

Комитет по образованию администрации городского округа «Город Калининград»  
муниципальное автономное учреждение дополнительного образования города  
Калининграда Дворец творчества детей и молодежи «Янтарь»



Утверждаю  
Директор МАУДО  
ДТД и М «Янтарь»  
А.П. Толмачева  
«03» июня 2019 года  
(Приказ от 03.06.2019 г. № 44-о)

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности  
«Хореография через постановку танца»**

**(Модуль 1)**

Возраст обучающихся: 5 -18 лет  
Срок реализации: 3 года

Автор-составитель:  
Балакина Д.И.,  
методист, педагог дополнительного образования

Согласовано на заседании  
педагогического совета  
"28 мая" 2019 года  
Протокол № 2

Калининград  
2019 г.

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Хореография через постановку танца» имеет физкультурно-спортивную направленность. Срок реализации программы - 3 года. Программа рассчитана для обучения детей в возрасте от 5 до 18 лет.

### **Актуальность программы**

Программное содержание сконструировано по принципу концентричности и постепенно усложняется по мере освоения детьми: первый раздел - танцевальные упражнения, второй раздел - постановка танцевальных композиций. Характер народности обеспечивает сильнейшую воспитательную функцию и формирует нравственную составляющую личности ребенка. Система практической деятельности, комплексы физических упражнений, выполняемые учащимися систематически, с постоянным усложнением и концентричностью, в большой степени обеспечивают стабильное физическое развитие ребенка, требуют хороших физических данных. Поэтому при зачислении в коллектив требуется медицинская справка от врача о допуске детей к занятиям.

### **Отличительные особенности программы**

Первый раздел программы составлен на основе танцевальных упражнений и этюдов классического и народно-сценического танца и предполагает работу с учащимися.

Второй раздел содержит сведения об общих правилах искусства и работе балетмейстера и предполагает постановки танцевальных композиций.

Народные танцы, рожденные народом, сохраняемые в течение веков, продолжают волновать и исполнителей, и зрителей. Они развлекают, завораживают, воспитывают, не оставляют равнодушными, передаются из поколения в поколение. Некоторые из них под воздействием времени и условий жизни видоизменяются, но становятся традиционными в современном мире.

### **Педагогическая целесообразность программы**

Роль педагога народного танца очень ответственна, ведь так важно научить детей не только правильно выполнять движения, удерживаться в физической нагрузке и ритме еженедельных занятий, но и передать детям имеющееся в танце идейно-образное содержание, национальный характер постановки.

Преподавание народного танца невозможно без изучения экзерсиса на основе классического танца.

### **Особенности организации учебного процесса**

Экзерсис, основанный на классике, являющийся основой танцевального искусства, давно доказал право на первое место в освоении программного содержания танцевального направления деятельности. Классический экзерсис является стержнем, на основе которого развивались другие танцевальные экзерсисы. Этот комплекс наиболее правильно и гармонично развивает тело, активно развивая физические данные, создавая правильную манеру поведения и осанку. Классический экзерсис - главное средство в

обучении танцовщика любого профиля, в развитии его двигательного аппарата. В основе выразительности классического танца лежат движения, заимствованные из народных и бытовых танцев, а также пластика и завершенность форм античной скульптуры. Овладение элементами классического экзерсиса подобно овладению культурой, состоящей из семи нот, из которых создается музыкальное произведение. Классический экзерсис тренирует костный и суставно-мышечный аппарат, способствует развитию волевых качеств, двигательной памяти, воспитывает высокий уровень координации движений, а также силу, ловкость, музыкальность и танцевальность, создает пластический фундамент, который дает возможность обучающемуся развиваться и творить самостоятельно

Решению педагогических и воспитательных задач способствует введение основных и специальных форм и элементов занятия с учетом каждого участника коллектива.

Характер учебного занятия зависит:

- во-первых, от подготовленности детей  
- во-вторых, от степени сложности исполняемого и разучиваемого репертуара. Методическое обеспечение программы включает в себя использование в работе различных форм обучения:

- постановочная работа (отработка танцевальных композиций)
- этюд (отработка части постановки)
- тренировочные упражнения у станка и на середине зала
- экзерсис у станка
- контрольно-зачетные занятия
- филармонические программы, концертные выступления, конкурсы.
- ансамблевые занятия
- индивидуальные занятия
- видео уроки
- спортивные конкурсы и соревнования
- концертно-показательные выступления
- тренинги

Реализация программы осуществляется на основе следующих принципов:

1. Наглядность. Показ физических упражнений и элементов танца, образный рассказ, подражание, имитация известным детям движений.
2. Доступность. Обучение от простого к сложному, от известного к неизвестному, учитывая степень подготовленности.
3. Систематичность. Регулярность занятий, система в построении содержания и процесса обучения.
4. Развивающий и воспитывающий характер обучения. Обучение направлено на формирование не только знаний, умений и навыков, но и определённых нравственных и эстетических качеств, которые служат основой выбора социального поведения.

