СОДЕРЖАНИЕ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | Стр. |
| **1** | КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ | 3 |
| **1.1** | Пояснительная записка | 3 |
| **1.2** | Цель и задачи общеразвивающей программы | 5 |
| **1.3** | Планируемые результаты | 6 |
| **1.4** | Содержание общеразвивающей программы  | 6 |
| **1.4.1** | Учебный план | 6 |
| **1.4.2** | Учебный (тематический) план | 7 |
| **2** | ОРГАНИЗАЦИОННО - ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ | 7 |
| **2.1** | Календарный учебный график на учебный год | 7 |
| **2.2** | Условия реализации программы | 7 |
| **2.3** |  Формы аттестации/ контроля и оценочные материалы | 8 |
| **3** | СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ | 18 |
|  | ПРИЛОЖЕНИЕ (Рабочие программы модулей) | 27 |

1. **КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ**

**1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

На современном этапе развития российское общество осознало необходимость духовного и нравственно-эстетического возрождения России через усиление роли дополнительного образования подрастающего поколения, что повлекло за собой повышение интереса к созданию и реализации программ, сориентированных на изучение культуры, истории и искусства, изучения народного творчества и охрану здоровья детей.

Большое значение в области хореографического искусства уделяется занятиям народного танца. Образовательное и воспитательное значение в этом виде искусства многогранно и теоретически обоснованно. Народный танец способствует формированию нравственных представлений в социуме и содействует творческому и всестороннему развитию детей.

Занятия народными танцами отличаются большим многообразием форм, которые требуют от обучающихся проявления организованности, самостоятельности, инициативы, что способствует воспитанию организационных навыков, активности в творческих процессах.

Систематические занятия народным танцем дают возможность развить у обучающихся восприятие национального своеобразия, манеры, эмоции, характер, душу той или иной народности. Обучающиеся во время занятий овладевают разнообразием и манерой исполнения танцев, расширяют и обогащают свои индивидуальные исполнительские возможности.

Дополнительная общеразвивающая программа «Народный танец» художественной направленности.

**Актуальность данной программы** – заключается в формировании целостной, духовно - нравственной, гармонично развитой личности, сохранении и развитии национально-культурных традиций, пробуждении мотивации занятием народным танцем, раскрытии индивидуальных творческих способностей, развитии творческой инициативы, приобщении к концертным выступлениям, способствующих положительной самооценке, а главное в сохранении и укреплении здоровья. Народный танец строится на разнообразии движений корпуса, головы, рук и ног, что способствует укреплению мышечного аппарата обучающихся, совершенствует координацию движений, формирует двигательные умения и навыки, улучшает кровообращение и обмен веществ, благотворно влияет на дыхание.

Программа «Народный танец» разработана с учетом действующих нормативных правовых актов в сфере дополнительного образования:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ);
2. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.);
3. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20

«Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее – СанПиН);

1. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
2. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298 «Об утверждении профессионального стандарта

«Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

1. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее – Порядок);
2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2020 года № 533 «О внесении изменений в [Порядок организации](https://docs.cntd.ru/document/551785916#6540IN) [и осуществления образовательной деятельности по дополнительным](https://docs.cntd.ru/document/551785916#6540IN) [общеобразовательным программам](https://docs.cntd.ru/document/551785916#6540IN), утвержденный [приказом Министерства](https://docs.cntd.ru/document/551785916#64U0IK) [просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196](https://docs.cntd.ru/document/551785916#64U0IK)«;
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
4. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
5. Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 № АК-2563/05

«О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ».

1. Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 № ВК-641/09

«О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»);

1. Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».
2. Согласно ФЗ №273 (ст. 12. п.5) образовательные программы самостоятельно разрабатываются и утверждаются организацией, осуществляющей образовательную деятельность.
3. Устав МАОУ гимназия № 18

**Новизна** данной программы выражается в создании целостной культурно- эстетической среды для успешного развития обучающихся, и заключается в индивидуальном подходе к каждому ребенку, в работе с подгруппами детей, в учете их возрастных особенностей, способствующих успешному личностному самовыражению и обеспечении оптимальной физической нагрузки.

Полученные обучающимися знания в дальнейшем используются в их жизнедеятельности.

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

**Педагогической целесообразностью** данной программы является возможность использования познавательных и воспитательных задач, которые способствуют формированию и развитию у обучающихся творческих способностей, чувства прекрасного, эстетического вкуса, нравственности, патриотизма.

Стремясь к максимальной эффективности занятий, необходимо осуществлять строгий отбор содержания материала, предлагаемого к изучению. Основными критериями отбора хореографических движений служат возрастные физиологические и психологические особенности детей, уровень влияния движений на формирование опорно-двигательного аппарата, развитие координации, формирование основ индивидуальной танцевальной культуры, а также воспитание художественно-эстетического вкуса на разных этапах обучения народному танцу.

**Отличительной особенностью** программы «Народный танец» является то, что она способствует формированию у обучающихся гармонии в различных сферах отношений: отношение к своему телу (принимаю образ собственного тела) и со своим телом (совершенствую свое тело, двигательные возможности организма); отношение к культуре (знакомство с классической и современной культурой через танец, выстраивание собственных эстетических пристрастий), отношение с культурой (формирование собственного стиля функционирования в танцевальной культуре); отношение к окружающим людям (обретение в коллективе друзей, субъективно значимых взрослых), отношения с окружающими людьми (обретение опыта строить отношения в репетиционном и концертном процессе).

**1.2 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ**

**Цель программы:** Создание условий для развития творческих способностей детей, посредством формирования знаний и практических навыков в области народного танца.

**Задачи программы:**

* формировать определенные знания и умения в области народного танца;
* знать и уметь пользоваться терминологией народного танца;
* обучать необходимым теоретическим и практическим знаниям, умениям и навыкам;
* расширять знания в области хореографического искусства;
* изучать танцевальные элементы народного танца;
* научить передавать характер и сценическую манеру исполнения народного танца;
* удовлетворять познавательные интересы обучающихся, приобщая их к истокам народного творчества;
* воспитывать стремление к познанию и творчеству;
* воспитывать культуру общения и взаимодействия в учебной и воспитательной деятельности;
* воспитывать чувства дружбы, товарищества и взаимовыручки в сотрудничестве;
* воспитывать трудолюбие, дисциплинированность, самостоятельность, - навыки общения в коллективе;
* воспитывать художественный вкус, эмоционально-ценностное отношение к искусству;
* приобщать к истокам народной культуры с учетом возрастных особенностей младшего школьного возраста;
* адаптировать к современной жизни на основе общей культуры, знаний, навыков;
* развивать мотивацию на творческую деятельность;
* укреплять опорно-двигательный аппарат и мышцы;
* развивать танцевальные данные (выворотность, гибкость, прыжки, шаги, устойчивость, координация);
* развивать силу мышц, выносливость, навыки координации движений, музыкальные способности;
* развивать координацию движений и технику исполнения;
* развивать точность и внимание в исполнении движений;
* совершенствовать пространственную ориентировку;
* способствовать реализации творческого самовыражения;
* развивать психофизические особенности, способствующие успешной самореализации;
* развивать творческие способности обучающихся;
* развивать артистизм и индивидуальные возможности детей;
* развивать эмоционально-волевые качества;
* развивать умения коллективной и творческой деятельности.

**Адресат программы.** Программа ориентирована на детей в возрасте 7-11 лет. Состав группы формируется на добровольной основе. Обучающиеся не делятся на группы возрасту.

**Срок реализации программы.** Программа рассчитана на 3 года обучения.

**Формы реализации:** очная форма.

**1.3 ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

*Предметные результаты*

Формирование навыков работы в области хореографии, применения приемов и методов работы по программе, воспитание основ культуры труда, приобретение опыта творческой и проектной деятельности.

Должны знать:

* Представление о народном танце;
* Терминологию, используемую в народном танце;
* Теоретические понятия, заложенные в программе;
* Основы хореографической грамотности: позиции ног, рук в народном танце, экзерсис у станка и на середине зала на первом году обучения, понятия «линия танца»,

«направление движения», «углы поворотов», правильная постановка корпуса, правильный и полный перенос веса тела, точная работа стопы

* Правила самостоятельной и коллективной работы;
* Стилевые особенности хореографии Уметь:
* Сочинять танцевальные этюды, сюжетные и бессюжетные танцы;
* Грамотно работать с музыкальным материалом;
* Использовать полученные знания, умения и навыки в повседневной жизнедеятельности.

*Метапредметные:*

* формировать умение определять проблему, ставить учебные цели, проверять достижимость целей с помощью учителя;
* способствовать развитию умения действовать по заданному алгоритму;
* способствовать приобретению навыка осуществлять констатирующий контроль по результату действия;
* дальнейшее развитие способности наблюдать и рассуждать, критически оценивать собственные действия наряду с явлениями жизни и искусства.

