

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДСКОГО ОКРУГА РЕУТОВ  
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Дом детского творчества»

Московская область, 143966  
Реутов, ул. Строителей, д. 11

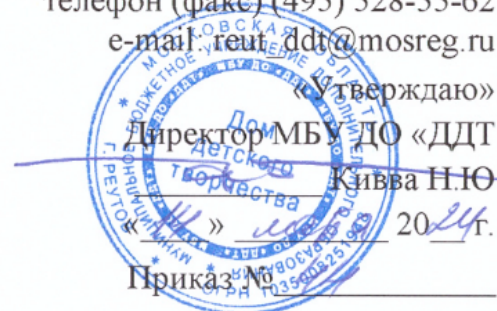
телефон (факс) (495) 528-55-62  
e-mail: reut.ddt@mosreg.ru

«Согласовано»

Педагогический совет МБУ ДО «ДДТ»

Протокол № 2

от «14» мая 2024 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«ХОРЕОГРАФИЯ. НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ»**

*Направленность: художественная*

*Уровень программы: стартовый*

*Возраст обучающихся: от 6 до 18 лет*

*Срок реализации: 1 год , 72 ч.*

Автор-составитель:

педагог дополнительного образования  
Голландцева Татьяна Викторовна

г. Реутов  
2024 г.

## Пояснительная записка

Хореографическое искусство учит детей красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивает их физическую силу, выносливость, ловкость и смелость. Благодаря систематическому хореографическому воспитанию и образованию учащиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию профессионального хореографического искусства.

Приобщение к искусству хореографии в широком смысле включает ознакомление учащихся с классическими балетами, современной музыкой; с источниками танцевальной культуры, самобытностью национальных танцев, связанны с жизненным укладом народов; с их красочными костюмами, образами народной поэзии, музыкально-ритмическим складом мелодий, народными инструментами.

Данная программа является *модулем* дополнительной общеразвивающей программы «Хореография. Народный танец» ансамбля народного танца «Девчата». Программа разработана для развития природных хореографических способностей, позволяющих успешно заниматься танцами в дальнейшем. Предлагаемые упражнения способствуют укреплению мышц спины, брюшного пресса, внутренней группы мышц бёдер, а также релаксации связок голеностопных, коленных и тазобедренных суставов.

Программа составлена в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

1. Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ
2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р;
3. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам

(утвержден приказом Министерством просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629)

4. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций»;

5. СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

6. СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

7. Устав Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Дом творчества»

**Направленность программы** «Хореография. Народный танец» по содержанию является художественно-эстетическая; по функциональному предназначению – досуговой, учебно-познавательной и общекультурной; по форме организации – групповой.

**Актуальность программы** обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре и искусству, приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям, к искусству хореографии в широком смысле.

**Цель** программы:

Обучить детей основам хореографии и сформировать навыки выполнения танцевальных упражнений; воспитывать чувство коллективизма, толерантности и способность продуктивного творческого общения;

**Задачи:**

**Образовательные:**

- привить теоретические знания хореографической терминологии начального уровня;
- формировать танцевальные знания, умения и навыки на основе

овладения и освоения программного материала (постановка корпуса, рук, ног, головы в классическом и народных танцах);

- формировать танцевальные знания, умения и навыки на основе овладения и освоения программного материала (постановка корпуса, рук, ног, головы в классическом и народных танцах);

- научить свободно ориентироваться в хореографической терминологии и общих вопросах хореографии;

- исполнение в более быстром темпе;

- дополнительное освоение маленьких поз эффасе, больших батманов жете с падением на работающую ногу вперед и в сторону;

- выработать выразительность и пластичность движений;

Развивающие:

- формировать фигуру, осанку, ловкость, выносливость и физическую силу;

- формирование устойчивости корпуса во время движений у станка и на середине зала;

- развитие координации движений;

- укрепление опорно-двигательного аппарата;

- постановка дыхания;

- научить четко и правильно выполнять упражнения классического танца и элементов народных танцев;

- дать возможность детям самостоятельно фантазировать и р

- психологическое раскрепощение обучающихся;

- выработать выразительность и пластичность движений;

- научить детей переживать, мыслить, запоминать и оценивать культуру своих движений;

- воспитать музыкальный вкус и любовь к искусству танца.

Воспитательные:

- формирование положительных качеств личности, воспитание силы

воли, выносливости и целеустремленности, умения вести себя в коллективе;

- формирование чувства ответственности;
- активизация творческих способностей;
- умение творчески взаимодействовать на уроках с педагогом.

### **Воспитательная работа**

**Цель** – создание условий для формирования социально-активной, творческой, нравственно и физически здоровой личности, способной на сознательный выбор жизненной позиции, а также духовному и физическому самосовершенствованию, саморазвитию в социуме.

#### **Задачи:**

- способствовать развитию личности обучающегося, с позитивным отношением к себе, способного вырабатывать и реализовывать собственный взгляд на мир, развитие его субъективной позиции;
- развивать систему отношений в коллективе через разнообразные формы активной социальной деятельности;
- способствовать умению самостоятельно оценивать происходящее и использовать накапливаемый опыт в целях самосовершенствования и самореализации в процессе жизнедеятельности.

