

Федеральное государственное казенное общеобразовательное учреждение  
«Кронштадтский морской кадетский военный корпус  
Министерства обороны Российской Федерации»

УТВЕРЖДАЮ

Начальник ФГКОУ «Кронштадтский  
морской кадетский военный корпус  
Министерства обороны Российской  
Федерации»

Н.В.Довбешко/

«29» августа 2017 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
Кружок «Основы танцевального обучения»  
на 2017-2018 учебный год**

Направленность: художественная  
Срок реализации программы: 1 год  
Возраст обучающихся: 11-17 лет (5-11 классы)

Обсуждена.  
Рекомендована к утверждению.  
Заседание ПМК ОД  
«Дополнительные образовательные  
программы»  
Протокол № 1 от «23» августа 2017 г.  
Преподаватель дополнительного образования  
(руководитель дисциплины)

Разработчик программы:  
педагог дополнительного образования  
Андреева Светлана Сергеевна  
педагогический стаж - 6 лет,

Кронштадт  
2017 г.



## Содержание

<b>Раздел 1. Основные характеристики программы дополнительного образования .....</b>	<b>4</b>
1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА .....	4
1.2 ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ.....	7
1.3 СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.....	8
1.3.1 Учебно-тематический план .....	8
1.3.2 Содержание программы.....	10
1.4 ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ.....	30
<b>Раздел 2. Организационно-педагогические условия реализации программы дополнительного образования.....</b>	<b>31</b>
2.1 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ .....	31
2.1.1 Материально-техническое обеспечение .....	31
2.1.2 Информационное обеспечение обучения .....	31
2.1.3 Методическое обеспечение программы.....	32
2.1.3 Кадровое обеспечение.....	35
2.2 ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ .....	35
2.3 ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ .....	36
2.4 СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ .....	38

# **Раздел 1. Основные характеристики программы дополнительного образования**

## **1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

**Направленность программы** дополнительного образования Кружок «Ансамбль танца» (Народно-характерный танец) по содержанию является художественной; по функциональному предназначения–досуговой, учебно-познавательной и общекультурной; по форме организации – кружковой; по времени реализации – пятилетней.

### **Актуальность программы**

Реализация дополнительной общеобразовательной программы в корпусе направлена на изучение русского народного танца, ориентирована на изучение мужского танца с элементами морской 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 мужских танцевальных движений, а так же с учетом специфики учебного заведения. В репертуар ансамбля включены танцевальные номера на морскую тему.

#### **Адресат программы**

Рабочая программа предназначена для обучающихся 5-11 классов (11-17 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 5 лет обучения.

Продолжительность занятий по годам:

1 год – 136 часов;

2 год – 136 часов;

3 год – 204 часа;

4 год – 204 часа;

5 год – 204 часа.

Общее количество часов программы – 884.

**Форма обучения:** очная.

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

Используется групповая форма занятий. Группа набирается из учащихся, имеющих склонность к занятиям и желающих 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;

- 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 расписанием дня часы во второй половине дня.

Продолжительность учебного занятия – 40 минут. Занятия в кружке могут проводиться в любой день недели, включая воскресенье и каникулы.

Занятия проводятся спаренно 2-3 раза в неделю, в зависимости от года обучения:

- 1, 2 годы обучения – 2 раза в неделю по 2 часа;
- 3, 4, 5 годы обучения – 3 раза в неделю по 2 часа.

Этапы реализации дополнительной образовательной программы:

Танцевально-оздоровительный этап (1 год).

Задача первого этапа — привлечение как можно большего числа наиболее способных детей. Познакомить с основами танцевального искусства. Вызвать интерес к предмету. Воспитать умение работать в коллективе. Укрепить физическое и психологическое здоровье обучающихся.

Этап начальной подготовки (2 год).

Задача второго этапа — тщательные наблюдения за успешностью обучения детей. На этом этапе осуществляется работа, направленная на физическую подготовку и усвоение базовых элементов. Воспитание единого комплекса физических и духовных качеств: гармоничное телосложение, выносливость и артистизм.

Учебно-тренировочный этап (3,4,5 год).

