

*Российская Федерация*  
Администрация городского округа «Город Калининград»  
муниципальное общеобразовательное учреждение города Калининграда  
средняя общеобразовательная школа №24



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа «Основы бальных танцев для кадет»  
художественной направленности  
возраст детей: 11-14 лет  
срок освоения программы – 3 года

Автор-составитель:  
Тесля Я.И., педагог  
дополнительного образования  
МАОУ СОШ № 24

г. Калининград, 2020 год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**Направленность.** Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по спортивным бальным танцам художественной направленности

### **Актуальность**

Реализация дополнительной общеобразовательной программы в корпусе направлена на изучение русского народного танца, ориентирована на изучение мужского танца с элементами военной тематики, что учитывает специфику учебного заведения.

Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие.

Хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Хореография обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного духовного и физического развития. Занятия танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актёрском мастерстве. Занятия танцами способствуют развитию чувства ритма, умения слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность.

Занятия хореографией дают физическую нагрузку, сравнимую с самыми энергоёмкими видами спорта. Используемые в хореографии движения оказывают положительное воздействие на здоровье детей.

Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о народном танце необходимо, т.к. каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер.

Показателем танцевальной культуры является эмоциональное восприятие хореографического искусства, способность самостоятельно оценить хореографическое произведение, музыкальность и выразительность, благородство манеры исполнения, понимание выразительности отдельных элементов, чувство товарищества и взаимопомощи.

**Новизна и отличительные особенности программы** состоят в том, что программа разработана с учетом особенностей основного контингента обучающихся. Основу программы составляет изучение методики и техники исполнения танцевальных движений военной направленности, а так же с учетом специфики учебного заведения.

### **Адресат программы.**

Рабочая программа предназначена для обучающихся 5-8 классов (11-14 лет).

В коллектив принимаются кадеты, имеющие танцевальную подготовку, а также все желающие при наличии физической формы и отсутствия противопоказаний для занятий.

Группа может формироваться как одновозрастная, так и разновозрастная. Допускается дополнительный набор на последующие года обучения на основании просмотра и собеседования.

**Объем и срок освоения программы.** Программа рассчитана на 3 лет обучения. Продолжительность занятий по годам: 1 год – 34 часов; 2 год – 34 часов; 3 год – 34 часа; Общее количество часов программы – 102.

**Форма обучения:** очная.

**Особенности организации учебного процесса:** Используется групповая форма занятий. Группа набирается из учащихся, имеющих склонность к занятиям и желающим участвовать в тренировочной деятельности по направлению. К занятиям допускаются разновозрастные группы, организованные с учетом подготовленности обучающихся и их физических данных. Формы организации занятий: - групповые занятия; - индивидуальные; -

коллективные (генеральные репетиции всех групп); - игра; - концерт; - конкурс; - праздник; б  
- соревнование; - фестиваль; - собрание; - выступление; - импровизация; Отчетные и  
итоговые занятия проводятся в форме концертов, участия в фестивалях и конкурсах.

### **Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий.**

Основная форма организации образовательного процесса дополнительного образования  
– учебное занятие.

Учебный год в объединении по интересам начинается 1 сентября и заканчивается 31  
мая. В период каникул кружок работает по специальному расписанию с переменным  
составом.

Для учебных занятий в корпусе используются специально предусмотренные  
распорядком дня часы во второй половине дня.

Продолжительность учебного занятия – 40 минут. Занятия в кружке могут проводиться  
в любой день недели, согласно расписания.

Занятия проводятся 1 раза в неделю.

### **Педагогическая целесообразность программы**

На занятиях по программе «Основы бальных танцев для кадет» происходит массовое  
обучение основам бальной хореографии. Это, безусловно, поможет педагогическому  
коллективу в организации учебно-воспитательного процесса образовательного учреждения,  
например в подготовке школьных и внешкольных мероприятий. В то же время ученики,  
обучавшиеся бальному танцу, станут впоследствии носителями и пропагандистами  
отечественной и мировой бальной хореографии.

Освоение программы не ограничивается только конкурсными бальными танцами, так  
как все танцы, входящие в понятие «бальная хореография», имеют в образовательном  
процессе равные права, и настаивать на приоритете одного вида бальной хореографии  
(классического, народно-характерного, историко-бытового, спортивного и др.) является  
некорректным. Освоение разновидностей танцев, предлагаемых программой, направлено на  
пробуждение у школьников интереса и уважения к национальной культуре и искусству  
других народов.

Программа составлена с учетом планирования воспитательной работы в кадетских  
классах, которая предусматривает еженедельные занятия хореографией. Обучающиеся уже  
имеют навыки хореографии, поэтому в программу включена только постановочная  
деятельность и воспитательная работа.

**Практическая значимость** программы заключена в организации занятости детей в  
свободное время, адаптации их в обществе, создании комфортной атмосферы  
доброжелательности и сотворчества.

**Ведущая теоретическая идея программы:** помочь становлению творческой личности  
ребенка в современном мире.

**Цель программы:** создание условий для формирования гармонично развитой  
личности ребенка, успешно адаптирующейся в условиях современной жизни, посредством  
бальной хореографии и тесного сотрудничества педагога и родителей.

### **Задачи:**

- дать детям представление об общих закономерностях отражения действительности в хореографическом искусстве;
- использовать специфические средства искусства танца для гармонизации развития учащихся, расширения рамок культурного и исторического образования детей;
- использовать этические особенности танца для воспитания нравственности, дисциплинированности, чувства долга, коллективизма, организованности;
- обучить танцевальному этикету и сформировать умения переносить культуру поведения и общения в танце на межличностное общение в повседневной жизни;
- обеспечить эмоциональную разгрузку учащихся, воспитать культуру эмоций;
- обеспечить формирование и сохранение правильной осанки ребёнка, укрепление мышечного корсета средствами бального танцев, воспитать культуру движения.

**Принципы отбора содержания** программы является комплексность подхода при реализации учебно-воспитательных задач, предполагающих, в первую очередь, развивающую направленность программы. Данная комплексность основывается на следующих **принципах**:

- принцип сознательности и активности предусматривает сознательность в отношении занятий, формирование интереса в овладении танцевальными движениями и осмысленного отношения к ним, воспитание способности к самооценке своих действий и к соответствующему их анализу;

- принцип наглядности помогает создать представление о темпе, ритме, амплитуде движений; повышает интерес к более глубокому и прочному усвоению танцевальных движений;

- принцип доступности требует постановки перед учащимися задач, соответствующих их силам, постепенного повышения трудности осваиваемого учебного материала по дидактическому правилу: от известного к неизвестному, от легкого к трудному, от простого к сложному;

- принцип систематичности предусматривает непрерывность процесса формирования танцевальных навыков, чередование работы и отдыха для поддержания работоспособности и активности учащихся, определенную последовательность решения танцевально-творческих заданий;

- принцип гуманности в воспитательной работе (безусловная вера в доброе начало, заложенное в природе каждого ребенка, отсутствие давления на волю ребенка; глубокое знание и понимание физических, эмоциональных и интеллектуальных потребностей детей; создание условий для максимального раскрытия индивидуальности каждого ребенка, его самореализации и самоутверждения);

- принцип демократизма основывается на признании равных прав и обязанностей взрослых и ребенка, на создании эмоционально-комфортного климата в социальной среде.