#### **Планируемые результаты:**

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать помощь членам коллектива, находить с ними общий язык и общие интересы.

**По структуре** программа является ступенчатой (спиральной), в которой учебный материал представлен так, чтобы каждая «ступень» была основана на пройденном материале, и сама служила основанием для дальнейшей

«ступени», по принципу от простого к сложному.

Делается акцент на классическом танце и народной хореографии; постановке корпуса, рук и ног. Во время обучения педагогу необходимо проявлять особую чуткость и внимание к ребятам, заинтересовать их искусством хореографии и пониманием необходимости приложения труда для усвоения основ танцевальной деятельности.

Программа состоит из четырех основных разделов – азбука музыкального движения, элементы классического танца, элементы народных танцев и элементов историко-бытового танца, что способствует гармоничному развитию танцевальных способностей учащихся. Теоретические сведения по музыкальной грамоте даются непосредственно в процессе занятия и в ходе работы над постановками. Программа рассчитана на 1 год обучения, в течение которого ученикам следует усвоить определенный минимум знаний, умений, навыков, сведений по хореографии.

Программа разделена на отдельные тематические часы, но в связи со спецификой занятий в хореографическом объединении границы их несколько сглаживаются: на одном занятии могут изучаться элементы классического, народного и историко-бытового танца. Работа строится таким образом, чтобы не нарушать целостный педагогический процесс, учитывая тренировочные цели, задачи эстетического воспитания и конкретные перспективы коллектива.

**Формы занятий:** групповые занятия. Дети формируются в группы по возрастным особенностям, по уровню подготовки.

**Объем и срок освоения программы:**

Срок освоения программы 1 год.

**Формы обучения:** Очная ;

**Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий:**

Срок реализации Программы: 1 год;

Занятие проводится 1 раз в неделю по 2 академических часа.

Общее количество учебных часов: 72;

К концу года дети должны (**предполагаемые результаты**):

- знать: позиции рук и ног; иметь навык легкого шага с носка на пятку;
- уметь: ориентироваться в пространстве; правильно пройти в такт музыки, сохраняя правильную осанку; тактировать руками размеры 2/4, 3/4, 4/4; вовремя начать и закончить движение; изображать в танцевальном шаге повадки животных и выражать образ в разном эмоциональном состоянии – веселья, радости, грусти и др.; чувствовать характер марша (спортивного, строевого, походного) и передавать его в шаге; распознавать характер музыки, уметь исполнить движения, ходы, элементы русского танца (подскоки, галоп, шаг по 1-й позиции, исполнять переменный шаг); выполнять простейшие классические движения у станка: plie, tendu, releve, jete; шпагаты всех видов.

#### **Адресат программы**

Основная форма работы – групповая.

Групповые занятия проводятся в лаборатории МБУ ДО «ДДТ».

В группы принимаются дети от 6 до 18 лет.

Количество обучающихся в группах не более 15 человек. Такое количество обучающихся позволяет полноценно и в комфортных условиях реализовать задачи, поставленные программой.

Подведение итогов проводится в форме итогового и открытых занятий, участия в концертах МБУ ДО «Дом детского творчества» (Социальное партнёрство с образовательной организацией: в актовом зале МБОУ «СОШ №1»). В конце года проходит большой отчетный концерт, где присутствуют педагоги и родители.

## **УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

№	Название раздела	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Теория	Практика	Всего	
1.	Организационное занятие	2	-	2	Наблюдение
2.	Азбука музыкального движения	-	4	4	наблюдение
3.	Элементы классического танца	2	20	22	наблюдение
4.	Элементы народных танцев	2	24	26	наблюдение
5.	Элементы историко-бытового танца	2	2	4	наблюдение
6.	Постановочная и репетиционная работа	-	10	10	наблюдение
7.	Участие в концертах и др. мероприятиях	-	2	2	наблюдение
8.	Итоговое занятие	-	2	2	наблюдение
	<b>ИТОГО</b>	<b>8</b>	<b>64</b>	<b>72</b>	

## Содержание

### 1. Организационное занятие.

Знакомство с детьми и родителями. Рассказывается о правилах поведения в МБОУ «СОШ №1» (Социальное партнёрство с образовательной организацией) и на занятиях хореографией (основные правила этики, гигиены и др.). Проводится инструктаж по технике безопасности. Говорится о правилах поведения при чрезвычайных ситуациях.

### 2. Азбука музыкального движения.

Мелодия и движение. Темп (быстро, умеренно, медленно). Музыкальные размеры 2/4, 3/4, 4/4. Контрастная музыка (быстрая – медленная, веселая – грустная). Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворота вправо/влево. Такт и затакт.

Практика: Даются музыкально-пространственные упражнения: маршировка в темпе и ритме музыки – шаг на месте, вокруг себя, влево, вправо, продвижение по углам, повороты с прыжком (вправо, влево). Фигурная маршировка с перестроением, звездочка, круг, в шеренгу. Танцевальные шаги (с носка на пятку). Танцевальные шаги в образах животных (оленья, медведя, лисы, кошки, мышки, птички и др.). Упражнения с предметами (платок, шарик, маракасы, бубен и др.) Оборудование и оснащение: магнитофон, фортепиано, специальная форма, обувь, реквизит для выполнения упражнений: платки, шарики, маракасы, бубны и др.

