать физические качества танцора;
- развивать музыкально-двигательные и художественно-творческие способности учащихся;
- развить память, внимание, мышление, воображение;
- развивать мотивацию к познавательной и творческой активности; - развивать умения и навыки самоанализа, самоконтроля, самоорганизации.

#### **Воспитательные:**

- формировать эмоционально-ценностное отношение к искусству; - воспитывать художественно-эстетический вкус;
- формировать потребности и навыки к сохранению и укреплению здоровья;
- прививать интерес к культуре своей Родины, к истокам народного творчества и хореографии в целом;
- воспитывать трудолюбие, уважение, аккуратность.

## Первый год обучения

### 1.3. Содержание программы. Учебный план

Учебные дисциплины:

- «Партерная гимнастика. Основы классического танца» - 2 часа в неделю.

- «Русский народный танец. КППТ» - 2 часа в неделю.

Наименование раздела	Теория	Практика	Формы аттестации (контроля)
1. Вводное занятие. Входная диагностика. Правила по технике безопасности. Введение в образовательную программу.	2		Беседа
2. Партерная гимнастика		32	Педагогическое наблюдение
3. Основы классического танца (экзерсис у станка и на середине)		16	Фронтальный просмотр Анализ выполнения упражнений
4. Русский народный танец		36	Анализ практической работы
5. Композиция и постановка танца		50	Выступления
6. Концертная деятельность.		4	Выступления
7. Воспитательная работа Экскурсии, посещение концертов, просмотр видеоматериалов, мероприятия коллектива.	4		Наблюдения, Беседы
Всего часов: <b>144 час.</b>	6	138	

### 1.3. Содержание учебно-тематического плана

#### 1. Вводное занятие.

Входная диагностика (диагностика уровня освоения учебного материала учащихся по программе «Родничок» (ознакомительный уровень), переход



учащихся с ознакомительного уровня на базовый по критериям диагностики).  
Формирование групп. Введение в общеразвивающую программу «Родничок». Цели и задачи курса. Правила техники безопасности в хореографическом зале, на сцене.

## **2. Партерная гимнастика.**

Партерный экзерсис является фундаментом и подготовкой к изучению основ классического танца. Это упражнения на полу, которые позволяют достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Серия упражнений в партере, направленных на подготовку учащихся к основам классического танца:

- Разминка по кругу (упражнения на разогрев мышц и суставов) •  
Упражнения на постановку корпуса (выполняются из положения «сидя», вытягивание корпуса вверх, наклоны вперед).
- Упражнения для стоп (упражнения для подъема стопы, выворотности, силы пальцев (с карандашом) – «горка», «мостик», «перекаты на подъемах» в различных вариациях.
  - Упражнения на верхнюю и нижнюю выворотность.
  - Упражнения для укрепления мышц спины и пресса (комплекс упражнений с постепенным усложнением - «уголок», «планка», «ласточка»).
  - Упражнения на развитие гибкости, растяжка (комплекс упражнений на развитие подколенных связок, на гибкость спины, на развитие шага, шпагат).
  - Упражнения на развитие силы мышц (комплекс упражнений для ног, рук – «махи», работа в «утяжелителях»).
  - Элементы акробатики («перекаты», «кувырки», «колесо» и его варианты, стойка на руках, «мостик» и его варианты, «боковое равновесие»).
  - Танцевальные этюды на полу для закрепления полученных знаний и умений («Радуга»).

## **3. Основы классического танца** (экзерсис у станка и на середине зала).

Основная задача первого года обучения основам классического танца – постановка корпуса, рук, головы на простейших упражнениях классического тренажа, развитие элементарных навыков координации движений; развитие природных данных учащихся и исправление недостатков. Очень важно, чтобы все элементы у палки выполнялись лицом к станку.

- Упражнения на развитие двигательных качеств и умений. - ходьба в разном темпе и ритме - бодрая, спокойная, на полу пальцах, высокий шаг; - бег – легкий, ритмичный, передающий различные образы («птички», «лошадки» и

т.д.); - прыжковые движения (на месте, с продвижением вперед); - прямой галоп, боковой галоп; - легкие подскоки; - прыжки с поджатыми ногами.