**Планируемые результаты.** Результаты учитываются применительно к отдельной личности и выражаются в сформированности ее качеств, знаний, умений и навыков, черт характера. Ожидаемый результат определяется в зависимости от возрастной группы и этапа освоения программы: развития творческого мышления, памяти, воображения, нестандартного мышления, умения выразить свои чувства; приобретение и развитие коммуникативных способностей, активности, сообразительности, умения импровизировать, двигаясь под музыку; формирование общей культуры; овладение основными танцевальными движениями; формирование представлений о танцевальной культуре, развитие профессионального интереса; приобретение и закрепление теоретических знаний и практических умений; по развитию творческой индивидуальности, приобретение преподавательских навыков при работе в качестве помощника руководителя коллектива.

Основными показателями танцевальной культуры и эстетического воспитанности обучающихся, прошедших полный объем обучения, можно считать: выразительность и грамотность исполнения; сдержанность и благородство манеры; осмысленное отношение к танцу как к художественному произведению, отражающему чувство и мысли, национальную специфику и социальный характер; понимание выразительности отдельных элементов танца и музыки в передаче определенного содержания; способность самостоятельно оценивать хореографическое произведение.

Ожидаемые эффекты реализации программы:

1. Овладение навыками бальной хореографии.

2. Развитие художественного вкуса и повышение нравственно-эстетической культуры обучающихся.

3. Возможность реализации творческого потенциала личности ребенка через включение в разные формы социально-культурной деятельности.

4. Развитие коммуникативных качеств личности ребенка.
5. Появление эмоциональной устойчивости.
6. Формирование культуры здорового образа жизни и правил личной гигиены.
7. Снижение заболеваний, связанных с нарушениями осанки и плоскостопия.

**Формами педагогического контроля** являются итоговые занятия один раз в полугодие, открытые уроки, выступления, конкурсы, которые также способствуют поддержанию интереса к работе, нацеливают детей на достижение положительного результата. В познавательной части занятия обязательно отмечается инициативность и творческое сочинение танцевальных комбинаций учащихся, показанные ими в ходе урока, анализа своего выступления и поиска решения предложенных проблемных ситуаций.

Оценивая результат практической работы, а именно выступления обучающихся, опираются на такие критерии: качественное исполнение танцевальных этюдов и танцев, общий эстетический вид исполнения, творческие находки и самостоятельность сочиненных комбинаций.

Чтобы убедиться в прочности знаний и умений, эффективности обучения по данной образовательной программе проводится контроль:

- входной - педагогическое наблюдение, собеседование с детьми и родителями, беседа с воспитателем (или учителем - классным руководителем);
- промежуточный – показательные выступления, участие в концертах и конкурсах;
- итоговый - творческий отчет в форме контрольного урока или концерта.

При анализе уровня усвоения программного материала воспитанниками педагог использует карты достижений обучающихся, где усвоение программного материала и развитие других качеств ребенка определяются по трем уровням:

- максимальный – программный материал усвоен обучающимся полностью, воспитанник имеет высокие достижения (победитель международных, всероссийских, областных, районных конкурсов);
- средний – усвоение программы в полном объеме, при наличии несущественных ошибок (участвует в смотрах, конкурсах на уровне Дома детского творчества, посёлка, школы);
- минимальный – усвоение программы в неполном объеме, допускает существенные ошибки в теоретических и практических заданиях (участвует в конкурсах на уровне коллектива).

**Механизмы контроля и управления образовательным процессом** - это наблюдение педагога в ходе занятий, анализ подготовки и участия воспитанников хореографического кружка в школьных мероприятиях, оценка зрителей, членов жюри, анализ результатов выступлений на различных мероприятиях, конкурсах; открытые занятия для родителей; выступления на тематических праздниках; организация и проведение конкурсов; участие пар в конкурсных программах разного уровня.

Знания, умения и навыки, полученные на занятиях, необходимо подвергать педагогическому контролю с целью выявления качества усвоенных детьми знаний в рамках программы обучения.

**Формы подведения итогов реализации программы.** Для определения эффективности программы и успешной ее реализации предполагается систематическое и непрерывное отслеживание результатов деятельности ребенка – **педагогический мониторинг**. Он включает в себя - отслеживание образовательных и социально-педагогических результатов, а так же эффективность воспитательных воздействий. Педагогический мониторинг позволяет выявить пробелы и недочеты в обучении, дает толчок к поиску новых, более эффективных форм и методов работы с детьми.

**Система отслеживания результатов** включает в себя разнообразные способы и методики:

1. Педагогические наблюдения, использование методов специальной диагностики умений и навыков, уровня взаимоотношений в паре (Приложение 4).

2. Анализ и самоанализ выступлений на конкурсах, на отчетных концертах, открытых занятиях.

3. Внутрикollectивные конкурсы с вручением грамот и подарков.

Критериями оценки уровней освоения программы являются требования, предъявляемые к выпускникам каждого года обучения и в соответствии с ними разработанные формы контроля, результаты участия в концертной деятельности, в различных творческих конкурсах.

Применяются такие формы контроля как собеседование, игровые конкурсы, наблюдения, открытые и зачетные занятия (по пройденным темам).

После каждого изученного блока программы проводится промежуточный контроль – участие в концертах, фестивалях, конкурсах и т.д.

В конце года педагог объединения подводит итог всей учебно-воспитательной работы, делает анализ творческих достижений детей. Определяется степень достижения результатов обучения, закрепления знаний, творческих умений детей.

Завершающий этап освоения программы – выступление на концерте, фестивале, конкурсе перед зрителями и подробный анализ его выступления с педагогом.

#### Учебный план

Номер темы	Наименование раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации / контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>Первый год обучения</b>					
1	Вводное занятие. Техника безопасности. Правила поведения в классе и на сцене	1	1	0	Зачет по ТБ
2	Музыкально-двигательное обучение	3	1	2	Контроль выполнения упражнений
3	Общая физическая и специальная подготовка: разминка, шаги, бег, танцевальные элементы, гимнастика, прыжки.	10	1	9	Контроль выполнения упражнений, соревнования
4	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	15	3	12	Контроль выполнения упражнений
5	Разучивание концертного репертуара: танцевальные этюды и комбинации постановка танцев, работа с солистами	4	0	4	Контроль выполнения танцевальных этюдов
6	Творческая деятельность.	1	0	1	Показ танцевальных номеров
	Всего, час.	34	6	28	
<b>Второй год обучения</b>					
1	Вводное занятие	1	1	0	Опрос
2	Музыкально-двигательное обучение	3	1	2	Контроль выполнения упражнений

3	Общая физическая и специальная подготовка: разминка, шаги, бег, танцевальные элементы, партерная гимнастика, прыжки	10	1	9	Контроль выполнения упражнений, соревнования
4	Развитие танцевальных умений и навыков: <input type="checkbox"/> Основы народного и классического танца <input type="checkbox"/> Основы бального танца.	15	3	12	Контроль выполнения упражнений
5	Разучивание концертного репертуара: танцевальные этюды и комбинации постановка танцев, работа с солистами	4	0	4	Показ танцевальных номеров
7	Итоговое занятие	1	0	1	Открытый урок – концерт, показ творческих работ
	Всего, час.	34	6	28	