*Личностные:*

* развитое хореографическо-эстетическое чувство, проявляющееся в эмоционально- ценностном отношении к искусству;
* реализация творческого потенциала в процессе коллективного исполнения танцевальных образов;
* позитивная самооценка своих танцевальных и творческих способностей;
* развитие творческих способностей;

**1.4 СОДЕРЖАНИЕ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ**

**1.4.1 Учебный план**

Программа рассчитана на 3 года обучения. Модуль программы соответствует году обучения.

**Модуль 1.** 36 ч., 1 раз в неделю по 1 часу.

**Модуль 2.** 108 ч., 2 раза в неделю по 1 и 2 часа (3 раза в неделю по 1 часу соответственно).

**Модуль 3.** 108 ч., 2 раза в неделю по 1 и 2 часа (3 раза в неделю по 1 часу соответственно).

Продолжительность академического часа: 45 минут с перерывом 10 минут.

Наполняемость в группах в соответствие с санитарно - эпидемиологическими требованиями к организациям дополнительного образования составляет 15 человек.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Название модуля** | **Всего** | **Теория** | **Практика** | **Формы аттестации/контроля** |
| **1** | Модуль 1. | **36 ч.** | **18ч.** | **18ч.** | **Контрольные вопросы, зачеты, просмотры по овладению навыками, приёмами, техникой исполнения.****Итоговая аттестация – Творческая презентация сольных, групповых, коллективных выступлений (этюдов, зарисовок)** |
| **2** | Модуль 2. | **108ч.** | **15ч.** | **99ч.** |
| **3** | Модуль 3. | **108ч.** | **10ч.** | **98ч.** |

**1.4.2 Учебный (тематический) план**

Содержание программы предусматривает комплекс занятий, распределенных по следующим модулям, рабочие программы которых представлены в приложениях программы:

1) Приложение № 1. Рабочая программа «Народный танец» модуля 1(1 год обучения).

2) Приложение № 2. Рабочая программа «Народный танец» модуля 2 (1 год обучения).

3) Приложение № 3. Рабочая программа «Народный танец» модуля 3 (1 год обучения)

**2. ОРГАНИЗАЦИОННО – ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ**

**2.1 Календарный учебный график на учебный год**

1. С 15.08.2023-01.09.2023: Набор детей в объединения. Проведение родительских собраний, комплектование учебных групп.
2. Начало учебного года: с 1 сентября 2023 года.
3. Конец учебного года: 31 мая 2024 года
4. Продолжительность учебного года – 36 учебных недель.
5. Каникулы: с 01июня по 31 августа 2024 года.
6. Сроки продолжительности обучения:

|  |  |
| --- | --- |
| *1 полугодие* |  (с 01.09. по 30.12.2023) |
| *2 полугодие* |  (с 09.01 по 31.05.2024) |

### 2.2 Условия реализации программы

|  |  |
| --- | --- |
| **Материально-технические условия и****Методические материалы** | **Кадровые условия** |
| Для реализации данной программы необходимы:* Оборудованный балетными станками и зеркалами просторный класс со специальным
 | Сергеева Ольга Александровна, педагог дополнительного образования первой |
| покрытием пола (паркет, линолеум);* Раздевалка для обучающихся;
* Наличие специальной танцевальной формы;
* Наличие аудиоаппаратуры с флеш - носителем;
* Наличие музыкальной фонотеки;
* Наличие танцевальных костюмов.
 | квалификационной категории. Успешность профессиональной подтверждается результативными показателями образовательного процесса и уровнем достижений как отдельных обучающихся, так и коллектива в целом на районом, городском, областном, Всероссийском уровне. |

**2.3 Формы аттестации/ контроля и оценочные материалы**

*МЕХАНИЗМ ОЦЕНКИ ПРЕДМЕТНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ РЕБЕНКА*

Таблица 1

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Показатели (оцениваемые параметры) | Критерии | Степень выраженности оцениваемогокачества | Кол- во баллов | Методы диагностики |
| **1. Теоретическая подготовка** |
| 1.1 Теоретические знания | Соответствие | Минимальный уровень – | 1 | Наблюдение, |
| по программе: | теоретических | ребёнок овладел менее, |  | тестирование, |
| а) основные сведения по истории народного танца б) основные стили ижанры хореографии народного танца в) принципы взаимодействия музыкальных и хореографических средств выразительностиг) техника исполнения движений отдельныхцентров в манере танца д) техникаисполнениядвижений отдельных центров в манере танца | знаний ребёнка программным требованиям | чем ½ объёма знаний,предусмотрены х программой |  | Контрольный опрос и др. |
| Средний уровень – объём усвоенных знаний составляет более ½. | 5 |
| Максимальный уровень – освоил весь объём знаний, предусмотренных программой в конкретный период | 10 |
| 1.2. Владение | Осмысленность и | Минимальный уровень – | 1 | Собеседование |
| специальной | правильность | ребёнок, как правило, |  |  |
| терминологией | использования | избегает употреблять |  |  |
|  | специальной | специальные термины |  |  |
|  | терминологии | Средний уровень – сочетает специальную терминологию с бытовой | 5 |  |
| Максимальный уровень – специальные термины употребляет осознанно, в полном соответствии с их содержанием | 10 |
| **2. Практическая подготовка** |
| 2.1 Практические умения и навыки, предусмотренные программой:а) освоение положений рук втанцеб) освоение выворотных и параллельных позиции ногв) владение приёмами координации | Соответстви е практически хумений и навыков программны м требованиям | Минимальный уровень– ребёнок овладел менее, чем ½ предусмотренныхумений и навыков | 1 | Контрольное задание |
| Средний уровень–объём усвоенных умений и навыков | 5 |
| г) владение приёмами изоляции д) выполнение различных видов кросса е) выполнение гимнастических элементовж) выполнение упражнений для развития позвоночниказ) выполнение учебных и танцевальных комбинаций в экзерсисе на середине зала и у станкаи) владение техниками исполнения движений партера к) владение техникой импровизации:параллель и оппозиция) владение техникойконтактной импровизации м) владение техникой исполнения движений в манере танца н) владение техникой исполнениядвижений в манере танца |  | составляет более ½. |  |  |
| Максимальный уровень – овладел всеми умениями и навыками, предусмотренными программой в конкретный период. | 10 |
| 2.2. Творческие навыки: | Креативность Ввыполнении практических заданий | Начальный (элементарный) уровень развитиякреативности – ребёнок в состоянии выполнять лишь простейшие практические заданияпедагога | 1 | Контрольное |
| а) владение навыками музыкально -пластического интонирования;б) создание танцевальных комбинаций различной степени сложности;в) определение средств музыкальной выразительности в контексте хореографическогообраза и самостоятельное создание музыкально- двигательного образа; г) |  | задание |
| Репродуктивный уровень – в основном выполняет задания на основе образца | 5 |
| отражение в танце особенностей исполнительской манеры разныхстилей хореографии народного танца;д) владение навыками ансамблевого исполнения танцевальных номеров; е)владение навыками сценической практики. |  | Творческий уровень – выполняет практические задания с элементами творчества. | 10 |  |
| **3. Общеучебные (метапредметные) умения и навыки** |
| 3.1. Учебно – интеллектуальные умения: |
| 3.1.1 Умение подбирать и | Самостоятельность в выборе и анализе | Минимальный уровень умений – ребёнок испытывает серьёзные | 1 | Анализ исследователь |
| анализировать | литературы | затруднения при работе со |  | с кой работы |
| специальную литературу |  | специальной литературой,нуждается в постоянной помощи и контроле педагога. |  |  |
|  |  | Средний уровень – работает со | 5 |  |
|  |  | специальной литературой с помощью педагога или родителей. |  |  |
|  |  | Максимальный уровень – работает со специальной литературой самостоятельно, не испытываетособых трудностей | 10 |  |
| 3.1.2. Умение | Самостоятельность | Минимальный уровень умений – | 1 | Анализ |
| пользоваться компьютерными источниками | в пользовании компьютерными источникамиинформации | ребёнок испытывает серьёзные затруднения при работе с компьютерными источникамиинформации, нуждается в |  | исследователь ской работы |
| информации |  | постоянной помощи и контроле педагога. |  |  |
|  |  | Средний уровень – работает с компьютерными источниками информации с помощью педагога | 5 |  |
|  |  | или родителей. |  |  |
|  |  | Максимальный уровень – работает | 10 |  |
|  |  | с компьютерными источникамиинформации самостоятельно, не |  |  |
|  |  | испытывает особых трудностей. |  |  |
| 3.2. Учебно – коммуникативные умения: |
| 3.2.1 | Адекватность | Минимальный уровень – ребенок | 1 | Наблюдение |
| Умение | восприятия | воспринимает лишь ½ объема |  |  |
| слушать ислыша ть педагога | информации, идущей от педагога | информации идущей от педагога |  |  |
| Средний уровень – ребенок воспринимает практически весь объем информации, идущей от педагога, однако зачастую не | 5 |  |
|  |  | способен правильно применить ее |  |
|  |  | на практике |  |
|  |  | Максимальный уровень – ребенок воспринимает весь объем информации, идущей от педагога, способен проанализировать и применить ее на практике | 10 |  |
| 3.2.2. Умение выступать перед аудиторией | Свобода владения и подачи обучающимся подготовленной танцевальной лексики в ситуации сценического выступления | Минимальный уровень умений. Не стремится передать заданный образ, «комплексует» при общем показе | 1 | Наблюдение |
| Средний уровень. Выполняет танцевальные элементы с достаточной свободой и точностью, но без яркого образного содержания. | 5 |
| Максимальный уровень. Творчески подходит к выступлению, точно передает образ и концепцию танца, с натуральностью и индивидуальной неповторимостью. | 10 |
| 3.3. Учебно-организационные умения и навыки: |
| 3.3.1. Умение организовать своё рабочее (учебное) место | Способность самостоятельно организовывать своё рабочее пространство(и убирать его за собой) | Минимальный уровень умений - ребёнок организовывает своё рабочее пространство исключительно по просьбе педагога. | 1 | Наблюдение |
|  |  | Средний уровень – ребёнок формально подходит к процессу организации рабочего пространства: организует его исключительно по образцу и как правило забывает убирать за собой. | 5 |  |
| Максимальный уровень– ребёнок самостоятельно организовывает своё рабочее пространство, проявляет творческий подход. | 10 |
| 3.3.2 Навыки соблюдения техники безопасности во время учебных занятий и на концертной площадке | Соответствие реальных навыков соблюдения правил безопасности программным требованиям | Минимальный уровень умений– техника безопасности соблюдается при условии напоминания педагога | 1 | Наблюдение |
| Средний уровень – техника безопасности соблюдается частично, в ряде случаев необходимо напоминание педагога | 5 |
| Максимальный уровень техника безопасности соблюдается всегда и при любых условиях | 10 |
| 3.3.3. Умение аккуратно выполнять работу | Аккуратность и ответственность в работе | Минимальный уровень – для аккуратного выполнения работы требуется побуждения со стороны педагога | 1 | Наблюдение |
| Средний уровень – ребенок выполняет работу аккуратно, но не с первого раза | 5 |
| Максимальный уровень – любой вид деятельности выполняется аккуратно ис полной отдачей | 10 |