Для достижения наивысших результатов в подготовке детей по программе, кроме общепедагогических принципов, используются принципы организации учебно-тренировочного процесса:

1. Направленность на результат. Максимальное развитие способностей обучающихся и реализация их в постановках.
2. Индивидуализация. Учет индивидуальных особенностей при проведении учебно-тренировочных занятий.
3. Цикличность и непрерывность. Повторение и развитие изученных танцев на новом техническом уровне. Непрерывность образовательного процесса.
4. Опережающее развитие.
5. Моделирование. Активное моделирование постановочных действий деятельности в учебно-тренировочном процессе.

При работе над техникой исполнения важным моментом является развитие у детей танцевальной выразительности. Однако необходимо отметить, что выразительность исполнения - результат систематической работы, когда ученик от более простых заданий, связанных с передачей характера музыки в двигательно-ритмических упражнениях, постепенно переходит к более сложным, передающим стиль, характер танцев

**Цель программы:** отработка у учащихся устойчивых навыков исполнения народного танца, развитие мотивации их деятельности и положительных качеств личности.

**Задачи программы:**

**Образовательные:**

- Формирование стойких навыков танцевального исполнения
- Обучение приемам и технике исполнения упражнений, этюдов, постановочных рисунков
- Сообщение и закрепление знаний о специфике народного танца

**Развивающие:**

- Развитие музыкальности, способности исполнять движения "в музыку"
- Развитие двигательных навыков, координации движений, обогащение двигательного опыта новыми элементами, воспитание силы, ловкости, ритмичности и танцевальности.
- Развитие творческих способностей, таких как самовыражение в движении под музыку, способность передавать характер музыки через движения своего тела.
- Развитие внимания, памяти, мышления, умения ориентироваться в пространстве, согласованно двигаться друг с другом в ансамбле.

**Воспитательные:**

- Воспитание эстетических качеств личности, высоко нравственного восприятия танцевального искусства; становление патриотизма и гражданственности.

#### **Особенности организации учебного процесса**

Особенности организации учебного процесса заключаются как в характере исполняемых народных танцев, так и в дидактике их преподавания.

- Принцип музыкальности. Все приведенные в программе упражнения исполняются под определенное музыкальное сопровождение, которое

отвечает характеру данного упражнения. Таким образом, учащиеся лучше чувствуют, воспринимают и запоминают музыку, учатся согласовывать движения своего тела с музыкой (исполнять движения точно "в музыку").

- Принцип постепенности и последовательности (от простого к сложному), подразумевающий постепенное усложнение упражнений и танцевальных композиций от начала года к концу, от первого года обучения к пятому.
- Принцип систематичности. Благодаря систематическому выполнению определенных комплексов упражнений, каждый из которых выстроен по принципу "от простого к сложному", многократному повторению заданий учащиеся усваивают необходимые двигательные навыки, учатся слышать и слушать музыку, владеть своим телом, согласовывать свои движения с музыкой.
- Основа первого раздела программы - танцевальные упражнения на основе классического и народного танцев.

### **Планируемый результат**

#### **Первый год обучения:**

- Учащиеся должны освоить двигательный материал первого года обучения
- Учащиеся должны уметь согласовывать движения своего тела с музыкой при исполнении простейших танцевальных движений
- Учащиеся должны слышать сильную долю в музыке и двигаться более-менее точно в соответствии с распределением сильных долей в музыкальной композиции
- Учащиеся должны чувствовать смену темпа, его ускорения и замедления, смену метроритма в отдельных фразах и понимать, что в зависимости от изменений в музыке меняется и движение

### **Планируемый результат**

#### **Второй год обучения:**

- Учащиеся должны освоить двигательный материал второго года обучения
- Учащиеся должны уметь согласовывать движения своего тела с музыкой при исполнении более сложных танцевальных движений
- В движениях у учащихся частично должны наблюдаться легкость и свобода
- Учащиеся должны уметь исполнять несколько более сложные по сравнению с первым годом обучения движения и перестроения в пространстве, а также простейшие, симметричные композиции движений.

### **Планируемый результат**

#### **Третий год обучения:**

- Учащиеся должны освоить двигательный материал третьего года обучения



1	01.09-31.12	18 нед.	20.12-27.12	01.01-08.01	09.01-31.05	18 нед.	20.05-27.05	39	7	6
2	01.09-31.12	18 нед.	20.12-27.12	01.01-08.01	09.01-31.05	18 нед.	20.05-27.05	39	7	6
3	01.09-31.12	18 нед.	20.12-27.12	01.01-08.01	09.01-31.05	18 нед.	20.05-27.05	39	7	6

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
первый год обучения

№ п./п.	Раздел программы/тема	Количество часов		
		всего	теория	практика
	<b>Раздел «Танцевальные упражнения»</b>	<b>82</b>	<b>20</b>	<b>62</b>
1.	Азбука движения классического танца	2	1	1
2.	Правила постановки корпуса	6	2	4
3.	Позиции ног	12	2	10
4.	Позиции рук	10	2	8
5.	1-ая форма port de bras в положении en face	6	1	5
6.	Экзерсис у станка. Классический танец	16	4	12
7.	Азбука движений в народном танце	4	2	2
8.	Основные положения рук и ног	6	2	4
9.	Экзерсис у станка. Народный танец	20	4	16
	<b>Раздел «Репетиционная и постановочная работа»</b>	<b>74</b>	<b>-</b>	<b>74</b>
1.	Изучение рисунков танца	14	-	14
2.	Изучение основных движений танца	18	-	18
3.	Изучение танцевальных комбинаций	22	-	22
4.	Соединение танцевальных комбинаций в этюдах	18	-	18
5.	Контрольно-зачетные мероприятия	2	-	2
	<b>Летний период</b>			
1.	Внеаудиторные занятия	<b>28</b>	<b>-</b>	<b>28</b>
2.	Самоподготовка	<b>24</b>	<b>-</b>	<b>24</b>
	<b>ВСЕГО:</b>	<b>208</b>	<b>20</b>	<b>188</b>