• Экзерсис у станка.

1. Позиции ног: I, II, лицом к станку.
2. Постановка корпуса в I, II позициях (4т 4/4);
3. Battement tendu (все направления) в I позиции (4т 4/4, 2т 4\4 – второе полугодие).
4. Demi plie в I, II позициях (2т 4/4).
5. Battement tendu с demi plie (все направления) в I позиции (4т 4/4).
6. Passe par terre (2т 4/4).
7. Demi rond de jambe par terre (en dehors et en dedans) (4т 4/4).
8. Battement tendu jete (все направления) с I позиции (второе полугодие 2т 4/4).
9. Releve на полу пальцы в I, II позициях (2т 4/4).
10. Battement releve lent на 45 (4т 4/4).

• Экзерсис на середине.

1. Позиции рук: подготовительная, I, II, III позиции (2т 4/4).
2. Поклон из I позиции (4т 4/4).
3. Port de bras первое (4т 4/4).

**4. Русский народный танец.**

• Беседа на тему «Истоки и развитие русского народного танца». Танец в древних игрищах и языческих обрядах. Скоморохи и их роль в развитии русского народного танца. Сохранение и развитие танцевальных традиций русской хореографии на современном этапе.

• Элементы, положения, этюды в русском танце (на середине).

1. Позиции ног: 1,2,3,6.
2. Позиции и положения рук: подготовительное положение, 1,2,3,4 позиции.
3. Открывание и закрывание рук: из подготовительного в 1,3,2 позицию; два положения кисти на талии (ладонь, кулачок).
4. Поясной русский поклон (на месте).
5. «Гармошка» из стороны в сторону (с plie и без).

6. «Ковырялочка» из 3 свободной позиции, на подскоках.
7. «Переход» в сторону из 3 свободной позиции.
8. Подскоки.
9. Русский бег.
10. «Перескоки».
11. «Молоточки».
12. «Моталочка» по прямой позиции.
13. Простой русский ход с носка в продвижении вперед и назад.
14. Переменный ход в продвижении вперед и назад.
15. Притопы (одинарные, двойные, тройные).
17. Подготовка к вращениям (поднимание на полу пальцы на двух и одной ноге – удержание баланса; «держим точку» на месте на полу пальцах).

#### **5. КПТ (композиция и постановка танца)**

- Актерское мастерство. На первом году учащиеся на занятиях КПТ изучают приемы и упражнения, позволяющие развить актерское мастерство.

1. Серия занятий «Помощники актера»: жесты, мимика, позы, сценическое внимание.

2. Ролевые игры: на внимание, на память.

3. Эмоции в танце (этюды на заданную эмоцию).

- КПТ.

1. Разучивание движений, комбинаций, этюдов к танцу.

2. Постановка танцевальных композиций (разведение рисунков танца, соединение комбинации в рисунки, работа в парах).

3. Работа над техникой и манерой исполнения.

4. Сводные, генеральные репетиции.

Репертуар строится на основе детского и русского народного танца с элементами стилизации.

#### **6. Концертная деятельность.**

Разученный и отработанный танцевальный репертуар учащиеся демонстрируют на сценической площадке. Это могут быть внутри коллективные мероприятия («Зачисление в коллектив», Отчетный концерт),

концерты муниципального уровня («День учителя», «8 марта»), хореографические конкурсы и фестивали разного уровня. На первом году обучения концертная деятельность не должна превышать более 4 выступлений за учебный год.

## **7. Воспитательная работа.**

Включает в себя экскурсии, посещение концертов, просмотр видеоматериалов. Примерные темы: «Русский танец». (презентация); «Детские хореографические коллективы» (знакомство с их творчеством, посещение концертов, конкурсов детского танца); «Коллективы русского народного танца» (видео просмотры, посещение концертов); экскурсии, детские праздники с родителями.

### Второй год обучения

#### **1.3. Содержание программы. Учебный план**

Учебные дисциплины: - «Партерная гимнастика. Основы классического танца» - 2 часа в неделю. - «Русский народный танец. КПТ» - 2 часа в неделю.

