

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  
социально-педагогической направленности  
«Народный танец»**

**(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 «Народный танец» имеет социально-педагогическую направленность и рассчитана на обучение детей в возрасте от 5 до 18 лет. Срок реализации программы – 3 года.

Программа разработана для осуществления работы с учащимися по освоению начала народной хореографии и постановки народного танца на высоком исполнительском уровне.

### **Актуальность программы**

Характер народности постановочных танцев, которые объединяют в себе культуру разных народов мира, обеспечивают сильнейшую воспитательную функцию и формируют физическую и нравственную составляющую личности ребенка. Система практической деятельности, которая осуществляется с постоянным усложнением и концентричностью, дает возможность коллективу участвовать в конкурсных программах, различных фестивалях, гуманитарных акциях, праздничных мероприятиях, неся, таким образом, идею танцевального искусства через времена.

### **Педагогическая целесообразность программы**

Занятия народной хореографией приобретают большую значимость. Владение хореографическим искусством формирует общую культуру, культуру здоровья. Они повышают трудоспособность, развивают эмоционально-волевую сферу личности ребёнка, подростка.

Стремление к достижению высоких показателей результативности, освоение технических, эстетических, коммуникативных функций танца развивают личность целостно и гармонично, формируют потребность в активном и образе жизни, мотивируют разноплановые интересы.

**Отличительной особенностью программы** является то, что детям предлагается ступенчатое обучение, программой определены этапы освоения техники танца. Все дети, осваивающие программное содержание, получают навыки участия в рейтинговых конкурсах, а также предпрофессиональную подготовку и имеют возможность стать профессиональными танцорами.

### **Формы организации ученических занятий**

- 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
- конкурсы и соревнования
- концертно-показательные выступления

- филармонические программы

### **Условия набора детей в коллектив**

В коллектив принимаются дети, мотивированные на занятия хореографией. Обязательным условием является наличие медицинской справки о состоянии здоровья и допуске к занятиям активными видами деятельности.

### **Особенности организации учебного процесса**

Особенности организации учебного процесса заключаются как в характере исполняемых народных танцев, так и в дидактике их преподавания. Они строятся на следующих принципах:

- направленность на результат. Максимальное развитие способностей, обучающихся и реализация их в постановках
- индивидуализация. Учет индивидуальных особенностей при проведении учебно-тренировочных занятий
- цикличность и непрерывность. Повторение и развитие изученных танцев на новом техническом уровне. Непрерывность образовательного процесса.
- опережающее развитие
- моделирование. Активное моделирование постановочных действий деятельности в учебно-тренировочном процессе.
- 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.

**Цель программы:** формирование интеллектуальной, гармоничной, социокультурной личности подростка посредством овладения техникой народного танца.

### **Задачи программы:**

#### **Образовательные:**

- формирование стойких навыков танцевального исполнения
- обучение приемам и технике исполнения усложненных этюдов, постановочных рисунков
- закрепление и углубление знаний о специфике народного танца

### **Развивающие:**

- совершенствование музыкальных данных, углубление музыкальных способностей
- развитие двигательных навыков, обогащение двигательного опыта новыми элементами, воспитание силы, ловкости, ритмичности и танцевальности
- развитие самовыражения в движении под музыку
- развитие внимания, памяти, мышления, совершенствование умения ориентироваться в пространстве при танцевании в ансамбле

### **Воспитательные:**

- воспитание эстетических качеств личности, высококонравного восприятия танцевального искусства
- привитие интереса к танцевальному искусству как к профессиональному виду деятельности

### **Планируемый результат первого года обучения**

#### **Учащиеся должны знать:**

- историю народного танца
- механизмы исполнения усложненных комбинаций
- правила постановочной работы

#### **Учащиеся должны уметь:**

- осуществлять ускорение темпа и исполнять разнообразие ритмического рисунка
- выполнять технически сложные элементы народного танца
- чувствовать стиль, подчеркивать выразительность позы, движения
- исполнять сложные комбинации движений в различных темпо-ритмах с хорошей координацией движений и концентрацией внимания
- проявлять творческую инициативу, способствующую плодотворной работе над созданием танцевальной композиции, праздника или хореографической программы.

