

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Дом творчества»

Рассмотрено  
на Педагогическом совете  
протокол от «28» августа 2024 г. № 1

Утверждаю  
И.о. директора  
 С.В. Савинова  
Приказ от «02» сентября 2024 г. № 54/1

Дополнительная общеразвивающая программа  
«Танцевальный»

Направленность: художественная  
Адресат программы: обучающиеся 7-16 лет  
Срок реализации программы: 1 год  
Разработчик программы: Зиялова Любовь Юрьевна - педагог дополнительного образования

р.п. Жигалово  
2024 г

## Пояснительная записка

### Информационные материалы и литература

Программа «Танцевальный» составлена на основе программ по хореографии для общеобразовательных школ: программа «Ритмика и танец» 1-8 классы, утвержденная Министерством образования 06.03.2001г.; программа «Хореография и ритмика» 1-7 классы Щербаковой Н.Н., учителя хореографии высшей категории неполной средней школы №39 г. Рыбинска; программа «Хореография» 1-8 классы Пантелеевой Т.И... учителя средней школы №66 г. Тюмени.

**Направленность программы:** художественная.

**Актуальность программы** состоит в том, что движение и музыка, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память, учат благородным манерам. Ребенок познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству. Систематическая работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает детям понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях танцем, но и в повседневной жизни.

**Педагогическая целесообразность программы** заключается в том, что в ней изучение основ хореографии, как и других видов искусства, помогает развить те стороны личностного потенциала ребенка, на которые содержание других предметов имеет ограниченное влияние: воображение, активное творческое мышление, способность рассматривать явления жизни с разных позиций. Как и другие виды искусства, танец развивает эстетический вкус, воспитывает возвышенные чувства, но, в отличие от других искусств, оказывает существенное влияние и на психоэмоциональное и физическое развитие ребёнка.

**Отличительная особенность программы** заключается в использовании комплексного подхода к хореографическому обучению. Которое обеспечивает развитие мотивации к познанию и творчеству; развитие творческих способностей обучающегося, бережное сохранение и приумножение его личностных качеств (инициативность, самостоятельность, фантазия, самобытность); содействие личностному и профессиональному самоопределению учащихся, их адаптации в современном динамическом обществе; приобщение подрастающего поколения к ценностям мировой культуры и искусству; сохранение и охрана здоровья обучающихся.

Специфика хореографического обучения в рамках данной программы основана на синтезе различных видов искусства, включающих основы музыкального воспитания, детской, классической, народной хореографии, джаз-модерн танца, гимнастики на основе акробатики, актерского мастерства обладающих широким спектром возможностей для максимального удовлетворения творческих потребностей обучающихся.

**Адресат программы.** Программа рассчитана на детей школьного возраста, 7-16 лет.

**Срок освоения программы** – 1 год обучения.

**Форма обучения** – очная.

**Режим занятий:** Занятия проводятся 2 раза в неделю, по 2 академических часа с 10 мин. перерывом. Групповые.

**Цель программы:** формирование творческой личности посредством обучения детей языку танца, приобщение детей к миру танцевального искусства, являющегося достоянием общечеловеческой и национальной культуры; развитие их художественного вкуса.

## **Задачи программы:**

### **Образовательные:**

- формировать умение анализировать и оценивать музыкальные и хореографические произведения;
- совершенствовать двигательные навыки, выразительность и координацию движений, умение владеть своим телом;
- формировать правильную осанку, гибкость и пластичность суставов;

### **Развивающие:**

- развивать музыкальный слух и чувство ритма;
- развивать эмоциональную сферу, способность воспринимать, чувствовать и переживать художественные произведения;
- развивать воображение, фантазию, образное мышления.

### **Воспитательные:**

- воспитывать умение вести себя в группе во время движения (танцевальный этикет);
- формировать чувство такта и культурных привычек в процессе группового общения со сверстниками и взрослыми;
- воспитывать аккуратность и трудолюбие;

## **Комплекс основных характеристик программы**

### **Объем программы:**

Программа рассчитана на 144 часа.

### **Содержание программы**

#### **1. Вводное занятие.**

На данном занятии дети узнают, что такое танец. Откуда идут его истоки? Как овладевают этим искусством? Узнают о том, как зародился танец, какие бывают танцы, в чем их отличия. Знакомятся с тем, что необходимо для занятий танцем ( танцевальная форма, обувь). Чем дети будут заниматься на протяжении учебного года.

#### **2.Азбука хореографии**

Данный раздел это - основа для развития чувства ритма и двигательных способностей занимающихся, позволяющих свободно, красиво и координировано правильно выполнять движения под музыку, соответственно её структурным особенностям, характеру, метру, ритму, темпу. Этот раздел проходит через весь курс изучения хореографии. Азы хореографии необходимы в начале изучения предмета для принятия правильных исходных положений, исполнения поклона в начале урока. Позиции рук и ног используются для пластических этюдов, как изобразительные средства, с помощью которых можно передать тот или иной образ, показать технично и грамотно те или иные движения. При изучении основ хореографии вырабатывается грация, осанка, постановка корпуса, приобретаются навыки исполнения танцевальных движений. Пластические упражнения и этюды развивают гибкость, пластику и выразительность рук и тела. Для обучения сознательному управлению своими мышцами применяются упражнения на расслабление и напряжение мышц тела. В этот раздел входят специальные упражнения из области ритмики, физкультуры, аэробики, гимнастики, построения и перестроения. Включена партерная гимнастика, позволяющая повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, что подготавливает их к большим физическим нагрузкам.

#### **3.Танцы**

Данный раздел включает в себя знакомство и изучение разных жанров хореографического искусства: классический танец, народный танец, бальный танец, современный танец. Приступая к изучению того или иного танца, учащиеся знакомятся с историей его создания, узнают традиции, обычаи, национальный характер и темперамент данного народа.