### 3. Элементы классического танца.

Специфика танцевального шага и бега. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата ребенка. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов. Позиции положения ног и рук. Ознакомление учащихся с искусством хореографии. Балеты П. Чайковского «Щелкунчик», «Лебединое озеро», Либретто балета. Идеи добра и зла, персонажи – носители

идей

спектаклей. Известные исполнители.

Практика: Упражнения у станка. Постановка корпуса (в выворотной позиции, лицом к станку, со второго полугодия – держась за станок одной рукой). Позиции ног – I, II, III, V, VI. Постановка рук – I, II, III позиции на середине, держась одной рукой (боком) за станок.

Упражнения:

Battement tendu – движение, вырабатывающее натянутость всей ноги в колене, подъеме, пальцах, вырабатывающее силу и эластичность ног.

Demi-plie – приседание, развивает выворотность и силу ног, изучается лицом к станку по I, II, III позициям.

Demi rond de jamb par terre – круговое движение, развивает подвижность тазобедренного сустава.

Положение Sur le cou-de-pied – обхватное (обхватывает щиколотку опорной ноги), развивает выворотность и подвижность ноги.

Battement frappe – сильное ударяющее движение, развивает силу ног, ловкость, быстроту и подвижность колена.

Battement releve lent на  $45^{\circ}$  – медленное поднимание ноги, развивает силу и ловкость ног в танцевальном шаге.

Оборудование и оснащение: магнитофон, фортепиано, станок, зеркала, специальная форма и обувь.

#### 4. Элементы народного танца.

Сюжеты и темы некоторых танцев. Особенности народных движений. Характерные положения рук в сольном и групповом танце, в хороводах, рисунки хороводов (замкнутый круг, цепочка, воротца, змейка).

Практические занятия. Русский танец. Позиции рук – I, II, III, на талии. Шаги танцевальные – шаг с носка, простой шаг вперед, переменный шаг. Притоп, шаг с притопом в сторону, тройной шаг с притопом. Припадание на месте, с продвижением в сторону. Выведение ноги на каблук из свободной I позиции. «Ковырялочка».

Элементы белорусского народного танца. Ход в полуприседании, проскальзывание на одной ноге на низких полупальцах с одновременным подъемом другой согнутой ноги в прямом положении с тремя последующими переступаниями на месте, с продвижением вперед, назад, с поворотом. Притопы в полуприседании.

Оборудование и оснащение: магнитофон, фортепиано, специальная форма и обувь, реквизит (платочки, бубен и др.)

#### 5. Элементы историко-бытового танца.

Особенности старинного танца

XVIII века – гавота. Поклоны, позы, шаги. Старинные костюмы, прически, манера исполнения.

Практические занятия. Поклоны и реверанс. Простейшая композиция гавота (па де грас).

Оборудование и оснащение: магнитофон, фортепиано, специальная одежда и обувь.

#### 6. Постановочная и репетиционная работа.

Практика: Постановка танца, отработка движений, техники исполнения.

Оборудование и оснащение: магнитофон, фортепиано, специальная одежда и обувь.

#### 7. Участие в концертах и других мероприятиях.

#### 8. Итоговое занятие.

Подведение итогов. Оформление стенда. Приглашение родителей, педагогов на открытый урок.

## **Используемые технологии**

I. Технологии личностно-ориентированного обучения. Позволяют приспособить учебный процесс к индивидуальным особенностям обучаемого, содержанию обучения различной сложности. В центре всей образовательной системы – личность обучаемого, обеспечение комфортных, бесконфликтных условий ее развития, реализацию ее природных потенциалов. Цель – разностороннее, свободное и творческое развитие учащегося, формирование у него положительной

«Я»-концепции:

- видеть в обучающемся уникальную личность;
- создавать ситуацию успеха, поддержки (все дети талантливы);
- исключить выделение недостатков ребенка в коллективе (ребенок хорош, плохи его поступки);
- предоставить возможность ребенку реализовать себя в положительной деятельности (в каждом ребенке чудо, открой его).

II. Здоровьесберегающие технологии. Цель – приобщение детей к физической культуре, формирование гигиенических умений и навыков, необходимых для нормального функционирования организма. Акцент делается на укрепление здоровья как самостоятельно культивируемой ценности. Здоровый ребенок рассматривается в качестве целостного телесно-духовного организма, требующего индивидуально- дифференцированного подхода. В результате использования данной технологии формируется самодисциплина, привычка занятий физической культурой и соблюдения правил гигиены в ходе занятия и вне учреждения; формируется мотивация на ведение здорового образа жизни.

III. Технология коллективной творческой деятельности. Коллективная творческая деятельность – это социальное творчество, направленное на служение людям. Их содержание – забота о друге, о себе, о близких и далеких людях в конкретных практических социальных ситуациях. Творческая деятельность разновозрастных групп направлена на поиск, изобретение и имеет

социальную значимость. Основным методом обучения – диалог, речевое общение равноправных партнеров, субъект – субъектные отношения. Цель – воспитать общественно-активную творческую личность и способствовать организации коллективного творчества; выявить, учесть и развить творческие способности детей.

