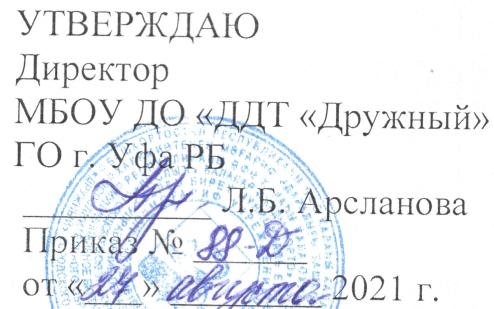


Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного образования «Дом детского творчества «Дружный»  
городского округа город Уфа Республики Башкортостан



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«В мире танца»

(возраст обучающихся: 5–14 лет; срок реализации: 4 года)

РАССМОТРЕНО  
на заседании методического совета  
протокол № 1  
«25» августа 2021 г.

УТВЕРЖДЕНА  
педагогическим советом  
протокол № 1  
«26» августа 2021 г.

Автор-составитель программы:  
Баязитова Ирина Александровна,  
педагог дополнительного образования  
высшей квалификационной категории

Уфа – 2021 год

## **Пояснительная записка.**

Модифицированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «В мире танца», разработана на основе нескольких авторских программ (Богачева Ю.В., Цацурина В.А., Белова Г.Н.) в соответствии с требованиями федерального компонента государственного стандарта.

**Направленность** программы художественно – эстетическая.

Программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ;
- Концепция развития дополнительного образования детей (распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014г. № 1726-р)
- Приказ Министерства просвещения РФ № 196 от 09.11.2018 года «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (с изменениями на 27 октября 2020 года);
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»
- Паспорт приоритетного проекта "Доступное дополнительное образование для детей" (утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам, протокол от 30 ноября 2016 г. № 11);

- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, включая разноуровневые Письмо Минобрнауки России № 09-32-42 от 18.11.2015
- Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных образовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей. (Письмо Минобрнауки России от 29 марта 2016г, №ВК 641-09)

**Танец** – это деятельность, несущая зрительно - эмоциональное наслаждение, влияющая на социально - нравственное воспитание ребенка. Хореографические занятия позволяют развить у ребенка потребность жить и преобразовывать мир по законам красоты, выработать у него сопротивляемость к негативным явлениям и поступкам, потребность вести здоровый образ жизни. Хореография, являясь одним из синтетических видов творчества, включает в себя основы различных видов искусств: музыкального и театрального, декоративно-прикладного и художественного творчества, народного танца и пластики. Занятия танцами способствуют не только развитию внешних данных ребенка, но и формированию его внутреннего мира. Искусство танца - искусство коллективное.

Поэтому, так актуально музыкально - эстетическое развитие детей в дополнительном образовании.

**Актуальность программы.** Целью хореографических занятий является эстетическое развитие, духовно - нравственное становление и воспитание детей посредством хореографических занятий.

Исходя из этого, в программу включен танцевальный материал социально значимых жанров хореографии: элементы классического, современного, народно - сценического, историко — бытового танца репертуар включает танцы разных стилей. Содержание программы дает возможность детям на собственной практике, сопоставляя, сравнивая и осмыслив исполнения движения, получить тот запас знаний умений и навыков, которые помогут им в дальнейшем самостоятельно

разбираться в искусстве хореографии и критически верно оценивать танцы с позиции современной эстетики.

В программу частично введены задания на импровизацию танца на основе разучиваемых движений. Музыка и танцы авторской композиции в некоторых случаях могут быть использованы для составления собственных произвольных композиций на основе движений данного танца. Следует поощрять импровизации на тему национальной и современной музыки, развивая творческое воображение учеников, путем бесед, раскрывая характер музыки и стиль танца. Коллективная танцевальная деятельность – это приобщение участников танцевального коллектива через живое исполнительство к культуре движений, гармоничности, пластической выразительности, динамике, темпу, ритму движения.

В программе изложены требования, предъявляемые к танцевальным элементам, умениям и навыкам учеников, чтобы было ясно, чему должны научиться ребята за истекший год занятий и за весь курс обучения в целом.

Как показывает практика, последовательное обучение искусству классического и народного танца способствует освоению разнообразных танцевальных явлений, навыков, художественной выразительности и развитию творческих способностей. Кроме того, в коллективе формируется толерантность к друг другу, высокая мотивация к исправлению своих недостатков, развитие самовоспитания, самообразования. Коллективные требования к каждому участнику совместного труда закладывают базовые свойства личности.

Занятия по программе «Мир танца» многофункциональны: это и средство общего развития ребенка, его индивидуально - психологических способностей, двигательных умений и навыков; первичных навыков учебной деятельности, форма взаимодействия, сотрудничества ребенка и педагога, опосредованная постижением мира танцевального искусства. Включение в содержание программы занятий разной направленности (физических упражнений, музыки, гимнастики, ритмики, игры, импровизации) позволяет создать условия для разностороннего развития личности юного танцора, его чувственно - эмоциональной сферы, творческих способностей.

Педагогу следует пользоваться любым поводом на занятиях, чтобы расширить круг эстетических представлений и интересов воспитанников, рассматривать примеры и рассказывать об известных танцорах в мире танцевального искусства, устраивать просмотры фильмов, передач о танце.

Материал программы подобран с учетом возрастных особенностей детей, их возможностей и интересов.

Программа предусматривает возможность внесения дополнений и изменений с учетом национальных особенностей.

**Новизна.** Особенностью предлагаемой программы является возможность её реализации в целом, как самостоятельной по всем этапам, так и при включении её отдельных этапов в другие комплексные развивающие образовательные программы.

Новизна программы состоит в том, что в ней учтены и адаптированы к возможностям детей разных возрастов основные направления танца и пластики, включающие: классический, историко-бытовой, народно-сценический и современный 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. В данной программе прослеживается преемственность в организации системы физических упражнений, направленных на укрепление и оздоровление детей как здоровых, так и имеющих отклонения в состоянии здоровья на различных возрастных этапах.

Материал программы подобран с учетом возрастных особенностей детей, их возможностей и интересов.

Концептуальная идея программы состоит в целенаправленной работе по расширению возможностей творческой реализации детей, соответствующей их духовным и интеллектуальным потребностям посредством приобщения к миру хореографии.

**Цель программы:** эстетическое развитие и воспитание детей посредством хореографических занятий.

**Задачи:**

**Образовательные:**

1. Сформировать представление об элементах гимнастики, ритмики, а также основных направлениях хореографии: классический танец, народно-специальный танец, историко-бытовой танец, современный танец.
2. Обеспечить практическое применение теоретических знаний в области различных танцевальных техник.
3. Научить слушать музыку и улавливать тактический рисунок.

**Воспитательные:**

1. Воспитание качества инициативности, целеустремленности, ответственности по отношению к своему и чужому труду;
2. Формирование художественного вкуса, эмоционально-ценостного отношения к искусству;
3. Воспитание художественного вкуса;
4. Обеспечение социализации детей в коллективе и способствование возникновению уважительных отношений между обучающимися;
5. Формирование готовности к социальному и профессиональному самоопределению;
6. Способствование формированию творческой личности.

**Развивающие:**

1. Развитие физических качеств координации, быстроты, гибкости, силы, ловкости, выносливости и умений рационально использовать их в различных условиях;
2. Развитие специфических видов памяти: моторной, слуховой и обзорной;
3. Развитие творческих способностей;
4. Развитие музыкально — эстетического вкуса.

Исходя из этих целей и задач, в программе изложены требования, предъявляемые к танцевальным элементам, умениям и навыкам обучающихся, чтобы было ясно, чему должны научиться ребята за истекший год занятий и за весь курс обучения в целом.

Программа разработана в три этапа по возрастным категориям, по принципу «от простого к сложному».

**1 этап** – накопление базовых знаний и навыков.

**2 этап** – применение накопленных знаний в рамках занятия и концертно - сценических мероприятий.

**3 этап** – совершенствование исполнительского стиля.

По каждой возрастной группе обучение предполагает определенный минимум умений, навыков, сведений по хореографии.

На каждом этапе обучения по возрасту дается материал по основным трем разделам:

1) Гимнастика. Ритмика. Танец;

2) «Классический танец. Историко - бытовой и народно - сценический танец», «Эстрадный танец и подготовка репертуара»;

3) Танцевальная импровизация по направлениям хореографии.

В первый раздел включаются ритмические, танцевальные упражнения и гимнастика, имеющие целью музыкально - ритмическое развитие обучающихся.

Занятия гимнастикой приводят организм обучающегося к таким изменениям, которые делают его способным к значительным физическим напряжениям. Подобраны такие упражнения, которые целенаправленны по воздействию и призваны развить организм, укрепить его, усовершенствовать, оздоровить.

Занятия по ритмике способствуют развитию общей музыкальности и чувства ритма и, что особенно важно для детей, координации движений и переключению ребенка на активные виды деятельности, снятию утомления

от неподвижного сидения, психологическому раскрепощению ребёнка, формированию уверенности в своих силах.

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

В дальнейшем ритмическое воспитание происходит непосредственно в элементах танцевальных движений.

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

Во втором разделе вводятся элементы классического танца, историко-бытового, сценического танца, эстрадный танец. Построенные по степени усложнения, упражнения подготавливают к более сложным движениям и физической нагрузке, укрепляют мышцы спины, ног, способствуют развитию координации движений. Использование различных танцев позволяет развивать координацию корпуса, рук, ног и головы. Понятие и элементы историко - бытового танца представлены в программе в жатом виде, однако представление об этом направлении невозможно исключить, так как способствует развитию танцевальности, музыкальности, чувства позы, знакомит обучающихся со стилями и манерами разных эпох.

Третий раздел - танцевальная импровизация под музыку - включает упражнения, этюды и экспромты на заданную и свободную тему. В задания на импровизацию включены темы, близкие детскому воображению; сюжеты и настроения, связанные с природой, сказочными героями любимых книг, мультфильмов, литературные и музыкальные героические темы для более старших обучающихся. Рекомендуется также воспроизводить по записи подлинные танцы по направлениям, доступный для детей разного возраста.

Эффективной формой работы с детьми группы (7 – 9 лет) является игра, которая имеет несколько значений: знакомство с русским фольклором

(старинные русские игры), усвоение элементов народно - сценического танца (танец сопровождает игру), приобщение к коллективной деятельности, развитие музыкальных способностей, снятие напряжения после тренировочных упражнений.

В процессе обучения используются следующие формы работы: теоретические занятия (беседы, викторины, чтение литературы), практические занятия.

Разделы программы в процентном отношении распределяются примерно следующим образом: 40 % отводится на музыкально — ритмичные и тренировочные упражнения и разучивание элементов танцев репертуара; 60 % занимает разучивание композиций репертуара и тренировочная работа. Естественно, что в возрастном аспекте соотношения могут несколько изменяться, что видно из почасовой раскладки танцевального материала.

**Межпредметные связи.** Программа предусматривает связь с такими предметами как: музыка, изобразительное искусство, окружающий мир, психология, история, литература.

**Адресат программы,** участвующих в реализации программы от 5 до 14 лет.

Младшая группа — 5 - 6 лет

Младшая группа — 7-9 лет

Средняя группа - 10-11 лет

Старшая группа- 12-14 лет

По окончании обучения каждой возрастной группы ребенок может перейти в следующую группу, либо закончить обучение по данной программе.

**Срок реализации программы: 4 года.**

**Форма обучения:** Очная, возможен дистанционный формат обучения. При реализации программы используются различные образовательные технологии, в том числе дистанционные образовательные технологии (ZOOM, WhatsApp приложение, telemost.yandex.ru, VK)

Так же в программе используются современные формы занятий:

- челендж, танцевальные флешмобы, тематические квесты.

**Режим занятий:** Занятия проводятся в групповой форме два раза в неделю по 2 академических часа с переменой 10 минут. Театральные занятия проводятся со всеми детьми без специального отбора.

**Ожидаемые результаты:**

В соответствии с каждым этапом программы обучающийся **должен освоить**:

- терминологию, используемую на уроке;
- последовательность изучаемых элементов урока;
- структуру и основные части урока;
- методику изучения танцевальных движений и упражнений;
- принципы составления учебных комбинаций;
- способы соотношения данных элементов с музыкальным сопровождением.
- организацию труда, рабочего места на уроке и сцене.