*Таблица 2.*

**ИНДИВИДУАЛЬНАЯ КАРТОЧКА УЧЁТА РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ**

**по дополнительной образовательной программе «Современный танец»**

*(в баллах, соответствующих степени выраженности измеряемого качества)*

Фамилия, имя ребёнка

Возраст ребёнка

Дата начала наблюдения

|  |  |
| --- | --- |
| **Показатели** | **Сроки диагностики** |
| **1 год обучени****я** | **2 год обучени****я** | **3 год обучени****я** | **4 год обучени****я** | **5 год обучени****я** |
| Iпол у год ие | Кон ец го да | Iпол у год ие | Кон ец го да | Iпол у год ие | Кон ец го да | Iпол у год ие | Кон ец го да | Iпол у год ие | Кон ец го да |
| ***1. Теоретическая подготовка ребёнка*** |
| *1.1 Теоретические знания:* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| а) основные сведения поистории современного танца |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| б) основные стилисовременной хореографии |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| в) принципы взаимодействия музыкальных и хореографическихсредств выразительности |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| г) техника исполнениядвижений отдельных центров в манеретанца |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| д) техника исполнениядвижений отдельных центров в манеретанца |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| *1.2. Владение специальной**терминологией* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ***2. Практическая подготовка ребёнка*** |
| *2.1. Практические умения и навыки, предусмотренные программой:* |
| а) освоение положений рук втанец модерн |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| б) освоение выворотных ипараллельных позиции ног |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| в) владение приёмами координации |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| г) владение приёмами изоляции |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| д) выполнение различных видов кросса |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| е) выполнение гимнастическихэлементов |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ж) выполнениеупражнений для развития |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| позвоночника |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| з) выполнение учебных и танцевальных комбинаций в экзерсисе на серединезала и у станка |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| и) владение техниками исполнения движений партера |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| к) владение техникой импровизации: параллель и оппозиция |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| л) владение техникой |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| контактной импровизации |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| м) владение техникой исполнения движений вманере танца |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| н) владение техникой исполнения движений вманере танца |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| *2.3. Творческие навыки:* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| а) владение навыками музыкально-пластическогоинтонирования; |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| б) создание танцевальных комбинаций различнойстепени сложности; |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| в) определение средств музыкальной выразительности в контексте хореографического образа и самостоятельноесоздание музыкально- двигательногообраза; |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| г) отражение в танце особенностей исполнительской манерыразных стилей современной хореографии; |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| д) владение навыками ансамблевогоисполнения танцевальных номеров; |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| е) владение навыкамисценической практики. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ***3. Общеучебные умения и******навыки ребёнка*** |  |
| *3.1. Учебно-интеллектуальные**умения:* |
| а) подбирать ианализировать специальную литературу; |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| б) пользоватьсякомпьютерными источниками информации. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| *3.2. Учебно-коммуникативные**умения:* |  |
| а) слушать и слышать педагога; |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| б) выступать передаудиторией. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| *3.3. Учебно-организационные**умения и навыки:* |  |
| а) умение организоватьсвоё рабочее (учебное) место; |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| б) навыки соблюдения техники безопасности вовремя учебных занятий и на концертной площадке; |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| в) умение аккуратно выполнять работу. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ***4. Предметные достижения******учащегося*** |  |
| *4.1. На уровне детского**объединения* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| *4.2. На уровне образовательного учреждения* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| *4.3. На уровне района, города* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| *4.4. На всероссийском уровне* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| *4.5 На международном уровне* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

*Таблица 3.*

### Схема самооценки учебных достижений учащегося

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Тема, раздел | Что мною сделано? | Мои успехи и достижения | Над чем мне надо работать? |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

**МЕХАНИЗМ ОЦЕНКИ ЛИЧНОСТНЫХ КАЧЕСТВ РЕБЕНКА**

*Таблица 4.*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Показатели (оцениваемы е параметры)** | **Критерии** | **Степень выраженности оцениваемого качества** | **Кол- во балл ов** | **Методы диагностик и** |
| **1. Организационно-волевые качества** |
| 1.1. Терпение (выносливость) | Способность переносить (выдерживать) известные нагрузкив течениеопределённого времени, преодолевать трудности | Терпения хватает менее, чем на 0,5 занятия | 1 | Наблюдение |
| Более, чем на 0,5 занятия | 5 |
| На всё занятие | 10 |
| 1.2. Воля | Способность | Волевые усилия ребёнка | 1 | Наблюдение |
|  | активно побуждать | Волевые усилия ребёнка | 1 | Наблюдение |
|  | себя кпрактическим действиям | побуждаются извне |  |  |
| Иногда – самим ребёнком | 5 |
|  |  | Всегда – самим ребёнком | 10 |  |
| 1.3.Самоконтроль (самодисциплина) | Умение контролироват ь свои поступки (приводить к должному свои действия) | Ребёнок постоянно действует подвоздействием контроляизвне | 1 | Наблюдение |
|  | Периодически контролирует себя сам | 5 |  |
|  | Постоянно контролирует | 10 |  |
|  | себя сам |  |  |
| **2. Ориентационные качества** |
| 2.1. Самооценка | Способность | Завышенная | 1 | Анкетирование |
|  | оценивать себя |  |  |  |
|  |
|  | адекватно | Заниженная | 5 |
|  | реальным |  |  |  |
|  | достижениям | Нормально развитая | 10 |  |
| 2.2. Интерес к | Осознанное | Продиктован ребёнку | 1 | Тестирование |
| занятиям в детском объединении | Участие ребёнка восвоении | извне |  |  |
|  | образовательной |  |  |  |
|  | программы |  |  |  |
|  |  | Периодически поддерживается самим ребёнком | 5 |  |
| Постоянно поддерживается ребёнком самостоятельно | 10 |
| **3. Поведенческие качества** |
| 3.1. Конфликтность (отношение ребёнка к столкновению интересов (спору) в процессе взаимодействия) | Способность занять определённую позицию в конфликтной ситуации | Периодически провоцирует конфликты | 0 | Тестирование, метод незаконченного о предложения.Наблюдение |
| Сам в конфликтах не участвует, старается их избежать | 5 |
| Пытается самостоятельно уладить возникающие конфликты | 10 |
| 3.2. Тип сотрудничества (отношение ребёнка к общим деламдетского объединения) | Умение воспринимать общие делакаксвои собственные | Избегает участия в общих делах | 0 | Тестирование, метод незаконченного предложения.Наблюдение |
| Участвует при побуждении извне | 5 |
| Инициативен в общих делах | 10 |

*Таблица 5.*

### ИНДИВИДУАЛЬНАЯ КАРТОЧКА УЧЁТА

**ДИНАМИКИ ЛИЧНОСТНОГО РАЗВИТИЯ УЧАЩЕГОСЯ**

*(в баллах, соответствующих степени выраженности измеряемого качества)*

Фамилия, имя ребёнка

Возраст ребёнка

Дата начала наблюдения

|  |  |
| --- | --- |
| **Показатели** | **Сроки диагностики** |
| **1 год обучения** | **2 год обучения** | **3 год обучения** | **4 год обучения** | **5 год обучения** |
| I полу годие | Конец года | I полу годие | Конец года | I полу годие | Конец года | I полу годие | Конец года | I полу годие | Конец года |
| ***1. Организационно-волевые******качества*** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1. Терпение (выносливость) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2. Воля |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3.Самоконтроль |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ***2. Ориентационные******качества*** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1. Самооценка |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2. Интерес к занятиям вдетском объединении |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ***3. Поведенческие качества*** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1. Конфликтность |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2. Тип сотрудничества |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ***4. Личностные достижения обучающегося***(особые успехи ребёнка в осознанной работе над изменением личностных качеств) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**3. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

***Литература для педагога***

***Н*ормативные документы**:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее - ФЗ);
2. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее - Порядок);
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2020 года № 533 «О внесении изменений в [Порядок организации и](https://docs.cntd.ru/document/551785916%236540IN) [осуществления образовательной деятельности по дополнительным](https://docs.cntd.ru/document/551785916%236540IN) [общеобразовательным программам,](https://docs.cntd.ru/document/551785916%236540IN) утвержденный [приказом Министерства](https://docs.cntd.ru/document/551785916%2364U0IK) просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. N 196»;
5. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
6. Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».
7. Устав МАОУ гимназия № 18.