- **Основы классического танца.**

Классический экзерсис занимает особое место в учебном плане. Систематическое практическое освоение основ классического танца необходимы для выработки исполнительской культуры будущего вокалиста. Классический экзерсис служит задачам физического воспитания. Он совершенствует двигательные навыки, вырабатывает умение владеть своим телом, укрепляет мышцы, благотворно воздействует на работу органов дыхания, кровообращения, способствуя улучшению психического и умственного состояния детей, повышению их работоспособности. Тренировочные упражнения классической системы танца развивают двигательный аппарат, способствуют овладению техникой движения. Систематический тренаж вырабатывает хорошую осанку, устраняет физические недостатки, корректирует фигуру, развивает все группы мышц, укрепляет связки, дает общий тонус организму и вырабатывает силу воли.

Классический танец – основа всей хореографии. Он поможет детям познать свое тело, научиться грамотно, владеть руками и ногами, исполняя тот или иной танцевальный элемент. На занятиях классическим танцем, дети познакомятся с основными позициями рук и ног, различными классическими движениями (*battement tendu*, *demi plie* и др.). В финале ознакомления детей с данным разделом им предлагается разучить танцевальные этюды.

- **Основы народного танца.**

В данном разделе дети будут знакомиться с элементами народного танца: позициями и положениями рук и ног, с различными танцевальными движениями, познакомятся с танцевальными перестроениями. После освоения комплекса различных движений дети будут знакомиться с танцевальными комбинациями, построенными на данных движениях. А из этих комбинаций в дальнейшем будут составлены и разучены тренировочные танцевальные этюды. Занятия народным танцем позволят детям познакомиться с основами актерского мастерства, помогут, развить в них более раскрепощенную личность. А из народных комбинаций в дальнейшем будут составлены и разучены тренировочные танцевальные этюды построенными на данных движениях.

- **Основы бального танца.**

В раздел «бальный танец» включены такие танцевальные элементы как: подскоки, раг польки, раг вальса, полонеза. Дети научатся держать корпус и руки согласно тому времени, к которому относятся исполняемые танцевальные движения, постараются перенять манеру исполнения танцев того времени. Во время занятий бальным танцем большое внимание будет уделяться работе в паре, что имеет большое значение для данного вида искусства. На этих занятиях могут быть использованы различные атрибуты, например: веера, шелковые платочки, шляпы и др. Также как и после знакомства с предыдущими разделами детям предлагается изучить и исполнить этюды «Полька», «Вальс», «Чарльстон» и др.

- **Основы современного танца.**

Данный раздел ориентирован на развитие физических данных учащихся, на приобретение начальных базовых знаний, умений и технических навыков в области современной хореографии. Раздел включает в себя упражнения на развитие и укрепления мышц спины, разучивание позиций рук и ног, способствующие формированию первоначальных навыков сценического движения, координации и правильной работы всех групп мышц. Систематическая работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает детям понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях танцем, но и в повседневной жизни. Современный танец привлекает своей новизной и позволяет создавать свой собственный стиль, отталкиваясь от базовых

движений танцевальных направлений, включая творческий потенциал, креативность, стиль, манеру.

#### 4. Хореографическая постановка вокальных номеров

Постановочная работа является частью учебного процесса. Она соответствует пройденному материалу и уровню танцевальной подготовки детей, а так же репертуару вокального отделения. Заключается в хореографических постановках вокальных номеров. В репертуар входят эстрадные, народные, историко-бытовые, игровые, сюжетные танцы. Танцевальные постановки могут иметь этюдный характер и являться учебными, тренировочными, либо носить концертный характер.

Итоговые контрольные уроки и класс - концерты, где дети показывают постановки, проводятся с приглашением родителей и готовят к выходу на зрителя.

##### **Ожидаемые результаты:**

##### По итогам года обучающие должны знать:

Основные правила выполнения упражнений классического экзерсиза в соответствии с программой. Владеть правильной постановкой ног, рук, а так же элементами и движениями классического танца при исполнении танцевальных этюдов и танцев. Знать основные движения бальных, русских, современных танцев, знать правила приглашения к танцу, репертуар парных, массовых танцев.

##### По итогам года обучающие должны уметь:

Владеть навыками хореографического искусства, уметь импровизировать под любое музыкальное произведение. Усвоить стилистические особенности музыки посредством разнообразного танцевального репертуара. Быть вдумчивыми и эмоциональными исполнителями. Уметь использовать танцевальную лексику в этюдной работе в постановочных номерах. Использовать разученные элементы, движения и жесты при работе над образом в пластических этюдах и инсценированных детских произведений. Уверенно и артистично держаться перед зрителем во время концертных выступлений.

#### **Комплекс организационно-педагогических условий**

##### **Учебный план**

№	Наименование разделов, тем 1-го года обучения	Количество часов			Формы промежуточной аттестации
		всего	теория	практика	
	<b><i>Раздел 1. «Вводное занятие».</i></b>	<b>2</b>	<b>2</b>	-	
1.1	«Вводное занятие».	2	2	-	
	<b><i>Раздел 2. «Азбука хореографии».</i></b>	<b>42</b>	<b>14</b>	<b>28</b>	Контрольные задания и упражнения
2.1	«Постановка корпуса. Позиции рук и ног ».	8	3	5	
2.2	«Средства музыкальной выразительности в танце».	12	4	8	
2.3	«Пластическая гимнастика».	6	2	4	
2.4	«Танцевальные шаги».	10	4	6	
2.5	«Сюжетно-образная драматизация».	6	1	5	
	<b><i>Раздел 3. «Танцы».</i></b>	<b>72</b>	<b>33</b>	<b>39</b>	Контрольные задания и упражнения

3.1.	«Основы классического танца».	10	4	6	
3.2	«Основы народного танца».	16	6	10	
3.3	«Основы бального танца».	20	10	10	
3.4	«Основы современного танца».	26	13	13	
	<b>Раздел 4. «Хореографическая постановка вокального номера».</b>	<b>28</b>	<b>10</b>	<b>18</b>	Контрольные задания и упражнения
4.1	«Хореографическая постановка вокального номера».	28	10	18	
	<b>ИТОГО:</b>	<b>144</b>			

### Календарный учебный график

Раздел/месяц	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	ИТОГО
Раздел 1. Введение	2									2
Раздел 2. Азбука хореографии.	12	6	4	6	4		4	2	4	42
Раздел 3 Танцы	2	6	7	8	10	12	10	12	5	72
Раздел 4 Хореографическая постановка вокального номера		4	5	2	2	4	2	4	7	28
<b>Промежуточная аттестация</b>					х				х	Контрольные задания
<b>Всего (за месяц)</b>	<b>16</b>	<b>144</b>								

### Оценочные материалы

Диагностика уровня музыкально-двигательного развития ребенка. Координация, ловкость движений – точность движений, координация рук и ног при выполнении упражнений.