Наименование раздела	Теория	Практика	Формы аттестации (контроля)
1. Вводное занятие. Входная диагностика. Правила по технике безопасности. Введение в образовательную программу.	2		Беседа
2. Партерная гимнастика		34	Педагогическое наблюдение
3. Основы классического танца (экзерсис у станка и на середине)		18	Фронтальный просмотр Анализ выполнения упражнений
4. Русский народный танец		28	Анализ практической работы
5. Композиция и постановка танца		50	Выступления
6. Концертная деятельность.		8	Выступления
7. Воспитательная работа Экскурсии, посещение концертов, просмотр видеоматериалов, мероприятия коллектива.	4		Наблюдения, Беседы

Всего часов: <b>144 час.</b>	6	138	
------------------------------	---	-----	--

#### 1.4. Содержание учебно-тематического плана

1. Партерная гимнастика. Продолжается работа по совершенствованию физических данных учащихся через упражнения партерного экзерсиса. Комплекс подготовительных упражнений к основам классического танца усложняется и варьируется на усмотрение педагога в зависимости от уровня подготовки учащихся.

Добавляется:

- работа в парах (растяжка, силовые упражнения);
- элементы акробатики (кувырок, мост из положения стоя, стойка на руках, переворот, боковое равновесие).

2. Основы классического танца (экзерсис у станка и на середине). Экзерсис у станка (повторение и изучение нового материала).

1. Позиции ног: V;
2. Постановка корпуса в I, II позициях (4т 4/4);
3. Battement tendu (все направления) в I позиции (2т 4/4), в V позиции (4т 4/4);
4. Demi plie в I, II позициях (2т 4/4);
5. Battement tendu с demi plie (все направления) в I позиции (2т 4/4), во II позиции (2т 4/4);
6. Passe par terre (1т 4/4).
7. Demi rond de jambe par terre (en dehors et en dedans) (2т 4/4);
8. Rond de jambe par terre (en dehors et en dedans) (8т 3/4);
9. Battement tendu jete (все направления) с I позиции (второе полугодие 2т 4/4);
10. Battement tendu jete с demi plie в I позиции (4т 4/4);
11. Положение sur le cou de pied (условное, обхватное) (4т 4/4);
12. Releve на полу пальцы в I, II, V позициях (2т 4/4);
13. Grand plie в I, II, V позициях (2т 4/4);
14. Battement releve lent на 45 (4т 4/4);
15. Перегибы корпуса (2т 4/4).

• Экзерсис на середине.

1. Позиции рук: подготовительная, I, II, III позиции (2т 4/4);
2. Поклон из I позиции (4т 4/4);
3. Port de bras первое, второе (4т 4/4);
4. Demi plie в I, II позициях (2т 4/4);
5. Battement tendu в I позиции (2т 4/4);
6. Releve на полу пальцы в I, II, VI позициях (с вытянутых ног) (2т 4/4). • Прыжки (allegro).

3. Русский народный танец.

• Беседы на тему: Танцевальные коллективы народного танца, знакомство с их творческой деятельностью.

• Методика упражнений у станка в русском танце.

Упражнения у станка:

1. Позиции ног (пять открытых, пять свободных).
  2. Подготовка к началу движения (preparation): движение руки; движение руки в координации с движением ноги.
  3. Переводы ног из позиции в позицию: скольжение стопой по полу (battements tendus).
  4. Работа стоп (relevé).
  5. Приседания по 1, 2, 3 открытым позициям (музыкальный размер 3/4, 4/4): полуприседания (demi plie).
  6. Упражнение на развитие стопы (battement tendu) по 1 открытой позиции: классический вид; с переходом рабочей ноги с носка на каблук; с добавлением demi plie в различных вариантах.
  7. Подготовка к «каблучному» по 3 позиции: работа сокращенной стопой, одинарный и двойной удар стопой, вынесение ноки на каблук с работой пятки опорной ноги.
- Элементы, положения, этюды в русском танце. - основные положения рук, положения рук в парных танцах; - открывание и закрывание рук.
1. Поклон (на месте, с продвижением).
  2. Притопы (одинарный, тройной).
  3. Бытовой шаг с притопом.