**Литература, использованная при составлении программы**

1. «Разработка дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в образовательных организациях» (методические рекомендации). МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ. Государственное автономное нетиповое образовательное учреждение Свердловской области «Дворец молодёжи» Региональный модельный центр. Екатеринбург 2021г.

***Литература для обучающихся (родителей)***

1. Афанасенко Е.Х, Клюнеева С.А., Шишова К.Б «Детский музыкальный театр. Программы, разработки занятий, рекомендации».
2. Бекина С.И. Играем и танцуем. – М.: Советский композитор, 1992.
3. Богданов Г.Ф. Урок русского народного танца / Г.Ф. Богданов. - М., 1995. - С.23.
4. Воронина И. Историко-бытовой танец. – М.: Искусство, 1980
5. Гусев Г.П. «Методика преподавания народного танца. Упражнения у станка». - М.:

«Владос» 2004г.

1. Гусев Г.П. «Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала». - М.: «Владос» 2005г.
2. Гусев Г.П. «Методика преподавания народного танца. Этюды». - М.: «Владос» 2005г.
3. Горшкова Е. В. Зацепина К., Климов А., Рихтер К., Толстая Н., «Народно-сценический танец» - М, 1976г.
4. Звягин Д.Е. Народно-характерный танец. Первый год обучения: методическая разработка для студентов хореографического отделения. – СПб, 1999.
5. Климов А. «Основы русского танца» - М. 1994г.
6. Мельников М.Н. Детский фольклор и проблемы народной педагогики / М.Н. Мельников - Новосибирск, Просвещение 1987.
7. <http://www.horeograf.com/knigi>
8. <https://vuzlit.ru/75189/spisok_literatury>

### Образовательные технологии и методы обучения

**Формы организации деятельности**: хореографические композиции, танцевальные этюды, музыкально-игровые сценки, подвижные игры, танцевальные конкурсы, концерты, беседы об искусстве, посещение музыкальных и балетных спектаклей

**Виды деятельности обучающихся**: игровая деятельность, досугово-развлекательная деятельность, художественное творчество, социальное творчество, проблемно-ценностное общение

**Технология дифференцированного обучения**, которая включает в себя учет индивидуальных особенностей, группирование на основе этих особенностей, вариативность учебного процесса в группе.

**Технология личностно-ориентированного обучения** – организация воспитательного процесса на основе глубокого уважения к личности ребенка, учете особенностей его индивидуального развития, отношения к нему как к сознательному, полноправному и ответственному участнику образовательного процесса. Это формирование целостной, свободной, раскрепощенной личности, осознающей свое достоинство и уважающей достоинство и свободу других людей.

**Игровые технологии**, основной целью которых является обеспечение личностно- деятельного характера усвоения знаний, умений и навыков. Основным механизмом реализации этого вида технологий являются игровые методы вовлечения обучаемых в творческую деятельность (работа с карточками, загадки, тематические игры, конкурсы).

**Здоровьесберегающие технологии**, предусматривающие создание оптимальной здоровьесберегающей среды, обеспечивающей охрану и укрепление физического, психического и нравственного здоровья воспитанников.

**Информационные технологии** – все технологии, использующие специальные технические информационные средства: компьютер, аудио, видео, телевизионные средства обучения.

### Методы обучения

Организация и сам процесс осуществления учебно-познавательной деятельности предполагают передачу, восприятие, осмысливание, запоминание учебной информации и практическое применение получаемых при этом знаний и умений.

Исходя из этого, основными методами обучения являются:

* метод словесной передачи учебной информации (рассказ, объяснение, беседа и др.);
* методы наглядной передачи и зрительного восприятия учебной информации (иллюстрация, демонстрация, показ и др.);
* методы передачи учебной информации посредством практических действий.

*Практические методы* применяются в тесном сочетании со словесными и наглядными методами обучения, так как практической работе по выполнению упражнения должно предшествовать инструктивное пояснение педагога. Словесные пояснения и показ иллюстраций обычно сопровождают и сам процесс выполнения упражнений, а также завершают анализ его результатов.

*Проблемно-поисковые методы обучения*. Педагог создает проблемную ситуацию, организует коллективное обсуждение возможных подходов к ее разрешению. Ученики, основываясь на прежнем опыте и знаниях, выбирают наиболее рациональный вариант разрешения проблемной ситуации. Поисковые методы в большей степени способствуют самостоятельному и осмысленному овладению информацией.

*Методы эмоционального восприятия*. Подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений. Опора на собственный фонд эмоциональных переживаний каждого учащегося.

# Словарь терминов

A la SECONDE [а ля згонд] – положение, при котором исполнитель располагается en face, а «рабочая» нога открыта в сторону на 90

.

ARCH [атч] – арка, прогиб торса назад.

ATTITUDE [аттитюд] – положение ноги, оторванной от пола и немного согнутой в колене.

ARABESQUE [арабеск] – поза классического танца, при которой нога отводится назад

«носком в пол» или на 90 , положение торса, рук и головы зависят от формы арабеска. BATTEMENT DEVELOPPE [батман девлоппе] – вынимание через passe ноги вперед, назад или в сторону на 90

.

BATTEMENT FONDU [батман фондю] – движение, состоящее из одновременного сгибания ног, в конце которого «рабочая» нога приходит в положение sur le cou-de pied спереди или сзади опорной ноги, а затем следует одновременное вытягивание коленей и

«рабочая» нога открывается вперед, в сторону или назад. В модерн-джаз танце используется форма fondu из урока народно сценического танца.

BATTEMENT FRAPPE [батман фраппе] – движение, состоящее из быстрого, энергичного сгибания и разгибания ноги, стопа приводится в положение sur le cou-de-pied в

момент сгибания и открывается носком в пол или на высоту 45 вперед, в сторону или назад.

в

момент разгибания

BATTEMENT RELEVE LENT (батман релеве лян] – плавный подъем ноги через

скольжение по полу на 90 вперед, в сторону или назад.

BATTEMENT TENDU (батман тандю] – движение ноги, которая скользящим движением отводится на носок вперед, назад или в сторону В модерн-джаз танце исполняется так же по параллельным позициям.

BATTEMENT TENDU JETE [батман тандю жете] – отличается от battement tendu активным выбрасыванием ноги в воздух на высоту.

BATTU [баттю] – в данном случае используется для обозначения заноски, т.е. резких коротких ударов ног по 5 аут-поз. Спереди и сзади во время прыжка или в положении

«лежа на спине».

BODYROLL [боди ролл] – группанаклонов торса, связанная с поочередным перемещением центра корпуса в боковой или фронтальной плоскости

(синоним «волна»). BOUNCE [баунс] – трамплинное покачивание вверх вниз, в основном происходит либо за счет сгибания и разгибания коленей, либо пульсирующими наклонами

торса.

BRUCH [браш] – скольжение или мазок всей стопой по полу перед открытием ноги в

воздух или при закрытии в позицию.

CATCH STEP [кэтч стэп ] – шаг на месте, связанный с переносом тяжести корпуса с одной ноги на другую, колени при этом движении поочередно сгибаются и вытягиваются.

CONTRACTION [контракшн] – сжатие, уменьшение объема корпуса, начинается в центре таза, постепенно захватывая весь позвоночник, исполняется на выдохе.

CORKSCREW TURN (корскру повороты] – «штопорные» повороты, при которых исполнитель повышает или понижает уровень вращения.

COUPE [купе] – быстрая подмена одной ноги другой, служащая толчком для прыжка или другого движения.

CURVE [кёрф] – изгиб верхней части позвоночника (до солнечного сплетения) вперед или в сторону.

DEEP BODY BEND [диип боди бэнд] – наклон вперед торсом ниже 90 сохраняя прямую линию торса и рук.

DEEP CONTRACTION [диип контракшн] – сильное сжатие в центр тела, в котором участвуют все сочленения, т.е. в это движение включаются руки, ноги и голова.