В ходе учебного этапа происходит развитие у воспитанников специальных физических качеств: развитие и совершенствование танцевальных способностей, умений и навыков. Изучение сложных элементов танца и совершенствования техники исполнения. Владение навыками актерского мастерства. Достижение творческих результатов.

## 1.2 ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Основной **целью** программы дополнительного образования является формирование духовно-нравственной личности обучающегося средствами хореографического искусства, на основе традиционных ценностей отечественной культуры.

В ходе реализации программы дополнительного образования решаются следующие **задачи**:

### ***образовательные:***

- развитие познавательного интереса к танцевальному искусству;
- освоение методики исполнения движений народного танца, основных элементов народно-сценического танца;
- освоение основных правил актерского мастерства;
- обучение танцевальному этикету;
- формирование умения переносить культуру поведения и общения в танце на межличностное общение в повседневной жизни;

### ***метапредметные:***

- развитие мотивации к творческой деятельности, танцу, творческой самореализации;
- формирование у обучающихся творческого подхода к решению проблем, развитие творческих способностей;
- развитие потребности в саморазвитии, личностном росте через создание ситуации успеха;
- развитие самостоятельности, активности, ответственности.

### ***личностные:***

- формирование общественной активности личности, гражданской позиции;
- формирование культуры общения и поведения в социуме;
- эстетическое совершенствование ребенка, гармоничное духовное и физическое развитие;
- воспитание бережного отношения к культуре и традициям России;
- формирование системы ценностей отечественной культуры.

## 1.3 СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### 1.3.1 Учебно-тематический 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	9	2	7	Контроль выполнения упражнений
3	Общая физическая и специальная подготовка: разминка, шаги, бег, танцевальные элементы, гимнастика, прыжки.	30	2	28	Контроль выполнения упражнений, соревнования
4	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного танца. Основы бального танца.	80	10	70	Контроль выполнения упражнений
5	Разучивание концертного репертуара: танцевальные этюды и комбинации постановка танцев, работа с солистами	14	0	14	Контроль выполнения танцевальных этюдов
6	Творческая деятельность.	2	0	2	Показ танцевальных номеров
	<b>Всего, час.</b>	<b>136</b>	<b>15</b>	<b>121</b>	
<b>Второй год обучения</b>					
1	Вводное занятие	1	0,5	0,5	Опрос
2	Музыкально-двигательное обучение	9	2	7	Контроль выполнения упражнений
3	Общая физическая и специальная подготовка: разминка, шаги, бег, танцевальные элементы, партерная гимнастика, прыжки	30	2	28	Контроль выполнения упражнений, соревнования
4	Развитие танцевальных умений и навыков: – Основы народного и классического танца – Основы бального танца.	80	10	70	Контроль выполнения упражнений
5	Разучивание концертного репертуара: танцевальные этюды и комбинации постановка танцев, работа с солистами	14	0	14	Показ танцевальных номеров
6	Воспитательно-познавательная деятельность	6	2	4	Беседа
7	Итоговое занятие	2	0	2	Открытый урок – концерт, показ творческих работ
	<b>Всего, час.</b>	<b>136</b>	<b>16,5</b>	<b>125,5</b>	