IV. Технология сотрудничества. Главная идея обучения – учиться вместе, а не просто помогать друг другу, осознавать свои успехи и успехи товарищей.

Цель – научиться вместе погружаться в образовательный процесс, а не просто помогать друг другу, осознавать свои успехи и успехи товарищей. Это не только овладение знаниями, умениями и навыками каждым учеником на уровне, соответствующим его индивидуальным особенностям развития. Ребята учатся вместе работать, учиться, творить, всегда быть готовыми прийти друг другу на помощь.

При проведении занятий особое внимание уделяется:

- индивидуальности человека, его личности;
- обеспечению доброжелательности к преподавателю и друг другу;
- развитию навыков культурного общения;
- созданию атмосферы сотрудничества и равенства.

Распределение функций учителя (организацию класса, объяснение и инструктирование, контроль, оценивание, помощь отстающим и т.д.) между учителем и учениками.

V. Игровые технологии. В игре человек, упражняясь, совершенствует свои способности. Являясь развлечением, отдыхом, она способна перерасти в обучение, в творчество. В игре нет легко опознаваемого источника знаний, нет обучаемого лица. В игре все равны. Процесс обучения развивается на языке действий, учатся и учат все участники игры в результате активных контактов друг с другом. Игровое обучение ненавязчиво. Игра большей частью добровольна и желанна. Ребенок в игре отражает действительность и моделирует окружающий его мир. Педагог, пользуясь игрой как средством обучения и воспитания, моделирует различные условные ситуации, которые

дети должны сами решить в процессе игры.

Применение на занятиях хореографией игр позволяет снять психологические зажимы, обогащает эмоциональный опыт ребенка. Игра помогает многим ребятам преодолеть излишнюю скромность, стеснительность и закрепощенность, а чувство сотрудничества и гармоничное взаимодействие с группой сверстников придает им уверенность в себе. Цель – стимулирование к учебной деятельности при помощи игровых приемов и ситуаций, выступающих как средство побуждения, сделать обучение занимательным; облегчить преодоление трудностей; активизировать познавательную деятельность.

#### VI. Информационно-компьютерные технологии.

Цель – усиление интеллектуальных возможностей учащихся в информационном обществе, использование компьютера с целью познания и образования.

Дети знакомы в основном с игровыми компьютерными программами, с социальными сетями, используют компьютерную технику для развлечения. При этом познавательные и образовательные мотивы работы с компьютером стоят в большинстве случаев на последнем месте. Следовательно, цель – активизировать интерес учащегося к компьютерным технологиям, как к средству получения знаний. В результате:

- подготовка информационно грамотной личности.
- возможность обмениваться творческим опытом с участниками других коллективов.

## **Методическое обеспечение реализации программы**

- ✓ Специальная форма (девочки: купальники, юбочки, носочки; мальчики: шорты, майки, футболки, носки);
- ✓ обувь (балетки);
- ✓ музыкальное сопровождение (фортепиано, магнитофон, диски);
- ✓ оборудование зала (зеркала, станки);
- ✓ реквизит (коврики для партерного станка, обручи, мячи, платочки, маракасы, бубны);
- ✓ куклы в народных костюмах для ознакомления детей с различными национальными костюмами и традициями, иллюстрации, книжные, периодические издания, фото-, видео-, аудио-материал для наглядного обучения.

## **МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

### **Материально-техническое обеспечение:**

Для занятий в аудитории используются музыкальные и технические средства: синтезатор, компьютер, музыкальный центр, звуковые колонки, USB-накопитель с фонограммами песен, микрофоны.

Для выступления на сцене установлены стационарные колонки, микрофоны, микшерский пульт управления микрофонами и фонограммой, компьютер, USB-накопитель с фонограммами песен.

### **Информационное обеспечение:**

- ✓ фото-, видеоматериал для просмотра и наглядного обучения;
- ✓ аудиоматериал для прослушивания изучаемого материала;
- ✓ видео-ссылки на вокальные упражнения для самостоятельной работы;
- ✓ нотное приложение вокальных упражнений;
- ✓ методические рекомендации для работы над артикуляцией и дикцией;

## **Алгоритм учебного занятия краткое описание структуры занятия и его этапов**

Занятия на каждом этапе обучения строятся последующей схеме:

Подготовительная часть, основная часть, заключительная часть.

При обучении и разучивании танцев важное место на занятиях отводится тренажу

— это определённая система тренировочных упражнений, которые помогают обучающимся легче разучить и усвоить танцевальный репертуар.

Построенные по степени усложнения, упражнения подготавливают к более сложным движениям, и физической нагрузке, укрепляют мышцы спины и ног, способствуют координации движений.

Каждый элемент танца раскладывается на ряд более простых движений. По мере усвоения схемы движения добавляются детали, постепенно доводящие данный элемент до его законченной формы. Обычно педагог показывает и объясняет движения, проделывает их совместно с детьми сначала в медленном темпе, со счётом вслух, без музыкального сопровождения; затем с музыкой — в спокойном темпе, пока они не будут усвоены обучающимися. На последнем занятии повторяются и закрепляются эти движения, постепенно совершенствуя их и сочетая с элементами танца. Параллельно с отработыванием движений ног, рук и корпуса, идет работа над выразительностью мимики лица, выражением глаз. Чувствуя и пропуская через себя образ, который дети воплощают в танце, они с большим удовольствием работают над артистичностью исполнения танца.