#### Уровни развития ребенка в музыкально-ритмической деятельности.

**Первый уровень** (высокий 15-18 баллов) предполагал высокую двигательную активность детей, хорошую координацию движений, способность к танцевальной импровизации. Ребенок умеет передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, менять движение на каждую часть музыки. Имеет устойчивый интерес и проявляет потребность к восприятию движений под музыку. Хлопками передает ритмический рисунок.

**Второй уровень** (средний 10-14 баллов). Этому уровню свойственна слабая творческая активность детей, движения его довольно простые, исполняет лишь однотипные движения. Воспроизводит несложный ритм. Передаёт только общий характер, темп музыки. Умеет выразить свои чувства в движении. В образно - игровых движениях легко передает характер персонажа. Верное выполнение упражнений на координацию после повторного показа движений.

**Третьему уровню** (низкому 6-9 баллов) соответствовали следующие характеристики детей: они повторяют несложные упражнения за педагогом, но при этом их повторы вялые, мало подвижные, наблюдается некоторая скованность, заторможенность действий, слабое реагирование на звучание музыки. Движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения. Мимика бедная, движения невыразительные. Ребенок не способен перевоплощаться в творческой музыкально-игровой импровизации. С ритмическими заданиями не справляется, не может передать хлопками ритмический рисунок. Упражнения на гибкость вызывают затруднения.

Для проверки уровня развития координации рук и ног применяются следующие

задания:

**Упражнение 1.** Отвести в сторону правую руку и в противоположную сторону левую ногу и наоборот.

**Упражнение 2.** Поднять одновременно согнутую в локте правую руку и согнутую в колене левую ногу (и наоборот).

**Упражнение 3.** Отвести вперед правую руку и назад левую ногу и наоборот.

3 балла - правильное одновременное выполнение движений. 2 балла - неодновременное, но правильное; верное выполнение после повторного показа. 1 балл - неверное выполнение движений.

Творческие проявления - умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные, оригинальные «па».

#### **Тест на определение склонности детей к танцевальному творчеству.**

Детям предлагается под музыку (после предварительного прослушивания) изобразить следующие персонажи: ромашку, пчелку, солнечный зайчик и т.п.

3 балл - умение самостоятельно находить свои оригинальные движения, подбирать слова характеризующие музыку и пластический образ. 2 балл - движения его довольно простые, исполняет лишь однотипные движения. 1 балл - ребенок не способен перевоплощаться в творческой музыкально-игровой импровизации;

**Гибкость тела** – это степень прогиба назад и вперед. При хорошей гибкости корпус свободно наклоняется.

**Упражнение «Отодвинь кубик дальше»** (проверка гибкости тела вперед). Детям предлагается сесть на ковер так, чтобы пятки находились у края ковра, ноги прямые на ширине плеч, прижаты к коврику. У края ковра на полу между ступнями ног расположен кубик. Следует наклониться и отодвинуть кубик как можно дальше. Колени не поднимать, ноги должны оставаться прямыми. Оценивается расстояние в сантиметрах от линии пяток до грани кубика, в которую ребенок упирался пальцами. 3см и меньше – низкий уровень (1 балл), 4-7см – средний уровень (2 балла), 8-11см – высокий уровень (3 балла).

**Упражнение «Кольцо»** (проверка гибкости тела назад). Исходное положение, лёжа на животе, поднимаем спину, отводим назад (руки упираются в пол), одновременно сгибая ноги в коленях, стараемся достать пальцами ног до макушки. 3 балл – максимальная подвижность позвоночника вперед и назад. 2 балл – средняя подвижность позвоночника. 1 балл - упражнения на гибкость вызывают затруднения.

**Музыкальность** – способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом. Оценивается соответствие исполнения движений музыке (в процессе самостоятельного исполнения - без показа педагога).

**Упражнение «Кто из лесу вышел?»** После прослушивания музыки ребенок должен не только угадать кто вышел из лесу, но и показать движением. Закончить движение с остановкой музыки. (отражение в движении характера музыки).

**Упражнение «Заведи мотор».** Дети сгибают руки в локтях и выполняют вращательные движения. Под медленную музыку - медленно, под быструю – быстро (переключение с одного темпа на другой).

**Упражнение «Страусы».** Под тихую музыку дети двигаются, как «страусы». Под громкую музыку «прячут голову в песок» (отражение в движении динамических оттенков). 3 балла – умение передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, передавать основные средства музыкальной выразительности (темп, динамику) 2 балла – в движениях выражается общий характер музыки, темп; начало и конец музыкального произведения совпадают не всегда. 1 балла – движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения.

**Эмоциональность** – выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в

мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу и т.д.), умение выразить свои чувства не только в движении, но и в слове. Эмоциональные дети часто подпевают во время движения, что-то приговаривают, после выполнения упражнения ждут от педагога оценки. У неэмоциональных детей мимика бедная, движения не выразительные. Оценивается этот показатель по внешним проявлениям (Э-1, Э-3). Детям предлагается изобразить «усталую старушку», «хитрую лису», «девочку, которая удивляется», «сердитого волка».