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

**второй год обучения**

№ п./п.	Раздел программы/тема	Количество часов		
		всего	теория	практика
	<b>Раздел «Танцевальные упражнения»</b>	<b>140</b>	<b>26</b>	<b>114</b>
1.	Вводное занятие	2	1	1
2.	Перегибы корпуса	6	2	4
3.	Экзерсис у станка	34	6	28
4.	Вторая форма port de bras	8	2	6
5.	Третья форма port de bras	12	2	10
6.	Большие и малые позы классического танца носком в пол	16	4	12
7.	Pas balance	8	1	7
8.	Полуприседания, маленькие броски в сторону из 5 позиции	24	4	20
9.	Каблучное упражнение	12	2	10
10.	"Веревочка"	18	2	16
	<b>Раздел «Репетиционная работа»</b>	<b>94</b>	<b>-</b>	<b>94</b>
1.	Изучения танцевальных комбинаций	46	-	46
2.	Соединение танцевальных комбинаций в этюдах	46	-	46
3.	Контрольно-зачетные мероприятия	2	-	2
	<b>Летний период</b>			
1.	Внеаудиторные занятия	<b>54</b>	<b>-</b>	<b>54</b>
2.	Самоподготовка	<b>42</b>	<b>-</b>	<b>42</b>
	<b>ВСЕГО:</b>	<b>312</b>	<b>26</b>	<b>286</b>

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

**третий год обучения**

№ п./п.	Раздел программы/тема	Количество часов		
		всего	теория	практика
	<b>Раздел «Танцевальные упражнения»</b>	<b>128</b>	<b>18</b>	<b>110</b>
1.	Вводное занятие	2	1	1
2.	Перегибы корпуса в сторону в сочетании с движением рук	12	1	11
3.	Экзерсис у станка	26	3	23
4.	Позы классического танца	16	2	14
5.	«Двойная веревочка»	16	1	15
6.	Повороты	15	1	15
7.	Дробные выстукивания	16	1	15

8.	Трюковые элементы	24	1	23
	<b>Раздел «Репетиционная работа»</b>	<b>106</b>	<b>8</b>	<b>98</b>
1.	Изучения танцевальных комбинаций	54	4	50
2.	Соединение танцевальных комбинаций в этюдах	50	4	46
3.	Контрольно-зачетные мероприятия	2	-	2
	<b>Летний период</b>			
1.	Внеаудиторные занятия	<b>42</b>	-	<b>42</b>
2.	Самоподготовка	<b>36</b>	-	<b>36</b>
	<b>ВСЕГО:</b>	<b>312</b>	<b>19</b>	<b>293</b>

### СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

#### **Раздел «ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ» - 82 часа.**

##### **Тема 1. Азбука движения классического танца - 2 часа.**

*Цель:* Краткое знакомство с танцевальными элементами, которые необходимо освоить в течении года; знакомство с исполняемым репертуаром.

*Содержание:*

*Виды деятельности:* групповая работа

*Формы и методы обучения:* рассказ, объяснение и показ танцевальных элементов.

*Форма контроля:* практические занятия.

*Оборудование:* зал, музыкальное оформление.

##### **Тема 2. Правила постановки корпуса - 6 часов.**

*Цель:* Научить приобретать устойчивость в пространстве, а именно: научить чувствовать стержень устойчивости- правильно поставленный позвоночник, подтянутые мышцы спины и поясницы, а также подтянутые мышцы ног.

*Содержание работы:* теоретические знания (объяснение правил постановки корпуса) и практические занятия (исполнение упражнений под музыку)

*Виды деятельности:* групповая работа

*Форма контроля:* практические занятия.

*Формы и методы обучения:* рассказ, объяснение и показ.

*Оборудование:* зал, музыкальное оформление.

##### **Тема 3. Позиции ног - 12 часов.**

*Цель:* Познакомить с позициями ног классического танца (1, 2, 3, 4), обучить правильной работе мышц ног и спины при занятии той или иной позиции.

*Содержание работы:* теоретические знания (объяснение и показ позиций) и практические занятия (исполнение упражнений под музыку)

*Виды деятельности:* групповая работа

*Форма контроля:* практические занятия.

*Формы и методы обучения:* рассказ, объяснение и показ.