Теоретическая часть даётся по ходу занятий в соответствии с содержанием нового материала - историческая справка, сведения о жизни и творчестве выдающихся танцоров, характере музыкальных произведений в сочетании с танцевальными движениями, этика поведения и сценическая культура.

Практическая часть зависит от уровня навыков, желания ребёнка сложности отдельных элементов танца. Основная часть занятия - разучивание

танца. Сначала даётся общее представление о цели — показ танца в законченной форме. Приступая к разбору и разучиванию танца, сначала прослушивается музыка к нему, определяется характер, стиль, разучиваются отдельные движения танца и лишь затем вся композиция. Главным приёмом в работе над танцем является развитие самостоятельности и инициативы у ребят, подчёркивание их индивидуальности. Детям предлагается составлять небольшие танцевальные композиции, вносить элементы импровизации, способствуя развитию творческой активности. Организация творческой деятельности позволяет педагогу увидеть характер в ребёнке, выявить движения его души, найти индивидуальный подход к нему с учётом пола, возраста, потребности, в данного рода деятельности, выявить и развить его творческий потенциал.

### **КАДРОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

Занятия ведет педагог дополнительного образования:

Голландцева Татьяна Викторовна

Преподаватель-дирижер народных инструментов, артист оркестра

### **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

#### **Литература для педагога:**

1. Базарова Н., Мей В. «Азбука классического танца». Ленинград, «Искусство», 1964 г.
2. Богданов Г. «Работа над сценической русской народной хореографией», Москва, «Я вхожу в мир искусств» № 11, 2009 г.
3. Богданов Г.Ф. «Самобытность русского танца». Москва, 2003 г.
4. Ваганова А. «Основы классического танца». Ленинград, «Искусство», 1960 г.
5. Василенко К. «Украинский народный танец». Москва, «Искусство», 1981 г.
6. Голейзовский К. «Образы русской народной хореографии». Москва,

- «Искусство», 1964 г.
7. Джозеф С. Хавилер «Тело танцора». Москва, «Новое слово», 2004 г.
  8. Жданов Л. «Вступление в балет». Москва, «Планета», 1986 г.
  9. Климов А. «Основы русского народного танца». Москва, «Искусство», 1981 г.
  10. Королёва Э., Курбет В., Мардарь М. «Молдавский народный танец». Москва, «Искусство», 1984 г.
  11. Костровицкая В. «100 уроков классического танца». Ленинград, «Искусство», 1981 г.
  12. Костровицкая В. Писарев Л. «Школа классического танца». Москва, «Советская Россия», 1968 г.
  13. Котельникова Е. «Биомеханика хореографических упражнений». С-Пб, «ЛГИК им. Крупской», 1973
  14. Новицкая Г. «Уроки танца». С-Пб, «Композитор», 2003 г.  
Прибылов Г. «Методические рекомендации и программа по классическому танцу для самодеятельных коллективов». Москва, 1984 г.
  15. Пуртнова Т.В., Беликова А.Н., Цветная О.В. «Учите детей танцевать». Санкт-Петербург, «Владос», 2001 г.
  16. Ромм В. «Большой театр Сибири». Новосибирск, «Книжное издательство», 1990 г.
  17. Руднева С., Фиш Э. «Ритмика. Музыкальное движение». Москва, «Просвещение», 1972 г.
  18. Слыханова В.И. «Мастер русского танца». Москва, «Балет», 2011 г.
  19. Слыханова В.И. «Формирование двигательных навыков». Москва, «Балет», 2007 г.
  20. Смирнов И. «Искусство балетмейстера». Москва, «Просвещение», 1986 г.
  21. Ткаченко Т. «Народные танцы». Москва, «Искусство», 1975 г.
  22. Шерстнев В.Г. «С чего начинается танец». Москва, 2010 г.

23. Ярмолевич Л. «Принципы музыкального оформления урока классического танца». Москва, «Искусство», 1968 г.

**Литература для обучающихся и родителей (законных представителей):**

1. Васильева Т.К. «Секрет танца». СПб, «Динамит», «Золотой век», 1997 г.
2. Дешкова И. «Загадки Терпсихоры». Москва, «Детская литература», 1989 г.
3. Дункан А. «Моя жизнь». Москва, «Профиздат», 1996 г.
4. Жданов Л. «Вступление в балет». Москва, «Планета», 1986 г.
5. Красовская В. «История русского балета». Москва, 1995 г.
6. Пасютинская В. «Волшебный мир танца». Москва, «Просвещение», 1986 г.
7. Ромм В. «Большой театр Сибири». Новосибирск, «Книжное изд-во», 1990 г.
8. Тейдер В. «Александр Лапаури». Москва, «Искусство», 1980 г.

Тематический материал для детей по теме:

1. "Балет, балет, балет..."
2. "Бальный танец. От эпохи Средневековья до наших дней"
3. "Откуда ты, русский танец?"
4. Сказки для детей.