### **Планируемый результат второго года обучения**

#### **Должны знать:**

- Основные элементы русского танца
- Историю возникновения русского танца

#### **Учащиеся должны уметь:**

- Изученный теоретический материал применять на практике
- Выполнять:
  - припадания
  - моталочку
  - веревочку с усложнениями
  - дробные движения
  - элементы вращений
- Выработать устойчивость, координацию движений, музыкальность и танцевальность
- Правильность и чистоту исполнения позиций, поз, движений

- Четко следовать требованиям дисциплины в организации учебных занятий, проведении праздников, творческих встреч и концертов.

**Должны освоить основные понятия и термины:**

- Припадания
- Моталочка
- Дроби
- Ключ
- Вращения

**Планируемый результат третьего года обучения**

**Должны освоить:**

- Особенности музыкального ритма
- Новые элементы русского народного танца
- Основные закономерности сценического действия и актерского мастерства

**Учащиеся должны уметь:**

- Грамотно исполнять танцевальные движения
- Исполнять новые комбинации движений с хорошей координацией движений и концентрацией внимания
- Проявлять творческую инициативу, способствующую плодотворной работе над созданием танцевальной композиции.

**Должны освоить основные понятия и термины:**

- Броски
- Скольжения
- Развороты
- Чечетка
- Качалка
- Голубцы

**Механизм оценивания образовательных результатов**

Оценивание уровня освоения образовательной программы осуществляется в ходе мониторинга, который предполагает первичную, промежуточную и финальную диагностику, а также методы наблюдения, практических и самостоятельных работ детей.

**Формы подведения итогов реализации программы**

Оценка результата обучения осуществляется в форме контрольно-зачетных занятий, оценки индивидуальных достижений, входное, промежуточное, итоговое оценивание знаний и навыков учащихся по десятибалльной шкале (оценочный лист прилагается).

**Оценочные материалы**

Коллектив: \_\_\_\_\_

Педагог: \_\_\_\_\_ Группа № \_\_\_\_\_

Градации оценки: десятибалльная шкала оценивания

Фамилия, ИМЯ	Показатели					
	РИТМИЧНОСТЬ	КООРДИНАЦИЯ	МУЗЫКАЛЬНОСТЬ	ТЕХНИКА ИСПОЛНЕНИЯ	ВЫРАЗИТЕЛЬНОСТЬ, ХАРАКТЕРНОСТЬ	ОСВОЕНИЕ ПРОГРАММНОГО МАТЕРИАЛА

<b>Итого:</b>						
<b>Средний балл:</b>						

### Режим занятий

Учебная нагрузка учащихся:

1 год - 2 раза в неделю по 2 учебных часа (академический час 45 минут). Перерывы между занятиями 10 минут. Объем учебной нагрузки по программе - 144 часа.

2 год – 3 раза в неделю по 2 учебных часа (академический час 45 минут). Перерывы между занятиями 10 минут. Объем учебной нагрузки по программе – 312 часов

3 год – 3 раза в неделю по 2 учебных часа (академический час 45 минут). Перерывы между занятиями 10 минут. Объем учебной нагрузки по программе – 312 часов

Всего по программе за три года обучения, учащиеся осваивают 768 часов

Всего за три года обучения

**Форма обучения** - очная

### КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Год обучения	I полугодие		Контрольный срез знаний по программе по итогам полугодия	Зимние каникулы	II полугодие		Контрольный срез знаний по программе по итогам учебного года	Всего аудиторных недель в году	Всего внеаудиторных недель в году	Самостоятельная работа (недели)
	01.09-31.12	18 нед.			20.12-27.12	01.01-08.01				
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	36	-	-
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	36	9	7
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	36	9	7

### Учебный план

№ п./п.	Раздел программы/тема	Количество часов		
		всего	теория	практика
1.	Организационная работа	3	3	-
2.	Учебно-тренировочная работа	30	5	25
3.	Упражнения у станка	42	9	33
4.	Элементы русского народного танца	9	1	8
5.	Репетиционная работа	6	-	6
6.	Постановочная работа	51	12	39
7.	Контрольно-зачётные мероприятия	3	-	3
	Итого	144	30	114

### Учебный план

#### Второй год обучения

№ п./п.	Раздел программы/тема	Количество часов		
		всего	теория	практика
1.	Организационная работа	2	2	-
2.	Учебно-тренировочная работа	30	10	20
3.	Упражнения у станка	42	10	32
4.	Элементы русского народного танца	48	9	39
5.	Репетиционная работа	42	8	34
6.	Постановочная работа	48	12	36
7.	Контрольно-зачётные мероприятия	4	2	2
8.	Подготовка к конкурсам и концертам	18	-	18