4. «Шаркающий шаг» (каблуком по полу, полупальцами).
5. «Переменный шаг» (с притопом и продвижением вперед и назад).
6. Шаг плавный, скользящий женский.
7. Русский галоп.
8. «Моталочка» 12
9. «Ковырялочка» с подскоками.
10. Присядка (для мальчиков) («мячик», с выбрасыванием ноги на каблук вперед и в сторону).
11. Хлопки и хлопучки (для мальчиков) (одинарные хлопки и удары, акцентирующие в ладони, по бедру, по голенищу, фиксирующие и скользящие удары по подошве сапога, по груди, по полу).
12. Подготовка к вращениям (держим «точку»)
13. Вращения: полный поворот на двух подскоках; «припаданием» на месте.

#### 4. КПТ (композиция и постановка танца)

• Актерское мастерство. На втором году учащиеся на занятиях КПТ изучают приемы и упражнения, позволяющие развить актерское мастерство.

1. Серия занятий «Помощники актера»: жесты, мимика, позы, сценическое внимание.

2. Ролевые игры: на внимание, на память.

3. Эмоции в танце (этюды на заданную эмоцию).

• КПТ. 1. Разучивание движений, комбинаций, этюдов к танцу.

2. Постановка танцевальных композиций (разведение рисунков танца, соединение комбинации в рисунки, работа в парах).

3. Работа над техникой и манерой исполнения.

4. Сводные, генеральные репетиции.

#### **5. Концертная деятельность.**

Участие учащихся в мероприятиях, конкурсах фестивалях муниципального, областного уровня. На втором году обучения концертная деятельность не должна превышать более 4 выступлений за учебный год.

6. Воспитательная работа. Включает в себя экскурсии, посещение концертов, просмотр видеоматериалов. Примерные темы: «Хореографические коллективы» (видео просмотры, посещение концертов); посещение

конкурсов и фестивалей хореографического искусства; детские праздники с родителями.

### Третий год обучения

#### **1.3. Содержание программы Учебный план**

Учебные дисциплины: - «Партерная гимнастика. Основы классического танца» - 2 часа в неделю. - «Русский народный танец. КПТ» - 2 часа в неделю.

Наименование раздела	Теория	Практика	Формы аттестации (контроля)
1. Вводное занятие. Входная диагностика. Правила по технике безопасности. Введение в образовательную программу.	2		Беседа
2. Партерная гимнастика		26	Педагогическое наблюдение
3. Основы классического танца (экзерсис у станка и на середине)		24	Фронтальный просмотр Анализ выполнения упражнений
4. Русский народный танец		30	Анализ практической работы
5. Композиция и постановка танца		50	Выступления
6. Концертная деятельность.		8	Выступления
7. Воспитательная работа Экскурсии, посещение концертов, просмотр видеоматериалов, мероприятия коллектива.	4		Наблюдения, Беседы
<b>Всего часов: 144 час.</b>	6	138	

#### Содержание учебно-тематического плана

**1. Партерная гимнастика.** Комплекс подготовительных упражнений к основам классического танца усложняется и варьируется на усмотрение педагога в зависимости от уровня подготовки учащихся.

**2. Основы классического танца** (экзерсис у станка и на середине).



Экзерсис у станка (повторение и изучение нового материала).

1. Позииии ног: IV;
2. Battement tendu (все направления) с V позиции (2т 4/4);
3. Demi plie в I, II позициях (2т 4/4, 4т 3/4), в V позиции (4т 3/4);
4. Battement tendu с demi plie (все направления) в I позиции (2т 4/4), во II позиции (2т 4/4), в V позиции (2т 4/4);
5. Passe par terre (1т 4/4);
6. Rond de jambe par terre (en dehors et en dedans) (2т 4/4);
7. Battement tendu jete (все направления) с I, V позиции (2т 4/4);
8. Battement tendu jete с demi plie в I, V, II позиции (2т 4/4);
9. Battement tendu pour le pied (в сторону) (4т 4/4);
10. Положение sur le cou de pied (условное, обхватное) (4т 4/4);
11. Battement frappe (носком в пол) (2т 4/4);
12. Releve на полу пальцы в I, II, V позициях (2т 4/4);
13. Grand plie в I, II, V позициях (2т 4/4);
14. Battement releve lent на 45 (2т 4/4), на 90 (4т 4/4);
15. Grand battement jete (все направления) с I, V позиции (1т 4/4);
16. Перегибы корпуса (2т 4/4).