**РЕПЕРТУАР КОЛЛЕКТИВА**

- Этюд Русский танец
- Этюд Белорусский танец
- "Птичий двор"
- "Носики-курносики"
- "Снежинки"
- "Ребятки-тигрятки"
- "Цыплята"

- "Раз ладошка, два ладошка"
- "Домовята"

## Календарный учебный план-график

(стартовый уровень)

№	М ес яц	Чи сл о	Время провед ения занятия	Форма занятия	Кол- во часов	Название темы	Место проведе ния	Форма контро ля
1.	IX			группо вая	2	Организационн ое занятие. Знакомство с руководителем, коллективом; с правилами техники безопасности, с противопожарн ыми правилами; правилами коллектива.	МБОУ «СОШ №1», танцевал ьный класс (каб.№1)	наблю дение
2.	IX			группо вая	2	Элементы народных танцев. Введение в изучение культуры народов мира.	МБОУ «СОШ №1», танцевал ьный класс (каб.№1)	наблю дение
3.	IX			группо вая	2	Азбука музыкального движения. Темп: медленно, быстро, умеренно.	МБОУ «СОШ №1», танцевал ьный класс (каб.№1)	наблю дение
4.	IX			группо	2	Элементы классического	МБОУ «СОШ	наблю

				вая		танца. Позиции ног (I, VI)	№1», танцевальный класс (каб.№1)	дение
5.	X			групповая	2	Историко-бытовой танец. Беседа о старинных танцах и костюмах.	МБОУ «СОШ №1», танцевальный класс (каб.№1)	наблюдение
6.	X			групповая	2	Элементы народного танца. Положения рук, ног, шаги с носка.	МБОУ «СОШ №1», танцевальный класс (каб.№1)	наблюдение
7.	X			групповая	2	Элементы классического танца. Позиции рук (подготовительная, I, II, III)	МБОУ «СОШ №1», танцевальный класс (каб.№1)	наблюдение
8.	X			групповая	2	Элементы народного танца. Выведение ноги на каблук.	МБОУ «СОШ №1», танцевальный класс (каб.№1)	наблюдение
9.	XI			групповая	2	Элементы классического танца. Постановка корпуса	МБОУ «СОШ №1», танцевальный класс (каб.№1)	наблюдение
10.	XI			групповая	2	Элементы народного танца.	МБОУ «СОШ №1»,	наблюдение

						Повторение и закрепление материала.	танцевальный класс (каб.№1)	
11.	XI			групповая	2	Элементы классического танца. Закрепление пройденного материала.	МБОУ «СОШ №1», танцевальный класс (каб.№1)	наблюдение
12.	XI			групповая	2	Элементы народного танца. Закрепление пройденного материала.	МБОУ «СОШ №1», танцевальный класс (каб.№1)	наблюдение
13.	XI I			групповая	2	Элементы классического танца. 1-ое port de bras.	МБОУ «СОШ №1», танцевальный класс (каб.№1)	наблюдение
14.	XI I			групповая	2	Постановочная и репетиционная работа. Этюд русского танца.	МБОУ «СОШ №1», танцевальный класс (каб.№1)	Наблюдение, самоконтроль обучающихся
15.	XI I			групповая	2	Элементы классического танца. Battement tendu по I позиции в сторону.	МБОУ «СОШ №1», танцевальный класс (каб.№1)	наблюдение
16.	XI I			групповая	2	Элементы народного танца. Рисунки	МБОУ «СОШ №1», танцевал	наблюдение

						хороводов (замкнутый круг, цепочка, воротца, змейка).	ьный класс (каб.№1)	
17.	I			групповая	2	Элементы классического танца. Закрепление пройденного материала.	МБОУ «СОШ №1», танцевальный класс (каб.№1)	наблюдение
18.	I			групповая	2	Элементы народного танца. Закрепление пройденного материала.	МБОУ «СОШ №1», танцевальный класс (каб.№1)	наблюдение
19.	I			групповая	2	Элементы классического танца. Закрепление пройденного материала.	МБОУ «СОШ №1», танцевальный класс (каб.№1)	наблюдение
20.	I			групповая	2	Элементы классического танца. Demi-plié по I позиции.	МБОУ «СОШ №1», танцевальный класс (каб.№1)	наблюдение
21.	II			групповая	2	Элементы народного танца. Открывание и закрывание рук (из I во II).	МБОУ «СОШ №1», танцевальный класс (каб.№1)	наблюдение
22.	II			групповая	2	Элементы классического танца.	МБОУ «СОШ №1»,	наблюдение

						Battement tendu, demi-plie.	танцевальный класс (каб.№1)	
23.	II			групповая	2	Элементы народного танца. Шаги с переступанием.	МБОУ «СОШ №1», танцевальный класс (каб.№1)	наблюдение
24.	II			групповая	2	Элементы классического танца. Demi-plie на середине зала	МБОУ «СОШ №1», танцевальный класс (каб.№1)	наблюдение
25.	IV			групповая	2	Историко-бытовой танец. Шаг полонеза.	МБОУ «СОШ №1», танцевальный класс (каб.№1)	наблюдение
26.	III			групповая	2	Элементы народного танца. Бег по кругу, на месте, по диагонали.	МБОУ «СОШ №1», танцевальный класс (каб.№1)	наблюдение
27.	III			групповая	2	Элементы народного танца. Бег «Лошадки», прыжки «Лягушки».	МБОУ «СОШ №1», танцевальный класс (каб.№1)	наблюдение
28.	III			групповая	2	Элементы народного танца. Ковырялочка.	МБОУ «СОШ №1», танцевал	наблюдение