*Оборудование:* зал, музыкальное оформление. (любая плавная спокойная музыка, музыкальный размер 4/4)

#### **Тема 4. Позиции рук- 10 часов.**

*Цель:* Научить грамотно принимать 1-ую, 2-ую, 3-тью позиции рук, научить грамотно переводить руки из одной позиции в другую. (Движения рук (Port de bras) активно развивают плечевой, локтевой, локтезапястный суставы, а также мышцы, производящие движения этих суставов, и мышцы плечевого пояса и шеи). Научить грамотно согласовывать движения рук с музыкой, учить начинать движение с начала музыкальной фразы после вступления и оканчивать с концом музыкальной фразы.

*Содержание работы:* теоретические знания (объяснение и показ позиций рук и перевода из одной позиции в другую) и практические занятия (исполнение упражнений под музыку)

*Виды деятельности:* групповая работа

*Форма контроля:* практические занятия.

*Формы и методы обучения:* рассказ, объяснение и показ.

*Оборудование:* зал, музыкальное оформление. (спокойная музыка вальса в медленном темпе)

**Тема 5. Первая форма port de bras в положении en face- 6 часов.** (port de bras- это плавные движения рук в согласовании с работой корпуса и головы, хорошо развивает танцевальную координацию).

*Цель:* Научить грамотно переводить руки при исполнении данного упражнения, выработать согласованность движений головы, корпуса, рук; научить согласовывать движения рук с музыкой.

*Содержание работы:* теоретические знания (объяснение и показ упражнения) и практические занятия (исполнение упражнений под музыку)

*Виды деятельности:* групповая и индивидуальная работа

*Форма контроля:* практические занятия.

*Формы и методы обучения:* рассказ, объяснение и показ.

*Оборудование:* зал, музыкальное оформление. (спокойная музыка вальса в медленном темпе)

#### **Тема 6. Экзерсис у станка. Классический танец- 16 часов.**

*Цель:* Научить при исполнении упражнений соблюдать правила постановки корпуса, держать спину и поясницу ровными и подтянутыми; развивать посредством медленного растягивания и сокращения мышцы ног, подготавливая таким образом организм к более сложным упражнениям; научить согласовывать движения тела с музыкой.

*Содержание работы:* теоретические знания (объяснение и показ упражнения) и практические занятия (исполнение упражнений под музыку)

Отработка движений у станка:

- demi plie по 1 позиции
- battement tendus из 1 позиции
- battement tendu jetes

*Виды деятельности:* групповая и индивидуальная работа

*Форма контроля:* практические занятия.

*Формы и методы обучения:* рассказ, объяснение и показ.

*Оборудование:* зал, музыкальное оформление.

### **Тема 7. Азбука движений в народном танце - 4 часа.**

*Цель:* Познакомить с основными видами перестроений. Научить ориентироваться в пространстве. Сформировать музыкальное восприятие при помощи танцевальных образов.

*Содержание работы:* Разучивание основных перестроений: в колонны по одному, по два, в пары и обратно, в шеренгу, круг, сужение и расширение круга, "воротца", "спираль". Свободное размещение в зале, с последующим возвращением в колонну, шеренгу или круг. Танцевальные этюды, построенные на подскоках, галопе, шага польки.

*Виды деятельности:* групповая и индивидуальная работа

*Форма контроля:* практические занятия.

*Формы и методы обучения:* беседа, показ, демонстрация, прослушивание музыкальных фрагментов. Самостоятельная практическая работа.

*Оборудование:* форма, баян (фортепьяно), магнитофон, фонограммы.

### **Тема 8. Основные положения рук и ног - 6 часов.**

*Цель:* Познакомить с основными позициями и положениями рук, ног, головы, корпуса. Развивать пластику движений и чувство свободного движения тела, развивать элементарные навыки координации движений.

*Содержание работы:*

*Отработка позиций ног:*

- пять прямых

- пять свободных

- две закрытых

*Отработка позиций и положений рук:*

- семь позиций

- подготовительное положение, первое и второе

- положения рук в парных и массовых танцах - "цепочка", "круг", "звездочка", "карусель", "корзиночка".

*Упражнения.*

*Виды деятельности:* групповая и индивидуальная работа

*Форма контроля:* практические занятия, опрос.

*Формы и методы обучения:* беседа, показ, демонстрация. Самостоятельная практическая работа.

*Оборудование:* форма, баян (фортепьяно), магнитофон, фонограммы.

### **Тема 9. Экзерсис у станка. Народный танец - 20 часов.**

*Цель:* Научить управлять своим телом. Научить концентрировать свое внимание на том участке тела, на который воздействует упражнение. Развивать эластичность связок. Воспитывать трудолюбие.

*Содержание работы:*

Отработка движений у станка:

- упражнения с напряженной стопой
- маленькие броски в сторону, 1 позиция
- подготовка к "веревочке"

*Виды деятельности:* групповая и индивидуальная работа

*Форма контроля:* практические занятия, опрос.

*Формы и методы обучения:* беседа, показ, демонстрация. Самостоятельная практическая работа.

*Оборудование:* форма, баян (фортепьяно), магнитофон, фонограммы, станок.