• Экзерсис на середине.

1. Поклон из I позиции (2т 4/4);
2. Releve на полу пальцы в I, II, V позициях (с вытянутых ног, с demi plie) (2т 4/4).
3. Позииии рук: подготовительная, I, II, III позиции (2т 4/4);
4. Demi plie в I, II, V позициях (2т 4/4);
5. Battement tendu в I позиции en face (2т 4/4);
6. Battement releve lent на 45 (2т 4/4), на 90 (4т 4/4);
7. Grand battement jete (все направления) с I, V позиции en face (1т 4/4);
8. Port de bras первое, второе (2т 4/4), третье (4т 4/4);

### **3. Русский народный танец:**

- Беседы на тему: Стилизация русского народного танца.
- Упражнения у станка (учебные и танцевальные комбинации):
  1. Переводы ног из позиции в позицию: скольжение стопой по полу (battements tendus);
  2. Полуприседания (demi plie) и приседания (grand plie) плавные по прямым и выворотным позициям, с переводом ног указанными приемами.
  3. Упражнение на развитие стопы (battement tendu) по 5 открытой позиции: классический вид; с переходом рабочей ноги с носка на каблук; с добавлением demi plie в различных вариантах; с поднятием пятки опорной ноги. Разучивание учебной комбинации.
  4. «Каблучное» движение (с одинарным и двойным ударом). Разучивание комбинации.
  5. Маленький броски (battements tendus jetes): с работой пятки опорной ноги.
  6. Круговые движения по полу (rond de jambe par terre, rond de pied) из 1 открытой позиции: с поворотом стопы, после их изучения.
  7. Повороты стопы (pas tortille): одинарные, двойные.
  9. Подготовка к «веревочке» по 5 открытой позиции: перевод работающей ноги вперед-назад, через скольжение по опорной ноге; с добавлением полупальцев опорной ноги; упражнения для бедра – повороты бедра внутрь и наружу. Разучивание комбинации.
  10. Упражнения с ненапряженной стопой (подготовка к flic-flac – средний battment): мазки от «себя» к «себе», с добавлением удара в открытом положении вперед, в сторону, назад.
  11. Дробные выстукивания: чередование ударов стопой и полу пальцами, выстукивания с двумя ударами.
  12. Большие броски (grand battement jete): с остановкой на носок, с вытянутым подъемом, с сокращенным подъемом. Разучивание комбинации.
  13. Растяжка у станка, наклоны и перегибы корпуса, с добавлением полу пальцев (port de bras) лицом к станку.
  14. Разучивание движений у станка: «голубец», подготовительные движения к присядкам, «мяч», «разножка», наклоны и перегибы корпуса в сочетании с другими движениями.
  15. Повороты: плавный на обеих ногах по 5 открытой позиции в полуприседаниях и на вытянутых ногах (soutenu en tournant)

• Русский народный танец.

Занятия на середине зала (движения, танцевальные комбинации, этюды): - основные положения рук в групповых танцах; - разучивание основных фигур хоровода.

1. Боковые перескоки с ударами полу пальцами или каблуками в пол.
2. «Моталочка», ее виды.
3. «Гусиный шаг».
4. «Веревочка», ее виды.
5. «Хлопушки», скользящие: в ладоши, по бедру, по голенищу, по подошве (для мальчиков).
6. Вращения: на месте на опорной ноге; русский бег в повороте; прыжки с поворотом на 180, 360 градусов; по диагонали на подскоках.

• Стилизация русского танца.

Разучивание комбинаций, этюдов. Раздел основывается на репертуарном плане учебного года.

**4. КПТ (композиция и постановка танца).**

1. Разучивание движений, комбинаций, этюдов к танцу.
2. Постановка танцевальных композиций (разведение рисунков танца, соединение комбинации в рисунки, работа в парах).
3. Работа над техникой и манерой исполнения.
4. Сводные, генеральные репетиции.
6. Концертная деятельность.

Участие учащихся в мероприятиях, конкурсах фестивалях муниципального, областного, международного уровня. На третьем году обучения концертная деятельность не должна превышать более 6 выступлений за учебный год.