**Развитие чувства ритма.** Ритмические упражнения – передача в движении ритма прослушанного музыкального произведения. Эти задания требуют от детей постоянного сосредоточения внимания. Если чувство ритма несовершенно, то замедляется становление развернутой (слитной) речи, она невыразительна и слабо интонирована; ребенок говорит примитивно используя короткие отрывочные высказывания.

**Упражнения с ладошками.** Педагог говорит детям, что он будет хлопать в ладоши по – разному, а дети должны постараться точно повторить его хлопки. Педагог сидит перед детьми и четвертными длительностями выполняет разнообразные хлопки. Педагог должен молчать, реагируя на исполнение мимикой.

1. 4 раза по коленям обеими руками (повторить 2 раза).
2. 3 раза по коленям, 1 раз в ладоши (повторять до точного исполнения).
3. 2 раза по коленям, 2 раза в ладоши. 4. 1 раз по коленям, 1 раз в ладоши (с повторением).

1 балл - с ритмическими заданиями не справляется, не может передать хлопками ритмический рисунок. 2 балла – выполняет лишь отдельные упражнения, с несложным ритмическим рисунком. 3 балла – точно передает ритмический рисунок.

#### **Методические материалы**

В ходе реализации программы используются следующие образовательные технологии: Личностно-ориентированная технология, которая позволяет развить индивидуальные познавательные способности ребенка на основе использования имеющегося у него опыта жизнедеятельности.

Технология интегрированного обучения, служащая для нахождения новых фактов, которые подтверждают или углубляют определенные наблюдения, выводы обучающихся за счет переключения на разнообразные виды деятельности. В данном случае происходит интеграция вокала с хореографией.

Технология развивающего обучения углубляет представление о предмете, расширяет кругозор, способствует формированию разносторонне, гармонически и интеллектуально развитой личности.

Также используется здоровьесберегающая технология. Хореография как вид активного движения благоприятно сказывается на здоровье ребенка, повышает выносливость, работоспособность, ведет к снижению показателей заболеваемости детей. Учебный план построен таким образом, что каждое занятие начинается с разминки – комплекса общеразвивающих упражнений, способствующих развитию и укреплению суставно-двигательного и связочного аппарата, что подготавливает организм к предстоящей физической нагрузке и в целом укрепляет организм.

В объединение принимаются дети с различными физическими данными, поэтому возникает необходимость на занятиях заниматься как общим физическим развитием ребенка, так и исправлением (коррекцией) физических недостатков. В процессе обучения в коллективе формируются необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни.

Использование информационных технологий способствуют повышению качества образовательного процесса, ускоряет передачу знаний и накопленного опыта, повышает качество обучения.

#### **Методические рекомендации**

Занятия должны быть разнообразными по содержанию (ритмические упражнения, задания на ориентировку, упражнения тренировочного характера, разучивание повторение танцев) и по методам работы. Эффективны такие методы, как беседа в виде вопросов и ответов, прослушивание и разбор музыки, показ педагогом движений, постоянное повторение пройденного, музыкальные игры и импровизации. Весь процесс обучения строится на сознательном усвоении навыков. Это пробуждает у детей интерес к занятиям. Занятия должны идти в хорошем темпе, не следует долго отрабатывать одно и то же движение.

Музыкально-ритмическая деятельность включает в себя различные задания, упражнения, игровое творчество. Учащиеся дошкольного возраста быстро устают, допускают много ошибок при исполнении, забывают пройденное. Поэтому, проводя цикл упражнений, выпрямляющих спинки маленьких танцоров и растягивающих им нужные мышцы, программа предусматривает находить время и для игры, и для улыбки. Мышцы учащихся развиты слабо, они быстро устают от физических нагрузок. Ребенок не может долго удерживать корпус в подтянутом состоянии из-за слабости мышц спины. Педагог должен учитывать особенности развития ребенка и, во-первых, увеличивать физическую нагрузку очень осторожно, а во-вторых - укреплять и развивать мышцы, формировать устойчивые навыки правильной осанки и совершенствовать основные танцевальные движения постепенно. Не следует долго отрабатывать одно и то же движение; повторяя его из урока в урок, ребенок постепенно научится выполнять это движение правильно и красиво. Давление на детей нужно свести к минимуму. Ребенок дошкольного возраста еще не обладает достаточно развитой волей, упорством и самоорганизацией, и вряд ли он оценит по достоинству слишком жесткую дисциплину на занятиях. Для него будут привлекательными занятия по танцу, построенные на простом материале, занятия с элементами игры и соревнования.

Танец способствует развитию координации, моторной памяти, выработке здоровой осанки. Систематические занятия соразмерно развивают фигуру, могут помочь в устранении некоторых физических недостатков.

На уроке следует закреплять все навыки, выработанные раньше, повторять пройденные движения и фигуры, уточнять освоенное не до конца.

Разучивание танцев проводится в такой последовательности:

- вводное слово педагога (перед разучиванием танца педагог сообщает сведения об истории его возникновения), знакомит с темпом, характером, ритмическим рисунком танца.
- разучивание элементов танца, танцевальных движений, рисунка танца (педагог объясняет и сам показывает движения, затем ученики повторяют).

Дети повторяют движения вместе с педагогом, а затем самостоятельно; при этом педагог обращает внимание детей на ошибки и поправляет их, движения разучиваются под музыку или под счет. Разучивая танец, мы работаем над движениями рук, ног, корпуса, головы, следя за соблюдением гармонии движения.

Когда основные движения, позы, рисунок разучены, приступаем к соединению их в танцевальную композицию; комбинации разучиваем и отрабатываем. Затем комбинации собираем в фигуры танца, а фигуры в целый танец. Фигуры танца и танец целиком многократно повторяются учащимися в целях запоминания и достижения грамотного и выразительного исполнения.

Важно сформировать у детей представление о танцевальном образе. Первое представление о танцевальном образе и, соответственно, о стиле исполнения мы получаем, прослушивая музыку.