DEGAGE [дегаже] – перенос тяжести корпуса с одной ноги на другую по второй позиции (вправо, влево) и по четвертой позиции ног (вперед, назад), может исполняться как с demi plie, так и на вытянутых ногах.

DEMI-PLIE [деми-плие] – полуприседание, при котором пятки не отрываются от пола. DEVELOPPE [девлоппе] – разновидность battements, работающая нога из пятой позиции, сгибаясь, скользит носком по опорной ноге, поднимается до колена и вытягивается вперед, в сторону или назад.

DROP [дроп] – падение расслабленного торса вперед или в сторону.

EMBOITE [амбуате] – последовательные переходы ноги на ногу на полупальцах, пальцах и с прыжком.

EN DEDAN [ан дедан] – направление движения или поворота к себе, вовнутрь. EN DEHOR [ан деор] – направление движения или поворота от себя или наружу.

FLAT BACK [флэт бэк] – наклон торса вперед, в сторону (на 90 спиной, без изгиба торса.

),

назад с прямой

FLAT STEP [флэт стэп] – шаг, при котором вся стопа одновременно ставится на пол.

FLEX [флекс] – сокращенная стопа или кисть.

FLIK [флик] – мазок стопой по полу к себе или от себя.

FROG-POSITION [фрог-позишн] – позиция сидя, при которой согнутые в коленях ноги касаются друг друга стопами, колени должны быть максимально раскрыты в стороны.

GLISSADE [глиссад] – партерный скользящий прыжок без отрыва от пола из пятой позиции в пятую позицию с продвижением вправо-влево или вперед-назад.

GRAND BATTEMENT [гран батман] – бросок ноги на 90 в сторону.

и

GRAND PLIE [гран плие] – полное приседание.

выше вперед, назад или

HIGH RELEASE [хай релиз] – высокое расширение, движение, состоящее из раскрытия грудной клетки с небольшим перегибом назад.

HIP LIFT [хип лифт] – подъем бедра вверх.

НОР [хоп] – шаг-подскок, «рабочая» нога обычно в положении «у колена».

JACK KNIFE [джэк найф] – положение корпуса, при котором торс наклоняется вперед, спина прямая, опора на руки, колени вытянуты, ноги во второй параллельной позиции, пятки не отрываются от пола.

JAZZ HAND [джаз хэнд] – положение кисти, при котором пальцы напряжены и разведены в стороны.

JELLY ROLL [джелли ролл] – движение пелвисом, состоящее из мелкого сокращения мышц с одновременным небольшим поворотом пелвиса вправо-влево (синоним – шейк

пелвиса).

JERK-POSITION [джек-позишн] – позиция рук, при которой локти сгибаются и немного отводятся назад на уровень грудной клетки, предплечья располагаются параллельно полу. JUMP [джамп] – прыжок на двух ногах.

KIСК [кик] – бросок ноги вперед или в сторону на 45 или 90 через вынимание приемом developpe.

LAY OUT [лэй аут] – положение, при котором нога, открытая на 90 назад, и торс. Составляют одну прямую линию.

в

LEAP [лиип] – прыжок с одной ноги на другую с продвижением.

сторону или

LOCOMOTOR [локомотор] – круговое движение согнутых в локтях рук вдоль торса.

LOW BACK [лоу бэк] – округление позвоночника в пояснично-грудном отделе.

PAS CHASSE [шассе] – вспомогательный прыжок с продвижением во всех направлениях, при исполнении которого одна нога «догоняет» другую в высшей точке прыжка.

PAS DE BOURREE [па-де-бурре] – танцевальный вспомогательный шаг, состоящий из чередования pas tombe и pas coupe. Синоним step pas de bourree. В модерн-джаз танце во время pas de bourree положение sur le cou-de-pied не фиксируется.

PASSE [пассе] – проходящее движение, которое является связующим при переводе ноги из одного положения в другое, может исполняться по первой позиции на полу (passe par terre) либо на 45 или 90

.

PETIT BATTEMENT [пти батман] – в классическом танце – маленький прыжок. PLIE RELEVE [плие релеве] – положение ног на полупальцах с согнутыми коленями.

POINT [пойнт] – вытянутое положение стопы.

PRANCE [прайс] – движение для развития подвижности стопы, состоящее из быстрой смены положения « на полупальцах» и point.

PRESS-POSITION [пресс-позишн] – позиция рук, при которой согнутые в локтях руки ладонями касаются бедер спереди или сбоку.

RELEASE [релиз] – расширение объема тела, которое происходит на вдохе. RELEVE [релеве] – подъем на полупальцы.

ROLL DOWN [ролл даун] – спиральный наклон вниз-вперед, начиная от головы.

ROLL UP [ролл an] – обратное движение, связанное с постепенным раскручиванием и выпрямлением торса в исходную позицию.

ROND DE JAMBE PAR TERRE [рон де жамб пар терре] – круг вытянутой ногой, касаясь пальцами ноги пола.

SAUTE [соте] – прыжок классического танца с двух ног на две ноги (синоним temps leve). SHIMMI [шимми] – спиральное, закручивающееся движение пел висом вправо и влево.

SIDE CONTRACTION [сайд контракшн] – боковое сжатие в торсе.

SIDE STRETCH [сайд стрэтч] – боковое растяжение торса, наклон торса вправо или влево. SOUTENU EN TOURNANT [сутеню ан турнан] – поворот на двух ногах, начинающийся с вытягивания «рабочей» ноги в пятую позицию.

STEP BALL CHANGE [стэп болл чендж] – связующий шаг, состоящий из шага в сторону или вперед и двух переступаний на полупальцах (синоним step.pa-de-burre.).

SUNDARI [зундари] – движение головой, заключающееся в смещении шейных позвонков вправо-влево и вперед-назад.

SUR LE COU-DE-PIED [сюр ле ку-де-пье] – положение вытянутой ступни работающей ноги на щиколотке опорной ноги спереди или сзади.

СВИНГОВОЕ РАСКАЧИВАНИЕ – раскачивание любой частью тела (рукой, ногой, головой, торсом) в особом джазовом ритме.

THRUST [фраст] – резкий рывок грудной клеткой или пелвисом вперед, в сторону или назад.

TILT [тилт] – угол, поза, при которой торс отклоняется в сторону или вперед от вертикального положения, «рабочая» нога может быть открыта в противоположном

направлении на 90 и выше.

TOMBE [томбе] – падение, перенос тяжести корпуса на открытую ногу вперед, в сторону или назад на demi-plie.

TOUR CHAINES [тур шене] – туры, исполняемые на двух ногах по диагонали или по кругу на высоких полупальцах, в модерн-джаз танце могут исполняться на полной стопе и в demi-plie.

# Основы хореографической грамотности

### «Народный экзерсис у станка и на середине зала»

Русский танец - это не что иное, как проявление чувств, в художественной форме передавая ощущения красоты жизни, отображая трудовые процессы, давая выход жизненной энергии. Русский танец, как вид русского традиционного искусства имеет свою многовековую историю. Ещё в дохристианский период, в V-VII вв., на характер танца налагали отпечаток языческие религиозные представления.

XVIII век – эпоха, связанная с именем Петра I – блестящего реформатора своего времени, с появлением нового государства – Российской Империи. Это и эпоха видоизменения русского народного танцевального искусства. Танец приобретает более светский характер. При дворе становятся популярными европейские танцы: французская кадриль, менуэт, полонез, лансье и др. И в народе танец не только сохраняется, но и приобретает новые формы. Так, в результате западных салонных танцев в русском быту появляются кадриль, полька, ланце и другие. Попадая в деревню, они коренным образом изменяются, приобретая типично русские местные черты, манеру и характер исполнения.

Выход русского народного танца на большую сцену происходит во втором

десятилетии XX века. Это период начала мощного развития русского народного творчества всех его видов и жанров. Появляются учебные заведения по профессиональной подготовке преподавателей всех видов искусств, в том числе и хореографического искусства.

Открываются учебные заведения непосредственно для профессиональной подготовки танцоров. По всей территории России начинают создаваться, как любительские, так и профессиональные танцевальные коллективы. Русский танец приобретает массовый характер в своей сценической форме.

Основы хореографического языка, лексики народного танца составляют традиционные элементы и движения, дошедшие до нас от предков и продолжающие жить до настоящего времени. Они состоят из различного вида шагов, ходов, ударов, дробей и выстукиваний, соскоков и подскоков, разнообразных наклонов, поворотов и вращений, а также положений головы, рук, корпуса, выражающих в синтезе гармонию образа, действия и чувства.

Вот, коротко раскрыв специфику движений русского танца, мы приступаем к изучению практического материала – традиционных народной хореографии.

### Положение рук в русском танце 1-е положение

Обе руки, согнутые в локтях, лежат сбоку на талии, у девушек — кулачками, иногда ладонями; у юношей — чаще ладонями, иногда кулачками. Локти направлены в стороны. Это положение можно назвать «подбоченившись».