							ьный класс (каб.№1)	
29.	III			группо вая	2	Постановочная и репетиционная работа. Повторение пройденного материала.	МБОУ «СОШ №1», танцевал ьный класс (каб.№1)	Наблю дение, самоко нтроль обуча ющихс я
30.	IV			группо вая	2	Азбука музыкального движения. Шаги на месте, вокруг себя, влево/вправо.	МБОУ «СОШ №1», танцевал ьный класс (каб.№1)	наблю дение
31.	IV			группо вая	2	Элементы народного танца. Полька с поклоном.	МБОУ «СОШ №1», танцевал ьный класс (каб.№1)	наблю дение
32.	IV			группо вая	2	Постановочная и репетиционная работа. Веселая полька «И-ха-ха». Этюд белорусского танца.	МБОУ «СОШ №1», танцевал ьный класс (каб.№1)	Наблю дение, самоко нтроль обуча ющихс я
33.	V			группо вая	2	Постановочная и репетиционная работа. Подготовка к концерту.	МБОУ «СОШ №1», танцевал ьный класс (каб.№1)	Наблю дение, самоко нтроль обуча ющихс я
34.	V			группо вая	2	Участие в весеннем концерте.	МБОУ «СОШ №1»,	Конце рт

							танцевальный класс (каб.№1)	
35.	V			групповая	2	Постановочная и репетиционная работа. Подготовка к открытому уроку.	МБОУ «СОШ №1», танцевальный класс (каб.№1)	Наблюдение, самоконтроль обучающихся
36.	V			групповая	2	Открытый урок (итоговое занятие)	МБОУ «СОШ №1», танцевальный класс (каб.№1)	Открытый урок, самоконтроль

## Приложение 1. Словарь используемых терминов

Arabesque – поза, когда опорная нога танцовщика стоит либо на полной стопе, либо на полупальцах, либо на пуантах, а рабочая нога поднята с вытянутым коленом на 30<sup>0</sup>, 45<sup>0</sup>, 90<sup>0</sup> или 120<sup>0</sup> градусов.

Attitude – танцовщик стоит на одной ноге, другая отведена назад за плечо и согнута в колене.

Battement tendu – движение ноги, которая скользящим движением отводится на носок вперед, назад или в сторону.

Battement frappe – «ударяющий» батман, стопа приводится в положение sur le sou-de-pied в момент сгибания и открывается носком в пол или на высоту 45° в момент разгибания вперед, в сторону или назад.

Battement releve lent – плавный подъем ноги через скольжение по полу вперед, в сторону или назад.

Changement de pieds – прыжок с двух ног на две из 5 позиции в 5, с обязательной переменной ног.

Croise – поза классического танца со скрещенным (закрытым) положением ног.

Demi-plie – полуприседание, при котором пятки не отрываются от пола.

Demi rond de jamb par terre – круг вытянутой ногой.

Developpe – разновидность батмана; движение, в котором работающая нога скользит из 5-й позиции носком по опорной ноге до колена и вытягивается вперед, в сторону или назад, а затем возвращается в 5-ю позицию.

Echappe – прыжок с двух ног на две из первой, третьей или пятой позиций во вторую или четвертую.

Efface – поза классического танца с развернутым (открытым) положением ног.

En dedans – направление движения работающей ноги, описывающей дугу назад - в сторону - вперед, то есть вовнутрь, к опорной ноге.

En dehors – направление движения работающей ноги, начинающей описывать дугу вперед - в сторону - назад, то есть наружу от опорной ноги.

Pas balance – движение, состоящее из pas tombe с продвижением в какую-либо сторону и двух переступаний ног на месте.

Pas couru – легкий сценический бег.

Pas chasse – прыжок с собиранием вытянутых ног в воздухе в V позиции и одновременным продвижением в каком-либо направлении.

Pas de basque – прыжок с одной ноги на другую, с проскальзыванием вперед (назад) в V позиции.

Pas de bourree – мелкие движения, переступания с ноги на ногу.

Pas gala – мужское движение танца Мазурка. Состоит из растянутого на два счёта скользящего шага вперед со смягчением и последующим подскоком на опорной ноге. Особый парадный шик этого движения образуется за счёт поднятой назад ноги.

Pas marche – шаг, при котором, в отличие от естественного шага, нога становится на пол с вытянутого носка, а не с пятки.

Port de bras – правильное прохождение рук через основные позиции, закругленные (arrondi) или удлиненные (allonge) с участием поворотов или наклонов головы, а также перегибаний корпуса.

Preparation – (препарасьон – приготовление) подготовительное движение.

Releve – подъем на полупальцы.