<b>Третий год обучения</b>					
1	Вводное занятие	1	1	0	Опрос
2	Музыкально-двигательное обучение	10	0	10	Контроль выполнения упражнений
3	Общая физическая и специальная подготовка: разминка, шаги, бег, танцевальные элементы, партерная гимнастика, прыжки	39	5	34	Контроль выполнения упражнений, соревнования
4	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного и классического танца.	80	10	70	Контроль выполнения упражнений
5	Разучивание концертного репертуара: танцевальные этюды и комбинации постановка танцев, работа с солистами	64	5	59	Показ танцевальных номеров
6	Воспитательно-познавательная деятельность	8	0	8	Беседа
7	Итоговое занятие	2	0	2	Открытый урок – концерт, показ творческих работ
	<b>Всего, час.</b>	<b>204</b>	<b>21</b>	<b>183</b>	
<b>Четвертый год обучения</b>					
1	Вводное занятие	1	1	0	Опрос
2	Музыкально-двигательное обучение	9	0	9	Контроль выполнения упражнений
3	Общая физическая и специальная подготовка: разминка, шаги, бег, танцевальные элементы, партерная гимнастика, прыжки	30	4	26	Контроль выполнения упражнений, соревнования
4	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного и классического танца	80	10	70	Контроль выполнения упражнений
5	Разучивание концертного репертуара: танцевальные этюды и комбинации постановка танцев, работа с солистами	72	0	72	Показ танцевальных номеров
6	Творческая деятельность	10	2	8	Беседа
7	Итоговое занятие	2	0	2	Открытый урок – концерт, показ творческих работ
	<b>Всего, час.</b>	<b>204</b>	<b>17</b>	<b>187</b>	
<b>Пятый год обучения</b>					
1	Вводное занятие	1	1	0	Опрос
2	Музыкально-двигательное обучение	9	0	9	Контроль выполнения упражнений
3	Общая физическая и специальная подготовка: разминка, шаги, бег, танцевальные элементы, партерная гимнастика, прыжки	30	4	26	Контроль выполнения упражнений, соревнования

4	Развитие танцевальных умений и навыков: Основы народного и классического танца	80	10	70	Контроль выполнения упражнений
5	Разучивание концертного репертуара: танцевальные этюды и комбинации постановка танцев, работа с солистами	72	0	72	Показ танцевальных номеров
6	Воспитательно-познавательная деятельность	10	2	8	Беседа
7	Итоговое занятие	2	0	2	Открытый урок – концерт, показ творческих работ
	<b>Всего, час.</b>	<b>204</b>	<b>17</b>	<b>187</b>	
	<b>ИТОГО:</b>	<b>884</b>	<b>86,5</b>	<b>803,5</b>	

### 1.3.2 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  $\frac{1}{4}$ . При исполнении движения может быть затакт:  $\frac{3}{8}$ ,  $\frac{2}{8}$ ,  $\frac{1}{8}$ . (т.е. окончание предыдущего такта).

Комбинации строятся на определенном квадрате. Это может быть 4т. по  $\frac{4}{4}$  или 8т. по  $\frac{4}{4}$  или 16т. по  $\frac{4}{4}$ .

*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 plié), 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. Веребочки.

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 форме 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, прелюдия 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 ¼ 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;

***Партнерная 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 исполняются поочередно с правой и левой ноги. Для правильного усвоения выворотности ног упражнения сначала изучают в сторону, позднее – вперед и назад. Упражнения исполняют 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 обучение и последующих – разный. Пока движение проходит в стадии подготовительных упражнений, ритмический рисунок простой, впоследствии он становится более разнообразным. В уроки первого и второго года обучение 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 исполняются лицом к палке).

1. 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  $\frac{4}{4}$ . исполняется 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  $\frac{4}{4}$ . исполняется по четыре battements tendus из I позиции крестом. Все повторяется левой ногой.

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

5. 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 исполняется назад с проведение ноги в сторону и в сторону с проведение ноги вперед.

6. 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 исполняется sur le cou-de-pied назад.

7. 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 исполняется в сторону по два раза из I позиции.

8. 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.

9. 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.*

1. Demi-plie и grand plie.
2. Battements tendus и battements tendus jetes
3. 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.

---

## **4 год обучения**

---

### **Раздел 1. Вводное занятие**

Занятие проводится в форме урока

#### *Теория.*

Знакомство с программой 4 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 4 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. Добавляется новый окрас движений. От обучающихся требуется большая эмоциональность при исполнении 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.

#### ***Прыжки***

##### *Теория*

Объясняется методика исполнения, характер прыжка, подход к прыжку.

##### *Практика*

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

##### *Изучаемые прыжки:*

- 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**

Данный период в обучении танцу очень важен, так как здесь закладываются основы навыков, необходимых для развития техники.

Программа предусматривает изучение более сложных движений в разделе. Усложняются прыжки, появляются большие прыжки.



Комбинации урока отличаются от предыдущего класса более сложным сочетанием движений, разнообразием ракурсов и темпов. Все это способствует развитию выносливости и координации.