### е положение

Руки скрещены на груди. У девушек руки или приближены к корпусу, или чуть отведены, правая рука находится под левой рукой, кисти зажаты в кулачок и спрятаны под локти противоположных рук. У юношей руки от корпуса отведены, локти направлены вперед, правая рука находится над левой рукой, кисти лежат ладонями на противоположных руках, выше локтя.

### е положение (женское)

Обе руки подняты невысоко в стороны и находятся между исходной и 2-й позицией, локти свободны, кисти направлены ладонями вперед. Иногда девушка в правой руке держит платочек.

### е положение (женское)

Правая рука, согнутая в локте, поднята от локтя вверх, локоть от корпуса отведен в сторону и направлен вниз, кисть, повернутая ладонью к зрителю, находится чуть выше правого плеча, пальцы согнуты и опущены к ладони. Левая рука свободно опущена вниз и от корпуса отведена.

### Позиции ног

* свободная: пятки вместе, носки симметрично разведены в стороны на ширину плеч; вторая невыворотная: ноги расставлены в стороны на ширину стопы. Стопы расположены параллельно друг к другу;
* третья невыворотная: пятка одной ноги ставится к середине стопы другой. Носки направлены в стороны;
* четвертая невыворотная: ступня одной ноги параллельна и находится впереди другой на расстоянии стопы. Носки стоп направлены вперед;
* шестая невыворотная: стопы стоят рядом, пятки и носки сомкнуты.

### Теория и методика исполнения движений первого года обучения

#### Экзерсис у станка.

Предлагаются следующие упражнения: полуприседания и глубокие приседания (demi plie и grand plie). Приседание – важный раздел занятий у станка, поскольку развивают

мягкость, эластичность движения, в коленном, тазобедренном, голеностопном суставах и суставах стоп, способствуют развитию прыжка.

Полуприседание и глубокие приседания исполняются по 1, 2, 3, 5-й позициям о всех возможных вариантах. Музыкальный размер 3/4, 4/4.

#### Battement tendus (носок, каблук).

Упражнение на развитие подвижности стопы исполняется в характере русского танца. Исходное положение – 3-я или 5-я позиции. Музыкальный размер 2/4. После изучения данного упражнения в чистом виде добавляются следующие разновидности:

1. Полуприседания на обеих ногах в момент возврата работающей ноги в исходную позицию.
2. Полуприседания в момент перевода работающей ноги с носка на ребро каблука.
3. Battement tendus с отделением пятки опорной ноги.

#### Каблучные упражнения.

Вынесение ноги на каблук крестом с работой пятки опорной ноги. Исходное положение – 3-я позиция. Исполняется в характере русского (или иного) танца. Музыкальный размер 2/4. Выполняется на полуприседании, не поднимаясь в рост. Упражнения 2 и 3 могут комбинироваться.

#### Flic-flac.

Упражнение с ненапряженной стопой. Исходное положение – 3-я позиция. Музыкальный размер 2/4.

На первом году обучения проучиваются следующие виды: мазки «от себя» и «к себе». Мазки, акцентируя движение «к себе». Мазки «от себя» и «к себе» с добавлением удара подушечкой стопы работающей ноги после мазков. Мазки, акцентируя движение «к себе» с ударом подушечкой стопы работающей ноги. Дубль – флики – двойные мазки «от себя» вперед и в сторону. Двойные мазки с последующим ударом подушечкой стопы работающей ноги по 3-й позиции.

Сценический вид. Исходное положение – 3-я позиция (правая нога сзади левой ноги).

### Passe – подготовка к «веревочке».

Исходное положение – 3-я позиция. Музыкальный размер 2/4. Исполняется в характере русского (венгерского, матросского) танца.

Проучиваются следующие виды упражнений:

* 1. Упражнение с подъемом вверх работающей ноги и с одновременным полуприседанием на опорной ноге.
	2. Упражнение с подниманием на полупальцы опорной ноги одновременно с подъемом вверх работающей ноги.
	3. Перевод согнутой ноги то вперед, то назад в сочетании с двумя пристукиваниями.
	4. Закрытый и открытый разворот ноги, согнутой в колене, опуская то в 6-ю, то в 3-ю позицию.
1. ***Дробные выстукивания в характере русского танца.*** Музыкальный размер 2/4. Исходное положение – 6-я позиция. Проучиваются следующие виды дробных выстукиваний:
	1. Дробные выстукивания всей ступней;
	2. На всей ступне в сочетании с двумя ритмами – восьмыми и шестнадцатыми. Упражнение занимает 2 такта;
	3. На всей ступне в сочетании с двойным ударом в пол одной ногой;
	4. Подготовка к «ключу» 1-го вида;
	5. Подготовка к «ключу» 2-го вида;
	6. Русский «ключ»;
	7. Пятко - носковая дробь. Исходное положение – 3-я позиция;
	8. Удары с поворотом стопы по 6-й и 3-й позициям;
	9. Удары с переносом стопы по 3-й позиции.

#### Battement fondus.

Низкие и высокие развороты ноги. Исходное положение – 3-я (5-я) позиция. Музыкальный размер 3/4, 4/4 (2/4). Проучиваются 2 вида:

* 1. 1-й вид – низкое fondu (45о).
	2. 2-й вид – высокое fondu (90о).

#### Rond – круг ногой по полу.

На первом году проучиваются два вида:

* 1. круг ногой по полу носком работающей ноги. Исходное положение 3-я (5-я) позиция ног. Музыкальный размер ¾.
	2. Круг ногой по полу пяткой рабочей ноги. Исходное положение – 3-я (5-я) позиция. Музыкальный размер ¾.

#### Battement developpes – раскрывание ноги на 90о.

Проучиваются следующие упражнения:

* 1. Раскрывание ноги на 90о. Исходное положение – 3-я или 5-я позиция. Музыкальный размер 4/4;
	2. То же упражнение с последующим ударом пятки опорной ноги. Исходное положение и музыкальный размер – те же;
	3. Раскрывание ноги на 90о, не фиксируя ее в позиции, а проходя через нее. Исходное положение и музыкальный размер те же;
	4. Раскрывание ноги на 90о с опусканием на колено. Исходное положение – 4-я позиция на носке сзади. Музыкальный размер 4/4.

#### Pas tortilles – зигзаги.

На первом году обучения проучиваются 2 вида:

* 1. Одинарный поворот стопы. Мягкий музыкальный размер 2/4. Исполнение мягкое. Легатированное.
	2. Одинарный поворот стопы (резкий) с ударом работающей стопы. Музыкальный размер 2/4. Данные упражнения используются в танцах русского, венгерского характерах.

#### Grand battements – большие броски. Выполняются следующие виды:

* 1. Большие броски с переступанием на работающую ногу (с tombe). Исходное положение – 3-я (5-я) позиция. Музыкальный размер 2/4, 4/4;
	2. Большие броски в позицию в одном направлении или крестом. Подъем, может быть вытянут или сокращен.

#### Присядки.

Присядки выполняются только мужским составом, лицом к станку.

* 1. Присядки с вынесением ноги в сторону. Исходное положение 1-я позиция. Музыкальный размер 2/4 в характере русского танца;
	2. Присядка – разножка во 2-ю позицию на ребро каблука;
	3. Присядки со вскакиванием на носки и переводом на каблуки.

### Занятия на середине зала.

Простейшие тренировочные движения на середине зала. Изучаются отдельные движения и даются небольшие танцевальные комбинации на материале русского, украинского и др. танцев.

Дробные ходы:

1. Переменный дробный ход.
2. Дробный боковой ход.
3. Мелкий дробный ход с каблука.
4. Дробный ход с ударом каблука и подушечкой стопы.
5. Ход с подскоком и ударами каблуком и всей ступней об пол.
6. Дробь в сочетании с подскоком на опорной ноге.
7. Дробь «трилистник».
8. Дробь «трилистник» с последующими двумя притопами одной и другой ногой.
9. Концовки.

### Хлопушки:

1. Тройная хлопушка с притопом.
2. Хлопушка по голенищу сапога выдвинутой вперед ноги.
3. Хлопушка по ноге, поднятой назад.
4. Поворот с хлопушками.
5. Хлопки и хлопушки в чередовании с шагами.
6. Хлопушки по голенищам сапог скрещенных ног.
7. Перескоки с хлопушками.
8. Ключ с хлопушкой. 9.

### Движения на месте:

1. «Веревочка».
2. «Двойная веревочка».
3. «Веревочка с переступанием».
4. «Веревочка с шагом вперед на каблук».
5. «Ковырялочка».
6. «Веревочка с ковырялочкой».
7. «Гармошка».
8. «Моталочка».

### Присядки:

1. Присядка с выбрасыванием ноги вперед.
2. Боковая присядка с выбрасыванием ноги в сторону.
3. Присядка-разножка на 2-ю позицию.
4. Присядка с выскакиванием на носки и перескоком на каблуки.
5. Присядка-разножка в 4-ю позицию.
6. Присядка с ковырялочкой.
7. Присядка с ударом ладонью по голенищу сапога.
8. Ползунок (1-й, 2-й, 3-й вид): 1-й с выносом ноги вперед на носок
9. й вперед на каблук
10. й из стороны в сторону

### Присядка «волчок».

Присядка «мячик».