<b>Третий год обучения</b>					
1	Вводное занятие	1	1	0	Опрос
2	Музыкально-двигательное обучение	3	1	2	Контроль выполнения упражнений
3	Общая физическая и специальная подготовка: разминка, шаги, бег, танцевальные элементы, партерная гимнастика, прыжки	10	1	9	Контроль выполнения упражнений, соревнования
4	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного и классического танца.	15	3	12	Контроль выполнения упражнений
5	Разучивание концертного репертуара: танцевальные этюды и комбинации постановка танцев, работа с солистами	4	0	4	Показ танцевальных номеров
7	Итоговое занятие	1	0	1	Открытый урок – концерт, показ творческих работ
	Всего, час.	34	6	28	

## Содержание программы

### Первый год обучения

## **Раздел 1. Вводное занятие.**

Основная задача вводного занятия – заинтересовать учеников. Вводное занятие проводится в форме собрания, на котором обучающиеся узнают, чем они будут заниматься в этом году. Обсуждается перспективный план работы, строятся планы по проведению и участию в концертных мероприятиях. Проводится инструктаж по технике безопасности в танцевальном классе вовремя занятий и правила поведения в классе и на сценических площадках.

### *Теория:*

Знакомство с программой обучения на год. Цели, задачи программы, основные темы занятий. Организация учебного процесса (расписание, нормы гигиены и внешнего вида, правила поведения на уроках, репетициях, концертах), требования к одежде, инструктаж по технике безопасности (соблюдать интервалы построения и движения по сцене и в классе).

## **Раздел 2. Музыкально-двигательное обучение**

На первом году обучения музыкальное оформление занятия должно быть разнообразным, простым по звучанию мелодии. Музыкальное сопровождение должно подчеркивать характер данного движения. Музыкальный материал должен быть простым для восприятия. Ученика надо ознакомить с музыкальными размерами: 4/4, 2/4, 3/4. Каждая четверть имеет 2/8, и считаем мы их «раз и» и т.д. Если движение делается на 3/4, то каждый такт этого размера будет соответствовать по длительности 1/4. При исполнении движения может быть затакт: 3/8, 2/8, 1/8. (т.е. окончание предыдущего такта).

Комбинации строятся на определенный квадрат. Это может быть 4т. по 4/4 или 8т. по 4/4 или 16т. по 4/4.

### *Теория:*

Знакомство с музыкальным размером. Прослушивание музыкальных произведений с различными темпами звучания (очень медленно, медленно, умеренно, быстро, очень быстро). Понятие об акценте.

### *Практика:*

Прослушивание музыкального материала. Импровизации учеников. Выстукивание хлопками и шагами различных ритмических рисунков.

Предлагаемые этюды:

1. танцевальные этюды, построенные на танцевальном шаге, в разном характере, темпе и ритме; 2. танцевальные этюды с хлопками и ударами ног.

## **Раздел 3. Общая физическая и специальная подготовка**

### **Разминка**

Разминка проводится в соревновательной форме и форме «линейки». Проводится подкачка для мышц спины, живота, рук и ног. Проводятся занятия партерной гимнастики, на которых развиваются, совершенствуются и закрепляются специальные данные.

### *Теория:*

Рассказ о необходимости разминки. Травмоопасность работы без разогрева мышц. Методические рекомендации к разминке, правила исполнения упражнений и их поочередность.

### *Практика:*

1. Круговая разминка, в которую входят шаги, наклоны, прыжки, бег, перекаты, растяжка бедер (подготовка к plie), парная работа.

2. Соревнования. Такая разминка проходит в группах. В нее могут включаться любые необходимые для последующей работы упражнения.



3.Силовая. Сюда входят упражнения по поднятию мышечного тонуса тела. Упражнения на напряжение и расслабление мышц.

### ***Партерная гимнастика Теория:***

Объясняется методика исполнения (правильное положение корпуса, ног и др.) *Практика:*

Упражнения на напряжение и расслабление мышц, на развитие выворотности и эластичности тазобедренного, голеностопного суставов, на развитие подъема, на укрепление мышц спины, живота, рук и бедер. Упражнения на растягивание мышц и формирование балетного шага.

### **Прыжки**

*Теория:*

Методика исполнения, чистота и легкость. Терминология.

*Практика:*

Прыжки с двух ног на две, с двух на одну, с одной на две, в повороте (туры в воздухе).

Правила подхода к прыжку и правила приземления.

Подготовительные упражнения к сложным прыжкам. ***Подкачка Теория:***

Значение крепкого тела.

*Практика:*

Упражнения на подкачку пресса, спины, ног, шей, рук, ягодичных мышц. Работа выполняется индивидуально и в группах.

## **Раздел 4. Развитие танцевальных умений и навыков**

Основным разделом этой части программы является изучение основ народного и классического танцев. Программа основана на элементах народного историко-бытового и классического танца.

### **Народный танец**

Минимальное использование движений, повторяющих классический тренаж. Тренировка мышц, связок, суставов. Невыворотное, закрытое положение ног, расслабленная стопа. Чередование движений по трудности и характеру (медленные, широкие, быстрые и мелкие).

Изучение элементов народного танца у станка и на середине.

*Практические занятия:* Позиции рук и ног, постановка корпуса, положение и повороты головы.

*Упражнения у станка.*

- 1.Полуприседания и полное приседание по 1,2,3,5 позициям. Муз. Размер 3/4, 2/4.
- 2.Перевод с носка на каблук (основной вид и с полуприседанием).
- 3.Маленькие броски (без приседания и с полуприседанием).
- 4.Упражнения с ненапряженной стопой (флик-фляк)
- 5.Подготовка к веревочке (без разворота и с разворотом бедра)
- 6.Дробные выстукивания (удары всей стопой, двойные удары)
- 7.Медленный подъем ноги (с сокращенным подъемом в трех направлениях)

*Элементы русских народных танцев* 1.Положения рук, ног, позы.

2.Поклоны.

3.Ходы: переменный, дробный, с подскоками, мужской с прыжками.

4.Боковые ходы: припадания, гармошка, дробный.

5.Дроби: ключи, концовки.

6.Ковырялочки.

7.Моталочки.

8.Веревочки.

9.Хлопушки: на присядке, с прыжком, с дробью.

10.Присядки, полуприсядки, полные присядки.

Присядки «мяч», «ползунок», «бегунец».

Танцевальные этюды с использованием элементов русского и матросского танца, знакомящих с характерными особенностями исполнения русских народных танцев разных областей.

**Историко-бытовой и бальный танец** 1.Основные

положения рук и корпуса.

2.Реверансы и поклоны.

3.Танец «полонез» (основной шаг)

## **Раздел 5. Разучивание концертного репертуара**

В раздел входят танцевальные этюды и комбинации, сложные рисунки танца. Включается постановочная, репетиционная деятельность и работа с солистами.

**Танцевальные этюды и комбинации Теория:**

Соединение танцевальных элементов в комбинацию. Правила передвижения по залу. Смена рисунков, сохраняя интервалы. Способы передвижения в парах, тройках, группах.