7. Воспитательная работа.

Включает в себя экскурсии, посещение концертов, просмотр видеоматериалов. Примерные темы: «Стилизация русского народного танца» (видео просмотры, посещение концертов); посещение конкурсов и фестивалей хореографического искусства; детские праздники с родителями.

**1.5. Планируемые результаты освоения программы**

К концу освоения программы первого года учащиеся должны знать:

- основные понятия и термины основ музыкальной грамоты (характер, темп, динамика, сильная и слабая доли в музыке, вступление, основная часть, заключение, длительность нот);
- общие представления о танцах, их видах (классический танец, народно-сценический танец, детский танец);
- основные правила и требования к исполнению упражнений и танцевальных движений.

Уметь:

- определять и передавать в движении содержание музыки, ее характер, темп, динамику;
  - выполнять движения программного материала первого года обучения: шаги, подскок, основные элементы партерной гимнастики, танцевальные этюды;
  - выразительно исполнять разученный танцевальный репертуар.
- Сформировать личностные качества, такие как: внимание, уважение, трудолюбие, аккуратность; интерес и желание заниматься хореографией.

К концу освоения программы второго года обучающиеся должны знать:

- основные понятия и термины основ музыкальной грамоты (характер, динамика, темп, ритм, сильная доля);
- общие представления о танцах, их видах (классический танец, народно-сценический танец, детский танец);
- основные правила и требования к исполнению упражнений и танцевальных движений.
- правила работы в паре уметь:
- определять и передавать в движении содержание музыки, ее музыкальные характеристики;
- выполнять технически правильно упражнения партерной гимнастики;
- выполнять движения программного материала второго года обучения на основе детской хореографии с элементами классического и русского народного танца;
- выразительно и эмоционально исполнять разученный танцевальный репертуар.
- исполнять танцевальные этюды в парах. У учащихся должны быть сформированы личностные качества, такие как: внимание, мышление,

воображение, трудолюбие; интерес и желание заниматься хореографией; коммуникативные способности.

К концу освоения программы третьего-четвертого года учащиеся должны знать:

- правила техники безопасности;

- общие представления о сценическом танце;
- технику выполнения упражнений партерной гимнастики;
- термины классического танца, основные его позиции и положения;
- названия изучаемых движений русского народного танца у станка и на середине; уметь:
- выполнять комплекс партерного экзерсиса;
- выполнять программный материал по основам классического и русского народного танца;
- ориентироваться в пространстве, перестраиваться в различные рисунки;
- выразительно исполнять танцевальный репертуар, уверенно держаться во время выступлений. Будут сформированы личностные качества, такие как: трудолюбие, уважение, аккуратность; интерес и желание заниматься хореографией; потребность к сохранению и укреплению здоровья.

УУД	ПРИЕМЫ, МЕТОДЫ	ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ
<p><b>ЛИЧНОСТНЫЕ</b>            1.самоопределение;            2.смыслообразование;            3.нравственноэтическое оценивание.</p>	<p>1. Разнообразная художественно-эстетическая деятельность в форме музыкально-пластических движений, импровизаций, взаимодействия в процессе осознания и коллективного воплощения различных художественных образов, направленная на поиск нравственных постулатов.            2. Решение художественно-практических задач в</p>	<p>1. Сформированная учебная мотивация. 2. Осознанность учения и личная ответственность. 3. Адекватное реагирование на трудности. 4. Осознание собственных нравственных качеств. 5. Оценивание чужих поступков. 6. Личностное самоопределение (самопознание, самооценка, идентичность). 7.</p>