**Раздел «РЕПЕТИЦИОННАЯ И ПОСТАНОВОЧНАЯ РАБОТА» - 74 часа.**

**Темы 1-4:**

**Изучение рисунков танца- 14 часов.**

**Изучение основных движений танца- 18 часов.**

**Изучение танцевальных комбинаций- 22 часов.**

**Соединение танцевальных комбинаций в этюдах - 18 часов.**

*Цель:* Научить слышать и управлять своим телом. Обучить культуре движений. Научить правильно дышать. Исправить и предотвратить нарушение осанки. Повысить двигательную активность. Снять психологический зажим. Способствовать развитию хорошего настроения.

*Содержание работы:* Оттачивать движения, выученные детьми, составляя из них танцевальные композиции в характере русского танца.

*Виды деятельности:* групповая и индивидуальная работа

*Форма контроля:* практические занятия, опрос.

*Формы и методы обучения:* объяснение, показ. Самостоятельная практическая работа.

*Оборудование:* форма, баян (фортепьяно), магнитофон, фонограммы.

**Тема 5. Контрольно-зачетные мероприятия- 2 часа.**

*Содержание работы:* Контрольный срез в конце года в виде открытого занятия; выступление учащихся с хореографической композицией на отчетном концерте.

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ  
ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ**

## **Раздел «ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ» - 140 часов.**

### **Тема 1. Вводное занятие- 2 часа.**

*Цель:* Краткое знакомство с танцевальными элементами, которые необходимо освоить в течении года; знакомство с исполняемым репертуаром.

*Содержание:*

*Виды деятельности:* групповая работа

*Формы и методы обучения:* рассказ и показ танцевальных элементов.

*Форма контроля:* практические занятия.

*Оборудование:* зал, музыкальное оформление, фортепьяно, баян.

### **Тема 2. Перегибы корпуса- 6 часов.**

*Цель:* Научить правильно распределять нагрузку на мышцы при исполнении перегибов и наклонов корпуса; научить держать мышцы спины и поясницы подтянутыми при исполнении упражнения. (Наклоны и перегибы корпуса являются подготовкой к формам port de bras). Научить согласовывать движения тела при исполнении упражнений с музыкой.

*Содержание работы:* теоретические знания (объяснение и показ упражнения) и практические занятия (исполнение упражнений под музыку)

Отработка движений у станка:

- перегибы корпуса в сторону

- наклоны корпуса вперед

*Виды деятельности:* групповая и индивидуальная работа

*Форма контроля:* практические занятия

*Формы и методы обучения:* рассказ, объяснение, показ

*Оборудование:* зал, музыкальное оформление (музыка плавного спокойного характера, музыкальный размер 2/4).

### **Тема 3. Экзерсис у станка- 34 часа.**

*Цель:* Научить при исполнении движений соблюдать правила постановки корпуса, держать спину и поясницу ровными и подтянутыми; развивать посредством медленного растягивания и сокращения мышцы ног, подготавливая таким образом организм к более сложным упражнениям. Выработать силу мышц ног, добиться правильной постановки ног. Научить согласовывать движения тела с музыкой.

*Содержание работы:* теоретические знания (объяснение и показ упражнения) и практические занятия (исполнение упражнений под музыку)

Отработка движений у станка:

- demi plie по 1 позиции

- battement tendus из 5 позиции в сторону

*Виды деятельности:* групповая и индивидуальная работа

*Форма контроля:* практические занятия

*Формы и методы обучения:* рассказ, объяснение, показ

*Оборудование:* зал, музыкальное оформление

#### **Тема 4. Вторая форма port de bras- 8 часов.**

*Цель:* Научить грамотно переводить руки при исполнении данного упражнения, выработать согласованность движений головы, корпуса, рук; научить согласовывать движения рук с музыкой.

*Содержание работы:* теоретические знания (объяснение и показ упражнения) и практические занятия (исполнение упражнений под музыку)

*Виды деятельности:* групповая и индивидуальная работа

*Форма контроля:* практические занятия

*Формы и методы обучения:* рассказ, объяснение, показ

*Оборудование:* зал, музыкальное оформление (спокойная музыка вальса в медленном темпе)

#### **Тема 5. Третья форма port de bras- 12 часов.**

*Цель:* Научить грамотной, согласованной работе движений головы, корпуса и рук при исполнении данного упражнения; научить согласовывать движения рук с музыкой.

*Содержание работы:* теоретические знания (объяснение и показ упражнения) и практические занятия (исполнение упражнений под музыку)

*Виды деятельности:* групповая и индивидуальная работа

*Форма контроля:* практические занятия

*Формы и методы обучения:* рассказ, объяснение, показ

*Оборудование:* зал, музыкальное оформление (спокойная музыка вальса в медленном темпе)

#### **Тема 6. Большие и малые позы классического танца носком в пол - 16 часов.**

*Цель:* Научить грамотно принимать определенные по заданию позы. ( В основе всех поз классического танца лежат пластика и завершенность форм античной скульптуры. Они воспитывают грацию, выразительность и красоту жеста). Кроме того, позу служит развитию координации.

*Содержание работы:* теоретические знания (объяснение и показ упражнения) и практические занятия (исполнение упражнений под музыку)

Отработка поз классического танца:

- e-raulement croise вперед
- e-raulement croise назад
- e-raulement efface вперед
- e-raulement efface назад

*Виды деятельности:* групповая и индивидуальная работа

*Форма контроля:* практические занятия

*Формы и методы обучения:* рассказ, объяснение, показ

*Оборудование:* зал, музыкальное оформление (спокойная музыка вальса в медленном темпе)

### **Тема 7. Pas balance- 8 часов.**

*Цель:* Освоить партерное движение, которое способствует координированной согласованной работе корпуса, рук и головы. Научить согласовывать движения тела при исполнении данного элемента с музыкой.