**Практика:**

Построение рисунков танца (линий, колонн, круга, полукруга, диагоналей, змеек, улиток и др.), сохраняя интервалы. Создание танцевальной композиции, этюда с использованием танцевальных элементов в разнообразных сочетаниях, индивидуально и в группах.

**Постановка танцев Теория:**

Раскрытие темы и сюжета танца, композиции танца. Выбор лексики танца. Значимость репетиционного процесса. Рассказ о выразительности при исполнении танца.

**Практика:**

Разучивание движений, композиций. Разведение танца. Отработка движений, рисунков. Работа над выразительностью, эмоциональностью. Создание художественного образа и характера танца.

Отработка выученного номера. Доведение движений до совершенства, развитие танцевальности, чувства ансамбля, точности и слаженности движений.

### **Работа с солистами**

Работа с солистами начинается со второго полугодия, когда ученики возобновили в памяти все пройденные движения, когда накоплен материал, танцевальные навыки, физически готово тело.

**Теория:**

Беседа о компонентах номера (музыке, движении, рисунке, костюме, выразительном и чистом исполнении).

Просмотр танцевальных номеров других коллективов;

Просмотр и анализ своих выступлений;

Знакомство с музыкой номера, с характером танца, методическое объяснение движений, танцевальных партий.

**Практика:**

Работа над сольными партиями, отработка партий, доведение до совершенства. Легкость исполнения, выразительность. Воспитание выносливости.

### **Раздел 7. Итоговое занятие** *Практика:*

Итоговое занятие включает в себя: экзерсис у палочки, на середине, танцевальные комбинации, этюды, показ танцевальных номеров.

## **2 год обучения**

### **Раздел 1. Вводное занятие**

Занятие проводится вместе с родителями в форме собрания.

*Теория:*

Знакомство с программой 2 года обучения. Цели и задачи на учебный год. План мероприятий. Расписание. Организация учебного процесса. Нормы гигиены и внешнего вида. Требования к форе одежды. Рассказ о правилах поведения в зале. Беседа о технике безопасности, дисциплине и пунктуальности.

*Практика:*

Тестирование новичков на соответствие 2 году обучения (проверка физических и специальных данных). Анкетирование.

### **Раздел 2. Музыкально-двигательное обучение** *Теория:*

Беседа о связи музыкального произведения с хореографией. Обсуждение настроения музыкального произведения, его жанра, ритма, счета. Что такое вступление, развитие, кульминация, финал. Динамическое развитие музыкальной темы. Соответствие музыки и движений.

*Практика:*

Задание: сочинить ритмический рисунок на заданную музыкальную тему.

### **Импровизация** *Практика:*

На музыкальное поппури ученики импровизируют. А затем обсуждают работу каждого выступившего (кто лучше отобразил характер музыки, кто больше использовал выразительных средств).

### **Раздел 3. Общая физическая и специальная подготовка**

*Разминка* *Теория:*

Рассказ о необходимости самостоятельной разминки. К началу урока ученики должны быть подготовленными (самостоятельно разогреть необходимые для урока мышцы, связки и суставы). Это воспитывает ответственность, дисциплинирует.

*Практика.*

Перед уроком необходимо разогревать все крупные суставы, растягивать бедра, выполнять упражнения на гибкость.

Это могут быть

строевые упражнения;

круговая, беговая разминка (танцевальный шаг с вытянутыми носками, шаги на полупальцах, с высоко поднятыми коленями или пятками до попы, галоп, кик-броски, полька, подскоки прямо и в повороте, жете и др.);

«Линейка»;

Соревнования.

### **Танцевальные элементы Теория:**

Изучаются танцевальные элементы, требующие специальной подготовки, силы и выносливости.

Объясняется методика исполнения. Подход к движению, правильное завершение движения (если это прыжок, то приземление).

#### **Практика.**

Упражнения на напряжение и расслабление мышц, на развитие выворотности, на укрепление мышц спины и живота, □ Обводки и растяжки на одну ногу;

Стойка на руках, колесо.

### **Прыжки**

#### **Теория:**

Правила техники безопасности, подготовленное тело, методика исполнения, препарасьон и правильное приземление.

#### **Практика:**

Методика изучения движений «стульчик», «разножка».

### **Раздел 4. Танцевальные умения и навыки**

Со второго года обучение отдельные движения объединяются в простые комбинации. Для исполнения всех движений танца необходимо правильная постановка спины, помогающая учащемуся приобретать устойчивость – АПЛОМБ. «Стержень апломба - позвоночник» - так говорит А.Я. Ваганова в своей книге «Основы классического танца». Со второго года обучения, когда мышцы ног и ягодичные мышцы окрепнут, вводится понятие и ощущение подтянутости спины в пояснице. Единый стержень, который должны образовать подтянутые бедра, опорная нога и поясница (при свободно опущенных плечах), даст возможность приобрести апломб, развиваться технике, а, следовательно, и артистизму исполнения.

### **Народный танец**

#### **Экзерсис у станка**

- 1.Полуприседания и полные приседания
- 2.Упражнения носок, каблук (без приседания и с приседанием на опорной ноге).
- 3.Маленькие броски (с полуприседанием на опорной ноге).
- 4.Подготовка к «веревочке».
- 5.Малая форма каблучного.
- 6.Большие броски (без приседания и с полуприседанием на опорной ноге). 7.Растяжка.

#### **Элементы танца на середине**

- 1.Переменный шаг, с подскоком, припадание.
- 2.Танцевальные комбинации с элементами «веревочки», «молоточков», «переборы».
- 3.Хлопушки (удары по бедру, по голенищу сапога, перед собой и сзади).
- 4.Присядки («мяч», «гусиный шаг», «ползунок»).
- 5.Дроби (в «три ножки», «ключ»). 6.Рисунки танца («круг», «звездочка», «цепочка»).

#### **Элементы балльного танца □**

Основной шаг «полонеза».

Основной шаг «вальса».

Движения вальса, фигуры.

Движения вальса «квадрат» (по четвертям, правый и левый поворот)

Движение вальса по кругу.

### **Раздел 5. Разучивание концертного репертуара** *Теория:*

Соединение танцевальных элементов в комбинацию, этюд. Правила передвижения по площадке. Смена «рисунков», линий, фигур. Способы передвижения в парах, тройках, группах.

*Практика:*

Построение фигур композиции, сохраняя интервалы. Создание танцевальной композиции, этюда с использованием танцевальных элементов в разнообразных сочетаниях.

### **Постановка танцев** *Теория:*

Раскрытие темы и сюжета танца, композиции танца. Выбор лексики танца. Значимость репетиционного процесса. Рассказ о выразительности при исполнении танца.

*Практика.*

Разучивание движений, композиций. Разведение танца. Отработка движений, рисунков. Работа над выразительностью, эмоциональностью. Создание художественного образа и характера танца.

Рекомендуемый материал: танец «яблочко», «цыганский», «ложкари». Отработка выученного номера. Доведение движений до совершенства, развитие танцевальности, чувства ансамбля, точности и слаженности движений.

### **Работа с солистами** *Теория:*

Беседа о компонентах номера (музыке, движении, рисунке, костюме, выразительном и чистом исполнении).