В разделе народно-сценический танец изучаются элементы танцев: греческого, еврейского, испанского танцев.

На середине отрабатывается техника исполнения движений в быстром темпе.

## **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.

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, грамотный сход. Легкость исполнения, выразительность. Воспитание выносливости.

Материал: «Русский танец», «Кадриль», «Греческий танец», « Смоленский гусачок».

## **Раздел 6 Творческая деятельность**

### *Познавательная деятельность*

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

Просмотр видеоматериала балетных спектаклей.

Беседы об известных деятелях хореографии.

### *Практика*

Участие в концертных выступлениях, фестивалях и конкурсах.

## **Раздел 7. Итоговое занятие**

### *Практика*

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.

---

## **5 год обучения**

---

### **Раздел 1. Вводное занятие**

Занятие проводится в форме урока.

#### *Теория*

Знакомство с программой 5 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 5 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. Увеличивается музыкальный окрас произведений. От обучающихся требуется больше эмоций при исполнении 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.

### ***Подкачка***

#### ***Практика***

Ученикам необходимо самим следить за своей физической формой, так как наступил период полового формирования, и проявляются генетической особенности фигуры. Чтобы мышцы были всегда в тонусе, необходима физическая подготовка (обязательно качается пресс, ноги, бедра, дается аэробная нагрузка).

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

### **Танцевальные элементы**

#### ***Теория***

Объяснить методику исполнения. Изучить технику.

#### ***Практика***

Проучивается подход, подготовительные упражнения к изучаемому элементу.

#### ***Программные движения:***

### ***Экзерсис народного танца***

- 1.Полуприседания и полное приседание (плавные, резкие)
- 2.Скольжение стопой по полу (на носок, с переводом стопы на ребро каблука)
- 3.Маленькие броски (с ударом стопой, с двумя ударами стопой)
- 4.»Веребочка» с поворотом колена из открытого положения в закрытое и наоборот.
- 5.Маленькие броски от щиколотки с вытянутой стопой.
- 6.Выстукивания (одинарные, двойные, тройные).
- 7.Большие броски с опусканием на колено.
- 8.Большие броски с прыжком.

### ***Этюды на середине зала.***

Повышается темп исполнения танцевальных движений. Требования к четкости, музыкальности и выразительности.

- Сложные танцевальные движения с элементами народного и классического танца;
- Танцевальные движения в характере испанского, греческого, русского, цыганского танцев.
- Хлопушки с прыжком и тройными ударами.

### ***Прыжки***

#### ***Теория***

Объясняется методика исполнения, характер прыжка, подход к прыжку.

#### ***Практика***

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

Изучаемые прыжки:

- Прыжки с обеих ног (муж.)
- С ударом по подошве сапога.
- С ударом ладонями по голенищу.
- С согнутыми вперед ногами («стульчик»)

В процессе обучения все элементы соединяются в несложные комбинации.

*Теория*

Методика 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 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.

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.

Материал: «Русский танец», «Кадриль», «Вот так каша!», «Ложкари», «Греческий танец», «Морячок» (сольный).

## **Раздел 6 Творческая (познавательная) деятельность.**

### *Теория*

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

Просмотр видеоматериала.

Беседы об известных деятелях хореографии.

Историко-бытовой танец (18век, 19век)

### *Практика*

Просмотр и анализ репертуара своего коллектива. Посещение концертов танцевальных коллективов. Посещение и участие в балах (обсуждение).

## **Раздел 7. Итоговое занятие**

### *Практика*

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.

## 1.4 ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

По окончании обучения кадеты должны демонстрировать сформированные умения и практические навыки исполнения движений народного танца.

В результате деятельности кружка кадеты должны:

**знать:**

- методику исполнения движений народного танца;
- основы классического и бального танца;
- основные правила актерского мастерства.

**уметь:**

- танцевать в коллективе, соблюдая равнение, ритм, темп и музыкальные фразы;
- критически оценивать свое исполнение, видеть ошибки и неточности;
- использовать свои физические возможности в исполнении сложных движений;
- использовать полученные знания.