Основными показателями танцевальной культуры и эстетической воспитанности обучающихся, прошедших полный курс обучения, можно считать:

- музыкальность и выразительность;
- основное отношение к танцу как художественному произведению, отражающему чувства и мысли человека, национальную специфику движений и социальный характер своего времени;
- правдивость и искренность в передаче танцевального образа;

**должны знать:**

- позиции ног и рук, постановка корпуса классического и народного танца;
- термины, соответствующие изученным позициям и движениям;
- рисунки танцевальных композиций;
- выразительные средства музыки и танца.

**должны уметь:**

- ритмично двигаться под музыку;
- хлопать в такт музыки;

- различать контрастность звучания музыки (громко - тихо, быстро - медленно, весело - грустно);
- выполнять шаги;
- бег с высоким подниманием бедра, бег на полупальцах;
- выполнять упражнения классического, народного и эстрадного танца;
- выражать в пластике содержание музыки и ее образ;
- передавать в движении характер танца;
- импровизировать на темы классической, народной и современной музыки;
- грамотно исполнять танцевальные композиции.

### **Форма и методы проверки результатов освоения программы:**

- мониторинг;
- оценивание уровня хореографической подготовки по критериям;
- проведение вводного, промежуточного, итогового контроля:  
*вводный*, который предназначен для оценки начального уровня знаний, с которым обучающиеся пришли заниматься в объединение;  
*промежуточный*, проводимый после завершения первого полугодия и предназначен для закрепления знаний, навыков и умений по пройденным темам;  
*итоговый*, проводимый после завершения учебного года или всей учебной программы.

Контроль осуществляется в следующих формах: выступление, беседа, тестирование, участие в мероприятиях, концертах.

### **Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы**

- Интеграция с творческими коллективами района, города.
- Участие в районных, городских, республиканских, международных конкурсах и фестивалях.
- Участие в районных и городских мероприятиях.

## **ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ**

### **Цель:**

- приобщение обучающихся к искусству хореографии, в процессе освоения различных танцевальных направлений (понятия: классический танец, эстрадный, народный танец).

### **Задачи:**

1. обучить простым танцевальным умениям и навыкам;
2. научить технически верно выполнять основные элементы классического, народного и эстрадного танца.
3. сформировать умения работать в коллективе.

### **Ожидаемый результат.**

К концу года обучающиеся **должны знать**:

- позиции ног и рук классического танца;
- термины, соответствующие изученным позициям и движениям.

### **должны уметь:**

- ритмично двигаться под музыку;
- хлопать в такт музыки;
- различать контрастность звучания музыки (громко - тихо, быстро - медленно, весело - грустно);
- правильно выполнять поклон;
- выполнять шаги: на полупальцах, выполнять приставной и переменный шаг, с высоким подниманием бедра;
- бегать на полупальцах;
- правильно выполнять основные движения классического, народного и эстрадного танца, изученные на I году обучения;
- выполнять упражнения на растяжку мышц бедра, на координацию движений, на развитие гибкости.

**Формы подведения итогов.** Организация посещений обучающихся на концерты танцевальных коллективов, организация экскурсий в музеи и

театры, проведение итогового контроля по критериям, поощрение и награждение.

### **Учебно - тематический план**

#### **младшей группы 5-6 лет**

<b>№ п/п</b>	<b>Содержание и виды работы</b>	<b>Всего часов</b>	<b>теория</b>	<b>практика</b>
1.	Организационное занятие	1	1	-
2.	Гимнастика. Ритмика. Танец.	26	2	24
3.	Элементы классического танца	20	2	18
4.	Элементы народно — сценического танца	16	2	14
5.	Эстрадный танец	24	2	22
6.	Танцевальная импровизация. Музыкально-танцевальные игры.	8	1	7
7.	Постановочная работа	24	2	22
8.	Репетиционная работа	22	2	20
9.	Мероприятия воспитательно - познавательного характера: Беседы, прослушивание музыки, посещение концертов	2	1	1
10	Итоговое занятие.	1	-	1
	<b>ИТОГО:</b>	<b>144</b>	<b>15</b>	<b>129</b>

#### **Содержание программы - младшая группа 5-6 лет**

##### **1. Организационное занятие. (1 ч)**

Знакомство педагога с обучающимися. Обсуждение правил техники безопасности и поведения во время занятий. ПДД и ППБ. Изучение поклона.

## **2. Гимнастика. Ритмика. Танец. (26 ч)**

### **Гимнастика**

Теоретическая часть. Основные задачи гимнастики:

- укрепление опорно-двигательного аппарата;
- развитие силы мышц, укрепление суставов и повышение их подвижности;
- развитие выносливости и постановка дыхания; выработка навыков высокой культуры движений.

### Практическая часть.

**Элементы партерной гимнастики (исполняются на гимнастических ковриках).**

1. Упражнения, укрепляющие мышцы спины.
2. Упражнения, развивающие подъем стопы.
3. Упражнения, развивающие гибкость позвоночника.
4. Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса.
5. Упражнения развивающие подвижность тазобедренного сустава.
6. Упражнения развивающие выворотность ног.
7. Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага.

**Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов**

1. Упражнение для развития шеи и плечевого пояса в первоначальных музыкальных раскладках:
  - повороты головы в положении «направо», «прямо», «налево»;
  - наклоны и подъемы головы в положениях «прямо», «направо», «налево»;
  - круговые движения головой по кругу и целому кругу;
  - поднимание и опускание плеч;
  - поочередное поднимание и опускание плеч.
2. Упражнение для развития плечевого сустава и рук в первоначальных музыкальных раскладках:

- разведение рук в стороны;
- подъемы рук вперёд на высоту 90°;
- отведение рук назад;
- подъемы рук вверх и опускания вниз через стороны;
- подъемы рук вверх–вперёд и опускания вниз–вперёд;
- сгибание рук в локтях в направлении: вверх–в стороны и вниз–в стороны;
- сгибание рук в локтях в направлении: вверх–вперёд и вниз–вперёд;
- сгибания кистей в подготовительном положении: в стороны, вперёд, назад;
- сгибание кистей с руками, раскрытыми в стороны: вверх–в стороны–вниз, вперёд–в стороны–назад;
- сгибание кистей с руками, поднятыми вверх: в стороны – вверх - в стороны, вперёд – вверх - назад;
- вращение кистями (наружу, внутрь) в подготовительном положении;
- вращения кистями во II позиции;
- вращения кистями с руками, поднятыми вверх.

### 3. Упражнения на развитие поясничного пояса:

- наклоны корпуса в стороны;
- наклоны корпуса вперёд.

### 4. Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног:

полуприседания;

- отведение ноги в сторону на носок;
- отведение ноги в сторону на каблук;
- отведение ноги вперёд на носок;
- отведение ноги вперёд на каблук;
- отведение ноги в сторону с чередованием: позиция – носок – каблук – носок – позиция;
- отведение ноги вперед с чередованием: позиция – носок – каблук – носок – позиция;

- подъёмы согнутой в колене ноги вперёд;
- отведение ноги назад на носок;
- отведение ноги в сторону, вперёд с чередованием: позиция – носок – выпад – носок – позиция;
- отведение ноги в сторону, вперед с чередованием: – позиция – носок – выпад – носок
- полуприседанием;
- подъёмы на полупальцы;
- многократные прыжки на двух ногах;
- перескоки с ноги на ногу с отведением работающей ноги вперёд на носок;
- перескоки с ноги на ногу с отведением работающей ноги ноги вперёд на каблук.

## **РИТМИКА.**

### Теоретическая часть

1. Характер музыкального произведения, его темп, динамические оттенки, легато – стаккато.
2. Длительности, ритмический рисунок, акценты, музыкальный размер.

### Практическая часть.

#### **Музыкально-ритмические игры.**

- Упражнения, игры и метр:
- Сильные доли и такт:

Здесь используются упражнения и игры с акцентированием сильных долей такта при меняющихся музыкальных размерах ( $2\frac{1}{4}$ ,  $3\frac{1}{4}$ ,  $4\frac{1}{4}$ ).

- Сильные доли, слабые доли и музыкальный размер:

Здесь используются упражнения и игры на соотношение резких и спокойных движений с сильными и слабыми долями музыки.

### 2. Упражнения, игры и фразировка.

- Соотношение движений с музыкальным предложением (муз. размеры  $2\frac{1}{4}$ ,  $3\frac{1}{4}$ ,  $4\frac{1}{4}$ ):

- Соотношение движений с музыкальным периодом (муз. размеры 2\4, 3\4, 4\4):

3. Упражнения, игры и темп.

- Сохранение темпа движения во время музыкальной паузы:
- Соотношение темпа движения с постепенно изменяющимся темпом музыки:
- Соотношение резко меняющегося темпа музыки с хореографическим движением:
- Ускорение и замедление темпа движения в 2 раза при неизменном музыкальном темпе:

4. Упражнения, игры и динамика.

- Соотношения резко меняющейся силы музыкального звучания с хореографическим движением:
- Соотношение усиления и ослабления силы звучания музыки с хореографическим движением:

5. Упражнения, игры и характер музыкального произведения.

- Соотношение характеров музыки и движения:

## **ТАНЕЦ**

### Теоретическая часть

1. Понятия «мелодия», «поза», «движение».

### Практическая часть

#### **Ориентационно - пространственные упражнения.**

1. Изучение одноплановых рисунков и фигур: линейных – плоскостных (шеренга, колонна), объёмных (круг, «цепочка»);
2. Изучение одноплановых рисунков и фигур:
  - линейных (плоскостных) - шеренга горизонтальная; колонна горизонтальная;
  - объёмных - круг; «цепочка»;
3. Изучение приёмов перестроения из одноплановых рисунков и фигур в одноплановые:

из линейных в линейные:

- из шеренги горизонтальной в шеренгу горизонтальная;
- из колонны горизонтальная в шеренгу горизонтальную.

из объемных в объёмные:

- сужение и расширение круга;
- из круга в «цепочку»;

из объёмных в линейные и наоборот:

- из круга в горизонтальную шеренгу;
  - из круга в горизонтальную колонну;
  - из горизонтальной шеренги в круг;
  - из колонны горизонтальной в «цепочку»;
1. Танцевальные шаги, бег, прыжки, подскоки.

Изучение различного вида шагов с руками, находящимися в положении «ладони на талии»:

- 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.
2. Реверанс для девочек и поклон для мальчиков на 4/4.

### **3. Элементы классического танца (20 ч)**

Теоретическая часть. Терминология классического танца. Осанка. Позиции рук и ног в классическом танце. Растижка в игровой форме. Прыжки.

Практическая часть

1. Постановка корпуса (в выворотных позициях).
2. Позиции ног: I, III, II, V.
3. Позиции и положения рук: подготовительное положение, I, III, II позиции. После освоения на середине зала и лицом к станку.

4. Разучивание элементов классического танца у станка.
- Demi-pliés. Изучается лицом к станку в I II III позициях. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение.
- Battementstendus. Повторяются изученные элементы темы 2. Затем изучаются лицом к станку из I позиции назад. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение (по мере усвоения – 2 такта).
- Battements tendus с demi-pliés. Изучается из I позиции в сторону, вперед, назад. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение (по мере усвоения – 2 такта).

### **Экзерсис на середине зала**

1. Повторение элементов темы Постановка корпуса (в выворотных позициях),
2. Повторение элементов темы Позиции ног: I, II, III, V изученные в упражнениях у станку.
3. Повторение элементов темы Позиции и положения рук: подготовительное положение, I, III, II позиции.
4. Разучивание элементов классического танца на середине зала.  
Повторение изученных элементов.

### **4. Элементы народно - сценического танца (16ч.)**

Теоретическая часть. Народный танец как вид хореографического искусства. История о происхождении танцев у разных народов мира.

Практическая часть. Русский, Полька. Основные позиции ног, рук, корпуса, головы. Позиции ног, позиции рук и положения рук: Положения рук в паре. Положения корпуса и головы. Подготовка к началу движения. Поклоны. Элементарные ходы и проходки. Бег, подскоки, галоп.

### **5. Эстрадный танец (24 ч.)**

Теоретическая часть. Зарождение эстрадного танца, его история и развитие.

Практическая часть. Движения на координацию, прыжки, перестроение из одного рисунка в другой, движения по кругу, танцевальные движения в образах.