Просмотр танцевальных номеров других коллективов;

Просмотр и анализ своих выступлений;

Знакомство с музыкой номера, с характером танца, методическое объяснение движений, танцевальных партий.

*Практика:*

Работа над сольными партиями, отработка партий, доведение до совершенства.

### **Раздел 6. Воспитательно-познавательная деятельность** *Теория:*

Беседа об истории танца. Беседа о танцевальных коллективах, о ведущих ансамблях и балетных труппах.

Просмотр видеоматериала.

Беседы об известных деятелях хореографии.

*Практика:*

Просмотр и анализ репертуара своего коллектива. Посещение концертов танцевальных коллективов. Высказывание своих впечатлений от увиденного.

### **Раздел 7. Итоговое занятие**

Итоговое занятие проводится в форме открытого урока – концерта, показа творческих работ.

*Практика:*

Открытое занятие. Концертное исполнение выученного репертуара. Опрос воспитанников с целью диагностики результативности реализации программы. Итоговое занятие включает в себя: экзерсис у палочки, на середине, танцевальные комбинации, этюды, показ танцевальных номеров.

### **3 год обучения**

**Раздел 1. Вводное занятие.** Занятие проводится в форме урока.

*Теория.*

Знакомство с программой 3 года обучения. Цели и задачи на учебный год. План мероприятий. Расписание. Организация учебного процесса. Нормы гигиены и внешнего вида. Требования к форме одежды. Рассказ о правилах поведения в балетном зале. Беседа о технике безопасности, дисциплине и пунктуальности.

*Практика.*

Тестирование новичков на соответствие 3 году обучения (проверка физических и специальных данных). Анкетирование.

**Раздел 2. Музыкально-двигательное обучение.**

*Практика.*

Исполнение предыдущих упражнений на новый музыкальный материал. Усложняется характер музыкальных произведений, ритм, темп. Добавляются новые характеры (драматичное исполнение, торжественное, патриотичное). От обучающихся требуется больший эмоциональный окрас исполнения движений.

**Раздел 3. Общая физическая и специальная подготовка.**

**Разминка**

*Практика*

Перед уроком, экзерсисом, репетицией, концертом проводится 10 минутная разминка. В нее включены шаги, прыжки, бег, работа подъемами, наклоны корпуса, повороты головы, упражнения на тазобедренный сустав, растяжка задней поверхности бедра, плечевого пояса.

**Танцевальные элементы**

*Теория*

Объяснить методику исполнения. Изучить технику.

*Практика*

Проучивается подход, подготовительные упражнения к изучаемому элементу.

*Программные движения:*

Pas balance, Pas balance с  $\frac{1}{4}$  поворота; □ Preparation

Прыжки.

*Теория.*

Объясняется методика исполнения, характер прыжка, подход к прыжку.

*Практика.*

Изучаются подготовительные упражнения (если они нужны), препарасьон, приземление. Оттачивается техника исполнения. Необходимо добиться легкости, высоты прыжка, баллона (зависания в воздухе), выразительности исполнения.

#### Изучаемые прыжки:

Сценический «стульчик», «разножка».

Щучка;

Флажок;

### **Партерная гимнастика**

#### *Теория*

Теория исполнения движений.

#### *Практика*

Упражнения на напряжение и расслабление мышечного аппарата, на развитие выворотности ног, стоп, тазобедренного сустава, на развитие подъема, на укрепление и растягивание мышц спины, брюшного пресса

### **Раздел 4. Развитие танцевальных умений и навыков.**

3 класс является классом, цементирующим те основы танцевальной азбуки, которые были получены в 1 и 2 классах.

Методические требования в этом классе остаются те же, то есть выработка правильности и чистоты каждого движения. Идет дальнейшее развитие танцевальности, которое было заложено в предыдущих классах.

Танцевальность развивается по пути сочетания движений, которые должны быть логичными. В этом классе идет дальнейшее развитие устойчивости исполнения, как на целой стопе, так и на полупальцах.. Надо правильно располагать центр тяжести на опорной ноге. Есть прием – проверять себя, приподнимая руку с палки, локоть не поднимать.

В этом классе идет дальнейшая отработка четкости и чистоты исполнения.

Начинается урок 3 класса с повторения урока 2 класса. С 3 класса темпы урока несколько сдвигаются вперед, кроме plié. Ритмический рисунок движения усложняется за счет сочетания  $\frac{1}{4}$  с  $\frac{1}{8}$  не только в battmenet tendu, но и в rond de jambe par terre, en l'air, petit battement.

Музыкальное сопровождение урока отличается разнообразием ритмического рисунка и общим ускорением темпа, оттеняется характер сочетательных движений.

#### *Теория*

Методика исполнения новых движений.

### **Классический танец.**

#### *Методические рекомендации.*

Основная задача первых двух лет обучения – постановка корпуса, рук, ног, головы.

Приступая к изучению упражнений в первую очередь необходимо уяснить понятия опорной и работающей ноги, помня о том, что понятия «опорная» работающая до известной степени условны, так как натянутость опорной ноги в упражнениях является залогом устойчивости в танце.

Все упражнения выполняются поочередно с правой и левой ноги. Для правильного усвоения выворотности ног упражнения сначала изучают в сторону, позднее – вперед и назад. Упражнения выполняют носком в пол под углом 25, 45, 90 градусов.

Танец органически связан с музыкой. Без музыки немислимы и упражнения классического экзерсиса. Темп и ритм первых двух лет обучения и последующих – разный. Пока движение проходит в стадии подготовительных упражнений, ритмический рисунок простой, впоследствии он становится более разнообразным. В уроки первого и второго года обучения включены все программные движения, они раскладываются на доли. В последующие годы обучения распределения движений на доли встречается реже.

Поставленная спина помогает при отдаче от пола в прыжках и мягком, сдержанном приземлении после прыжка, при всех движениях на полупальцах и вращениях на полу и в воздухе.

На первом году обучения не рекомендуется подтягивать спину в пояснице, так как нагрузка на позвоночник, при недостаточно окрепших мышцах ног, может привести к его прогибу – ЛОРДОЗУ. Свободная грудная клетка, подтянутые живот, желудок и ягодичные мышцы – вот все, что требуется в первом классе. Устойчивости тела, помогут руки. Единый стержень, который должны образовать подтянутые бедра, опорная нога и поясница (при свободно опущенных плечах), даст возможность приобрести апломб, развиваться технике.

### *Теория*

Методика исполнения движений. Терминология. Выразительность.

### *Практика*

Урок классического танца состоит из упражнений у палки и упражнений на середине зала; (с 3 года обучения). Последовательность упражнений у палки:

Экзерсис у палки (все упражнения выполняются лицом к палке).

Позиции ног I, II, V. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ . на первый этап стоять в позиции. Второй такт переход в другую позицию. I, II, V вперед, V назад. 2. Demi plie (полуприседание).

Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ . выполняется на 2 такта. Первый такт приседание, второй такт встаем, вытянуть колени. По три demi plie, на четвертый такт перемена позиции. Исполняется по I, II, V вперед, V назад позициям и все с левой ноги.