Основная работа над танцевальным образом начинается с разучивания движений танца, отработки поз и положений рук. Показ педагога поможет ученикам увидеть типичные черты образа.

## Методическое обеспечение

Для достижения цели, задач и содержания программы необходимо опираться в процессе обучения на следующие хореографические принципы:

- принцип формирования у детей художественного восприятия через пластику;
- принцип развития чувства ритма, темпа, музыкальной формы;
- принцип обучения владению культурой движения: гибкость, пластичность.

Принципы дидактики:

- принцип развивающего и воспитывающего характера обучения;
- принцип систематичности и последовательности в практическом овладении основами хореографического мастерства;
- принцип движения от простого к сложному, как постепенное усложнение инструктивного материала, упражнений, элементов классического, народного, бального танца;
- принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения, показа;
- принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности учащихся;
- принцип доступности и посильности
- принцип прочности обучения как возможность применять полученные знания во внеурочной деятельности, в учебных целях.

Для реализации программы в работе с учащимися применяются следующие методы:

1. Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения – образы.
2. Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др.
3. Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям.
4. Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.

## Оборудование и приборы

Наличие учебного класса.

Оборудование класса: зеркала, коврики

Техническое оснащение: магнитофон, CD диски

Форма одежды: чешки, футболка, шорты- велосипедки

Сценическая площадка для репетиций.

## Иные компоненты

### Условия реализации программы:

Для успешной реализации программы необходимо:

Просторное, хорошо проветриваемое, светлое помещение с зеркалами.

Наличие необходимого оборудования для проведения занятий, открытых уроков, воспитательных мероприятий, концертов.

Методическая литература по хореографии.

Диски, записи, наглядные пособия по хореографии.

## Список литературы для педагога:

1. Базарова Н., Мей А. Азбука классического танца. - Л., 1983.
2. Балет. Уроки: - М: ООО «Издательство АСТ»: ООО «Издательство Астрель», 2003.
3. Барышникова Т. Азбука хореографии. - СПб, 1996.
4. Боттомер Пол. Учимся танцевать. – М.: Изд-во ЭКСМО - Пресс, 2001.

5. В вихре вальса. Авт.-сост. Д.А.Ермаков.- М.:ООО «Издательство АСТ»; Донецк: «Сталкер», 2002.
6. Ваганова А.Я. Основы классического танца. - СПб., 2000.
7. Гармония движений: Учебное пособие. Авторы-составители: Могилевич Е.А., Разгуляева Т.В. – Иркутск, 2003.
8. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Упражнения у станка. Учебное пособие для вузов. – М.: Владос, 2002.
9. Джазовые танцы. Авт.-сост. Е.В.Диниц.- М.:ООО «Издательство АСТ»; Донецк: «Сталкер», 2002.
10. Загорц Мета. Танцы. – М.: Издательство «Ижица», 2003.
12. Калашникова Т.И., Конев Е.С. Программа музыкально-ритмического воспитания «Ритмика и танец в начальной школе». – Иркутск, 2003.
13. Колесникова И.И. Игры и игровые приёмы на уроках ритмики. Методическая разработка.- Иркутск, 2003.
14. Колесникова И.И. «Репертуар детского танца 1-2 класса» в помощь практике пробных уроков. Методическая разработка.- Иркутск, 2003.
15. Колесникова И.И. Мир хореографии прекрасен. Методическое пособие для внеклассных мероприятий. – Иркутск, 2002.
16. Методические рекомендации по организации и работе детской самодеятельной хореографической студии. – Иркутск, 1983.

### Календарный учебно-тематический план

№	Дата	Название раздела; темы раздела; темы занятия	Объем часов	Форма занятия	Формы аттестации (контроля)
1.	сентябрь	<b>Раздел 1:</b> «Вводное занятие». Инструктаж по технике безопасности.	2	Вводное тестирование	
2.	сентябрь	<b>Раздел 2:</b> «Азбука хореографии». <b>Тема раздела:</b> «Средства музыкальной выразительности в танце». <b>Тема занятия:</b> Мелодия и движение. Темп и ритм.	2	Учебное занятие	
3.	сентябрь	Логика поворотов вправо и влево. Такт и затакт.			
4.	сентябрь	<b>Раздел 2:</b> «Азбука хореографии». <b>Тема раздела:</b> «Средства музыкальной выразительности в танце». <b>Тема занятия:</b> Правила и логика перестройки из рисунка в другой рисунок.	2	Учебное занятие	
5.	сентябрь	<b>Раздел 2:</b> «Азбука хореографии». <b>Тема раздела:</b> «Танцевальные шаги». <b>Тема занятия:</b> Танцевальные шаги. Повороты на месте.	2	Учебное занятие	
6.	сентябрь	<b>Раздел 2:</b> «Азбука хореографии». <b>Тема раздела:</b> «Танцевальные шаги». <b>Тема занятия:</b> Специфика танцевального бега и шага.	2	Учебное занятие	
7.	сентябрь	<b>Раздел 2:</b> «Азбука хореографии». <b>Тема раздела:</b> «Средства музыкальной	2	Учебное	