## **6. Танцевальная импровизация. Музыкально-танцевальные игры. (8ч.)**

Проводятся танцевальные игры с детьми «сочини свой танец», «медленно - быстро», «водные стихии», «разные шаги», «день - ночь» и другие в которых необходимо самостоятельно отобразить характер музыки в рамках задания. Исполняются танцевальные шаги (без музыки и с музыкой) в образах животных (зайца, лисы, медведя, волка, кошки, мышки) и птиц: диких и домашних (воробья, орла, совы, чайки, утки, курицы, петуха). Музыкальное сопровождение подбирается соответственно отображаемому образу (быстро, медленно, плавно, резко, тихо, громко).

## **7. Постановочная работа (24 ч.)**

Теоретическая часть. Понятия: сюжет, композиция. Создание сценического образа. Изучение танцевальных движений. Соединение движений в танцевальные комбинации. Раскрытие темы и идеи танцевальных композиций: «Зонтики», «Ламбада». Рождение образов, этюды на заданную тему.

Практическая часть. Постановка танцевальных композиций.

## **8. Репетиционная работа (22 ч.)**

Разработка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах. Отработка движений танцевального номера. Работа над синхронностью исполнения танца. Работа над музыкальностью. Развитие пластиности. Синхронность в исполнении. Работа над техникой исполнения. Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений. Ориентирование на танцевальной площадке.

## **9. Мероприятия воспитательно-познавательного характера:**

### **Беседы, прослушивание музыки, посещение концертов (2 ч.)**

Проводится совместное посещение музеев, концертов, танцевальных конкурсов и фестивалей, беседы с детьми на различные темы (хореография, здоровье, отношения с людьми). Проводятся беседы на темы танцевальной культуры, направлений в танце. Организация встречи с руководителями и

участниками других хореографических коллективов, открытые занятия для родителей, учащихся других направлений и педагогов.

Прослушивание и определение характера музыки по произведениям.

## **10.Итоговое занятие (1ч)**

Итоговый концерт для родителей, педагогов, коллектива как промежуточный итог, демонстрация успехов. Положительная оценка всех участников коллектива за год занятий (поощрение и награждение).

# **ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ**

### **Цель:**

- создание условий, способствующих раскрытию и развитию природных задатков и творческого потенциала ребенка в процессе обучения искусству хореографии.

### **Задачи:**

- 1.** Развитие творческих способностей через танцевальное искусство.
- 2.** Воспитание стремления к самосовершенствованию и духовному обогащению.

### **Ожидаемый результат.**

К концу 2 года обучающиеся **должны знать:**

- термины, соответствующие изученным позициям и движениям;
- требования к выполнению изученных движений;
- правила поведения на сцене.

### **должны уметь:**

- выполнять классический экзерсис;
- выполнять более сложные элементы современного, эстрадного, народно - сценического танца;
- применять изученные элементы различных танцевальных направлений в работе, соответствующие второму году обучения;
- участвовать в постановке танцевальных номеров.

## **Формы подведения итогов.**

Организация посещений обучающихся на концерты танцевальных коллективов, организация экскурсий в музеи и театры, проведение итогового контроля по критериям, поощрение и награждение.

### **Учебно - тематический план**

#### **младшая группа 7 - 9 лет**

<b>№ п/п</b>	<b>Содержание и виды работы</b>	<b>Всего часов</b>	<b>теория</b>	<b>практика</b>
1.	Организационное занятие	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>-</b>
2.	Гимнастика. Ритмика. Танец.	<b>22</b>	<b>2</b>	<b>20</b>
3.	Элементы классического танца	<b>16</b>	<b>2</b>	<b>14</b>
4.	Элементы народно — сценического танца	<b>16</b>	<b>2</b>	<b>14</b>
5.	Элементы историко - бытового танца	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>5</b>
6.	Эстрадный танец	<b>26</b>	<b>2</b>	<b>24</b>
7.	Танцевальная импровизация. Музыкально-танцевальные игры.	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>3</b>
8.	Постановочная работа	<b>26</b>	<b>2</b>	<b>24</b>
9.	Репетиционная работа	<b>24</b>	<b>2</b>	<b>22</b>
10	Мероприятия воспитательно - познавательного характера: Беседы, прослушивание музыки, посещение концертов	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
11.	Итоговое занятие.	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>1</b>
	<b>ИТОГО:</b>	<b>144</b>	<b>16</b>	<b>128</b>

## **Содержание программы - младшая группа 7- 9 лет**

### **1. Организационное занятие. (1 ч)**

Знакомство педагога с обучающимися. Обсуждение правил техники безопасности и поведения во время занятий. ПДД и ППБ. Изучение поклона.

### **2. Гимнастика. Ритмика. Танец. (22 ч)**

#### **Гимнастика.**

Теоретическая часть. Основные задачи гимнастики:

- укрепление опорно-двигательного аппарата;
- развитие силы мышц, укрепление суставов и повышение их подвижности;
- развитие выносливости и постановка дыхания; выработка навыков высокой культуры движений.

#### Практическая часть.

**Элементы партерной гимнастики (исполняются на гимнастических ковриках).**

1. Упражнения, укрепляющие мышцы спины: «Группировка» «Карандаш».
2. Упражнения, развивающие подъем стопы: Разворот стопы из VI позиции в I позицию.
3. Упражнения, развивающие гибкость позвоночника: «Корзиночка» «Полумостик», «Мостик»
4. Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса: «Плуг» «Уголок».
5. Упражнения развивающие подвижность тазобедренного сустава: «Неваляшка» «Passe' с разворотом колена».
6. Упражнения развивающие выворотность ног: «Лягушка» во всех положениях «Солнышко».
7. Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага: «Шпагат» вперед с обеих ног «Шпагат» поперечный.

**Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов**

1. Упражнение для развития шеи и плечевого пояса в первоначальных и ускоренных музыкальных раскладках
2. Упражнение для развития плечевого сустава и рук в первоначальных и ускоренных музыкальных раскладках.
3. Упражнения на развитие поясничного пояса в первоначальных и ускоренных музыкальных раскладках.
4. Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног.
5. Упражнение для развития шеи и плечевого пояса в первоначальных и ускоренных музыкальных раскладках.
6. Упражнение для развития плечевого сустава и рук в первоначальных и ускоренных музыкальных раскладках.

## **РИТМИКА.**

Теоретическая часть. Характер музыкального произведения, его темп, динамические оттенки, легато – стаккато. Длительности, ритмический рисунок, акценты, музыкальный размер.

### Практическая часть.

#### **Музыкально-ритмические игры.**

- Упражнения, игры и метр.
- Сильные доли и такт:

Здесь используются упражнения и игры с акцентированием сильных долей такта при меняющихся музыкальных размерах (2\4, 3\4, 4\4).

- Сильные доли, слабые доли и музыкальный размер:

Здесь используются упражнения и игры на соотношение резких и спокойных движений с сильными и слабыми долями музыки.

2. Упражнения, игры и фразировка.
3. Упражнения, игры и темп.
4. Упражнения, игры и динамика.
5. Упражнения, игры и характер музыкального произведения.

**ТАНЕЦ.** Теоретическая часть. Основные понятия. Музыкально-хореографическая, образная выразительность.

## Практическая часть.

### **Ориентационно - пространственные упражнения.**

1. Изучение одноплановых рисунков и фигур: линейных – плоскостных (шеренга, колонна), объёмных (круг, «цепочка»).
2. Изучение многоплановых рисунков и фигур.
3. Изучение приёмов перестроения из одноплановых рисунков и фигур в многограновые.
4. Изучение приёмов построения из многограновых рисунков и фигур в многограновые рисунки.
5. Танцевальные шаги, бег, прыжки, подскоки.

Изучение различного вида танцевальных шагов (в ритме полонеза, польки, русский переменный и дробный ход, па польки вперед и боковое).

6. Реверанс для девочек и поклон для мальчиков на 4/4, 2/4

### **3. Элементы классического танца (16 ч.)**

Теоретическая часть. Терминология классического танца. Осанка. Позиции рук и ног в классическом танце. Растворка в игровой форме. Прыжки.

## Практическая часть

1. Постановка корпуса (в выворотных позициях).
2. Позиции ног: I, III, II, V.
3. Позиции и положения рук: подготовительное положение, I, III, II позиции. После освоения на середине зала и лицом к станку.
4. Разучивание элементов классического танца у станка.
  - Demi-pliés. Изучается лицом к станку в I II III позициях. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение.
  - Battementstendus. Повторяются изученные элементы темы 2. Затем изучаются лицом к станку из I позиции назад. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение (по мере усвоения – 2 такта).
  - Battements tendus с demi-pliés. Изучается из I позиции в сторону, вперед, назад. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение (по мере усвоения – 2 такта).

- Положения ноги sur les cou-de-pié – «условное» и «обхватное». Изучается из I позиции в сочетании с battement tendus в сторону, вперед. Затем продолжается изучение лицом к станку с I позиции по точкам назад в сторону, в сторону назад. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов при музыкальном размере 3/4.
- Battements frappés. Изучается лицом к станку, носком в пол (вначале в сторону, затем вперед назад). Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт.
- Battements relevés lents ha 45°. Изучается из I позиции, стоя лицом к станку в сторону. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4.

### **Экзерсис на середине зала.**

1. Повторение элементов темы Постановка корпуса (в выворотных позициях),
  2. Повторение элементов темы Позиции ног: I, II, III, V изученные в упражнениях у станку.
- Повторение элементов темы Позиции и положения рук: подготовительное положение, I, III, II позиции.
  - Разучивание элементов классического танца на середине зала. Повторение изученных элементов.

### **4. Элементы народно-сценического танца (16 ч.)**

Теоретическая часть. Народный танец как вид хореографического искусства. История о происхождении танцев у разных народов мира.

Практическая часть. Башкирский, русский, полька. Основные позиции ног, рук, корпуса, головы. Позиции ног, позиции рук и положения рук: Положения рук в паре. Положения корпуса и головы. Подготовка к началу движения. Поклоны. Элементарные ходы и проходки. Дробные выступивания. Удары. Бег, подскоки, галоп.

### **5. Элементы историко-бытового танца (6 ч.)**

Теоретическая часть. Особенности танцев XVIII века. Влияние на манеру исполнения этих танцев быта, костюмов и причесок.

Практическая часть. Изучение основ танца XVIII века.

## **6. Эстрадный танец (26 ч.)**

Теоретическая часть. Зарождение эстрадного танца, его история и развитие.

Практическая часть. Движения на координацию, прыжки, перестроение из одного рисунка в другой, движения по кругу, танцевальные движения в образах. Изучение, закрепление и синхронность исполнения.

## **7. Танцевальная импровизация. Музыкально-танцевальные игры (4 ч.)**

Проводятся танцевальные игры с детьми «сочини свой танец», «медленно - быстро», «водные стихии», «разные шаги», «день - ночь» и другие в которых необходимо самостоятельно отобразить характер музыки в рамках задания. Исполняются танцевальные шаги (без музыки и с музыкой) в образах животных (зайца, лисы, медведя, волка, кошки, мышки) и птиц: диких и домашних (воробья, орла, совы, чайки, утки, курицы, петуха). Музыкальное сопровождение подбирается соответственно отображаемому образу (быстро, медленно, плавно, резко, тихо, громко).

## **8. Постановочная работа (26 ч.)**

Теоретическая часть. Понятия: сюжет, композиция. Создание сценического образа. Изучение танцевальных движений. Соединение движений в танцевальные комбинации. Раскрытие темы и идеи танцевальных композиций: «Валенки», «Куклы». Рождение образов, этюды на заданную тему.

Практическая часть. Постановка танцевальных композиций.

## **9. Репетиционная работа (24 ч.)**

Разработка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах  
Отработка движений танцевального номера. Работа над синхронностью исполнения танца. Работа над музыкальностью. Развитие пластиичности синхронности в исполнении. Работа над техникой исполнения. Отработка

четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений. Ориентирование на танцевальной площадке.

**10. Мероприятия воспитательно-познавательного характера:**

**Беседы, прослушивание музыки, посещение концертов (2 ч.)**

Проводится совместное посещение музеев, концертов, танцевальных конкурсов и фестивалей, беседы с детьми на различные темы (хореография, здоровье, отношения с людьми). Проводятся беседы на темы танцевальной культуры, направлений в танце. Организация встречи с руководителями и участниками других хореографических коллективов, открытые занятия для родителей, учащихся других направлений и педагогов.