Приложение к дополнительной общеразвивающей программе

«Народный танец»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

МОДУЛЬ 1 ДОП «НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ»

МОДУЛЬ 2ДОП «НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ» МОДУЛЬ 3 ДОП «НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ»

В результате освоения программы «Народный танец» у учащихся сформирован комплекс знаний умений и навыков.

Обучающиеся должны:

* освоить основы музыкальной грамоты: темп, ритм, ритмический рисунок, музыкальный размер 2/4, 4/4, ¾, определять характер музыки, слышать сильную и слабую доли, понятия «музыкальная фраза», «Музыкальное предложение», различать характер музыки;
* знать основную терминологию классического экзерсиса на французском языке и уметь ею пользоваться;
* знать основные приемы партерного экзерсиса;
* владеть техникой классического и народного танца, свободно и грамотно владеть своим телом;
* умение воспринимать задания т замечания;
* умение контролировать собственное исполнение, согласовывая его с коллективом;
* навыки анализа музыкального материала;
* умение импровизировать под музыку;
* иметь представление о наиболее значимых явлениях истории возникновения и истоках зарождения танца на Руси и достижениях современной хореографии; - иметь представление о профессии хореографа.

#### Тематическое планирование Модуль 1

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***№*** | ***Разделы, темы*** | ***Количество часов*** | ***Всего часов*** |
| ***теория*** | ***практи ка*** |
| 1 | Организационное занятие. | 1 |  | 1 |
| 2 | Поклон. Разминка на середине зала. | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 3 | Характер музыкального произведения. Счет в танце.Понятие о сильной доле. | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 4 | Музыкальные жанры (марш, песня, танец). | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 5 | Музыкальное вступление. Начало и конецмузыкальной фразы. | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 6 | Основные рисунки в танце. Движения по диагонали,по кругу. | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 7 | Перестроения в линии и колонны. | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 8 | Игра на развитие воображения «Аисты и лягушки» | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 9 | Образно-игровое упражнение «Деревце». «Облака».«Ель, елка, елочка». | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 10 | Выполнение основных движений под музыку на 2/4 и4/4. Понятие интервалы. Марш. | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 11 | Классический экзерсис. Позиции ног (1,2). | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 12 | Классический экзерсис. Позиции рук(подготовительное положение). | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 13 | Классический экзерсис. Позиции рук (1,2) | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 14 | Классический экзерсис. Позиции ног (3) | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 15 | Классический экзерсис. Demi plied (1,2) позиции.(Музыкальный размер ¾). | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 16 | Классический экзерсис. Demi plied (3) позиции.(Музыкальный размер ¾). | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 17 | Классический экзерсис. Battements tendu (1). | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 18 | 1 port de bras (1). | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 19 | Повторение элементов классического танца. | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 20 | Партерный тренаж. Работа стоп. | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 21 | Партерный тренаж. Растяжки. | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 22 | Народный танец. Позиции рук и ног. | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 23 | Танцевальный шаг (шаг с носка по 1 позиции ног).Марш, подскоки, шаг польки. | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 24 | Простые шаги, тройной шаг. Переменный шаг.Русский ход с притопом. | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 25 | Положение ноги sur le coup de pied. | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 26 | Притопы двойные и тройные. Припадание по 3позиции. | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 27 | Повторение элементов народного танца. Дробь по 6позиции. | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 28 | «Мячик». Присядки по 6 позиции. | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 29 | Повторение элементов народного танца. | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 30 | Повторение элементов классического танца. | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 31 | «Полька с хлопками». | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 32 | «Галоп» по линиям и по кругу. Изучение поворотов. | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 33 | «Заинька» русский народный танец. | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 34 | «Во саду ли в огороде» русский народный танец. | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 35 | Отработка изученных танцев | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 36 | Итоговое занятие |  | 1 | 1 |
| **Всего часов за год** | **18** | **18** | **36** |

***Содержание Модуль 1***

### Тема 1. Организационное занятие.

Цели и задачи обучения. Перспективы обучения, план занятий. Режим занятий, расписание. План концертной деятельности. Беседа о целях и задачах, требованиях обучения. Обсуждение и решение коллективных проблем: оборудование класса, подготовка костюмов к концертам, организация отдыха в каникулы, организация культурных

мероприятий.

### Тема 2. Основы музыкальной грамоты.

Подбор выразительных движений для образа, соответствующих темпу, ритму, характеру музыки. Самостоятельное использование музыкально-двигательной деятельности в импровизации. Хлопки в различных ритмических рисунках.

### Тема 3. Поклон. Разминка на середине зала.

**Тема 4. Музыкальные жанры (марш, песня, танец).**

### Тема 5. Музыкальное вступление. Начало и конец музыкальной фразы. Тема 6. Основные рисунки в танце. Движения по диагонали, по кругу. Тема 7. Перестроения в линии и колонны.

**Тема 8. Игра на развитие воображения «Аисты и лягушки».**

### Тема 9. Образно-игровое упражнение «Деревце». «Облака». «Ель, елка, елочка».

**Тема 10. Выполнение основных движений под музыку на 2/4 и 4/4. Понятие интервалы. Марш.**

### Тема 11. Классический экзерсис. Позиции ног (1,2).

**Тема 12. Классический экзерсис. Позиции рук (подготовительное положение). Тема 13. Классический экзерсис. Позиции рук (1,2)**

### Тема 14. Классический экзерсис. Позиции ног (3)

**Тема 15. Классический экзерсис. Demi plied (1,2) позиции. (Музыкальный размер**

### ¾).

**Тема 16. Классический экзерсис. Demi plied (3) позиции. (Музыкальный размер**

### ¾).

**Тема 17. Классический экзерсис. Battements tendu (1). Тема 18. 1 port de bras (1).**

### Тема 19. Повторение элементов классического танца. Тема 20. Партерный тренаж. Работа стоп.

**Тема 21. Партерный тренаж. Растяжки.**

### Тема 22. Народный танец. Позиции рук и ног.

**Тема 23. Танцевальный шаг (шаг с носка по 1 позиции ног). Марш, подскоки, шаг польки.**

### Тема 24. Простые шаги, тройной шаг. Переменный шаг. Русский ход с притопом. Тема 25. Положение ноги sur le coup de pied.

**Тема 26. Притопы двойные и тройные. Припадание по 3 позиции. Тема 27. Повторение элементов народного танца. Дробь по 6 позиции. Тема 28. «Мячик». Присядки по 6 позиции.**

### Тема 29. Повторение элементов классического танца. Тема 30. «Полька с хлопками».

**Тема 31. «Галоп» по линиям и по кругу. Изучение поворотов.**

### Тема 32. «Заинька» русский народный танец.

**Тема 33. «Во саду ли в огороде» русский народный танец. Тема 34. «Во саду ли в огороде» русский народный танец. Тема 35. Отработка изученных танцев.**

### Тема 36. Итоговое занятие.

#### Тематическое планирование Модуль 2

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***№*** | ***Разделы, темы*** | ***Количество часов*** | ***Всего часов*** |
| ***теория*** | ***практи******ка*** |
| 1 | Вводное занятие. | 1 |  | 1 |
| 2 | Прыжки. Прыжки по 6 позиций ног. Разножка.Поджатые. | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 3 | Комбинированные прыжки. | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 4 | Рисунок в танце. Изменение направления движения. | 0,5 | 2,5 | 3 |
| 5 | Отработка построений “линии”, “шахматныйпорядок”,” диагонали”,” круг”. | 0,5 | 2,5 | 3 |
| 6 | Классический танец. Demi plies u grand plies (1, 2, and 5). | 1 |  | 3 |
| 7 | Battements tendus (1,5). | 0,5 | 2,5 | 3 |
| 8 | Battement soutenu. | 0,5 | 2,5 | 3 |
| 9 | Rond de jambe parter. | 0,5 | 2,5 | 3 |
| 10 | 1,2 port de bras | 0,5 | 1,5 | 2 |
| 11 | Releve (6,1,2). | 0,5 | 1,5 | 2 |
| 12 | Повторение элементов классического танца. |  | 1,5 | 2 |
| 13 | «Ёлочка», «гармошка». | 0,5 | 1,5 | 2 |
| 14 | Простые шаги, тройной шаг, переменный шаг с выносом ноги на каблук. Бегунок. Русский ход скаблука. | 0,5 | 2,5 | 3 |
| 15 | Народный танец «Моталочка», «Ковырялка». | 1 | 8 | 9 |
| 16 | Дробные ходы. | 1 | 5 | 6 |
| 17 | Дробь с хлопками. | 0,5 | 2,5 | 3 |
| 18 | Бег с высоким подъемом колена вперед по 6 позицийног. |  | 1 | 1 |
| 19 | Бег с захлестом ног назад. |  | 1 | 1 |
| 20 | Перескоки. |  | 1 | 1 |
| 21 | Припадание в повороте. |  | 1 | 1 |
| 22 | «Веревочка»(3) |  | 1 | 1 |
| 23 | Повороты и вращения. Шаг поворот. |  | 1 | 1 |
| 24 | Комбинирование элементов народного танца. | 0,5 | 2,5 | 3 |
| 25 | Повторение элементов народного танца. |  | 1 | 1 |
| 26 | «Мячик» в повороте и по 1 поз ног | 0,5 | 2,5 | 3 |
| 27 | Позиции рук в народном танце. | 0,5 | 2,5 | 3 |
| 28 | Присядка с выносом ноги на пятку, проскальзыванием на каблуках. Разножка. | 0,5 | 2,5 | 3 |
| 29 | Партерный тренаж. | 0,5 | 2,5 | 3 |
| 30 | Повторение элементов классического танца. |  | 1 | 1 |
| 31 | Повторение элементов народного танца. |  | 1 | 1 |
| 32 | Комбинирование элементов народного танца. |  | 1 | 1 |
| 33 | Партерный тренаж. Растяжки. |  | 3 | 3 |
| 34 | Ходы по кругу. | 0,5 | 2,5 | 3 |
| 35 | Бег с высоким подъемом колена вперед по кругу. |  | 1 | 1 |
| 36 | Бег с захлестом ног назад по кругу. |  | 1 | 1 |
| 37 | Повторение элементов классического танца. |  | 2 | 2 |
| 38 | Разучивание танца «Павушка». | 1 | 8 | 9 |
| 39 | Отработка изученных танцев. |  | 1 | 1 |
| 40 | Разучивание танца «На полянке». | 1 | 8 | 9 |
| 41 | Отработка изученных танцев. |  | 3 | 3 |
| 42 | Итоговое занятие |  | 1 | 1 |
|  |  |  |  |  |
| **Всего часов за год** | **15** | **99** | **108** |