	<p>ходе проблемного диалога, что стимулирует мотивацию обучения; повышает познавательный интерес; формирует самостоятельность и убеждения.</p> <p>3. Создание ситуаций успеха (конкурсная деятельность)</p>	<p>Профессиональное и жизненное самоопределение. 8. Оценивание усваиваемого содержания (исходя из социальных и личностных обеспечивающее личностный моральный выбор.</p>
<p><b>РЕГУЛЯТИВНЫЕ:</b></p> <p>1.целеполагание; 2. планирование; 3. прогнозирование; 4. контроль; 5.коррекция; оценка; волевая саморегуляция.</p>	<p>1. Формирование замысла и его реализация в драматизации, хореографическом этюде в ходе понимания учебной задачи.</p> <p>2. Методы сравнения и классификации хореографических явлений на основании избранных критериев. 3. Анализ музыкальных произведений и хореографических постановок с целью выделения существенных признаков,</p>	<p>Удерживать цель деятельности до получения ее результата.</p> <p>2. Планировать решение учебной задачи (алгоритм действий).</p> <p>3. Корректировать деятельность, определять способы устранения трудностей и ошибок.</p> <p>4. Анализировать эмоциональные состояния, полученные от успешной (неуспешной) деятельности.</p> <p>5. Сравнить с «эталоном» результаты своей деятельности.</p> <p>6. Оценивать уровень владения тем или иным учебным действием («что я не знаю и не умею?»).</p>
<p><b>ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ</b></p> <p>1. самостоятельное выделение и формулирование познавательной</p>	<p>Методы синтеза и анализа мировых культурных шедевров, в ходе чего осуществляются</p>	<p>1. Различать методы познания окружающего мира (наблюдение, опыт, эксперимент,</p>

<p>цели; поиск и выделение необходимой информации;</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. структурирование знаний;</li> <li>3. выбор наиболее эффективных способов решения задач контроль и оценка процесса и результатов деятельности.</li> </ol>	<p>различные умственные операции: анализ, синтез, сравнение, классификация; делаются умозаключения, выводы, обобщения, которые представляются в словесной, схематичной или условнообразной форме (знак, код, символ). 2. В процессе решения эвристических заданий, нацеленных на самостоятельный поиск и решение художественнотворческих задач, например, понимание значения хореографического искусства в жизни человека и общества;</p>	<p>моделирование, вычисление).</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Воспроизводить по памяти информацию, необходимую для решения учебной задачи.</li> <li>3. Классифицировать объекты (объединять в группы по существенному признаку).</li> <li>4. Приводить примеры в качестве доказательства выдвигаемых положений.</li> <li>5. Устанавливать причинноследственные связи и зависимости между объектами, их положение в пространстве и времени.</li> <li>6. Выполнять учебные задачи, не имеющие однозначного решения, высказывать предположения, обсуждать проблемные вопросы.</li> </ol>
<p><b>КОММУНИКАТИВНЫЕ</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. планирование сотрудничества;</li> <li>2. постановка вопросов;</li> <li>3. разрешение конфликтов;</li> <li>4. управление поведением;</li> <li>5. умение выразить свои мысли.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Организация взаимодействия между учащимися: в предварительном обсуждении того или иного вопроса перед принятием решения; в объединении усилий при выполнении творческого задания; в совместном поиске ответа, требующего догадки.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Планирование учебного сотрудничества с педагогом и сверстниками – определение цели, функций участников, способов взаимодействия.</li> <li>2. постановка вопросов – инициативное сотрудничество в</li> </ol>

	<p>2. Расширение навыков общения происходит в процессе игровых ситуаций, деловых игр, предполагающих многопозиционные роли. Коммуникативный опыт складывается в процессе рассуждений учащегося о художественных особенностях произведений; в умении обсуждать индивидуальные результаты художественнотворческой деятельности, в процессе сотрудничества и создания коллективных творческих проектов.</p> <p>3. Организация поездок на конкурсы и фестивали способствует приобретению коммуникативных навыков, социализации, адаптации учащихся.</p>	<p>поиске и сборе информации.</p> <p>3. Разрешение конфликтов – выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация.</p> <p>4. Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p>
--	---	--

## Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

### 2.1. Календарно-учебный график

#### Первый год обучения

Раздел программы	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
1. Вводное занятие.	2	-	-	-	-	-	-	-	-
2. Партерная гимнастика	4	6	4	4	4	4	2	2	2
3. Основы классического танца	-	2	2	2	2	2	2	2	2
4. Русский народный танец	4	4	4	4	2	4	2	6	6
5. Композиция и постановка танца	4	6	6	6	4	6	6	6	6