Прослушивание и определение характера музыки по произведениям.

**11. Итоговое занятие (1 ч.)**

Итоговый концерт для родителей, педагогов, коллектива как промежуточный итог, демонстрация успехов. Положительная оценка всех участников коллектива за год занятий (поощрение и награждение).

## **ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ**

**Цель:** помочь в обучении самостоятельно фантазировать и разрабатывать новые танцевальные движения и сюжеты.

### **Задачи:**

1. развитие индивидуально - творческих способностей;
2. научить детей переживать, мыслить, запоминать и оценивать культуру своих движений.

### **Ожидаемый результат.**

К концу года обучающиеся **должны знать**:

- различные жанры танцевальной музыки;
- эстетику рисунка танца;
- историю зарождения танца различных направлений.

### **Должны уметь:**

- выполнять весь классический экзерсис;
- выполнять все изученные классические, народно-сценические и эстрадные комбинации;
- передавать в движении характер танца;
- выражать в пластике содержание музыки и ее образной ассоциации.

### **Формы подведения итогов.**

Организация внутреннего танцевального конкурса «Танцевальная импровизация», проведение итогового контроля по критериям, поощрение и награждение, диагностика.

### **Учебно - тематический план**

#### **средней группы 10-11 лет**

<b>№ п/п</b>	<b>Содержание и виды работы</b>	<b>Всего часов</b>	<b>теория</b>	<b>практика</b>
1.	Организационное занятие	1	1	-
2.	Гимнастика. Ритмика. Танец.	22	2	20

3.	Элементы классического танца	12	2	10
4.	Элементы народно — сценического танца	12	2	10
5.	Элементы историко - бытового танца	6	2	4
6.	Эстрадный танец	26	4	22
7.	Танцевальная импровизация	3	1	2
8.	Постановочная работа	28	2	26
9.	Репетиционная работа	28	2	26
10.	Мероприятия воспитательно - познавательного характера: Организационная работа	2	-	2
11.	Беседы.	1	1	-
12.	Прислушивание музыки	2	-	2
13.	Отчетный концерт.	1	-	1
	<b>ИТОГО:</b>	<b>144</b>	<b>19</b>	<b>125</b>

### **Содержание программы - средней группа 10-11 лет**

#### **1. Организационное занятие. (1 ч.)**

Знакомство педагога с обучающимися. Обсуждение правил техники безопасности и поведения во время занятий. ПДД и ППБ. Изучение поклона.

#### **2. Гимнастика. Ритмика. Танец. (22 ч.)**

**Гимнастика. Теоретическая часть.** Основные задачи гимнастики:

- развитие силы мышц, укрепление суставов и повышение их подвижности;
- развитие выносливости и постановка дыхания; выработка навыков высокой культуры движений.

**Практическая часть.**

**Элементы партерной гимнастики(исполняются на гимнастических ковриках по принципу – от простого к сложному).**

1. Упражнения, укрепляющие мышцы спины.
2. Упражнения, развивающие подъем стопы.
3. Упражнения, развивающие гибкость позвоночника.
4. Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса.
5. Упражнения развивающие подвижность тазобедренного сустава.
6. Упражнения развивающие выворотность ног.
7. Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага.

**Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов**

1. Упражнение для развития шеи и плечевого пояса в первоначальных и ускоренных музыкальных раскладках
2. Упражнение для развития плечевого сустава и рук в первоначальных и ускоренных музыкальных раскладках.
3. Упражнения на развитие поясничного пояса в первоначальных и ускоренных музыкальных раскладках.
4. Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног.
5. Упражнение для развития шеи и плечевого пояса в первоначальных и ускоренных музыкальных раскладках.
6. Упражнение для развития плечевого сустава и рук в первоначальных и ускоренных музыкальных раскладках.

**РИТМИКА.**

Теоретическая часть

1. Характер музыкального произведения, его темп, динамические оттенки, легато – стаккато.
2. Длительности, ритмический рисунок, акценты, музыкальный размер.

Практическая часть. Упражнения, игры и метр, темп, динамика, характер музыкального произведения. Сильные доли и такт. Соотношение характеров музыки и движения.

## **ТАНЕЦ.**

Теоретическая часть. Основные понятия в танце. Направления и характер исполнения.

Практическая часть. Изучение рисунков, фигур, перестроений. Изучение танцевальных шагов, бега, прыжков, подскоков. Применение их в творческой постановочной работе. Реверанс для девочек и поклон для мальчиков.

### **3. Элементы классического танца (12 ч.)**

Теоретическая часть. Терминология классического танца. Осанка. Позиции рук и ног в классическом танце. Прыжки.

Практическая часть. Постановка корпуса (в выворотных позициях). Позиции ног, позиции и положения рук. Разучивание элементов классического танца. Экзерсис на середине зала. Повторение изученных элементов.

### **4. Элементы народно - сценического танца (12 ч.)**

Теоретическая часть. Народный танец как вид хореографического искусства. История о происхождении танцев у разных народов мира.

Практическая часть. Русский, башкирский, китайский, цыганский танец. Основные позиции ног, рук, корпуса, головы. Позиции ног, позиции рук и положения рук. Положения рук в паре. Положения корпуса и головы. Подготовка к началу движения. Поклоны. Элементарные ходы и проходки.

### **5. Элементы историко-бытового танца (6 ч.)**

Теоретическая часть. Особенности танцев XVIII века. Влияние на манеру исполнения этих танцев быта, костюмов и причесок.

Практическая часть. Изучение основ бального танца.

### **6. Эстрадный танец (26 ч.)**

Теоретическая часть. Зарождение эстрадного танца, его история и развитие.

Практическая часть. Постепенное увеличение нагрузки и введение более усложненных движений на координацию, прыжки, перестроение из одного

рисунка в другой, движения по кругу, танцевальные движения в ранее созданных образах.

## **7. Танцевальная импровизация (3 ч.)**

### Теоретическая часть.

1. Беседа о хореографическом произведении, выбранном к импровизации.
2. Знакомство с музыкальным материалом импровизации.

Практическая часть. Создание сценического образа. Рассмотрение основных танцевальных движений. Выразительность и эмоциональность исполнения.

## **8. Постановочная работа (28 ч.)**

Теоретическая часть. Понятия: сюжет, композиция. Создание сценического образа. Изучение танцевальных движений. Соединение движений в танцевальные комбинации. Раскрытие темы и идеи танцевальных композиций: «Танец со свечами», «Родной край». Рождение образов, этюды на заданную тему.

Практическая часть. Постановка танцевальных композиций.

## **9. Репетиционная работа (28 ч.)**

Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах  
Отработка движений танцевального номера. Работа над синхронностью исполнения танца. Работа над музыкальностью. Развитие пластичности.  
Синхронность в исполнении. Работа над техникой исполнения. Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений. Ориентирование на танцевальной площадке.

## **10. Мероприятия воспитательно-познавательного характера.**

### **Организационная работа (2 ч.)**

Проводится совместное посещение музеев, концертов, танцевальных конкурсов и фестивалей, беседы с детьми на различные темы (хореография, здоровье, отношения с людьми). Проводятся встречи с руководителями и участниками других хореографических коллективов, открытые занятия для родителей, учащихся других направлений и педагогов.

## **11. Беседы (1 ч.)**

Понятия танцевальной культуры. Многонациональность музыкального языка, элементов и направлений в танце. Примеры знаменитых танцоров, творческих коллективов. Ознакомление детей с искусством хореографии. Восприятие хореографического искусства по тематическим фильмам, мероприятиям.

## **12. Прослушивание музыки (2 ч.)**

Слушание и определение характера музыки по произведениям.

## **13. Отчетный концерт (1 ч)**

Итоговый концерт для родителей, педагогов, коллектива как промежуточный итог, демонстрация успехов. Положительная оценка всех участников коллектива за год занятий (поощрение и награждение).

## **ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ**

**Цель:** помочь в разработке новых танцевальных композиций и совершенствование их через различные танцевальные направления.

### **Задачи:**

1. развитие творческих навыков;
2. совершенствование исполнительского мастерства.

### **Ожидаемый результат.**

К концу года обучающиеся **должны знать:**

- структуру и основные части урока в постановочной работе;
- движения и технику изучаемых танцевальных направлений;
- правила поведения на сцене и концертных площадках.

### **должны уметь:**

- выполнять все изученные комбинации и применять их в разработке танцевальных композиций;
- передавать характер танца танцевальных направлений;
- создавать танцевальные номера;
- четко и синхронно исполнять танцевальные композиции.

### **Формы подведения итогов:**

Тестирование на тему: «Классический танец», «Народный танец», проведение итогового контроля по критериям, поощрение и награждение, мониторинг.

### **Учебно - тематический план**

#### **старшей группы 12-14 лет**

<b>№ п/п</b>	<b>Содержание и виды работы</b>	<b>Всего часов</b>	<b>теория</b>	<b>практика</b>
1.	Организационное занятие	1	1	-
2.	Гимнастика. Ритмика. Танец.	16	-	16
3.	Элементы классического танца	10	2	8
4.	Элементы народно — сценического	16	2	14

	танца			
5.	Элементы историко - бытового танца	4	1	3
6.	Эстрадный танец	28	2	26
7.	Танцевальная импровизация	2	-	2
8.	Постановочная работа	30	2	28
9.	Репетиционная работа	32	2	30
10.	Мероприятия воспитательно - познавательного характера: Организационная работа	2	-	2
11.	Беседы.	1	-	1
12.	Прослушивание музыки	1	-	1
13.	Отчетный концерт.	1	-	1
	<b>ИТОГО:</b>	<b>144</b>	<b>12</b>	<b>132</b>

### **Содержание программы - старшей группы 12-14 лет**

#### **1. Организационное занятие (1 ч.)**

Знакомство педагога с обучающимися. Обсуждение правил техники безопасности и поведения во время занятий. ПДД и ППБ. Изучение поклона.

#### **2. Гимнастика. Ритмика. Танец. (16 ч.)**

##### **Гимнастика.**

###### Теоретическая часть

Основные задачи гимнастики:

- укрепление опорно-двигательного аппарата;
  - развитие силы мышц, укрепление суставов и повышение их подвижности;
  - развитие выносливости и постановка дыхания;
- выработка навыков высокой культуры движений.

### Практическая часть.

**Элементы партерной гимнастики(исполняются на гимнастических ковриках по принципу - от простого к сложному).**

1. Упражнения, укрепляющие мышцы спины.
2. Упражнения, развивающие подъем стопы.
3. Упражнения, развивающие гибкость позвоночника.
4. Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса.
5. Упражнения развивающие подвижность тазобедренного сустава.
6. Упражнения развивающие выворотность ног.
7. Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага.

**Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов**

1. Упражнение для развития шеи и плечевого пояса в первоначальных и ускоренных музыкальных раскладках
2. Упражнение для развития плечевого сустава и рук в первоначальных и ускоренных музыкальных раскладках.
3. Упражнения на развитие поясничного пояса в первоначальных и ускоренных музыкальных раскладках.
4. Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног.
5. Упражнение для развития шеи и плечевого пояса в первоначальных и ускоренных музыкальных раскладках.
6. Упражнение для развития плечевого сустава и рук в первоначальных и ускоренных музыкальных раскладках.

### **РИТМИКА.**

#### Теоретическая часть

1. Характер музыкального произведения, его темп, динамические оттенки.
2. Длительности, ритмический рисунок, акценты, музыкальный размер.

Практическая часть. Упражнения, игры и метр, темп, динамика, характер музыкального произведения. Сильные доли и такт. Соотношение характеров музыки и движения.

## **ТАНЕЦ.**

Теоретическая часть. Основные понятия в танце. Направления и характер исполнения.

Практическая часть. Изучение рисунков, фигур, перестроений. Изучение танцевальных шагов, бега, прыжков, подскоков. Применение их в творческой постановочной работе. Реверанс для девочек и поклон для мальчиков.

### **3. Элементы классического танца (10 ч.)**

Теоретическая часть. Терминология классического танца. Осанка. Позиции рук и ног в классическом танце. Прыжки.

Практическая часть. Постановка корпуса (в выворотных позициях). Позиции ног, позиции и положения рук. Разучивание элементов классического танца.

Экзерсис на середине зала. Повторение изученных элементов.

### **4. Элементы народно-сценического танца (16 ч.)**

Теоретическая часть. Народный танец как вид хореографического искусства. История о происхождении танцев у разных народов мира.