		выразительности в танце». <b>Тема занятия:</b> Выделение сильной доли. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата ребёнка.		занятие	
8.	сентябрь	<b>Раздел 2:</b> «Азбука хореографии». <b>Тема раздела:</b> «Постановка корпуса. Позиции рук и ног ». <b>Тема занятия:</b> Выработка осанки, опоры	2	Учебное занятие	
9.	сентябрь	<b>Раздел 3:</b> «Танцы». <b>Тема раздела:</b> «Основы классического танца». <b>Тема занятия:</b> Деми плие по 1 позиции на середине зала.	2	Учебное занятие	
	<b>Итого за месяц)</b>		<b>16ч</b>		
10.	октябрь	<b>Раздел 4:</b> «Хореографическая постановка вокального номера». <b>Тема раздела:</b> «Хореографическая постановка вокального номера». <b>Тема занятия:</b> Разучивание танцевальных комбинаций.	2	Учебное занятие	
11.	октябрь	<b>Раздел 2:</b> «Азбука хореографии». <b>Тема раздела:</b> «Пластическая гимнастика». <b>Тема занятия:</b> Выработка эластичности и крепости голеностопного сустава. Выработка выворотности.	2	Учебное занятие	
12.	октябрь	<b>Раздел 4:</b> «Хореографическая постановка вокального номера». <b>Тема раздела:</b> «Хореографическая постановка вокального номера». <b>Тема занятия:</b> Работа над репертуаром. Разучивание танцевальных комбинаций.	2	Учебное занятие	
13.	октябрь	<b>Раздел 2:</b> «Азбука хореографии». <b>Тема раздела:</b> «Постановка корпуса. Позиции рук и ног ». <b>Тема занятия:</b> Позиции ног 1,2,6 на середине зала. Позиции и положения рук на середине зала.	2	Учебное занятие	
14.	октябрь	<b>Раздел 3:</b> «Танцы». <b>Тема раздела:</b> «Основы классического танца». <b>Тема занятия:</b> Деми плие по 1 и 6 позиции на середине зала с работой рук.	2	Учебное занятие	
15.	октябрь	<b>Раздел 3:</b> «Танцы». <b>Тема раздела:</b> «Основы классического танца». <b>Тема занятия:</b> Батман тандю по 1 позиции на середине зала с работой рук.	2	Учебное занятие	
16.	октябрь	<b>Раздел 3:</b> «Танцы». <b>Тема раздела:</b> «Основы народного танца». <b>Тема занятия:</b> Элементы народного танца.	2	Учебное занятие	

17.	октябрь	<b>Раздел 2: «Азбука хореографии».</b> <b>Тема раздела: «Сюжетно-образная драматизация».</b> <b>Тема занятия: Сюжеты и темы некоторых танцев.</b>	2	Учебное занятие	
	<b>Итого (за месяц)</b>		<b>16</b>		
18.	ноябрь	<b>Раздел 3: «Танцы».</b> <b>Тема раздела: «Основы народного танца».</b> <b>Тема занятия: Особенности народных движений.</b>	2	Учебное занятие	
19.	ноябрь	<b>Раздел 4: «Хореографическая постановка вокального номера».</b> <b>Тема раздела: «Хореографическая постановка вокального номера».</b> <b>Тема занятия: Разучивание танцевальных комбинаций. Репетиционная работа.</b>	2	Учебное занятие	
20.	ноябрь	<b>Раздел 3: «Танцы».</b> <b>Тема раздела: «Основы народного танца».</b> <b>Тема занятия: Характерные положения рук в сольном народном танце, в групповом народном танце.</b>	2	Учебное занятие	
21.	ноябрь	<b>Раздел 3: «Танцы».</b> <b>Тема раздела: «Основы народного танца».</b> <b>Тема занятия: Рисунки хороводов.</b>	2	Учебное занятие	
22.	ноябрь	<b>Раздел: «Азбука хореографии».</b> <b>Тема раздела: «Постановка корпуса. Положения рук и ног ».</b> <b>Тема занятия: Положения рук 1, 2, 3 и положения рук на талии.</b>	2	Учебное занятие	
23.	ноябрь	<b>Раздел 4: «Хореографическая постановка вокального номера».</b> <b>Тема раздела: «Хореографическая постановка вокального номера».</b> <b>Тема занятия: Разучивание танцевальных комбинаций.</b>	2	Учебное занятие	
24.	ноябрь	<b>Раздел: «Азбука хореографии».</b> <b>Тема раздела: «Танцевальные шаги».</b> <b>Тема занятия: Танцевальные шаги с носка на каблук в народном танце.</b>	2	Учебное занятие	
25.	ноябрь	<b>Раздел 4: «Хореографическая постановка вокального номера».</b> <b>Тема раздела: «Хореографическая постановка вокального номера».</b> <b>Тема занятия: Работа над репертуаром.</b>	1	Учебное занятие	
26.	ноябрь	<b>Раздел 3: «Танцы».</b> <b>Тема раздела: «Основы народного танца».</b> <b>Тема занятия: Припадание по 6 позиции на месте и в продвижении.</b>	1	Учебное занятие	
	<b>Итого (за месяц)</b>		<b>16</b>		

27.	декабрь	<b>Раздел 2:</b> «Азбука хореографии». <b>Тема раздела:</b> «Танцевальные шаги». <b>Тема занятия:</b> Притоп-удар всей стопой. Тройной притоп	2	Учебное занятие	
28.	декабрь	<b>Раздел 3:</b> «Танцы». <b>Тема раздела:</b> «Основы народного танца». <b>Тема занятия:</b> Ковырялочка - поочерёдные удары. Ковырялочка с подскоком.	2	Учебное занятие	
29.	декабрь	<b>Раздел 2:</b> «Азбука хореографии». <b>Тема раздела:</b> «Танцевальные шаги». <b>Тема занятия:</b> Простой танцевальный шаг в народном танце.	2	Учебное занятие	
30.	декабрь	<b>Раздел 4:</b> «Хореографическая постановка вокального номера». <b>Тема раздела:</b> «Хореографическая постановка вокального номера». <b>Тема занятия:</b> Разучивание простейшей танцевальной композиции. Промежуточная диагностика. Тестирование.	1  1	Диагностика.	Тестирование
31.	декабрь	<b>Раздел 3:</b> «Танцы». <b>Тема раздела:</b> «Основы классического танца». <b>Тема занятия:</b> Выведение ноги на каблук из 1 позиции и приведение в исходную.	2	Учебное занятие	
32.	декабрь	<b>Раздел 2:</b> «Азбука хореографии». <b>Тема раздела:</b> «Танцевальные шаги». <b>Тема занятия:</b> Лёгкие прыжки с обеих ног с одновременным их сгибанием.	2	Учебное занятие	
33.	декабрь	<b>Раздел 3:</b> «Танцы». <b>Тема раздела:</b> «Основы народного танца». <b>Тема занятия:</b> Понятие рисунок танца, его значение в хореографии.	2	Учебное занятие	
34.	декабрь	<b>Раздел 3:</b> «Танцы». <b>Тема раздела:</b> «Основы народного танца». <b>Тема занятия:</b> Построение в колонну по одному, по два. Построение круга, сужение, расширение круга, «воротца».	2	Учебное занятие	
	<b>Итого (за месяц)</b>		<b>16</b>		
35.	январь	<b>Раздел 3:</b> «Танцы». <b>Тема раздела:</b> «Основы народного танца». <b>Тема занятия:</b> Построение по линиям, «Ручеёк», «Змейка»	2	Учебное занятие	
36.	январь	<b>Раздел 3:</b> «Танцы». <b>Тема раздела:</b> «Основы бального танца». <b>Тема занятия:</b> Теория и практика танцевального направления «диско».	2	концерт	