Основными результатами выполнения программных требований являются:

- повышение уровня физической подготовленности в соответствии с индивидуальными особенностями обучающихся;
- выполнение объемов репетиционных нагрузок предусмотренных программными требованиями;
- освоение теоретического раздела программы;
- результаты выступлений.

## **Раздел 2. Организационно-педагогические условия реализации программы дополнительного образования**

### **2.1 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

#### **2.1.1 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), мультимедиапроектор, персональный компьютер или ноутбук с установленным лицензионным программным обеспечением;
- музыкальный центр,
- видеокамера.

#### **2.1.2 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. (учебно-методическое пособие), 1976 г.
- 6 Классический танец: Краткое методическое пособие. Первый год обучения./ Сост. Л.Ярмолевич./- 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 электро.опт. диск DVD.

### 2.1.3 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, теоретически 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. Учебно-познавательная	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

### **Перечень методических разработок, используемых в работе:**

- 1 Методическая разработка для хореографических отделений ДМШ и школ искусств. Народно-сценический танец. Министерство культуры РСФСР, 1985 г.
- 2 Программа народно-сценический танец для хореографических отделений ДМШ и ДШИ. Министерство культуры РСФСР. 1987г
- 3 Методическая разработка для учащихся и преподавателей хореографической специализации КПУ. Министерство культуры РСФСР, 1987 г.
- 4 Программа для культурно-просветительных училищ (специализация хореографическая). Министерство культуры РСФСР, 1977 г.

- 5 Программа для отделений общеэстетического образования и хореографических отделений ДШИ. Ритмика и танец. Министерство культуры РСФСР, 1980 г.
- 6 А.Климов «Основы русского танца». Москва: «Искусство», 1981 г.
- 7 К.Зацепина, А.Климов, К.Рихтер, Н.Толстая, Е.Фраманянц «Народно-сценический танец». Москва, «Искусство» 1976 г.
- 8 Методическая разработка. Историко-бытовой танец. Министерство культуры РСФСР, 1988 г.
- 9 Научная, специальная и методическая литература по развитию творческих и интеллектуальных способностей ребенка
- 10 Тематические подборки методических материалов из опыта собственной работы, педагогов по хореографии.
- 11 Конспекты занятий, технологические карты занятий
- 12 Подборка заданий репродуктивного, интеллектуального и творческого характера

### **Подборка средств обучения**

- Афишные материалы
- Фотографии
- DVD- диски

### **DVD- диски, созданные самостоятельно:**

- DVD- диск презентация: «Образовательная программа».
- DVD- диск презентация: «Учебно – методический комплекс».
- DVD- диск презентация: «Народно-характерный танец».
- DVD- диск презентация: «Народный танец. Подборка постановок в исполнении профессиональных коллективов».
- DVD- диск презентация: «Народно-характерный танец. Концерт ГААТ им. И.Моисеева».
- DVD- диск презентация: «Народный танец Калинка».
- DVD- диск презентация: «Народный танец Смоленский гусачок».
- DVD- диск презентация: « Цыганский танец ».
- DVD- диск презентация: « Хореографическая картинка Ложкари».
- DVD- диск презентация: «Народный танец Кадриль».
- DVD- диск презентация: « Танец «Яблочко ».
- DVD- диск презентация: «Хореографическая картинка «Скоморохи».
- DVD- диск презентация: «Бальные танцы».
- DVD –диск с записью балов в академии Петра Великого и кадетского бала в Кронштадтском морском собрании».
- DVD- диск презентация: «Мы – из Кронштадта».
- DVD- диск презентация: «Танец – наша жизнь».
- DVD- диск презентация: « Шанхайский детский международный фестиваль культуры и искусства».

- DVD- диск презентация: «Концерт детского ансамбля народного танца «Радуга».
- DVD- диск методические рекомендации «Портфолио педагога дополнительного образования».

### 2.1.3 Кадровое обеспечение

Реализация программы обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими среднее профессиональное образование или высшее образование, соответствующее направленности дополнительной общеобразовательной программы.