Практическая часть. Русский, башкирский, татарский, цыганский, китайский, армянский танец. Основные позиции ног, рук, корпуса, головы. Позиции ног, позиции рук и положения рук. Положения рук в паре. Положения корпуса и головы. Подготовка к началу движения. Поклоны. Элементарные ходы и проходки.

### **5. Элементы историко-бытового танца (4 ч.)**

Теоретическая часть. Особенности танцев XVIII века. Влияние на манеру исполнения этих танцев быта, костюмов и причесок.

Практическая часть. Изучение основ бального танца.

### **6. Эстрадный танец (28 ч.)**

Теоретическая часть. Зарождение эстрадного танца, его история и развитие.

Практическая часть. Движения на координацию, прыжки, перестроение из одного рисунка в другой, движения по кругу, танцевальные движения в образах.

## **7. Танцевальная импровизация (2 ч.)**

### Теоретическая часть.

1. Беседа о хореографическом произведении, выбранном к импровизации.
2. Знакомство с музыкальным материалом импровизации.

Практическая часть. Создание сценического образа. Рассмотрение основных танцевальных движений. Выразительность и эмоциональность исполнения.

## **8. Постановочная работа (30 ч.)**

Теоретическая часть. Понятия: сюжет, композиция. Создание сценического образа. Изучение танцевальных движений. Соединение движений в танцевальные комбинации. Раскрытие темы и идеи танцевальных композиций: «Весна», «Девушкины пляски», «Вечная память». Рождение образов, этюды на заданную тему.

Практическая часть. Постановка танцевальных композиций.

## **9. Репетиционная работа (32 ч.)**

Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах  
Отработка движений танцевального номера. Работа над синхронностью исполнения танца. Работа над музыкальностью. Развитие пластичности. Синхронность в исполнении. Работа над техникой исполнения. Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений. Ориентирование на танцевальной площадке.

## **10. Мероприятия воспитательно-познавательного характера.**

### **Организационная работа (2 ч.)**

Проводится совместное посещение музеев, концертов, танцевальных конкурсов и фестивалей, беседы с детьми на различные темы (хореография, здоровье, отношения с людьми). Проводятся встречи с руководителями и участниками других хореографических коллективов, открытые занятия для родителей, учащихся других направлений и педагогов.

## **11. Беседы (1 ч.)**

Понятия танцевальной культуры. Многонациональность музыкального языка, элементов и направлений в танце. Примеры знаменитых танцоров,

творческих коллективов. Ознакомление детей с искусством хореографии. Восприятие хореографического искусства по тематическим фильмам, мероприятиям.

**12. Прослушивание музыки (1 ч.)**

Слушание и определение характера музыки по произведениям.

**13. Отчетный концерт (1 ч.)**

Итоговый концерт для родителей, педагогов, коллектива как промежуточный итог, демонстрация успехов. Положительная оценка всех участников коллектива за год занятий (поощрение и награждение).

## **Методическое обеспечение программы.**

№	Тема	Формы занятий	Приёмы и методы организации учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал, техническое оснащение занятий	Формы подведения итогов
1.	Организационное занятие	беседа, теоритическое занятие	словесный, теоритический	муз.проигрыватель, муз.материал	беседа
2.	Гимнастика. Ритмика. Танец.	игровая	словесный, практический	муз.проигрыватель, муз.материал,зеркала	Контрольное занятие
2.	Элементы классического танца.	беседа практическое занятие челендж квест	словесный, теоритический, практический	муз.проигрыватель, муз.материал,наглядный материал (картинки, иллюстрации), видео,зеркала	контрольное занятие
3.	Элементы народно — сценического танца	беседа практическое занятие челендж квест	словесный, теоритический, практический	муз.проигрыватель, муз.материал,наглядный материал (картинки, иллюстрации),	контрольное занятие

				видео,зеркала	
4.	Элементы историко - бытового танца	беседа практическое занятие квест флешмоб	словесный, теоритический, практический	муз.проигрываете ль, муз.материал,наг лядный материал (картинки, иллюстрации), видео,зеркала	контрольное занятие
5.	Элементы эстрадного танца.	беседа, практическое занятие квест флешмоб	словесный, теоритический, практический	муз.проигрываете ль, муз.материал,зер кала	контрольное занятие
6.	Танцевальная импровизация	беседа, практическое занятие члендж	словесный, теоритический, практический	муз.проигрываете ль, муз.материал,зер кала	контрольное занятие

**Формы и методы** реализации программы:

- Уроки;
- групповые занятия;
- индивидуальные занятия;
- игровая деятельность;
- конкурсы;
- открытые занятия;
- отчетные концерты;
- члендж;
- танцевальные флешмобы;

- тематические квесты.

**Средства** реализации программы:

- учебно-тематические планы;
- методические указания и методическое обеспечение программы;
- специальная литература
- применение ИКТ технологий
- использование электронных платформ

### **Механизм выявления результатов реализации программы.**

Личная аттестация обучающихся. Наряду с коллективными результатами деятельности тщательно отслеживается динамика индивидуального хореографического развития обучающихся, их личные успехи. Способы оценки результатов имеют как общие для всех этапов обучения критерии, так и определяемые принадлежностью к определенной возрастной группе. Общие параметры оценивания включают: балетные данные, музыкально-ритмические способности, сценическая культура.

При переходе с одного этапа на другой, дети проходят контрольную аттестацию по изучаемым направлениям.

Такие условия перевода на следующий этап обучения обеспечивают стабильный и ровный состав каждой группы, гарантирует необходимый уровень хореографической подготовленности детей.

Оценка результативности освоения программы (деятельности) обучающихся основана на методе сравнительного анализа, при котором результаты обучения одних обучающихся сравниваются с достижениями других (социальная соотносительная норма), с прежними результатами того же воспитанника (индивидуальная соотносительная норма), с поставленными учебными целями и критериями (предметная соотносительная норма).

Наряду с основными методами оценки результативности применяется и текущий контроль, а также промежуточный и итоговый.

Текущий контроль регулярно (в рамках расписания) осуществляется педагогом дополнительного образования.

Промежуточная аттестация определяет, насколько успешно происходит развитие обучающегося и усвоение им образовательной программы на каждом этапе обучения.

Для учащихся 1 этапа обучения основным методом промежуточной аттестации является метод скрытого педагогического наблюдения и открытые занятия для родителей.

Основным методом промежуточной аттестации на 2 и 3 этапе обучения по программе являются:

- метод педагогического наблюдения;
- участие в творческих мероприятиях;
- концертные выступления обучающихся.

Итоговая аттестации проводится в конце каждого из этапов обучения по всем направлениям и фиксируется в соответствующей документации.

Процедура оценки эффективности обучения предполагает соотнесение следующих параметров и критериев, разработанных педагогом дополнительного образования.

### **Параметры и критерии оценивания уровня хореографической подготовки**

Параметры	Критерии
Балетные данные	<ul style="list-style-type: none"><li>• осанка</li><li>• выворотность</li><li>• танцевальный шаг</li><li>• подъем стопы</li><li>• гибкость</li><li>• прыжок</li></ul>
Музыкально-ритмические	<ul style="list-style-type: none"><li>• чувство ритма</li></ul>

способности	<ul style="list-style-type: none"> <li>• координация движений:</li> <li>• нервная</li> <li>• мышечная</li> <li>• двигательная</li> <li>• музыкально-ритмическая координация</li> </ul>
Сценическая культура	<ul style="list-style-type: none"> <li>• эмоциональная выразительность</li> <li>• создание сценического образа</li> </ul>

### Балетные данные

Оценке и контролю результатов обучения подлежат:

- Осанка. Для занятий танцами кроме хорошего физического развития необходимо выработать правильную осанку. Основа осанки – позвоночник и его соединения с тазовым поясом.
- Выворотность – способность развернуть ноги (в бедре, голени и стопе) наружу. Она зависит от двух факторов: от строения тазобедренного сустава и строения ног. Формирование голени и стопы у детей обычно заканчивается к двенадцати годам.
- Подъем стопы – изгиб стопы вместе с пальцами. Форма подъема (высокий, средний, маленький) находится в прямой зависимости от строения стопы и эластичности связок.
- Танцевальный шаг – способность свободно поднимать ногу на определенную высоту в сторону, назад, вперед при выворотном положении обеих ног.
- Гибкость тела зависит от гибкости позвоночного столба. Степень подвижность определяется строением и состоянием позвоночных хрящей.

- Прыжок, его высота и легкость зависят от силы мышц, согласованности всех частей тела (сгибателей и разгибателей суставов: тазобедренного, коленного, голеностопного, стопы и пальцев).
- Координация движений. Среди двигательных функций особое значение для танца имеет координация движений. Различают три основных вида координации: нервную, мышечную, двигательную.

*Нервная* координация определяет чувство ритма, равновесия, различных поз, осанки, запоминание движения и зависит от работы зрительного и вестибулярного аппаратов.

Для *мышечной* координации характерно групповое взаимодействие мышц, которое обеспечивает устойчивость тела (при ходьбе, беге и других движениях).

*Двигательная* координация – это процесс согласования движений тела в пространстве и во времени (одновременное и последовательное).

#### Музыкально – ритмическая координация

Это умение согласовывать движения тела во времени и пространстве под музыку.

*Эмоциональная выразительность* – это наличие актерского мастерства, умение свободно держаться на сцене.

### **Уровни развития параметров, определяющих эффективность хореографической подготовки на всех этапах**

Параметр	Уровни		
	Высокий	Средний	Низкий
<b>Балетные данные</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Хорошая осанка</li> <li>• Отличная выворотность (в бедрах, голени и стопах)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Не очень хорошая осанка</li> <li>• Выворотность в 2 из 3 суставов</li> <li>• Танцевальный шаг ниже 90°</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Плохая осанка</li> <li>• Выворотность в 1 из 3 суставов</li> <li>• Танцевальный шаг ниже 90°</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>Танцевальный шаг от 120°</li> <li>Высокий подъем стопы</li> <li>Очень хорошая гибкость</li> <li>Легкий высокий прыжок</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>шаг 90°</li> <li>Средний подъем</li> <li>Не очень хорошая гибкость</li> <li>Легкий средний прыжок</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Низкий подъем</li> <li>Плохая гибкость</li> <li>Нет прыжка</li> </ul>
<b>Музыкально-ритмические способности</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Отличное чувство ритма</li> <li>Координация движений (хорошие показатели в 3 из 3 пунктов)</li> <li>нервная</li> <li>мышечная</li> <li>двигательная</li> <li>Музыкально-ритмическая координация - четко исполняет танцевальные элементы под музыку</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Среднее чувство ритма</li> <li>Координация движений 2 показателя из 3</li> <li>Музыкально-ритмическая координация – не четко исполняет танцевальные элементы под музыку</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Нет чувства ритма</li> <li>Координации движений 1 показатель из 3</li> <li>Музыкально-ритмическая координация – не может соединить исполнение танцевальных элементов с музыкальным сопровождением</li> </ul>
<b>Сценическая культура</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Очень яркий, эмоционально выразительный ребенок, легко и непринужденно держится на</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Не очень эмоционально выразительный, есть не большой зажим на сцене</li> <li>Создание сценического</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Нет эмоциональной выразительности, очень зажат на сцене</li> <li>Не может создать</li> </ul>

	<p>сцене</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• создание сценического образа – легко и быстро</li> </ul> <p>перевоплощается в нужный образ</p>	<p>образа – не сразу</p> <p>перевоплощается в нужный образ</p>	<p>сценический образ</p>
--	--	--	--------------------------

От этапа к этапу спектр возможностей обучающихся расширяется, хотя параметры и критерии оценивания остаются прежними. Уровень предъявляемых требований коррелируется с возрастающим уровнем развития параметров на каждом этапе обучения, что предусмотрено программой по хореографии.

Показатели успеваемости по программе в целом складываются из суммы итогов аттестации по каждому направлению, которая и определяет уровень результативности освоения программы в соответствии с этапом обучения.

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

Педагог подводит итог учебно-воспитательной работы за год, проводит анализ творческих достижений детей.

Обучающиеся, освоившие в полном объеме образовательную программы, переводятся на следующий год обучения.

Обучающиеся, показавшие стабильно высокие результаты обучения, могут быть переведены в группу индивидуального обучения (по результатам итоговой и промежуточной аттестации).