	<i>Летний период</i>			
1.	Внеаудиторные занятия	42	-	42
2.	Самоподготовка	36	-	36
	<b>ВСЕГО:</b>	312	53	259

**Учебный план**  
**Третий год обучения**

№ п./п.	Раздел программы/тема	Количество часов		
		всего	теория	практика
1.	Организационная работа	3	3	-
2.	Учебно-тренировочная работа	30	5	25
3.	Упражнения у станка	42	9	33
4.	Элементы русского народного танца	45	15	30
5.	Репетиционная работа	42	8	34
6.	Постановочная работа	51	12	42
7.	Контрольно-зачётные мероприятия	3	-	3
	<i>Летний период</i>			
1.	Внеаудиторные занятия	54	-	54
2.	Самоподготовк	42	-	42
	<b>ВСЕГО:</b>	312	52	260

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**  
**(144 часа в год, 4 часа в неделю)**

**1. «Организационная работа». 3 часа.**

Цели и задачи учебной темы: Познакомить с основными задачами на предстоящий год. Установление личных контактов, адаптация учащихся в группах. Прививать уважение и любовь к хореографическому искусству.

Содержание: Определение творческих планов на предстоящий учебный год.

Родительские собрания.



Формы и методы обучения: Рассказ. Диагностика. Анкетирование. Родительские собрания. Дни именинника. Праздники.

## **2. «Упражнения у станка». 54 часа.**

Цели и задачи учебной темы: Научить владеть пластикой своего тела. Выработать силу и эластичность мышц, гибкость корпуса. Развить и укрепить мышечный аппарат.

Содержание: Четвертый год обучения включает в себя изучение элементов у станка в более сложной форме, в сочетании с движениями рук, корпуса, головы и другими движениями.

1. Полуприседания и полные приседания по 1-й, 2-й, и 5-й открытым позициям:

- с наклонами и перегибами корпуса
- с подъемом на полупальцы.

2. Упражнение на развитие подвижности стопы (battementstendus):

- с движением пятки опорной ноги
- с переходом на работающую ногу

3. Маленькие броски работающей ногой (battementstendusjetes):

- с работой пятки опорной ноги
- с акцентом «к себе» и с переходом на работающую ногу

4. Кругнойпополу (rond de jambe parterre):

- круг носком по полу, с остановкой в сторону
- круг по полу каблук работающей ноги

5. «Веровочка»

- простая, двойная
- простая «веровочка» с переступанием вперед на каблук
- простая и двойная «веровочка» с перескоком в 5-ю позицию вперед

6. Каблучное упражнение

- простое каблучное упражнение
- с двойным ударом

7. Раскрывание ноги на 90 градусов

- с полуприседанием опорной ноги
- с сокращением стопы работающей ноги

8. Дробные выстукивания

- одинарная дробь
- дробная дорожка полупальцами

9. Большие броски работающей ногой на 90 градусов

- с полуприседаниями на опорной ноге с опусканием работающей ноги на каблук

10. Упражнение с ненапряженной ногой.

- мазки «от себя» и «к себе» по 6 позиции
- мазки по 6 позиции с подскоком на опорной ноге

11. Перегибы и наклоны корпуса:

- с открытием ноги назад на носок в 4-ю позицию
- с открытием ноги в сторону

## 12. Присядки и полуприсядки (мальчики)

- с вынесением ноги на каблук
- с вынесением ноги вперед
- с остановкой на каблуках по 2-й позиции

## 13. Поднимание на полупальцы:

- на двух ногах
- на одной ноге

Формы и методы обучения: Рассказ. Показ. Самостоятельная работа.

Виды деятельности учащихся: индивидуальная и групповая работа

Формы контроля: практическая деятельность, опрос.

Оборудование: форма, баян (фортепиано), магнитофон, фонограммы, станок.

## 3. «Элементы русского народного танца». 63 часа.

Цели и задачи учебной темы: Научить грамотному исполнению танцевальных комбинаций. Выбатывать умение, индивидуальность характера движений через пластику,

Содержание: Танцевальные комбинации и композиции на материалах русского танца.