3. Battements tendus 32 такта по  $\frac{4}{4}$ . выполняется по четыре battements tendus из I позиции крестом. Все повторяется левой ногой.

Battements tendus jetes. Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ . Исполняется по схеме battements tendus.

Ronds des jambes par terre (по четверти круга). Музыкальный размер  $\frac{3}{4}$  или  $\frac{4}{4}$ . En dehors:

На раз, два нога, вытягивается из I позиции вперед, на три проводится в сторону, на четыре ставится в I позицию. Движение повторяется 4 раза. En dedans:

То же самое выполняется назад с проведение ноги в сторону и в сторону с проведение ноги вперед.

Положение ноги на SUR LE COU-DE-PIED. Музыкальный размер на два вступительных аккорда, нога из первой позиции вытягивается в сторону носком в пол (divparation). На первый такт нога сгибается в колене и становится в положение sur le cou-de-pied вперед; на второй такт положение сохраняется; на третий такт нога вытягивается в сторону носком в пол; на четвертый такт положение сохраняется. Упражнение повторяется 4 раза, затем выполняется sur le cou-de-pied назад.

Battements releves на  $45^0$ . Музыкальный размер  $\frac{4}{4}$ . Из I и V позиции, работающая нога через battements tendus поднимается в сторону на  $45^0$  на первый такт; на второй такт положение сохраняется; на третий такт нога медленно опускается в исходное положение; на четвертый такт положение сохраняется. Упражнение выполняется в сторону по два раза из I позиции.

Releve на полупальцах в I позиции. 32 такта по  $\frac{4}{4}$ . На первый такт медленно подняться на полупальцы; на второй такт стоять на полупальцах; на третий такт медленно опуститься на обе ступни; на четвертый такт стоять в позиции. Исполняется в I, II, V позициям по два раза.



Перегибы корпуса лицом к палке в I позиции. Музыкальный размер  $\frac{3}{4}$  (вальс). На divparation голова поворачивается в сторону; на четыре такта голова опускается на плечо, по груди переводится в другую сторону. Упражнение повторяется. Затем на 4 такта – перегиб в правую сторону и возвращение в прямое положение: на четыре такта перегиб в левую сторону и возвращение в прямое положение; на четыре такта прогиб корпуса назад и возвращение в прямое положение. Все повторяется еще раз.

#### *Практика*

*Экзерсис у палки.*

Demi-plie и grand plie.

Battements tendus и battements tendus jetes

Grands battements jetes.

Далее верчения (подготовка к tours chaines, tours chaines, подготовка к tours piques (en dedans). Основные ходы польки, Полонеза вальсовая дорожка и т.д. по выбору педагога.

### **Народный танец**

Усложняются танцевальные комбинации у станка и на середине.

1.Присядки с махами ног.

2.Маятник с подсечкой.

3.Бочонок по кругу. 4.Хлопушки с триолями.

## **Раздел 5. Разучивание концертного репертуара**

### **Танцевальные этюды и комбинации**

#### *Теория*

Соединение танцевальных элементов в комбинацию, этюд. Правила передвижения по площадке. Смена «рисунков», линий, фигур. Способы передвижения в парах, тройках, группах.

#### *Практика*

Построение фигур композиции, сохраняя интервалы. Создание танцевальной композиции, этюда с использованием танцевальных элементов в разнообразных сочетаниях.

### **Постановка танцев**

#### *Теория*

Раскрытие темы и сюжета танца, композиции танца. Выбор лексики танца. Значимость репетиционного процесса. Рассказ о выразительности при исполнении танца.

#### *Практика.*

Разучивание движений, композиций. Разведение танца. Отработка движений, рисунков. Работа над выразительностью, эмоциональностью. Создание художественного образа и характера танца.

Рекомендуемый материал: матросский танец, «Смоленский гусачок», «вальс» Отработка выученного номера. Доведение движений до совершенства, развитие танцевальности, чувства ансамбля, точности и слаженности движений.

### **Работа с солистами**

#### *Теория.*

Беседа о компонентах номера (музыке, движении, рисунке, костюме, выразительном и чистом исполнении).

Просмотр танцевальных номеров других коллективов;

Просмотр и анализ своих выступлений;

Знакомство с музыкой номера, с характером танца, методическое объяснение движений, танцевальных партий.

#### *Практика*

Работа над сольными партиями, отработка партий, доведение до совершенства. Работа в дуэте. Меры предосторожности. Подходы к поддержкам, правильное исполнение, грамотных сход. Легкость исполнения, выразительность. Воспитание выносливости.

### **Раздел 6. Воспитательно-познавательная деятельность**

#### *Теория*

Беседа об истории танца. Беседа о танцевальных коллективах, о ведущих ансамблях.

Просмотр видеоматериала. Беседы об известных деятелях хореографии.

#### *Практика*

Просмотр и анализ репертуара своего коллектива. Посещение концертов танцевальных коллективов. Посещение концертов.

### **Раздел 7. Итоговое занятие**

#### *Практика*

Концертное исполнение выученного репертуара. Опрос воспитанников с целью диагностики результативности реализации программы.

## **КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

Номер темы	Наименование раздела, темы	Количество часов			Дата проведения
		Всего	Теория	Практика	
<b>Первый год обучения</b>					
1.	Вводное занятие. Техника безопасности. Правила поведения в классе и на сцене	1	1	0	
2.	Музыкально-двигательное обучение	1		1	
3.	Музыкально-двигательное обучение	1		1	
4.	Музыкально-двигательное обучение	1	1		
5.	Общая физическая и специальная подготовка: разминка, шаги, бег, танцевальные элементы, гимнастика, прыжки.	1	1		

6.	Общая физическая и специальная подготовка: разминка, шаги, бег, танцевальные элементы, гимнастика, прыжки.	1		1	
7.	Общая физическая и специальная подготовка: разминка, шаги, бег, танцевальные элементы, гимнастика, прыжки.	1		1	
8.	Общая физическая и специальная подготовка: разминка, шаги, бег, танцевальные элементы, гимнастика, прыжки.	1		1	
9.	Общая физическая и специальная подготовка: разминка, шаги, бег, танцевальные элементы, гимнастика, прыжки.	1		1	
10.	Общая физическая и специальная подготовка: разминка, шаги, бег, танцевальные элементы, гимнастика, прыжки.	1		1	
11.	Общая физическая и специальная подготовка: разминка, шаги, бег, танцевальные элементы, гимнастика, прыжки.	1		1	
12.	Общая физическая и специальная подготовка: разминка, шаги, бег, танцевальные элементы, гимнастика, прыжки.	1		1	
13.	Общая физическая и специальная подготовка: разминка, шаги, бег, танцевальные элементы, гимнастика, прыжки.	1		1	
14.	Общая физическая и специальная подготовка: разминка, шаги, бег, танцевальные элементы, гимнастика, прыжки.	1			
15.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1	1		
16.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1	1		
17.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1	1		
18.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1		1	