6.Концертная деятельность	-	-	-	1	-	-	2	-	1
7.Воспитательная работа(экскурсии, просмотр видео материала)	2	-	-	1	-	-	-	-	1
<b>Итого: 144 ч.</b>	<b>16</b>	<b>18</b>	<b>16</b>	<b>18</b>	<b>12</b>	<b>16</b>	<b>14</b>	<b>16</b>	<b>18</b>

### Второй год обучения

Раздел программы	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
1.Вводное занятие.	2	-	-	-	-	-	-	-	-
2.Партерная гимнастика	6	6	4	4	4	4	2	2	2
3. Основы классического танца	2	2	2	2	2	2	2	2	2
4.Русский народный танец	2	2	4	2	4	4	4	4	2
5.Композиция и постановка танца	2	4	6	6	6	6	6	8	6
6.Концертная деятельность	-	2	-	2	-	-	2	-	2
7.Воспитательная работа(экскурсии, просмотр видео материала)	2	-	-	-	-	-	-	-	2
<b>Итого: 144 ч.</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>16</b>

### Третий год обучения

Раздел программы	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
1.Вводное занятие.	2	-	-	-	-	-	-	-	-
2.Партерная гимнастика	6	4	4	2	2	2	2	2	2
3. Основы классического танца	2	2	2	2	4	4	2	4	2
4.Русский народный танец	4	4	4	4	4	4	2	2	2
5.Композиция и постановка танца	2	4	6	6	6	6	6	8	6
6.Концертная деятельность	-	2	-	2	-	-	2	-	2
7.Воспитательная работа(экскурсии,		-	-	-	-	-	2	-	2

просмотр видео материала)									
<b>Итого: 144 ч.</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>16</b>

## **2.2. Условия реализации программы**

Материально-техническое обеспечение: - оборудованный балетными станками и зеркалами просторный класс со специальным покрытием пола (паркет, линолеум, ковровое покрытие);

- наличие специальной танцевальной формы (купальник, балетные тапочки, танцевальная народная обувь);
- аудиоаппаратура с флеш-носителем, мультимедийное оборудование для изучение теоретического материала;
- наличие музыкальной фонотеки;
- коврики, гимнастическое оборудование и спортивный инвентарь (скакалки, утяжелители, мячи, блоки для йоги);
- наличие танцевальных костюмов;
- пособия и методические разработки, специальная литература.

## **2.3. Формы аттестации.**

Формы подведения итогов: тестирование, открытые занятия, выступления на концертах, участие в фестивалях и конкурсах

## **2.4. Методические материалы**

1. Комплекс музыкально-ритмических игр
2. Танцевально-образные этюды.
3. Презентации к темам занятий.

### Методические рекомендации по построению занятия.

Структура занятия (этапы на усмотрение педагога могут меняться местами):

- Поклон
- Разминочная часть занятия (в линиях, по кругу).
- Основная часть занятия (партерный экзерсис, экзерсис у станка, постановка танца)
- Заключительная часть занятия (подведение итогов, домашнее задание)
- Поклон.

## 2.6. Список литературы

Список литературы для педагога:

1. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца (упражнения у станка) – М.: ВЛАДОС, 2012
2. Лифиц И.В. Ритмика. – М., 1999
3. Бочкарева Н.И. Ритмика и хореография (учебно-методический комплекс). – М., 2015
4. Богданов Г.Ф. Русский народно-сценический танец: методика и практика создания. Учебное пособие. – СПб: Лань, 2018
5. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца (танцевальные движения и комбинации на середине зала) – М.: ВЛАДОС, 2010
6. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца (Этюды) – М.: ВЛАДОС, 2010
7. Базарова Н.П., Мей В.П. Азбука классического танца – Планета музыки, 2020
8. Матвеев В.Ф. Русский народный танец. Теория и методика преподавания. Учебное пособие. – СПб: Лань, 2018
9. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения/ в помощь музыкальным руководителям, воспитателям и родителям. М: Академия развития, 2014

Список литературы для учащихся и родителей:

1. Алябьева Е.А. Нескучная гимнастика. Тематическая утренняя зарядка для детей. – М.: ТЦ Сфера, 2018
2. Андерсон Б. Растяжка для поддержания гибкости мышц и суставов. – М.: Попурри, ООО, 2017