### 1. Припадания

- с двойным ударом полупальцами
- накрест.

### 2. Боковой ход с перескоком.

### 3. «Веревочка»:

- с ударом ступней
- с ковырялочкой .

### 4. «Моталочка»:

- продольная
- поперечная
- накрест

### 5.Подбивка

- с переступанием
- «подбивка-маятник».

### 6.Дробные движения

- с одним ударом
- с двойным ударом
- с подскоком
- с перескоком.

### 7.Дробь двойная на месте, в продвижении, в повороте.

### 8. Присядки (для мальчиков):

- присядка по первой открытой позиции

- присядка «разножка»

- присядка в повороте

- присядка - «мяч»

9. Хлопки и хлопущки (мальчики):

- хлопки в ладоши согнутыми в локтях руками (перед собой, справа, слева)

- хлопки в ладоши вытянутыми в локтях руками: спереди и сзади, вверху и внизу

- одинарные удары ладонями по внутренней или внешней стороне голенища сапога

- одинарные удары ладонями по бедру

- одинарные удары ладонями по подошве сапога

- комбинированные удары ладонями

10. Вращения на полупальцах, на подскоках, на беге, на дробях, на прыжке.

11. Прыжковые движения с поджатыми ногами, с раскрытием коленей в стороны.

12. Упражнения для рук, корпуса и головы.

Формы и методы обучения: Демонстрация. Объяснение. Самостоятельный разбор движения.

Виды деятельности учащихся: индивидуальная и групповая работа

Формы контроля: практическая деятельность

Оборудование: форма, баян (фортепиано), магнитофон, фонограммы.

**4. «Репетиционная работа». 42 часа.**

Цели и задачи учебной темы: Развивать танцевальные способности. Формировать навыки танцевального движения.

Содержание: Отрабатывать движения, танцевальные композиции, танцевальные этюды, выученные детьми. Научить исполнять танцевальные композиции в парах, «тройках».

Формы и методы обучения: Рассказ. Показ основных положений. Объяснение. Самостоятельная практическая работа.

Виды деятельности учащихся: индивидуальная и групповая работа

Формы контроля: практическая деятельность

Оборудование: форма, баян, магнитофон, фонограммы.

**5. «Постановочная работа». 51 час.**

Цели и задачи учебной темы: Научить перемещаться на площадке в определенном рисунке, переходить из одного рисунка в другой. Научить реагировать на изменение характера музыки. Прививать любовь и уважение к своему труду и труду других учащихся.

Содержание: Исполнение учащимися основных движений танца. Соединение этюдов с учетом замысла танца. Принципы построения рисунка

в танце. Создание хореографических номеров с последующим применением в концертах, праздниках.

Формы и методы обучения: Рассказ. Показ. Объяснение педагогом танцевальных комбинаций. Самостоятельная работа.

Виды деятельности учащихся: индивидуальная и групповая работа

Формы контроля: практическая деятельность

Оборудование: форма, баян (фортепиано), магнитофон, фонограммы.

### **6. «Контрольно-зачетные мероприятия». 3 часа.**

Цели и задачи учебной темы: Мониторинг знаний, умений и навыков учащихся. Предоставить возможность самореализации и проявления творческих способностей каждому студийцу.

Содержание: Показательные выступления. Участие с номерами в концертах, праздниках, проводимых в ДТД и М «Янтарь», открытые уроки.

Формы и методы обучения: Практическая деятельность, зачет, опрос.

Виды деятельности учащихся: индивидуальная и групповая работа

Оборудование: форма, баян (фортепиано), магнитофон, фонограмм

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

### **2 год обучения**

#### **1. «Организационная работа». 2 часа.**

Цели и задачи учебной темы: Познакомить с основными направлениями искусства русского танца. Прививать художественный вкус. Прививать любовь и уважение к хореографическому искусству.

Содержание: Знакомство с новыми направлениями хореографии русского танца. Определение творческих планов на предстоящий учебный год. Родительское собрание.

Формы и методы обучения: Рассказ. Диагностика. Анкетирование.

#### **2. «Учебно-тренировочная работа». 30 часов.**

Цели и задачи учебной темы: Освоить музыкально-пластическую выразительность. Научить певучести и пластичности в лексике движения. Научить единству эмоциональных ощущений в пластическом преобразовании тела.