19.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1		1	
20.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1		1	
21.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1		1	
22.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1		1	
23.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1		1	
24.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1		1	
25.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1		1	
26.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1		1	
27.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1		1	
28.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1		1	
29.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1		1	
30.	Разучивание концертного репертуара: танцевальные этюды и комбинации постановка танцев, работа с солистами	1	1	1	
31.	Разучивание концертного репертуара: танцевальные этюды и комбинации постановка танцев, работа с солистами	1		1	
32.	Разучивание концертного репертуара: танцевальные этюды и комбинации постановка танцев, работа с солистами	1		1	
33.	Разучивание концертного репертуара: танцевальные этюды и комбинации постановка танцев, работа с солистами	1		1	
34.	Творческая деятельность.	1	0	1	
35.	<b>Всего, час.</b>	<b>34</b>	<b>6</b>	<b>28</b>	

**Второй год обучения**

1.	Вводное занятие. Техника безопасности. Правила поведения в классе и на сцене	1	1	0	
2.	Музыкально-двигательное обучение	1		1	
3.	Музыкально-двигательное обучение	1		1	
4.	Музыкально-двигательное обучение	1	1		
5.	Общая физическая и специальная подготовка: разминка, шаги, бег, танцевальные элементы, гимнастика, прыжки.	1	1		
6.	Общая физическая и специальная подготовка: разминка, шаги, бег, танцевальные элементы, гимнастика, прыжки.	1		1	
7.	Общая физическая и специальная подготовка: разминка, шаги, бег, танцевальные элементы, гимнастика, прыжки.	1		1	
8.	Общая физическая и специальная подготовка: разминка, шаги, бег, танцевальные элементы, гимнастика, прыжки.	1		1	
9.	Общая физическая и специальная подготовка: разминка, шаги, бег, танцевальные элементы, гимнастика, прыжки.	1		1	
10.	Общая физическая и специальная подготовка: разминка, шаги, бег, танцевальные элементы, гимнастика, прыжки.	1		1	
11.	Общая физическая и специальная подготовка: разминка, шаги, бег, танцевальные элементы, гимнастика, прыжки.	1		1	
12.	Общая физическая и специальная подготовка: разминка, шаги, бег, танцевальные элементы, гимнастика, прыжки.	1		1	
13.	Общая физическая и специальная подготовка: разминка, шаги, бег, танцевальные элементы, гимнастика, прыжки.	1		1	
14.	Общая физическая и специальная подготовка: разминка, шаги, бег, танцевальные элементы, гимнастика, прыжки.	1			

15.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1	1		
16.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1	1		
17.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1	1		
18.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1		1	
19.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1		1	
20.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1		1	
21.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1		1	
22.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1		1	
23.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1		1	
24.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1		1	
25.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1		1	
26.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1		1	
27.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1		1	
28.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1		1	
29.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1		1	
30.	Разучивание концертного репертуара: танцевальные этюды и комбинации постановка танцев, работа с солистами	1	1	1	

31.	Разучивание концертного репертуара: танцевальные этюды и комбинации постановка танцев, работа с солистами	1		1	
32.	Разучивание концертного репертуара: танцевальные этюды и комбинации постановка танцев, работа с солистами	1		1	
33.	Разучивание концертного репертуара: танцевальные этюды и комбинации постановка танцев, работа с солистами	1		1	
34.	Итоговое занятие	1	0	1	
	<b>Всего, час.</b>	<b>34</b>	<b>6</b>	<b>28</b>	

Номер р темы	Наименование раздела, темы	Количество часов			Дата проведения
		Всего	Теория	Практика	
<b>Третий год обучения</b>					
1.	Вводное занятие. Техника безопасности. Правила поведения в классе и на сцене	1	1	0	
2.	Музыкально-двигательное обучение	1		1	
3.	Музыкально-двигательное обучение	1		1	
4.	Музыкально-двигательное обучение	1	1		
5.	Общая физическая и специальная подготовка: разминка, шаги, бег, танцевальные элементы, гимнастика, прыжки.	1	1		
6.	Общая физическая и специальная подготовка: разминка, шаги, бег, танцевальные элементы, гимнастика, прыжки.	1		1	
7.	Общая физическая и специальная подготовка: разминка, шаги, бег, танцевальные элементы, гимнастика, прыжки.	1		1	
8.	Общая физическая и специальная подготовка: разминка, шаги, бег, танцевальные элементы, гимнастика, прыжки.	1		1	
9.	Общая физическая и специальная подготовка: разминка, шаги, бег, танцевальные элементы, гимнастика, прыжки.	1		1	

10.	Общая физическая и специальная подготовка: разминка, шаги, бег, танцевальные элементы, гимнастика, прыжки.	1		1	
11.	Общая физическая и специальная подготовка: разминка, шаги, бег, танцевальные элементы, гимнастика, прыжки.	1		1	
12.	Общая физическая и специальная подготовка: разминка, шаги, бег, танцевальные элементы, гимнастика, прыжки.	1		1	
13.	Общая физическая и специальная подготовка: разминка, шаги, бег, танцевальные элементы, гимнастика, прыжки.	1		1	
14.	Общая физическая и специальная подготовка: разминка, шаги, бег, танцевальные элементы, гимнастика, прыжки.	1			
15.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1	1		
16.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1	1		
17.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1	1		
18.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1		1	
19.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1		1	
20.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1		1	
21.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1		1	
22.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1		1	
23.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1		1	
24.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1		1	



25.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1		1	
26.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1		1	
27.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1		1	
28.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1		1	
29.	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	1		1	
30.	Разучивание концертного репертуара: танцевальные этюды и комбинации постановка танцев, работа с солистами	1	1	1	
31.	Разучивание концертного репертуара: танцевальные этюды и комбинации постановка танцев, работа с солистами	1		1	
32.	Разучивание концертного репертуара: танцевальные этюды и комбинации постановка танцев, работа с солистами	1		1	
33.	Разучивание концертного репертуара: танцевальные этюды и комбинации постановка танцев, работа с солистами	1		1	
34.	Творческая деятельность.	1	0	1	
35.	<b>Всего, час.</b>	<b>34</b>	<b>6</b>	<b>28</b>	

### **Организационно-педагогические условия реализации дополнительной общеразвивающей программы**

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

Реализация программы предполагает наличие танцевального зала:

Оборудование танцевального зала:

- рабочее место педагога, оснащенное персональным компьютером или ноутбуком с установленным лицензионным программным обеспечением;
- станки хореографические,
- сценическое покрытие,
- костюмы для концертных номеров.

Технические средства обучения:

демонстрационный комплекс, включающий в себя: интерактивную доску (или экран), проектор, персональный компьютер или ноутбук с установленным лицензионным программным обеспечением;  
музыкальный центр,  
видеокамера.