Обучающиеся, не освоившие программу учебного года, могут остаться на повторное обучение в той же возрастной группе для повторного усвоения материала, либо прекратить занятия в объединении.

### **Тест «Терминология классического танца».**

**Фамилия, имя .**

---

**1.Adagio (адажио):**

- a) медленно, медленная часть танца;
- б) быстро, прыжки.

**2.Allegro (аллегро):**

- a) медленно, медленная часть танца;
- б) быстро, прыжки.

**3.Arabesque (арабеск):**

- a) устойчивость;
- б) поза, название которой происходит от стиля арабских фресок.

**5.Pas (па):**

- a) шаг; движение или комбинация движений; употребляется как равнозначное понятию «танец»;
- б) упражнение для рук, корпуса, головы; наклоны корпуса, головы.

**6.En face (ан фас):**

- a) прямо; прямое положение корпуса, головы и ног;
- б) поза, при которой ноги скрещены, одна нога закрывает другую.

**7.Croisee (круазе):**

- a) развернутое положение корпуса и ног;
- б) поза, при которой ноги скрещены, одна нога закрывает другую.

**8.Efface (эфасэ):**

- a) развернутое положение корпуса и ног;
- б) поза, при которой ноги скрещены, одна нога закрывает другую.

**9.En dedans (ан дедан):**

- а) внутрь, в круг;
- б) наружу, из круга.

**10.Demi (деми):**

- а) маленький;
- б) средний, небольшой.

**11.Grand (гранд):**

- а) большой;
- б) средний, небольшой.

**12.Passe (пассе):**

- а) поворот корпуса во время движения.
- б) от гл. «проводить, проходить»; связующее движение, проведение или переведение ноги.

**13.Plie (плие):**

- а) положение одной ноги на щиколотке другой, опорной;
- б) приседание.

**14.Battement (батман):**

- а) размах, биение;
- б) бросок ноги на месте или в прыжке.

**15.Relevé (релеве):**

- а) от гл. «приподнимать, возвышать»; подъем на пальцы или полупальцы;
- б) медленный подъем ноги на 90\*.

**Тест «Народный танец»**

**Фамилия, имя** \_\_\_\_\_

1. Русская народная плясовая песня и танец (главным образом мужской),  
перепляс преимущественно шуточного характера:

**А) камаринская**

Б) кадриль

В) хоровод

2. Какие башкирские танцы исполнялись только мужчинами:

**A)охотничьи, военные**

Б)свадебные

В)хороводные

3.Древний народный круговой массовый танец – игра. Танцоры движутся кругом, взявшись за руки. Распространен в основном, но встречается и у других народов. Танец обычно сопровождается песней и иногда – музыкальным сопровождением:

А) трепак

**Б) хоровод**

В) кадриль

4. В какой стране произошло зарождение цыганского танца:

А) Китай

**Б) Индия**

В) Испания

5. В каких танцах используют сложные жесты рук и мимику:

**А)индийский**

Б) бальный

В) башкирский

## **Литература** **Нормативно – правовые документы**

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ (ред. от 21.07.2014 г.) «Об Образовании в Российской Федерации».
2. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014г. № 41 г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (с изменениями на 27 октября 2020 года);
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации (Минобрнауки России) от 09 ноября 2018г. № 196 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
4. Конвенция о правах ребёнка. Принята Генеральной Ассамблеей от 20 ноября 1989г.
5. Конституция Российской Федерации. Принята 12 декабря 1993г.
6. Конституция Республики Башкортостан. Принята 24 декабря 1993г.
7. Конституция Республики Башкортостан от 24 декабря 1993г. № ВС-22/15.
9. Концепция развития дополнительного образования детей. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 04 сентября 2014 г. № 1726-р г. Москва.
10. «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года» Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р г. Москва.

### **Список основной литературы**

1. Александрова Н.А., Голубева В.А., Танец модерн. Пособие для начинающих - Санкт-Петербург, «Планета музыки», 2011.
1. Евладова Е.Б. Логинова Л.Г., Михайлова Н.Н. Дополнительное образование детей. Москва, «Владос», 2009.
2. Куинджи Н.Н. Валеология: пути формирования здоровья школьников. Методическое пособие. Москва, «Аспект Пресс», 2010.
3. Медведь Э.И. Эстетическое воспитание школьников в системе дополнительного образования. Учебное пособие. М.: Центр гуманитарной литературы «РОН», 2009.
4. Рябчиков И., Фирилева Ж.Е., Словарь терминов гимнастики и основ хореографии – Санкт-Петербург, «Детство-Пресс», 2009.
6. Худеков С.Н., Искусство танца. История. Культура. Ритуал- Санкт-Петербург, «Планета музыки», 2011.
- 7.Шубарин В.А., Джазовый танец на эстраде – Санкт-Петербург, «Планета музыки», 2012.

### **Список дополнительной литературы**

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. - Ленинград. 1983
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. - Москва. 2000.
3. Бекина С.Н., Ломова Т.П. Музыка и движения. – Москва, «Просвещение»,1981.
4. Ваганова Л.Ф. Основы классического танца. – Ленинград, «Искусство», 1983.
5. Головкина С.Н. Уроки классического танца в старших классах. Москва, «Искусство», 1989.
6. Ерохина О. В. Школа танцев для детей.- Ростов-на-Дону. 2003.
7. Красовская В. История русского балета. - Ленинград, «Искусство», 1978.
8. Ладыгин Л.Р. Музыкальное оформление уроков танца. – М. «Просвещение», 1980
9. Лопухов Л. Д. Основы характерного танца. – М. «Искусство», 1989

10. Мошкова Е. И. Ритмика и бальные танцы. - Москва, 1997 год.
11. Прибылов В.С. Методические рекомендации и программа по классическому танцу для самодеятельных хореографических коллективов. – Москва, «Просвещение», 1984
12. Пуртова Т. В., Беликова А. Н., Кветная О. В. Учите детей танцевать.- Москва,2004
13. Спинжар Н.Ф. Самовоспитание как условие педагогической коррекции. М., МГУКИ, 1999.
14. Ткаченко Т. Народный танец. М.: «Искусство», 1967.

### **Интернет – ресурсы**

1. <http://horeograf.ucoz.ru/>
2. <http://kulturarb.ru/choreography/>
3. <http://babydance-ufa.ru/>
4. [http://www.balletmusic.ru/links\\_2.htm](http://www.balletmusic.ru/links_2.htm)
5. <http://dissers.ru/avtoreferati-dissertatsii-pedagogika/a107.php>
6. <http://www.prodlenka.org/metodichka/listcats/165.html>

**План - конспект занятия:**

## **«Балетная гимнастика: упражнения «Деревянные и тряпичные куклы»**

### **Цель:**

Способствовать развитию интереса воспитанников в танцевальной деятельности.

### **Задачи:**

#### *Обучающие:*

- познакомить с танцевальными и разминочными элементарными упражнениями;
- способствовать формированию правильной осанки.

#### *Развивающие:*

- способствовать развитию пластичности, гибкости, мышечного тонуса, чувства ритма;
- способствовать развитию творческих способностей (артистичности и способность к импровизации).

#### *воспитательные:*

- содействовать формированию умения работать в коллективе.

### **Методы обучения:**

Словесный, практический, наглядный, повтора, организации самостоятельной творческой деятельности, игровой.

### **Используемые педагогические технологии:**

- игровая технология;
- здоровьесберегающая технология;
- личностно-ориентированная технология с дифференцированным подходом.

### **План занятия.**

- 1.Организационный момент.
- 2.Актуализация знаний обучающихся.
- 3.Целеполагание.
- 4.Изучение нового материала.

5.Игра «Танцевальная пауза».

6.Самостоятельная работа обучающихся.

7.Подведение итогов.

### **Планируемые результаты:**

Развитию интереса воспитанников в танцевальной деятельности. Разучить танцевальные связки.

### **Материально-техническое обеспечение содержания занятия.**

Музикальный центр, диски, ящик с костюмами, шкатулка с медалями.

### **Ход занятия.**

#### **1. Организационный момент.**

- Поклон.

Педагог: В детстве я, как и вы, очень любила прыгать, бегать и просто активно двигаться. А еще танцевать и конечно играть..., особенно играть в куклы! А, когда играла, всегда мечтала, что мои куклы будут красивыми, стройными и, конечно, танцующими.

#### **2. Педагог рассказывает девочкам о куклах:**

- Скажите, а Вы любите играть в куклы?

Обучающиеся:

Педагог:

- А давайте попробуем вспомнить и перечислить, какие бывают куклы. Начну я. Итак, посмотрите, бывают куклы на веревочках.... С помощью чего двигаются такие куклы?

Ответы обучающихся.

3.Постановка целей занятия: Педагог: Сегодня на занятии мы постараемся познакомиться с основами танца, оценим свои танцевальные возможности и постараемся перевоплотиться в куклы.

- Посмотрите, ребята, как много различных кукол. Все они очень интересные. А давайте пофантазируем на эту тему и поиграем в заводных кукол. Что они делают после того, как их завели?

Ответы обучающихся :

А сейчас мы подготовимся и выполним разминочку.

Выполнение упражнений разминки (проходит разминка под музыку)

- 1). Наклоны головы направо, налево, вперед и назад. Повороты головы направо и налево. Движения головой вперед и назад, из стороны в сторону.
- 2). Движения плечами вверх и вниз с точками по восемь раз.
- 3). Движения диафрагмой вперед и назад с точками на 2 и на 4.
- 4). Наклоны корпуса вправо, влево, вперед и назад с руками.
- 5). Подъем на полупальцах вверх и маленькое приседание (demiplie) по 6 позиции. Поочередный переход на полупальцах с ноги на ногу.
- 6). Гармошка правой и левой ногами из 6 позиций ( пятка, носок, пятка, носок) во 2 позицию и обратно.
- 7). Шаги с подниманием колена вверх (носок в пол)
- 8). Прыжки на месте по 6 позиций, перекрестные.
- 9). Вдох - руки вверх, наклон вниз - руки приклеить к полу, пошли вперед - корпус прямой, пошли назад к ногам - выросли и. п.
- 10). Танцевальные связки «Зайчики».
- 11). Упражнения «Корзиночка», «Бабочка», «Лягушонок».
- 12). Элементы восточной пластики.

4. Педагог:

- Итак, ребята, мы с Вами настоящие заводные куклы. И сейчас будем учиться двигаться...

- 1). Упражнения для «Тряпичных кукол»
- 2). Упражнение плие по 1 позиции.
- 3). Движение кукольных рук.
- 4). Движение с наклоном корпуса.
- 5). Шаги кукол.

Педагогом дается оценка выполнения упражнений:

- Девочки, какие же вы молодцы! Двигались сейчас, как настоящие заводные куклы, и завода вам хватило надолго.

Я предлагаю вам вновь вспомнить о наших куклах. А как вы думаете, что делают куклы после того, когда мы ложимся спать? Давайте помечтаем.... А, чтобы нам лучше фантазировалось, я предлагаю вам надеть костюмы, которые у нас находятся в волшебной коробке. Уверяю вас, что сейчас у нас с вами произойдет настоящее волшебство!!!

(Обучающиеся надевают костюмы и строятся в круг. Звучит музыка.)

Педагог:

- Итак, ночь. Наши мамы, папы, сестренки и братишки уже давно уснули... В доме тишина. И только лунный свет слегка пробивается через окно в комнату. Стрелки часов встретились на цифре 12. И куклы, с которыми мы только недавно играли, начинают оживать.... Проснулась и ожила первая кукла.... Затем вторая и т. д.

(Обучающиеся импровизируют)

Педагог:

- Девочки, вы молодцы! Мне понравилась каждая кукла и то, как вы танцевали. А давайте все ваши движения попробуем соединить вместе! Повторяйте за мной!

5. Игра «Танцевальная пауза».

6. Педагог: - Отдохнули, теперь повторим движения самостоятельно , танцуют. После танцевальных связок педагог благодарит и просит положить костюмы обратно в волшебную коробку. Педагогом подводятся итоги, идается общая оценка их поведения и выполнения задания.

Педагог:

- Вот у нас с вами получились танцевальные связки. А давайте сейчас попробуем ему придумать название (варианты). Как много интересных названий. Принимаю все ваши ответы! Их так много, что я не знаю какой выбрать. А давайте проголосуем за лучшее название.

- Ребята, вы знаете, наше занятие практически подошло к концу.