Содержание:

1. Отработка позиций ног:

- пять открытых
- пять прямых
- две закрытые

2. Отработка позиций и положений рук:

- подготовительное
- подготовка к началу движения.

3. Положения рук в парных и массовых танцах:

- «цепочка» «круг», «звездочка», «карусель», «корзиночка».

4. Положения головы, положение кисти.

5. Перестроения по рисунку танца:

- по диагонали

- «прочёс»

-«ручеек»

-«улитка»

-круги

- по линиям вперед, назад, вправо, влево

Формы и методы обучения: Объяснение. Показ. Демонстрация.

Самостоятельная практическая работа.

Виды деятельности учащихся: индивидуальная и групповая работа.

Формы контроля: практическая деятельность, опрос

Оборудование: форма, баян (фортепиано), магнитофон, фонограммы.

### **3. «Упражнения у станка». 42 часа.**

Цели и задачи учебной темы: Научить упорядоченному восприятию особенностей, музыкального ритма. Развивать способность выразительно передавать музыкальный образ в пластике движения. Воспитывать культуру движения. Прививать художественный вкус.

Содержание: Второй год обучения включает в себя изучение элементов у станка, которые затем можно перенести на середину зала. Упражнения исполняются боком к станку.

1. Подготовка к началу движения (preparation):

- движение руки

- движение руки и координация с движением ноги.

2. Упражнение на развитие подвижности стопы:

- с переводом работающей ноги с носка на каблук

- с полуприседанием на опорной ноге

3. Приседания по 1-й,2-й,5-й открытым позициям (музыкальный размер 3/4, 4/4):

- полуприседания (demi-plie)

- полное приседание (grandplie)

4. Переводы ног из позиции в позицию скольжением стопой по полу.

5. Маленькие броски (battementstendusjetes) вперед, в сторону и назад по 1-й, 3-й и 5-й открытым позициям (музыкальный размер 2/4, 6/8):

- с одним ударом стопой о пол по позиции через небольшое приседание,

- с коротким ударом по полу носком или ребром каблука работающей ноги

- с полуприседанием на опорной ноге

6. Подготовка к «веревочке»:

- в открытом положении на всей стопе

- в открытом положении с проскальзыванием по полу на опорной ноге, на всей стопе и на полупальцах.

7. Каблучное упражнение.

8. Дробь простая.

9. Раскрывание ноги на 90°\*

10. Присядка по 1-й позиции (для мальчиков).

Формы и методы обучения Формы и методика проведения занятий: Рассказ.

Демонстрация. Показ. Самостоятельная работа.

Виды деятельности учащихся: индивидуальная и групповая работа

Формы контроля: практическая деятельность, опрос

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

#### **4. «Элементы русского народного танца». 48 часов.**

Цели и задачи учебной темы: Познакомить с основными законами сценического воплощения танца. Научить грамотному и профессиональному исполнению. Прививать художественный вкус.

Содержание: Работа включает в себя изучение более сложных танцевальных композиций, способствующих развитию координации движений студийцев.

1. Танцевальные ходы:

- переменный ход с ударом ребром каблука
- переменный ход с приставкой ноги
- переменный ход с ударом всей ступней
- бег простой, с подъемом коленей
- припадание накрест

2. Веребочка:

- на полупальцах с двойным ударом
- с переступанием на ребро каблука

3. « Маталочки»:

- основной вид по 1-й прямой позиции (правой и левой ногой)
- накрест

4. Дробные движения:

- дробь двойная
- дробь двойная с соскоком
- удары каблука с перескоками

5. Присядки:

- присядка «разножка»
- с ковырялочкой
- с ударом по голенищу сапога

6. Хлопки и хлопущки:

- одинарные удары ладонями по бедру
- одинарные удары по подошве сапога

7. Молоточки.

8. Упражнения для рук, корпуса и головы:

- наклоны и повороты корпуса

- волнообразные движения руками

-повороты головы

Формы и методы обучения: Показ педагогом правильного исполнения этюдов и сцен. Самостоятельная работа

Виды деятельности учащихся: индивидуальная и групповая работа

Формы контроля: практическая деятельность, опрос

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

### **5. «Репетиционная работа». 42 часов.**

Цели и задачи учебной темы: Познакомить с особенностями исполнения движений. Научить четкому, ритмичному исполнению. Научить соединять движения в танцевальную композицию.