*Содержание работы:* теоретические знания (объяснение и показ упражнения) и практические занятия (исполнение упражнений под музыку)

*Виды деятельности:* групповая и индивидуальная работа

*Форма контроля:* практические занятия

*Формы и методы обучения:* рассказ, объяснение, показ

*Оборудование:* зал, музыкальное оформление (музыка вальса)

### **Тема 8. Полуприседания, маленькие броски в сторону из 5 позиции- 24 часа.**

*Цель:* Научить упорядоченному восприятию особенностей, музыкального ритма. Развивать способность выразительно передавать музыкальный образ в пластике движения. Воспитывать культуру движения. Прививать художественный вкус.

*Содержание работы:*

- Маленькие броски в по 5 позиции с одним ударом стопой о пол по позиции через небольшое приседание

- Маленькие броски в по 5 позиции с коротким ударом по полу носком или ребром каблука работающей ноги

- Маленькие броски в по 5 позиции с полуприседанием на опорной ноге

- Маленькие броски в по 5 позиции с двойными бросками

*Виды деятельности:* групповая и индивидуальная работа

*Форма контроля:* практические занятия, опрос

*Формы и методы обучения:* рассказ, демонстрация, показ. Самостоятельная работа.

*Оборудование:* форма, баян, фортепиано, магнитофон, фонограммы.

### **Тема 9. Каблучное движение - 12 часов.**

*Цель:* Развитие координации.

*Содержание работы:* теоретические знания (объяснение и показ упражнения) и практические занятия (исполнение упражнений под музыку)

*Виды деятельности:* групповая и индивидуальная работа

*Форма контроля:* практические занятия, опрос

*Формы и методы обучения:* рассказ, демонстрация, показ. Самостоятельная работа.

*Оборудование:* форма, баян, фортепиано, магнитофон, фонограммы.

### **Тема 10. "Веревочка" - 18 часов.**

*Цель:* Развитие координации.

*Содержание работы:* теоретические знания (объяснение и показ упражнения) и практические занятия (исполнение упражнений под музыку)

*Отработка упражнений:*

- "Веровочка" с двойным ударом полупальцами
  - "Веровочка" простая с поочередными переступаниями
  - "Веровочка" двойная с поочередными переступаниями
- Виды деятельности:* групповая и индивидуальная работа  
*Форма контроля:* практические занятия, опрос  
*Формы и методы обучения:* рассказ, демонстрация, показ. Самостоятельная работа.  
*Оборудование:* форма, баян, фортепиано, магнитофон, фонограммы.

## **Раздел «РЕПЕТИЦИОННАЯ РАБОТА» - 94 часов.**

### **Темы 1-2.**

#### **Изучение танцевальных комбинаций- 46 часов.**

#### **Соединение танцевальных комбинаций в этюдах - 46 часов.**

*Цель:* Познакомить с основами актерского мастерства. Помочь овладеть органикой художественного образа. Помочь освоить и претворить в хореографической постановке музыкально- хореографическую драматургию.

*Содержание работы:* Исполнение учащимися под музыку лексики движений танца. Практическая работа учащихся. Лексика танца. Истоки происхождения. Особенности и разновидности исполнения. Принципы построения рисунка. Манера и характер исполнения. Этюдная работа. Особенности сценического воплощения.

*Виды деятельности:* групповая и индивидуальная работа

*Форма контроля:* практические занятия, опрос.

*Формы и методы обучения:* беседа, показ. Самостоятельная практическая работа.

*Оборудование:* форма, баян (фортепьяно), магнитофон, фонограммы.

### **Тема 3. Контрольно-зачетные мероприятия- 2 часа.**

*Содержание работы:* Контрольный срез в конце года в виде открытого занятия; выступление учащихся с хореографической композицией на отчетном концерте.

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ**

### **Раздел «ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ» - 128 часов.**

#### **Тема 1. Вводное занятие- 2 часа.**

*Цель:* Краткое знакомство с танцевальными элементами, которые необходимо освоить в течении года; знакомство с исполняемым репертуаром.

*Содержание:* показ танцевальных элементов, прослушивание предполагаемых для исполнения песен.

*Виды деятельности:* групповая работа

*Формы и методы обучения:* рассказ и показ танцевальных элементов.

*Форма контроля:* практические занятия.

*Оборудование:* зал, музыкальное оформление.

## **Тема 2. Перегибы корпуса в сторону в сочетании с движением рук- 12 часов.**

*Цель:* Научить соблюдать при выполнении упражнения правила постановки корпуса, подтянутую спину и поясницу; добиваться согласования в работе корпуса, движениях головы и рук; добиваться согласования движений тела с музыкой.

*Содержание:* теоретические знания (объяснение и показ упражнения) и практические занятия (исполнение упражнений под музыку)

*Виды деятельности:* групповая и индивидуальная работа

*Формы и методы обучения:* рассказ, объяснение, показ танцевальных элементов.