7. Педагог подводит итоги занятия

- А давайте вспомним, с чем мы сегодня познакомились и что узнали....  
(узнали, какие бывают куклы, познакомились с различными упражнениями, которые отвечают за определенные группы мышц, импровизировали, мечтали и конечно танцевали.)

- Посмотрите, какой получается интересный творческий процесс: ваша разминка, умение импровизировать, повторять за мной движения, фантазии и мечты привели к рождению танцевальных связок! Еще чуть-чуть усилий и стараний и вы настоящие артисты на настоящей сцене!!!

- Мне хочется поблагодарить вас за работу. Надеюсь, вы поняли, что искусство танца требует определенного труда и творчества. Уверена, все вы заслужили хорошую оценку.

Поклон.

### **План – конспект открытого занятия:**

**Тема:** «Веселое путешествие»

**Цель:** Знакомство детей с современным танцем.

**Задачи:**

- Познакомить детей с одним из жанров современного танца;
- Формирование мотивации детей к одному из жанров современного танца, через мультимедиа - технологии; (videorолик)
- продолжать развивать у детей навыки пространственного ориентирования, а так же хореографические и музыкальные: устойчивость, гибкость, чувство ритма;
- прививать интерес к современному танцу и в целом к хореографии, посредством совместной творческой деятельности.

**• Тип занятия:**

**• Ознакомительный.**

**Вид занятия:**

- Используются групповые и командные формы организации деятельности воспитанников.

## **Возраст:**

- 7-8 лет

## **Методы обучения:**

- Словесный метод (рассказ, беседа);
- Наглядный (видеоролик, показ движений);
- Практическая работа: игровой метод, метод соревнования, метод импровизации.

## **Ход занятия:**

### **1. Вводная часть: 2мин.**

- Вход под музыку, построение;
- Приветствие – поклон;

### **2. Основная часть: 25 мин.**

- Сообщение темы занятия;
- Новый теоретический материал по современному танцу;
- Практический материал – разучивание элементов:
  1. Первая станция: Разминочная
  2. «Лесная» (постановка корпуса, рук, головы);
  3. Вторая станция: «Зоологическая» (пластика животных);
  4. Третья станция: «Цветочная» (игра, танец);

### **3. Заключительная часть: 3мин.**

- Построение, приветствие;
- Совместное подведение итога;
- Поклон – прощание.

## **Реквизит:**

- Стулья;
- Аудиоаппаратура;
- Диски с фонограммами;
- Мультимедиа проектор;
- Бумажные цветы;

- Цветок с заданиями;
- Нарисованный поезд;
- Бумажные смайлики разных цветов.

## **Конспект «Весёлое путешествие»**

### **1. Вводная часть.**

Вход под музыку.

Построение в шахматном порядке.

Поклон – приветствие.

### **2. Основная часть.**

**Педагог:**

Здравствуйте ребята! Сегодня на нашем занятии присутствуют гости. Ребята, давайте поздороваемся с ними танцевальным поклоном.

**Проверка осанки (дети проговаривают стих, педагог проверяет осанку)**

Мы проверили осанку

И свели лопатки,

Стали, как принцессы мы

Красивы, стройны, гладки

**Проверка позиций ног**

Жили два брата Федорка с Егоркой (**6-я позиция**)

Поссорились братья Федорка с Егоркой (**1-я позиция**)

Но скучно им было порознь играть (**1-я позиция**)

Федорка с Егоркой вместе опять (**6-я позиция**)

**Педагог показывает поклон и вместе с детьми здоровается с гостями. Поклон (руки на поясе, ноги в 6-ой позиции, шаг в право - присели, шаг влево - присели)**

**Педагог:** Ребята, вы, наверное, слышали, что 2017 год – год экологии.

**Дети:** Да

**Педагог:** А кто же такие экологи, как вы думаете?

**Дети:** Экологи – это ...

- люди, которые защищают природу и животный мир от плохого воздействия на нее.

**Педагог:** Ребята, как вы считаете, мы с вами – артисты хореографической студии можем стать активными участниками года экологии? Если да, то как?

**Дети:** Да, можем. Через танец можно показать красоту природы, любовь к ней.

**Педагог:** Верно, молодцы ребята. А сегодня наше занятие будет необычным, мы с вами будем путешествовать. Вы любите путешествовать?

**Дети:** Да.

**Педагог:** А какой вид транспорта вы предпочитаете?

**Дети:** Самолет, поезд, вертолет, пароход и т.д.

**Педагог:** Мы, ребята, будем путешествовать и по воде, и по воздуху и даже по рельсам! Все готовы к познанию неизведанного и к открытию нового?

**Дети:** Да!

**Педагог:** Я предлагаю всем встать в большой круг друг за другом, взять впереди стоящего за локти, как будто вы едете на паровозике и отправиться в путь.

*Музыка «Мы едем-едем...». Педагог показывает передвижение по залу паровозиком, двигая плечевым суставом.*

**Ребята передвигаются по залу паровозиком и, пройдя круг, останавливаются**

**Педагог:** А вот и первая стоянка, на которой мы остановимся.

### **Станция № 1 «Разминочная»**

- одна из самых важных станций в нашей танцевальной стране, мимо которой нам, ребята, никак нельзя проехать. Здесь мы с вами подготовим наше тело и весь организм к новым танцевальным движениям, которые мы с вами разучим. Чтобы не получить травм и растяжений мы должны разогреть мышцы нашего тела. Ну, что, приступаем!

**Разминочка. (на слайде приложение № 1 (показаны элементы упражнений))**

**Педагог:** Молодцы ребята! Здесь очень нелегко, но так здорово! Мы научились управлять своим телом, чувствовать его, управлять мышцами! Не правда ли? Вам понравилось?

**Дети:** Да!

**Педагог:** На протяжении всего пути, мы будем останавливаться на станциях, выполнять интересные задания, и вы сами будете оценивать себя. В этих трёх коробочках лежат смайлики разных цветов. Красный – отлично, жёлтый – хорошо, зелёный – хотелось бы лучше. Выбрав смайлик, вы прикрепляете его на один из вагонов нашего поезда. Садимся в наш поезд и едем до первой станции змейкой,

*(шаг с носка с правой ноги)* выстраиваемся в две линии. Поехали.

*(Под музыку дети двигаются за педагогом по залу).*

### **Станция № 2 «Лесная»**

*(Выстраиваются в две линии.)*

**Педагог:** Ребята, посмотрите, какие здесь красивые деревья растут. Какие деревья вам нравятся?

**Дети:** Берёзы, дубы

**Педагог:** А мне нравятся ёлочки, они такие стройные. Давайте мы с вами покажем, какие ёлочки стройные и красивые. Наша голова – это макушка дерева, которая тянется вверх, к солнышку. Наши руки – тянутся вниз. Наш корпус – ствол ёлочки, он ровный и стройный. Наши ноги – корни, они крепко сидят в земле.

*(Выполняется упражнение для постановки корпуса).*

**Педагог:** Как ярко сегодня светит солнышко. А солнышко, какой формы?

**Дети:** Круглое.

**Педагог:** Правильно. Мы поднимаем руки и показываем, какое круглое солнышко.

*(1 позиция рук, поднимаем наверх (3 позиция рук) и отпускаем, (руки опускаются во 2 позицию)- работа над постановкой рук.*

**Педагог:** Молодцы! С первым заданием вы справились, выбирайте смайлики и прикрепляйте на первый вагон.

*(Ребята выбирают определённого цвета смайлик и прикрепляют на нарисованный вагон)*

**Педагог:** Нам пора отправляться дальше, ведь все самое интересное впереди.

**Музыка «Мы едем-едем...».** *Педагог показывает передвижение по залу змейкой 4 шага на пятках, 4 на полуальцах. Ребята передвигаются по залу змейкой и, пройдя круг, останавливаются в шахматном порядке.*

### **Станция № 3 «Танцевальная»**

**Педагог:** Мы останавливаемся на **станции «Танцевальная»**. Именно на ней разучивают движения для будущего танца, отрабатывают и репетируют. Это самое сложное место из всего маршрута, по которому мы путешествуем. А вы не боитесь трудностей?

**Дети:** нет!

**Педагог:** Вот и прекрасно! А я уверяю вас, что в конце нашего путешествия вы будете танцевать. Приступим.

**Ребята разучивают танцевальные движения, которые показывает педагог.**

**Педагог:** Молодцы! Со вторым заданием вы справились, выбирайте смайлики и прикрепляйте на второй вагон.

*(Ребята выбирают определённого цвета смайлик и прикрепляют на нарисованный вагон)*

**Музыка «Мы едем-едем...»** дети двигаются за педагогом змейкой, (подскоки) и выстраиваются парами в шахматном порядке

### **Станция № 4 «Цветочная»**

**Педагог:**

Наш поезд привёз нас на лесную полянку. Посмотрите, сколько здесь растёт красивых цветов. Задача каждой команды – выбрать карточку-цветок, и выполнить то движение, которое изображено на карточке-цветке.

**(Педагог раскладывает карточки на столе больше чем кол-во детей.)**

**Дети выполняют свое движение, которое показано на карточке (движения из танца).**

**Педагог:** Молодцы! С четвёртым заданием вы справились, выбирайте смайлики и прикрепляйте на четвёртый вагон.

*(Ребята выбирают определённого цвета смайлек и прикрепляют на нарисованный вагон)*

**Педагог:** Мы с вами выучили элементы танцевальных движений, а теперь самое время попробовать соединить их в одно единое действие – действие имя которому ТАНЕЦ!

**Танец «Живи, родник, живи!» (на слайде видео про родник)**

**Педагог:** А теперь самое время отдохнуть т.к. мы очень устали от такого долгого путешествия. Следующая стоянка в нашем путешествии –

**Станция № 5 «Восстановительная»**

После такой активной работы нашему организму следует восстановиться, восстановить дыхание, пульс. Давайте поиграем в игру, которая называется «Едем за арбузами». **(Педагог вместе с ребятами играет)**

**Игра «Едем за арбузами» Приложение № 2**

***Заключительная часть.***

*Построение в шахматном порядке.*

**Педагог:** Вот и закончилось наше веселое путешествие. Вам понравилось ребята?

**Дети:** да!

**Педагог:** А где же мы сегодня с вами побывали?

**Дети:** В стране Хореографии, на станциях «Разминочной», «Лесной», «Танцевальной», «Цветочной» и «Восстановительной».

**Педагог:** За одно занятие мы, ребята, не можем увидеть все достопримечательности этой волшебной страны. А если вы желаете продолжить наше путешествие, я приглашаю вас на следующее занятие! Вас ждут незабываемые приключения, неожиданные сюжеты и встречи! Давайте посчитаем, какого цвета у вас больше смайликов и прикрепим их на главный состав нашего поезда (**ребята считают и прикрепляют смайлики**). Стоит отметить, что вы большие молодцы! Вы очень хорошо справились со всеми заданиями. А сейчас пора прощаться, в нашей волшебной стране мы прощаемся поклоном.

#### **Педагог и дети делают поклон**

**Педагог:**

Спасибо всем за работу. Давайте поблагодарим себя аплодисментами.

#### **Использованная литература:**

1. Барышникова Т. Азбука хореографии.- М., 1999.
2. Назарова А.Г. «Танцевать могут все!». Типография ОФТ. г. С-Петербург, 2005 г.
3. Сборник «Русский фольклор» - М. «Художественная литература» , 1986 г.

Приложение № 1

## **Комплекс упражнений разминки на занятиях по хореографии для детей 7-8 лет.**

### **1 комплекс**

1. Ходьба на месте с размашистыми движениями рук (20—30 с, см. а).
2. Руки к плечам, голову держать прямо, круговые движения согнутыми руками наружу и внутрь (10—12 раз, см. б).
3. Руки к груди, согнуть в локтевых суставах и выполнять короткие рывки назад, сводя лопатки вместе (8—10 раз, см. в).
4. Руки в стороны, глубокий вдох, обнять себя руками — выдох (4—5 раз, см. г).
5. Наклонять туловище вправо и влево, скользя руками по бедрам (8—10 раз, см. д).