Требования к педагогам дополнительного образования и преподавателям: среднее профессиональное образование – программы подготовки специалистов среднего звена или высшее образование – бакалавриат, направленность (профиль) которого, как правило, соответствует направленности дополнительной общеобразовательной программы;

дополнительное профессиональное образование – профессиональная переподготовка, направленность (профиль) которой соответствует направленности дополнительной общеобразовательной программы;

При отсутствии педагогического образования – дополнительное профессиональное педагогическое образование; дополнительная профессиональная программа может быть освоена после трудоустройства.

Рекомендуется обучение по дополнительным профессиональным программам по профилю педагогической деятельности не реже чем один раз в три года.

## 2.2 ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

Итогом реализации образовательной программы являются результаты участия в фестивалях, конкурсах, концертах (звания Лауреат, дипломант).

### *Способы контроля и критерии оценки*

Педагогическое наблюдение, устный опрос, анкетирование детей и собеседование. Групповой и индивидуальный показ упражнений и этюдов. Просмотр итогового занятия, открытого урока, концертов. Участие в конкурсах, фестивалях, праздниках.

Итог каждого года и всей работы в кружке в целом – это выступления на концертах, а также работа на занятии.

Контроль занятий и оценивание проходят дважды в год по критериям низкий, средний, высокий уровень (Таблица 1).

## 2.3 ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Для отслеживания результативности образовательного процесса используется таблица 1.

Таблица 1 - Оценка результативности обучения по программе

Этап обучения	Низкий	Средний	Высокий
I год обучения I п/г	Повторение за педагогом несложных движений, музыкальных ритмов	Правильное повторение за педагогом движений и ритмических рисунков. Наличие базовых знаний	Наличие базовых знаний. Хорошие природные специальные данные: выворотность, эластичность суставов и связок, прыгучесть
I год обучения II п/г	Терминология движений. Исполнение всех пройденных движений	Знание терминологии и методики исполнения пройденных движений. Правильное их исполнение	Выразительное исполнение пройденного материала. Четкость, координированность. Умение исполнять движения по выворотным позициям
II год обучения I п/г	Знание проученных движений и прыжков	Методически грамотное исполнение движений, прыжков, простых упражнений.	Чувство ритма, характера исполняемых движений. Умение держать точку на вращениях. Легкий прыжок
II год обучения II п/г	Исполнение экзерсиса, прыжков, танцевальных элементов, не сохраняя выворотные позиции	Методически грамотное исполнение экзерсиса, прыжков, танцевальных элементов, вращений	Четкое и выразительное исполнение всех движений, сочетание их в сложные комбинации
III год обучения I п/г	Знание методики движений, исполнение проученных несложных комбинаций	Сочетание элементов в сложные комбинации. Исполнение простых и сложных движений	Правильная техника исполнения движений. Исполнение несложных трюков.
III год обучения II п/г	Знание методики народного и классического танца.	Правильное исполнение движений народного и классического танца, умение их использовать в танце	Чувство позы, чувство партнера, ансамбля. Хорошая координация движений, скоростные качества
IV год обучения I п/г	Знание видов прыжков и вращений Мало техники для исполнения движений.	Умение отличать и правильно исполнять маленькие и средние прыжки	Легко и непринужденно исполнять прыжки и вращения.
IV год обучения II п/г	Исполнение маленьких, средних и больших прыжков. Несложные комбинации хлопучек и присядок.	Хорошая техника исполнения хлопучек и присядок Знание методики исполнения движений.	Отточенное исполнение. Исполнение трюков, сольных партий. Выразительный танец. Передача характера движений.
V год	Способность к отработке	Умение самостоятельно	Умение видеть,

обучения I п/г	проученных элементов под контролем педагога	отрабатывать проученные элементы	чувствовать, исправлять свои и чужие ошибки Оказывать помощь .
V год обучения II п/г	Знание всех проученных движений, исполнение их в простых комбинациях в простом ритме	Умение менять ритмический рисунок, координированное и эмоциональное исполнение пройденного материала. Знание всего репертуара коллектива	Виртуозное исполнение движений, этюдов, комбинаций, танцев. Исполнение сложных сольных партий. Хорошая техника. Передача характера танцев.

## 2.4 СПИСОК 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. (учебно-методическое 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.