*Форма контроля:* практические занятия.

*Оборудование:* зал, музыкальное оформление. (спокойная музыка вальса в медленном и умеренном темпе)

## **Тема 3. Экзерсис у станка- 26 часа.**

*Цель:* Выработать силу мышц ног, добиться правильной постановки ног. Развивать координацию. Учить владеть своим корпусом (уметь сохранять устойчивость) при перемене положения и позы. Научить согласовать движения тела при выполнении упражнения с музыкой.

*Содержание:* теоретические знания (объяснение и показ упражнения) и практические занятия (исполнение упражнений под музыку)

Отработка движений:

- Battement tendus из 5 позиции вперед и назад

- Battement tendus jetes из 5 позиции вперед и назад

*Виды деятельности:* групповая и индивидуальная работа

*Формы и методы обучения:* рассказ, объяснение, показ танцевальных элементов.

*Форма контроля:* практические занятия.

*Оборудование:* зал, музыкальное оформление. (музыка отчетливого характера, музыкальный размер 2/4)

## **Тема 4. Позы классического танца- 16 часов.**

*Цель:* Научить грамотно принимать определенные по заданию позы. (В основе всех поз лежат пластика и завершенность форм античной скульптуры. Они воспитывают грацию, выразительность и красоту жеста). Кроме того, позы служат развитию координации.

*Содержание:* теоретические знания (объяснение и показ упражнения) и практические занятия (исполнение упражнений под музыку)

*Виды деятельности:* групповая и индивидуальная работа

*Формы и методы обучения:* рассказ, объяснение, показ танцевальных элементов.

*Форма контроля:* практические занятия.

*Оборудование:* зал, музыкальное оформление. (спокойная музыка вальса в медленном темпе)

### **Тема 5. «Двойная веревочка»- 16 часов.**

*Цель:* научить владеть пластикой своего тела. Развивать и укреплять мышечным аппарат.

*Содержание:* Объяснение основных положений и техники их выполнения. 3-й год обучения предлагает дальнейшее изучение у станка более сложных элементов, требующих соответствующей координации в исполнении и силовой нагрузки

*Виды деятельности:* групповая и индивидуальная работа

*Формы и методы обучения:* рассказ, объяснение педагогом основных положений, показ.

*Форма контроля:* практические занятия, опрос.

*Оборудование:* форма, баян, фортепиано, магнитофон, фонограммы, станок.

### **Тема 6. Повороты- 16 часов.**

*Цель:* научить владеть пластикой своего тела. Развивать и укреплять мышечным аппарат.

*Содержание:* Объяснение основных положений и техники их выполнения. 3-й год обучения предлагает дальнейшее изучение у станка более сложных элементов, требующих соответствующей координации в исполнении и силовой нагрузки

*Повороты:*

- плавный, на обеих ногах по 5-й открытой позиции в полуприседании и на вытянутых ногах (Sotenu en tournant)

- поворот на одной ноге наружу (Pirouette en dedan) с другой, согнутой в колене.

-поворот на одной ноге внутрь (Pirouette en dehours) с другой, согнутой в колене.

*Виды деятельности:* групповая и индивидуальная работа

*Формы и методы обучения:* рассказ, объяснение педагогом основных положений, показ.

*Форма контроля:* практические занятия, опрос.

*Оборудование:* форма, баян, фортепиано, магнитофон, фонограммы, станок.

### **Тема 7. Дробные выстукивания - 15 часов.**

*Цель:* Научить владеть пластикой своего тела. Развить четкость, ритmicность, силу ног, укрепить мышцы стопы, икроножные мышцы.

*Содержание:* Объяснение основных положений и техники их выполнения. 3-й год обучения предлагает дальнейшее изучение у станка более сложных

элементов, требующих соответствующей координации в исполнении и силовой нагрузки

*Виды деятельности:* групповая и индивидуальная работа

*Формы и методы обучения:* рассказ, объяснение педагогом основных положений, показ.

*Форма контроля:* практические занятия, опрос.

*Оборудование:* форма, баян, фортепиано, магнитофон, фонограммы, станок.

## **Тема 8. Трюковые элементы - 24 часа.**

*Цель:* научить владеть пластикой своего тела. Развивать и укреплять мышечным аппарат.

*Содержание:* Объяснение основных положений и техники их выполнения. 3-й год обучения предлагает дальнейшее изучение более сложных элементов, требующих соответствующей координации в исполнении и силовой нагрузки:

- вращение с дробью;
- вращение "бегунец";
- вращение с поджатыми ногами.

*Виды деятельности:* групповая и индивидуальная работа

*Формы и методы обучения:* рассказ, объяснение педагогом основных положений, показ.

*Форма контроля:* практические занятия, опрос.

*Оборудование:* форма, баян, фортепиано, магнитофон, фонограммы, станок.

## **Раздел «РЕПЕТИЦИОННАЯ РАБОТА» - 106 часов.**

### **Тема 1-2.**

#### **Изучение танцевальных комбинаций - 54 часов.**

#### **Соединение танцевальных комбинаций в этюдах - 50 час.**

*Цель:* Научить перемещаться на площадке в заданном ритмическом рисунку. Научить выполнять танцевальную комбинацию, движения в разных направлениях. Развивать быстроту реакции. Развивать чувство партнера. Воспитывать уважение и любовь к своему труду и труду других учащихся.