### **2 комплекс**

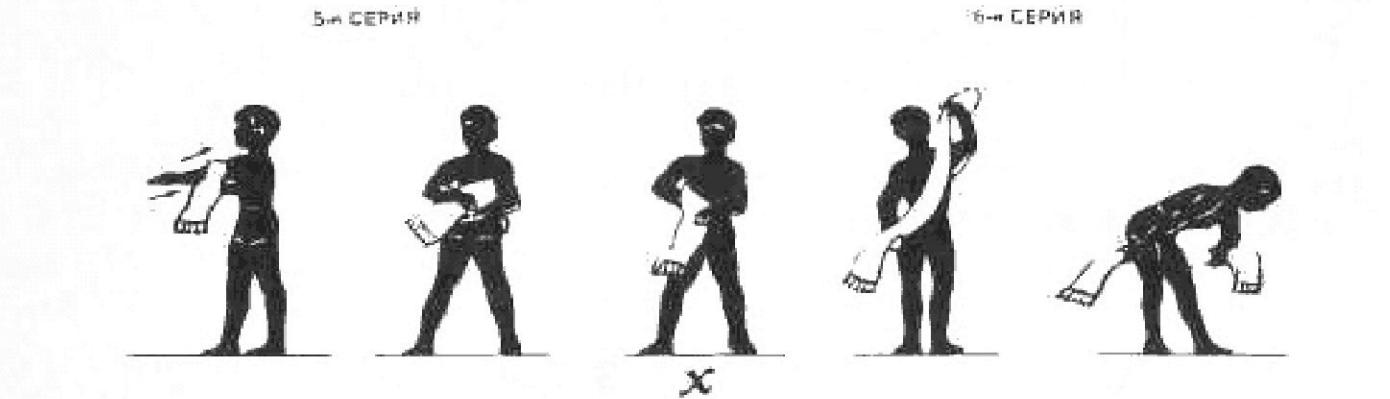
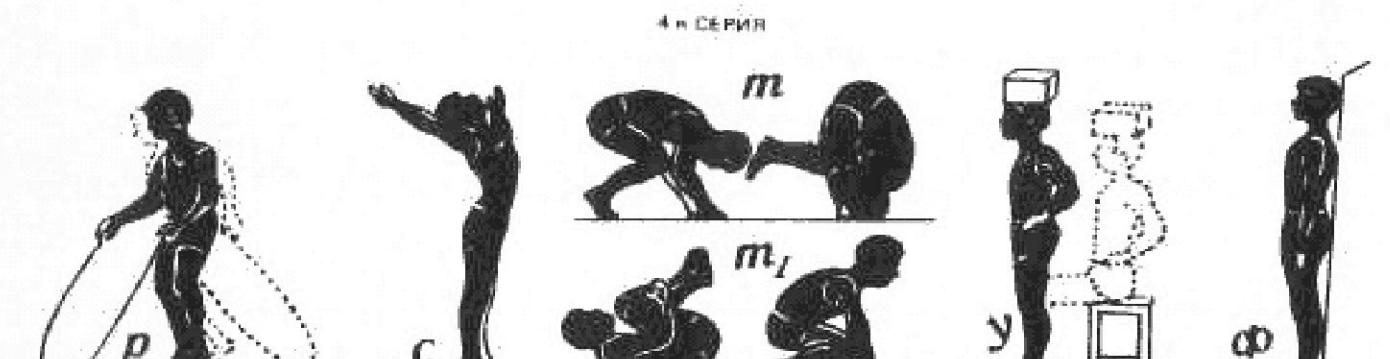
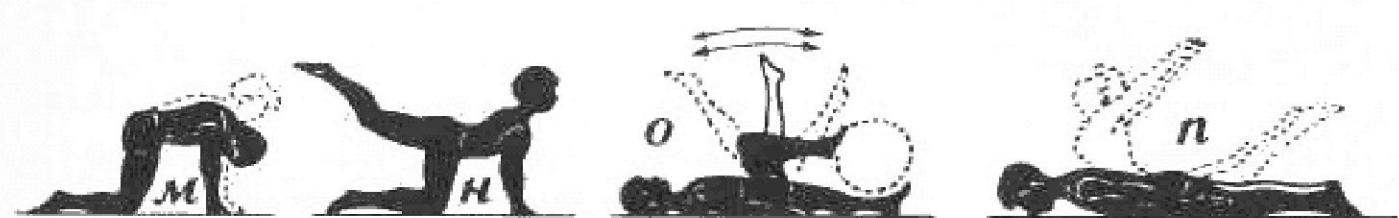
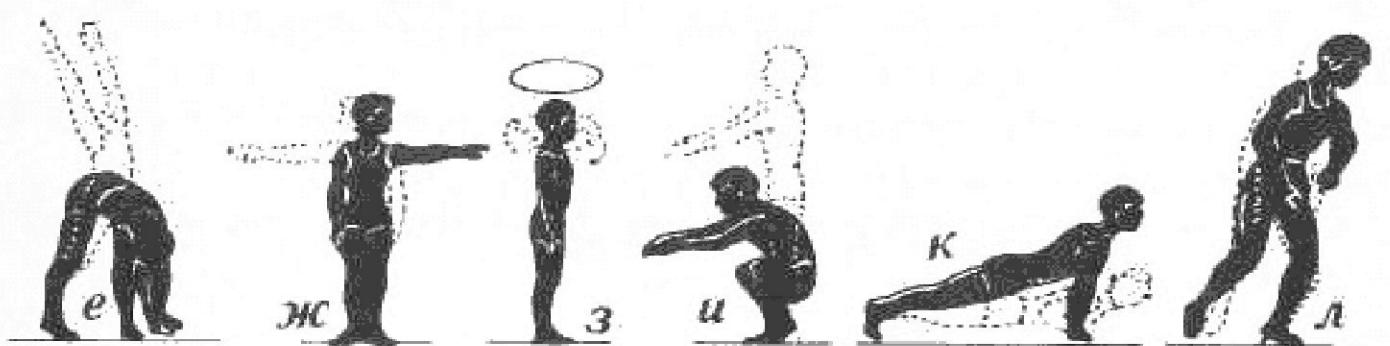
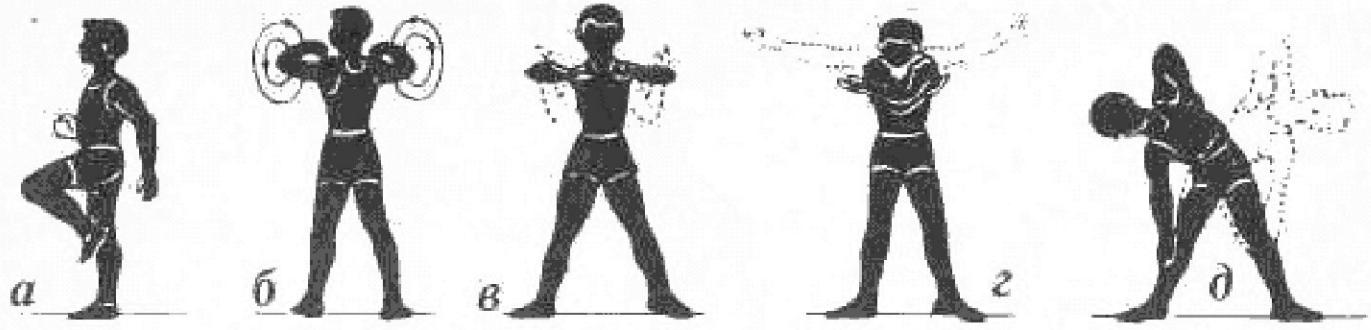
1. Наклонять туловище как можно ниже вперед, делая выдох и касаясь пола руками (12—16 раз, см. е).
2. Поднимать в сторону руку с поворотом головы. То же вправо в среднем темпе (10—12 раз, см. ж).
3. Выполнять наклоны головы вперед-вниз и назад (10—12 раз). Круговые вращения головой в среднем темпе (8—10 раз, см. з).
4. Приседания с быстрым вставанием (10—12 раз, см. и).

### **3 комплекс**

1. Лежа в упоре, сгибать и разгибать руки (10—15 раз, см. к).
2. Руки вверх, встряхнуть ими и расслабить (2—3 раза).
3. Прыжки на каждой ноге поочередно с встряхиванием расслабленных рук и одной ноги (20—30 с, см. л).

### **4 комплекс**

2. Стоя на коленях с опорой на руки, выгибать спину (6—8 раз, см. м).
2. Так же стоя на коленях, поочередно поднимать вверх каждую ногу (6—8 раз, см. н).
3. Лежа на спине, поднимать вверх одну и обе ноги, затем выполнять движение "велосипед" (1—2 мин, см. о).
4. Лежа на животе, поднимая руки и ноги вверх, прогнуться (4—6 раз, см. п).



## **Игра на восстановление глубины дыхания «Едем за арбузами»**

### **Цель игры:**

- Улучшение глубины и ритма дыхания.
- Укрепление мышц рук, пояса, грудной клетки.
- Тренировка координации движений.

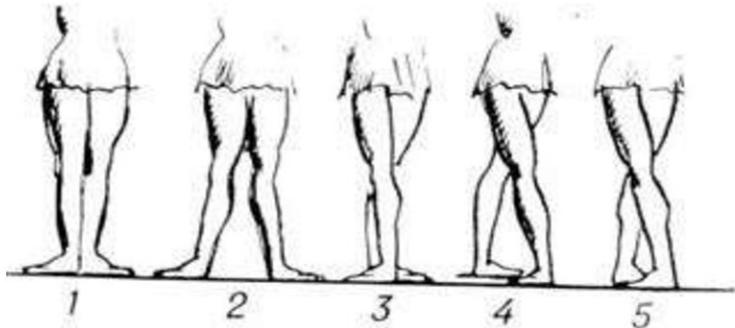
### **Необходимые материалы:**

- Мяч
- Коврики 14 штук.

### **Ход игры:**

Дети садятся на коврики по кругу. Ведущий находится за кругом и бросает мяч кому-нибудь из детей. Дети перебрасывают мяч друг другу по очереди. Когда мяч возвращается к первому, он кидает его ведущему - это «погрузка арбузов на поезд». Затем дети произносят «гу-гу-гу» - поезд движется, и ребята делают круговые движения руками, согнутыми в локтях, сидя. Поезд останавливается, дети говорят «ш-ш-ш» (выдох) - поезд приехал. Ведущий кидает мяч и начинается выгрузка арбузов, так же передавая мяч. Ведущему необходимо обращать внимание на правильную осанку.

## Пять основных позиций ног



**Первая позиция:** ступни соприкасаются пятками и развернуты носками наружу, образуя на полу прямую линию (знакомство с позицией с первого занятия).

**Вторая позиция:** сходна с первой, но пятки выворотных ног отстоят одна от другой на длину ступни (т.е. примерно на 33 см).

**Третья позиция:** ступни прилегают одна к другой таким образом, что пятка одной ступни соприкасается с серединой другой ступни (т.е. одна стопа наполовину закрывает другую). Эта позиция в настоящее время используется редко.

**Четвертая позиция:** выворотные ступни стоят параллельно друг другу примерно на расстоянии одной стопы (33 см). Пятка одной ступни должна находиться прямо перед носком другой; таким образом, вес распределяется равномерно.

**Пятая позиция:** сходна с четвертой, с той разницей, что ступни плотно прилегают одна к другой.



## **Описание диагностики хореографических способностей по методике Э.П. Костиной.**

Обследование детей прослеживается на занятиях по хореографии. Во время занятий наблюдается выполнение танцевальных элементов, музыкально - ритмических упражнений, манера и характер исполнения движений, эмоциональное восприятие музыкального сопровождения и определяется уровень способности каждого ребенка.

Рекомендуемая методика предполагает общую систему оценки хореографических способностей по 3-балльной шкале.

3 балла – ребенок выполняет самостоятельно предложенные задания;

2 балла – ребенок с помощью взрослого выполняет некоторые предложенные задания;

1 балл – ребенок не может выполнить все предложенные задания, помощь взрослого не принимает.

Высоким результатом хореографических способностей детей можно считать средний балл от 2,3 до 3.

Средний уровень от 1,5 до 2,2 балла.

Низкий уровень 1,4 балла и ниже.

По результатам диагностики определяются дети, кому необходимы индивидуальные занятия по хореографии.

Мониторинг распределялся по оценочным таблицам. Результаты (высокий, средний, низкий) оценивались по показателям качества освоения ребенком музыкально-ритмической деятельности:

1. Интерес и потребность к восприятию музыки и движений
2. Интерес и потребность к исполнению музыкально-ритмических движений
3. Наличие творчества в исполнении выразительности фиксированных движений в танце.