Содержание :Оттачивать движения, выученные детьми, составляя из них танцевальные композиции, в характере русского танца. Позиции рук и ног в русском танце.

Формы и методы обучения: Показ. Анализ исполняемых движений.

Самостоятельная работа

Виды деятельности учащихся: индивидуальная и групповая работа

Формы контроля: практическая деятельность

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

### **6. «Постановочная работа». 48 часов.**

Цели и задачи учебной темы: Познакомить с основами актерского мастерства. Помочь овладеть органикой художественного образа. Помочь освоить и претворить в хореографической постановке музыкально-хореографическую драматургию.

Содержание: Исполнение учащимися под музыку лексики движений танца.

Практическая работа студийцев. Русский танец- «Гусачок», «На полянке».

Лексика танца. Истоки происхождения. Особенности и разновидности исполнения. Принципы построения рисунка. Манера и характер исполнения.

Этюдная работа. Особенности сценического воплощения.

Формы и методы обучения Формы и методика проведения занятий:Беседа.

Показ. Самостоятельная работа.

Виды деятельности учащихся: индивидуальная и групповая работа

Формы контроля: практическая деятельность

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

### **7. «Контрольно-зачетные мероприятия». 4 часа.**

Цели и задачи учебной темы: Мониторинг знаний, умений и навыков воспитанников. Предоставить возможность самореализации и проявления творческих способностей каждому студийцу.

Содержание: Открытый контрольный урок по итогам учебного года.

Формы и методы обучения: Практическая деятельность, зачет, опрос.

Виды деятельности учащихся: индивидуальная и групповая работа

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

#### **8. «Подготовка к конкурсам и концертам». 18 часов.**

Цели и задачи учебной темы: Формирование навыков конкурсного танцевания.

Содержание: Подготовка и участие в конкурсах и концертах.

Формы и методы обучения: Практическая деятельность.

Виды деятельности учащихся: индивидуальная и групповая работа

Оборудование: костюмы, фонограмма.

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

### **3 год обучения**

#### **1. «Организационная работа». 3 часа.**

Цели и задачи учебной темы: Постановка учебных задач на предстоящий год.

Установление личных контактов, адаптация ребенка в группе. Прививать любовь и уважение к хореографическому искусству

Содержание: Определение творческих планов на предстоящий учебный год.

Родительские собрания.

Формы и методы обучения: Рассказ. Диагностика. Анкетирование.

Родительские собрания. Дни именинника. Праздники.

#### **2. «Учебно-тренировочная работа». 30 часов.**

Цели и задачи учебной темы: Научить упорядоченному восприятию особенностей музыкального ритма. Развивать способность выразительно передавать музыкальный образ в пластике движения. Воспитывать культуру движения. Прививать художественный вкус.

Содержание: Самостоятельное определение учащимися первоначального импульса танцевального движения. Отработка позиций ног. Отработка позиций и положений рук. С этого года активнее работают руки, добавляются перегибания корпуса, полуповороты. Отработка позиций рук в парных и массовых танцах. Перестроения по рисунку танца.

Формы и методы обучения: Объяснение. Показ. Демонстрация.

Самостоятельная практическая работа

Виды деятельности учащихся: индивидуальная и групповая работа

Формы контроля: практическая деятельность, опрос

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

#### **3. «Упражнения у станка». 42 часа.**

Цели и задачи учебной темы: Научить владеть пластикой своего тела.

Развивать и укреплять мышечный аппарат.

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



усложненном виде, требующих соответствующей координации в исполнении и силовой нагрузки.

1. Полуприседания и полные приседания:

- в сочетании с подъемом на полупальцы
- в сочетании с перегибом корпуса

2. Упражнения на развитие подвижности стопы (battement tendus)

- с полуприседанием в момент возврата работающей ноги в позицию
- с переходом на работающую ногу

3. Маленькие броски работающей ногой (battement tendus jetés):

- в сочетании с полуприседанием на опорной ноге
- с работой пятки опорной ноги
- с сокращением стопы

4. Круг ногой по полу:

- круг носком работающей ноги
- круг каблуком работающей ноги

5. Вербочка:

- простая и двойная
- с переступанием на каблук
- с перескоком

6. Каблучное упражнение:

- с двойным ударом
- с работой опорной ноги

7. Раскрывание ноги на 90\*:

- с перегибами корпуса

8. Дробные выстукивания:

- одинарные удары
- двойные удары
- притопы

9. Большие броски работающей ноги:

- с полуприседанием на опорной ноге

Формы и методы обучения: Рассказ. Объяснение педагогом основных положений. Показ.