37.	январь	<b>Раздел 3: «Танцы».</b> <b>Тема раздела:</b> «Основы бального танца». <b>Тема занятия:</b> Теория и практика танцевального направления «диско».	2	Учебное занятие	
38.	январь	<b>Раздел 3: «Танцы».</b> <b>Тема раздела:</b> «Основы бального танца». <b>Тема занятия:</b> Углублённое практическое изучение диско танца. Упражнения для воспитания выразительности движений.	2	Учебное занятие	
39.	январь	<b>Раздел 4: «Хореографическая постановка вокального номера».</b> <b>Тема раздела:</b> «Хореографическая постановка вокального номера». <b>Тема занятия:</b> Отработка танцевальной вариации, работа над техникой и выразительностью исполнения	2	Учебное занятие	
40.	январь	<b>Раздел 3: «Танцы».</b> <b>Тема раздела:</b> «Основы современного танца». <b>Тема занятия:</b> Основные движения и комбинации «рок-н-ролл».	2	Учебное занятие	
41.	январь	<b>Раздел 3: «Танцы».</b> <b>Тема раздела:</b> «Основы современного танца». <b>Тема занятия:</b> Основные движения и комбинации «рок-н-ролл». Сложные элементы в «рок-н-ролле».	2	Учебное занятие	
42.	январь	<b>Раздел 2: «Азбука хореографии».</b> <b>Тема раздела:</b> «Постановка корпуса. Позиции рук и ног ». <b>Тема занятия:</b> Точки зала. Диагональ. Поворот по точкам зала.	2	Учебное занятие	
	<b>Итого (за месяц)</b>		<b>16</b>		
43.	февраль	<b>Раздел 2: «Азбука хореографии».</b> <b>Тема раздела:</b> «Сюжетно-образная драматизация». <b>Тема занятия:</b> Выполнение творческих заданий, сочинений этюдов на решение музыкальных и хореографических образов.	2	Учебное занятие	
44.	февраль	<b>Раздел 4: «Хореографическая постановка вокального номера».</b> <b>Тема раздела:</b> «Хореографическая постановка вокального номера». <b>Тема занятия:</b> Вокально – хореографическая постановка «Сибирские девчата». Показ основных движений. Разучивание основных движений	2	Учебное занятие	
45.	февраль	<b>Раздел 4: «Хореографическая постановка вокального номера».</b> <b>Тема раздела:</b> «Хореографическая постановка вокального номера». <b>Тема занятия:</b> Вокально – хореографическая	2	Учебное занятие	

		постановка «Сибирские девчата». Закрепление основных движений. Отработка танцевальной вариации, работа над техникой и выразительностью исполнения			
46.	февраль	<b>Раздел 3:</b> «Танцы». <b>Тема раздела:</b> «Основы бального танца». <b>Тема занятия:</b> Стилизация латиноамериканских танцев. <i>Ча-Ча-Ча:</i> подводящие упражнения.	2	Учебное занятие	
47.	февраль	<b>Раздел 3:</b> «Танцы». <b>Тема раздела:</b> «Основы бального танца». <b>Тема занятия:</b> <i>Ча-Ча-Ча:</i> принципы исполнения шагов ча-ча-ча, работа ступни и колена.	2	Учебное занятие	
48.	февраль	<b>Раздел 3:</b> «Танцы». <b>Тема раздела:</b> «Основы бального танца». <b>Тема занятия:</b> <i>Ча-Ча-Ча:</i> основной шаг, тайм-степ.	2	Учебное занятие	
49.	февраль	<b>Раздел 3:</b> «Танцы». <b>Тема раздела:</b> «Основы бального танца». <b>Тема занятия:</b> <i>Ча-Ча-Ча:</i> тайм-степ с различными вариантами рук: хлопки, вращения, «молоточки».	2	Учебное занятие	
50.	февраль	<b>Раздел 3:</b> «Танцы». <b>Тема раздела:</b> «Основы бального танца». <b>Тема занятия:</b> Отработка танцевальной вариации, работа над техникой и выразительностью исполнения	2	Учебное занятие	
	<b>Итого (за месяц)</b>		<b>16</b>		
51.	март	<b>Раздел 3:</b> «Танцы». <b>Тема раздела:</b> «Основы бального танца». <b>Тема занятия:</b> <i>Самба:</i> подводящие упражнения, принципы исполнения шагов в танце самба, работа ступни и колена, подъемы и опускания. Ритмический рисунок танца самба.	2	Учебное занятие	
52.	март	<b>Раздел 3:</b> «Танцы». <b>Тема раздела:</b> «Основы бального танца». <b>Тема занятия:</b> <i>Самба:</i> основное движение с правой и левой ноги, «виск» вправо и влево. Отработка танцевальной вариации, работа над техникой и выразительностью исполнения	2	Учебное занятие	
53.	март	<b>Раздел 3:</b> «Танцы». <b>Тема раздела:</b> «Основы бального танца». <b>Тема занятия:</b> <i>Медленный вальс:</i> правый поворот, правая перемена вперед. Левый поворот, левая перемена вперед.	2	Учебное занятие	
54.	март	<b>Раздел 3:</b> «Танцы». <b>Тема раздела:</b> «Основы бального танца». <b>Тема занятия:</b> <i>Медленный вальс:</i> вариация по	2	Учебное занятие	