***Содержание Модуль 2***

### Тема 1. Вводное занятие.

Цели и задачи обучения. Перспективы обучения, план занятий. Режим занятий, расписание. План концертной деятельности. Беседа о целях и задачах, требованиях обучения. Обсуждение и решение коллективных проблем: оборудование класса, подготовка костюмов к концертам, организация отдыха в каникулы, организация культурных

мероприятий.

### Тема 2. Прыжки. Прыжки по 6 позиций ног. Разножка. Поджатые. Тема 3. Комбинированные прыжки.

**Тема 4. Рисунок в танце. Изменение направления движения.**

### Тема 5. Отработка построений “линии”, “шахматный порядок”,” диагонали”,”

**круг”.**

### Тема 6. Классический танец. Demi plies u grand plies (1, 2, 5).

**Тема 7. Battements tendus (1,5). Тема 8. Battement soutenu.**

### Тема 9. Rond de jambe parter. Тема 10. 1,2 port de bras

**Тема 11. Releve (6,1,2).**

### Тема 12. Повторение элементов классического танца. Тема 13. «Ёлочка», «гармошка».

**Тема 14. Простые шаги, тройной шаг, переменный шаг с выносом ноги на каблук. Бегунок.**

### Тема 15. Русский ход с каблука.

**Тема 16. Народный танец «Моталочка», «Ковырялка». Тема 17. Дробные ходы.**

### Тема 18. Дробь с хлопками.

**Тема 19. Бег с высоким подъемом колена вперед по 6 позиций ног. Тема 19. Бег с захлестом ног назад.**

### Тема 20. Перескоки.

**Тема 21. Припадание в повороте. Тема 22. «Веревочка» (3).**

### Тема 23. Повороты и вращения. Шаг поворот.

**Тема 24. Комбинирование элементов народного танца. Тема 25. Повторение элементов народного танца.**

### Тема 26. «Мячик» в повороте и по 1 поз ног. Тема 27. Позиции рук в народном танце.

**Тема 28. Присядка с выносом ноги на пятку, проскальзыванием на каблуках.**

### Разножка.

**Тема 29. Партерный тренаж.**

### Тема 30. Повторение элементов классического танца. Тема 31. Повторение элементов народного танца.

**Тема 32. Комбинирование элементов народного танца. Тема 33. Партерный тренаж. Растяжки.**

### Тема 34. Ходы по кругу.

**Тема 35. Бег с высоким подъемом колена вперед по кругу. Тема 36. Бег с захлестом ног назад по кругу.**

### Тема 37. Повторение элементов классического танца. Тема 38. Разучивание танца «Павушка».

**Тема 39. Отработка изученных танцев.**

### Тема 40. Разучивание танца «На полянке». Тема 41. Отработка изученных танцев.

**Тема 42. Итоговое занятие.**

#### Тематическое планирование Модуль 3

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***№*** | ***Разделы, темы*** | ***Количество часов*** | ***Всего часов*** |
| ***теория*** | ***практи ка*** |
| 1 | Организационное занятие. | 1 |  | 1 |
| 2 | Поклон. Разминка на середине зала. Определение музыкального размера. | 0,5 | 2,5 | 3 |
| 3 | Перестроения для танцев. Рисунок танца. | 0,5 | 2,5 | 3 |
| 4 | Классический танец. Подготовка к началу движения(preparation) | 0,5 | 2,5 | 3 |
| 5 | Demi plies u grand plies (1, 2, 5). Battements tendus (1,5). Battements tendus jetes с picce. Rond de jambe parter с demi plies. | 1 | 5 | 6 |
| 6 | Движение руки в координации с движением ноги |  | 9 | 9 |
| 7 | Grand battements (1, 5). Releve (1, 2, 5, 6). Pas saute(1,2,5) | 0,5 | 2,5 | 3 |
| 8 | Отработка элементов классического танца. |  | 6 | 6 |
| 9 | Прыжковые упражнения. |  | 1 | 1 |
| 10 | Народный танец. «Подбивка», «молоточки».Припадание в продвижении в сторону, в повороте. | 1 | 8 | 9 |
| 11 | Дробная «дорожка» с продвижением вперед и споворотом. |  | 6 | 6 |
| 12 | Положения рук в парах («свечка», «лодочка»,«воротца»). | 0,5 | 2,5 | 3 |
| 13 | Танцевальные комбинации с дробями. |  | 6 | 6 |
| 14 | Повороты и вращения. Присядка с проскальзываниемна каблуках, хлопушка по колену и голенищу. | 1 | 5 | 6 |
| 15 | Отработка элементов народного танца. |  | 3 | 3 |
| 16 | Партерный тренаж. Растяжки. | 0,5 | 2,5 | 3 |
| 17 | Ходы по кругу. Комбинации шагов. Бегунок,подскоки с переступанием. | 1 | 5 | 6 |
| 18 | Повторение элементов классического танца. |  | 3 | 3 |
| 19 | Повторение элементов народного танца. |  | 3 | 3 |
| 20 | Русский лирический танец. Белорусский танец«Юрочка». | 1 | 8 | 9 |
| 21 | Русский танец «Четыре двора». | 1 | 8 | 9 |
| 22 | Отработка изученных танцев. |  | 4 | 4 |
| 23 | Итоговое занятие. Концертно – игровая программа.Вручение наград. |  | 3 | 3 |
| **Всего часов за год** | **10** | **98** | **108** |

***Содержание Модуль 1***

### Тема 1. Организационное занятие.

Цели и задачи обучения. Перспективы обучения, план занятий. Режим занятий, расписание. План концертной деятельности. Беседа о целях и задачах, требованиях обучения. Обсуждение и решение коллективных проблем: оборудование класса, подготовка костюмов к концертам, организация отдыха в каникулы, организация культурных

мероприятий.

### Тема Поклон. Разминка на середине зала. Тема Определение музыкального размера.

**Тема Перестроения для танцев. Рисунок танца.**

### Тема Классический танец. Подготовка к началу движения (preparation).

**Тема Demi plies u grand plies (1,2,5). Battements tendus (1, 5). Battements tendus jetes с picce. Rond de jambe parter с demi plies.**

### Тема Движение руки в координации с движением ноги.

**Тема Grand battements (1,5). Releve (1, 2, 5, 6). Pas saute (1, 2, 5). Тема Отработка элементов классического танца.**

### Тема Организационное занятие. Поклон. Разминка на середине зала. Тема Определение музыкального размера.

**Тема Прыжковые упражнения.**

### Тема Народный танец. «Подбивка», «молоточки». Припадание в продвижении в сторону, в повороте.

**Тема Дробная «дорожка» с продвижением вперед и с поворотом. Тема Положения рук в парах (“свечка», «лодочка», «воротца»). Тема Танцевальные комбинации с дробями.**

### Тема Повороты и вращения. Присядка с проскальзыванием на каблуках, хлопушка по колену и голенищу.

**Тема Отработка элементов народного танца. Тема Партерный тренаж. Растяжки.**

### Тема Ходы по кругу. Комбинации шагов. Бегунок, подскоки с переступанием. Тема Повторение элементов классического танца.

**Тема Повторение элементов народного танца.**

### Тема Русский лирический танец. Белорусский танец «Юрочка».

**Тема Русский танец «Четыре двора». Тема Отработка изученных танцев.**

### Тема 25. Итоговое занятие.

Концертно – игровая программа. Вручение наград.