Виды деятельности учащихся: индивидуальная и групповая работа

Формы контроля: практическая деятельность, опрос.

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

#### **4. «Элементы русского народного танца». 45 часов.**

Цели и задачи учебной темы: Познакомить с историей возникновения танца.

Научить осознанному исполнению танцевальных комбинаций. Вырабатывать умение передавать характер музыки через пластику движения.

Виды деятельности учащихся: индивидуальная и групповая работа

Формы контроля: практическая деятельность, опрос

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

Цели и задачи учебной темы: Развивать танцевальные способности.

Развивать творческое мышление. Формировать Содержание:Объяснение и демонстрация основных движений. На середине зала допускается построение несложных комбинаций и композиций на материале русского танца.

1. Танцевальные ходы:

- припадание
- припадание накрест
- приставной ход
- припадание с двойным ударом полупальцами

2. Веребочка:

- с переступанием
- с выносом ноги на каблук
- с перескоком

3. Маталочка:

- продольная с притопом
- накрест
- поперечная
- моталочка с ковырялочкой

4. Дробные движения:

- «дорожка» с продвижением вперед.
- дробь «ключ»
- двойная дробь на месте, с поворотом и с продвижением вперед
- комбинированные дроби

5. Присядки:

- разножка с поворотом корпуса
- присядка с хлопками
- присядка «мяч»

6. Хлопушки:

- комбинированные удары ладонями

7. Прыжковые движения:

- с поджатыми перед грудью ногами на месте и с продвижением вперед,
- с согнутыми от колена назад ногами и ударами по голенищам
- с ударами по голенищу спереди.

8. Вращения:

- на подскоках с продвижением вперед по диагонали,
- с движением «моталочки»,
- с откидыванием ног назад.

9. Движения на прыжковой подмене опорной ноги:

- «подбивка-маятник»
- отбивка
- голубец

10. Упражнения для рук, корпуса и головы.

Формы и методы обучения: Рассказ. Объяснение. Демонстрация.

Самостоятельная практическая работа

### **5. «Репетиционная работа». 42 часа.**

Содержание: Оттачивать движения, выученные учащимися, составляя из них танцевальные композиции, в характере русского танца. Отработка элементов русского танца. Отработка движений у станка. Отработка движений для новой постановки.

Формы и методы обучения: Рассказ. Объяснение педагогом основных положений. Показ. Самостоятельная практическая работа.

Виды деятельности учащихся: индивидуальная и групповая работа

Формы контроля: практическая деятельность

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

### **6. «Постановочная работа». 51 час.**

Цели и задачи учебной темы: Научить перемещаться на площадке в заданном ритмическом рисунке. Научить выполнять танцевальную комбинацию, движение в разных направлениях. Развивать быстроту реакции. Развивать чувство партнера. Воспитывать уважение и любовь к своему труду и труду других студийцев.

Содержание: Выполнение учащимися танцевальных комбинаций. Анализ.

Обсуждение. Соединение элементов русского народного танца в танцевальные композиции. Соединение этюдов с учетом замысла и музыкальной драматургии танца «Кадриль».

Формы и методы обучения: Рассказ. Показ. Объяснение педагогом танцевальных комбинаций. Анализ выполненного задания. Самостоятельная практическая работа.

Виды деятельности учащихся: индивидуальная и групповая работа

Формы контроля: практическая деятельность

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

### **7. «Контрольно-зачетные мероприятия». 3 часа.**

Цели и задачи учебной темы: Мониторинг знаний, умений и навыков учащихся. Предоставить возможность самореализации и проявления творческих способностей каждому учащемуся.

Содержание: Контрольный урок по итогам учебного года.

Формы и методы обучения: Практическая деятельность, зачет, опрос.