### **Информационное обеспечение обучения**

Перечень используемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

- 1 Базарова Н.П., Мэй В.П. Азбука классического танца. - 2006 2 Ваганова А.Я. Основы классического танца.- 2003.
- 3 Васильева Т. Балетная осанка.- 1993.
- 4 Громов Ю.И., Звездочкин В.А., Каплан С.С. Мужской танец в петербургской балетной школе. Педагогическое наследие В.И.Пономарева.
- 5 Зацепина К. Климов А. Рихтер К. Народно-сценический танец. (учебнометодическое пособие), 1976 г.
- 6 Классический танец: Краткое методическое пособие. Первый год обучения./ Сост. Л.Ярмолович./- 1959.
- 7 Климов А. Основы русского народного танца. (учебное пособие для студентов УК) 1981г.
- 8 Никифорова А.В. Советы педагога классического танца.-2005.
- 9 Новицкая Г.П. Урок танца. - 2004.
- 10 Основы подготовки специалистов-хореографов. Хореографическая педагогика.-2006.
- 11 Попова Е.В. Основы обучения дыханию в хореографии. - 1968.
- 12 Тарасов Н.И. Классический танец: Школа мужского исполнительства.2005.
- 13 Фадеева С.Л., Неугасова Т.Н. Теория и методика преподавания классического и историко-бытового танцев.- 2000.
- 14 Хореографическое искусство. Государственный образовательный стандарт

Электронные издания

- 1 Справочник методиста [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. и прог. – Волгоград : Учитель, 2010. – 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). — Систем. требования: Windows 98/NT/2000/XP/VISTA, Pentium II, 256 МБ ОЗУ, установочная программа Microsoft Office PowerPoint 2000, (Методическая служба образовательного учреждения) . — Загл. с контейнера.
- 2 Русский национальный балет «Кострома». Спектакль «Русское национальное чудо». ЗАО «Сеть телевизионных технологий» 2010г. 1 электро.опт. диск DVD.
- 3 Мастер-классы «Мужские трюки в русском танце» Урок 1-4 М.Агеев 2011г. – 2 электро.опт. диска DVD.
- 4 Обучающая программа «Танцуем Венский вальс» ООО «Аэро-медиа», 2006г. - 1 электро.опт. диск DVD.

5 20 original Greek dances (20 народных танцев Греции). Supersound 2014 - 1  
электрон.опт. диск DVD.

### Методическое обеспечение программы

Раздел или тема программы	Форма занятий	Приемы, принципы и методы организации учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал	Формы подведения итогов	Техническое оснащение
Вводное занятие	Групповое, теоретическое, практическое	Беседа, рассказ, введение в мир искусства	Подборка иллюстраций, фотоматериалы	Анкетирование	Аудиоцентр, Интерактивная доска.
Музыкально-двигательное обучение	Групповое, теоретическое и практическое	Рассказ об особенностях ритмического рисунка	Музыкальный материал (аудио)	Итоговое занятие	Аудиоцентр, видеокамера.
Общая физическая и специальная подготовка	Групповое, практическое	Проведение игр и танцевальной гимнастики	Подборка упражнений, видео, аудио, музыкальный и наглядный материал	Соревнования	Танц.класс, станок, зеркала, телевизор, аудиоцентр, DVD записи
Танцевальные навыки	Групповое, теоретическое, практическое	Наглядные и аудиовизуальные занятия, использование слова. Описывается и разучивается техника и терминология основ народного и классического танца.	Музыкальный материал, подборка фото, литературы, видеоматериалы	Итоговое занятие	Танц.класс, станок, зеркала, музыкальный центр, интерактивная доска
Разучивание концертного репертуара	Групповое, индивидуальное, практическое	Рассказ о темах и сюжетах. Показ и разучивание движений и рисунков	Музыкальный материал	концерт, конкурс, фестиваль	Танц.класс, станок, зеркала, сцена, музыкальный центр, видеокамера

Творческая деятельность. Учебнопознавательная	Групповое, теоретическое и практическое	Знакомство с творчеством великих композиторов, балерин. Экскурсии в музей. Беседы, прослушивание народной и классической музыки. Участие в фольклорных праздниках	Иллюстрированный материал, специальная литература, энциклопедия, репродукции картин видеоматериал.	Беседа	Класс, интерактивная доска, музыкальный центр, видеокамера
Итоговое занятие	Практическое, обобщающее Групповое	Открытые занятия, участие в концертах	Аудио, музыкальный материал	Мини тестирование по пройденным темам	Танц.класс,, станок, зеркало, музыкальный центр, сцена, костюмы для концертных номеров

## КОНТРОЛЬНО – МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

### Режим занятий:

Занятия могут проходить со всем коллективом, по подгруппам, индивидуально.

### Формы занятий:

- **беседа**, на которой излагаются теоретические сведения, которые иллюстрируются поэтическими и музыкальными примерами, наглядными пособиями, презентациями, видеоматериалами.
- **практические занятия**, где дети осваивают музыкальную грамоту, разучивают основные элементы танцевальной композиции.
- **занятие-постановка, репетиция** - отрабатываются концертные номера, развиваются актерские способности детей.
- **заключительное занятие**, завершающее тему – занятие-концерт. Проводится для самих детей, педагогов, гостей.
- **выездное занятие** – посещение выставок, музеев, концертов, праздников, конкурсов, фестивалей.

На занятиях по **сольному исполнению** используются следующие методы обучения:

- наглядно-слуховой;
- наглядно-зрительный;
- репродуктивный;

Одним из ведущих приёмов обучения танцам детей является демонстрация педагогом манеры исполнения.

### Каждое занятие строится по схеме:

- партерная гимнастика;
- экзерсис на середине;
- разучивание новых элементов и комбинаций;
- повторение пройденного материала;
- анализ занятия;
- задание на дом.

## КОНЦЕРТНО-ИСПОЛНИТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Репертуар подбирается с учётом возрастных особенностей участников кружка и их способностей.

План концертной деятельности составляется на год с учетом традиционных школьных праздников, важнейших событий текущего года. Без помощи педагога дети выступают с разученным репертуаром на своих классных праздниках, родительских собраниях.

**Творческий отчёт** проводится один раз в конце учебного года и предусматривает:

- презентацию фото- и видеоматериала из выступлений;
- подведение итогов деятельности каждого ученика, награждение наиболее успешных и результативных;
- итоговую рефлексию «Чему я научился за год»;
- выступление на выпускном бале.

Отчетный концерт – это финальный результат работы за учебный год. Обязательно выступают все дети, исполняется все лучшее, что накоплено за год. Основная задача педагога – воспитать необходимые для исполнения качества в процессе концертной деятельности, заинтересовать, увлечь детей коллективным творчеством.

Репетиции проводятся перед выступлениями в плановом порядке. Это работа над ритмом, динамикой, отшлифовывается исполнительская манера каждого исполнителя.

## **ТЕХНИЧЕСКОЕ ОСНАЩЕНИЕ ЗАНЯТИЙ**

1. Наличие специального кабинета (актовый зал).
2. Наличие репетиционного зала (сцена).
3. Музыкальный центр, компьютер.
4. Записи фонограмм в режиме «+» и «-».
5. Электроаппаратура.
6. Зеркало.
7. Записи аудио, видео, формат CD, MP3.
8. Записи выступлений, концертов.

## **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ**

1. Браиловская Л. В. «Самоучитель по танцам: вальс, танго, самба, джайв». Ростов -на-Дону, «Феникс», 2003 г.
2. Ермаков Д. А. «Танцы на балах и выпускных вечерах», ООО «Издательство АСТ», 2004 г.
3. Ермаков Д. А. «От фокстрота до квикстепа», ООО «Издательство АСТ», 2004 г.
4. Ермаков Д. А. «В вихре вальса», ООО «Издательство АСТ», 2003 г.
5. Рубштейн Н. «Психология танцевального спорта или что нужно знать, чтобы стать первым», М., 2000 г.