*Содержание работы:* Выполнение учащимися танцевальных комбинаций. Анализ. Обсуждение. Соединение этюдов с учетом замысла и музыкальной драматургии танца. Создание сюиты, состоящей из разных хореографических картинок с последующим применением ее в сценарии праздника.

*Виды деятельности:* групповая и индивидуальная работа

*Форма контроля:* практические занятия, опрос.

*Формы и методы обучения:* рассказ, показ, объяснение педагогом танцевальных комбинаций. Анализ выполненного задания. Самостоятельная практическая работа.

*Оборудование:* форма, баян (фортепьяно), магнитофон, фонограммы.

### **Тема 3. Контрольно-зачетные мероприятия- 2 часа.**

*Содержание работы:* Контрольный срез в конце года в виде открытого занятия; выступление учащихся с хореографической композицией на отчетном концерте.

### **Методическое обеспечение программы**

Программа направлена на физическое и нравственное развитие ребенка, его патриотических качеств, художественных способностей.

Для организации учебно-воспитательного процесса используются различные формы занятий. Наиболее распространенным типом занятий, в силу специфики программы, являются практические работы. Организация практических работ предусматривается при изучении каждого из крупных разделов программы. Для плодотворной работы учащихся при выполнении практических работ необходимо использовать словесный, наглядный и практический способы организации занятия. Каждое занятие программы включает теоретическую часть и практическое выполнение заданий. Теоретические сведения – это повтор пройденного материала, объяснение нового. Теория преподносится в форме рассказа. Также на занятиях используются видеоматериалы, что повышает у детей интерес к материалу, способствует развитию внимания, воображения, наблюдательности, мышления.

Для обеспечения органичного единства обучения и творчества детей занятия включают в себя следующие виды деятельности:

1. Рассказ, демонстрация изучаемого материала
2. Самостоятельная коллективная практическая работа детей

В процессе выполнения коллективных работ осуществляется нравственно-эстетическое воспитание детей, вырабатываются следующие умения:

- работать вместе, уступать друг другу, помогать, подсказывать;
- договариваться о совместной работе, её содержании;
- планировать свою работу, определять её последовательность, содержание, композицию, дополнения;
- радоваться успехам своим и товарищей при создании работы.

### **Формы организации учебной деятельности:**

- индивидуальная;
- групповая;

Весьма важное место в программе занимает участие в различных концертах, городских, областных и международных конкурсах, что учит детей выполнять работу на высоком уровне, творчески подходить к выполнению.

Для занятий с детьми необходимо просторное, хорошо освещенное и проветриваемое помещение.

### **Материально-техническое обеспечение**

Для занятий с детьми необходимо просторное, хорошо освещенное и проветриваемое помещение, зеркала, станки, гимнастические коврики, аудио магнитофон, музыкальный центр

Также для занятия необходимо музыкальное сопровождение – музыкальный центр, возможность подбора необходимой для каждого структурного элемента музыки. Также необходима раздевалка для хранения личных вещей

## **Механизм оценивания образовательных результатов**

В систему отслеживания и оценивания результатов входят: мониторинг результатов обучения учащегося по программе, промежуточная и итоговая аттестация.

Мониторинг результатов обучения учащегося по программе проводится два раза в год (декабрь, май) с целью отслеживания результативности обучения учащихся по программам.

Аттестация учащихся творческих объединений может проводиться в **следующих формах:** итоговое занятие, контрольное занятие, тестирование, этюд, постановка, конкурс, фестиваль детского творчества.

## **Формы подведения итогов реализации программы**

- входное, промежуточное, итоговое оценивание знаний и навыков учащихся по десятибалльной шкале (оценочный лист прилагается). Так же применяются методы наблюдения, тестирования, опроса и выполнение самостоятельных практических работ в течение учебного года.

## **Кадровое обеспечение**

Педагог дополнительного образования

## **Список литературы:**

### Нормативные правовые акты

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599
3. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 597.
4. Распоряжение Правительства РФ от 30 декабря 2012 г. №2 620-р.
5. Проект межведомственной программы развития дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020 года.
6. Приказ № 196 Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 года «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 N 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».
8. Устав МАУДО ДТД и М «Янтарь»
9. Правила приема и отчисления учащихся

## Список литературы для педагога:

1. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала. - М. "ВЛАДОС", 2004
2. Заикин Н.И., Заикина Н.А. Областные особенности русского народного танца. - Орел, 2004

3. Основы подготовки специалистов-хореографов. Хореографическая педагогика: учеб. пособие.-СПб.: СПбГУП, 2006.-632 с.
4. Сафронова Л.Н. Уроки классического танца: Методическое пособие для педагогов.-СПб.: Академия русского балета им. А.Я. Вагановой, 2003.-192 с.
5. Сапогов А.А. Гармония духа материи. СПб.: Гиперион, 2003-352 с.
6. Способин И. Музыкальная форма.- М., Музыка, 2002.-400 с.