Виды деятельности учащихся: индивидуальная и групповая работа

Оборудование: форма, баян, фортепиано, магнитофон, фонограммы

### **Методическое обеспечение программы**

1. Учет и обеспечение необходимых организационно-педагогических условий для организации учебной деятельности:

- обеспечение соответствия образовательного процесса требованиям статей Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

- обеспечение непрерывной образовательной деятельности детей, следуя правилам порядка организации дополнительного образования детей

- соблюдение санитарных норм учебной деятельности

- обеспечение всех мер безопасности детей на занятии, систематическое проведение инструктажей в соответствии с разработанными памятками и правилами, утвержденными директором учреждения

- соблюдение научной основы разработки и реализации программного материала, целесообразность и практическая значимость применяемых в учебной деятельности методов, средств, оборудования и дидактических материалов

- соблюдение дидактических принципов образовательного процесса

- оснащение учебного кабинета всем необходимым оборудованием, обеспечивающим качество работы по программе

- использование по назначению материалов и оборудования

- внедрение механизма взаимодействия с родителями, создание родительского актива, проведение совместных с родителями мероприятий воспитательного характера для укрепления коллектива

- разработка и применение критериев оценивания результатов освоения программы

- создание благоприятного психологического климата на занятиях

## 2. Специфика построения учебного занятия

- 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

- конкурсы

- концертно-показательные выступления

## 3. Структура учебного занятия

В структуру учебного занятия обязательно включаются элементы аналитической деятельности детей, в процессе которых они осуществляют:

- характеристику движения (ритм, темп, характер)

- музыкальный разбор и описание движения

- разбор возможных ошибок при исполнении

Многие движения, требующие выработки устойчивости, например, при переводе тяжести корпуса с одной ноги на другую или при подмене ноги на подскоке, в прыжке и т.п., необходимо вначале отработать у станка. К таким движениям можно отнести присядки, прыжки, «веревочки», «голубцы». Танцевальные ходы, различные хлопушки, вращения, дроби не нуждаются в предварительной отработке у станка и могут разучиваться сразу на середине зала.

Постепенно из отдельных, уже отработанных и освоенных детьми элементов, движений складываются учебные комбинации усложненного характера, новые ритмические рисунки. Новое движение разучивается, как правило, лицом к станку, исполняется с одной, затем с другой ноги. Важно достигнуть правильности исполнения того или иного упражнения, давая определенную нагрузку на мышцы, суставы, связки. Каждое занятие может включать 8 - 9 упражнений, построенных по принципу чередования: упражнения плавные, мягкие чередуются с упражнениями быстрыми, резкими; упражнения на вытянутых ногах – с упражнениями на присогнутых ногах и т.п. Основу занятия составляют приседания, упражнения на развитие подвижности стопы, маленькие броски, круговые движения ног, низкие и высокие развороты ноги, дробные выстукивания, подготовка к «веревочке», раскрытие ноги на 90°, большие броски. Учебные комбинации – это «кирпичики», из которых вырастает «здание» занятия. Движения, выстроенные в определенной последовательности – это форма, которую необходимо наполнить содержанием. Причем недостаточно собрать в одной комбинации имеющийся в данном разделе материал. Нужно дополнить его другими движениями, каждый раз усложняя комбинацию. Основой комбинации должен быть главный элемент. Если это упражнение на развитие подвижности стопы, то основу комбинации должны составлять упражнения данного раздела, исполняемые в заданной последовательности, музыкальном ритме, темпе и характере какого-либо народного танца. Продолжительность учебной комбинации – от 8 до 32 тактов с учетом темпа исполнения.

#### **Материально-техническое обеспечение программы**

Учебный кабинет (зал) с паркетным покрытием, предусмотренным для танцевальной деятельности детей

##### Оборудование зала:

Большое зеркальное полотно по периметру зала

Балетные станки

Музыкальная аппаратура – музыкальный центр с пультом управления, фонотека.

Видеоаппаратура и видеоматериалы.

Ноутбук.

Костюмы, специальная обувь и сопутствующие аксессуары.

Коврики спортивные

#### **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. №2620-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

- Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала. - М. "ВЛАДОС", 2004
- Заикин Н.И., Заикина Н.А. Областные особенности русского народного танца. - Орел, 2004
- Конорова Е.В. Эстетическое воспитание средствами хореографического искусства. – М, 1963
- Лисицкая Т.С. Гимнастика и танец. – М: Советский спорт, 1988
- Педагогика. Под ред. П.И. Пидкасистого – М: Педагогическое общество России, 2002
- Проблема совершенствования хореографического образования. – СПб, 2003
- Фоменко И.М. Основы народно-сценического танца. – Орел, 2002