		одному и в парах. Отработка танцевальной вариации, работа над техникой и выразительностью исполнения			
55.	март	<b>Раздел 2:</b> «Азбука хореографии». <b>Тема раздела:</b> «Средства музыкальной выразительности в танце». <b>Тема занятия:</b> Музыкальная тема и художественный образ. Упражнения на шагах, хлопках, с различным музыкальным рисунком.	2	Учебное занятие	
56.	март	<b>Раздел 2:</b> «Азбука хореографии». <b>Тема раздела:</b> «Средства музыкальной выразительности в танце». <b>Тема занятия:</b> Индивидуальные задания на определение характера музыки. Танцевальные этюды.	2	Учебное занятие	
57.	март	<b>Раздел 3:</b> «Танцы». <b>Тема раздела:</b> «Основы современного танца». <b>Тема занятия:</b> Танцы в характере современной пластики: «Диско», «Кукарача», «Автостоп».	2	Учебное занятие	
58.	март	<b>Раздел 3:</b> «Танцы». <b>Тема раздела:</b> «Основы современного танца». <b>Тема занятия:</b> Танцы в характере современной пластики: «Стирка», «Слоненок», «Ракета», «Папуасы».	2	Учебное занятие	
	<b>Итого (за месяц)</b>		<b>16</b>		
59.	апрель	<b>Раздел 3:</b> «Танцы». <b>Тема раздела:</b> «Основы бального танца». <b>Тема занятия:</b> Отечественные бальные танцы: полька, вару-вару, летка-енка.	2	Учебное занятие	
60.	апрель	<b>Раздел 3:</b> «Танцы». <b>Тема раздела:</b> «Основы бального танца». <b>Тема занятия:</b> Отечественные бальные танцы: сударушка, кадрили.	2	Учебное занятие	
61.	апрель	<b>Раздел 3:</b> «Танцы». <b>Тема раздела:</b> «Основы бального танца». <b>Тема занятия:</b> Разучивание танцевальных комбинаций.	2	Учебное занятие	
62.	апрель	<b>Раздел 3:</b> «Танцы». <b>Тема раздела:</b> «Основы бального танца». <b>Тема занятия:</b> Отработка танцевальной вариации, работа над техникой и выразительностью исполнения.	2	Учебное занятие	
63.	апрель	<b>Раздел 3:</b> «Танцы». <b>Тема раздела:</b> «Основы современного танца». <b>Тема занятия:</b> Современный танец. Стиль RnB	2	Учебное занятие	

		Разучивание танцевальных комбинаций в стиле RnB			
64.	апрель	<b>Раздел 3: «Танцы».</b> <b>Тема раздела:</b> «Основы современного танца». <b>Тема занятия:</b> Отработка танцевальной вариации, работа над техникой и выразительностью исполнения	2	Учебное занятие	
65.	апрель	<b>Раздел 3: «Танцы».</b> <b>Тема раздела:</b> «Основы современного танца». <b>Тема занятия:</b> Современный танец. Клубный танец Разучивание танцевальных комбинаций в стиле клубного танца.	2	Учебное занятие	
66.	апрель	<b>Раздел 3: «Танцы».</b> <b>Тема раздела:</b> «Основы современного танца». <b>Тема занятия:</b> Отработка танцевальной вариации, работа над техникой и выразительностью исполнения	2	Учебное занятие	
	<b>Итого (за месяц)</b>		<b>16</b>		
67.	май	<b>Раздел 3: «Танцы».</b> <b>Тема раздела:</b> «Основы современного танца». <b>Тема занятия:</b> Современный танец. Стилль Хаус Разучивание танцевальных комбинаций.	2	Учебное занятие	
68.	май	<b>Раздел 3: «Танцы».</b> <b>Тема раздела:</b> «Основы современного танца». <b>Тема занятия:</b> Отработка танцевальной вариации, работа над техникой и выразительностью исполнения	2	Учебное занятие	
69.	май	<b>Раздел 3: «Танцы».</b> <b>Тема раздела:</b> «Основы современного танца». <b>Тема занятия:</b> Современный танец. Стилль Фанк Разучивание танцевальных комбинаций в стиле Фанк.	2	Учебное занятие	
70.	май	<b>Раздел 2: «Азбука хореографии».</b> <b>Тема раздела:</b> «Средства музыкальной выразительности в танце». <b>Тема занятия:</b> Мимика как выразительное средство танца.	2	Учебное занятие	
71.	май	<b>Раздел 2: «Азбука хореографии».</b> <b>Тема раздела:</b> «Сюжетно-образная драматизация». <b>Тема занятия:</b> Творческие задания на решение образности. Пантомима как выразительное средство танца.	2	Учебное занятие	
72.	май	<b>Раздел 4: «Хореографическая постановка вокального номера».</b> <b>Тема раздела:</b> «Хореографическая постановка вокального номера». <b>Тема занятия:</b> Промежуточная диагностика. Тестирование.	2	Диагностика	Тестирование

73.	май	<b>Раздел 4:</b> «Хореографическая постановка вокального номера». <b>Тема раздела:</b> «Хореографическая постановка вокального номера». <b>Тема занятия:</b> Итоговое занятие.	2	Учебное занятие	
74.	май	<b>Раздел 4:</b> «Хореографическая постановка вокального номера». <b>Тема раздела:</b> «Хореографическая постановка вокального номера». <b>Тема занятия:</b> Показательное выступление.	2	Отчетный концерт	
	<b>Итого (за месяц)</b>		<b>16ч</b>		
	<b>Всего:</b>		<b>144ч</b>		