Rond de jamb en l'air – круговое движение нижней части работающей ноги en dehors и en dedans при фиксированном бедре в воздухе на высоте 45° и 90°.

Rond de jamb par terre – круговое движение работающей ноги en dehors и en dedans, выполняемое носком по полу.

Sissonne fermee – прыжок из V позиция с demi-plie не вертикально вверх, а с отлетом в сторону, вся фигура отлетает налево, и правая нога открывается во II позицию. Когда левая нога ступает на пол, правая закрывается в V позицию назад одновременно с левой и подводится она скользя по полу носком.

Sissonne ouverte – прыжок из V позиция с demi-plie, во время которого

ноги соединены вместе, колени и пальцы вытянуты. После прыжка опуститься на одну ногу на plie, другую поднять вверх, проведя через положение sur le cou-de-pied, открыть на 45° — в сторону, вперед или назад.

Sissonne simple – прыжок из V позиция с demi-plie, во время которого ноги соединены вместе, колени и пальцы вытянуты, как при всяком прыжке. После прыжка опуститься на одну ногу на plie, другая sur le cou-de-pied, и закончить, сделав assemble.

Sur le cou-de-pied – положение вытянутой ступни "работающей" ноги на щиколотке опорной ноги спереди или сзади.

Temps leve saute – прыжок одной ногой, с возвращением на неё же, без продвижения, преимущественно сохраняя заданную позу.

Акчелерандо – ускорение.

Гавот – французский танец. В XVIII веке был введён Жаном-Батистом Люлли в репертуар придворной и салонной музыки.

Диминуэндо - постепенное уменьшение силы звука.

Затакт – отрезок музыкальной фразы, начинающейся со слабой доли, следовательно первый такт – неполный.

Крецендо – постепенное увеличение силы звука.

Легато – плавный переход одного звука в другой, пауза между звуками отсутствует.

Мелодия – певучее последование звуков, принадлежащих к какой-нибудь гамме или ладу.

Музыкальный размер – выражение метра, обозначает число долей определенной длительности, образующих такт. Размер изображается в виде дроби, в знаменателе которой указывается длительность одной доли (единицы измерения), в числителе — число таких долей в такте. Размеры бывают простые, сложные, смешанные, переменные.

Пиано – тихо.

Полонез – торжественный танец-шествие в умеренном темпе, имеющий польское происхождение. Исполнялся, как правило, в начале балов,

подчёркивая торжественный, возвышенный характер праздника. В полонезе танцующие пары двигаются по установленным правилами геометрическим фигурам. Музыкальный размер танца - 3/4.

Синкопированный ритм – ритмические фигуры, основанные на переносе акцента с сильной метрической доли на слабую.

Стаккато – исполнение звуков отрывисто, отделяя один от другого паузами.

Такт – единица музыкального метра, начинающаяся с наиболее сильной доли и заканчивающаяся перед следующей равной ей по силе; отрезок музыкальной фразы от сильной доли до следующей сильной доли.

Темп – называется скорость музыкального процесса. Форте – громко.

Хоровод – древний народный круговой массовый обрядовый танец, содержащий в себе элементы драматического действия.

Экосез – старинный шотландский народный танец. Сопровождался волынкой. В Европу проник в конце XVII века. Сперва во Франции, а позднее по всей Европе распространился под общим названием «англез». В России при Петре I назывался «английским танцем». Со временем стал весёлым парно-групповым танцем быстрого темпа, в двудольном размере. Музыкальный размер - 2/4.

**Диагностика результатов по общеобразовательной, общеразвивающей программе для детей «Хореография. Народный танец» (Стартовый уровень)**

Для оценивания теоретических знаний, практических навыков и умений, личностных качеств используются методы: наблюдение за деятельностью обучающихся, опрос, итоговое занятие, концерт.

Критерии оценки результатов:

1. **Уровень теоретических знаний** (широта кругозора, свобода восприятия теоретической информации, развитость практических навыков: осмысленность и свобода использования специальной терминологии).

2. **Уровень практической подготовки обучающихся** (соответствия уровня развития практических умений и навыков программным требованиям; качество выполнения практического задания: умение самостоятельно выполнять задание от начала до конца).

3. **Уровень развития и воспитанности обучающихся** (культура организации практического задания: аккуратность и ответственность при работе; развитость специальных и коммуникативных способностей).

**Критерии оценивания**

(по итогам исполнения программы на итоговом уроке, концерте)

уровень	Критерии оценивания выступления
Высокий уровень	Технически качественное и художественно-осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения.
Хороший уровень	Отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом, так и в художественном плане).

Средний уровень	Исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполнено движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученного движения и т. д.).
Низкий уровень	Комплекс недостатков, являющихся следствием нерегулярных занятий, невыполнение программы учебного предмета.

Приложение №3. Оценочный лист

Формы контроля (выявления результатов)			Формы и способы фиксации результатов контроля
Входной контроль	Текущий контроль	Итоговый контроль	
прослушивание	прослушивание, наблюдение, беседа, коллективное творческое дело	конкурс, концерт, участие в массовых мероприятиях	грамота, диплом, благодарственное письмо; фотографии, аудиозапись, видеозапись; диагностическая карта наблюдений