

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
БОНДАРСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА

Утверждена на заседании
методического совета МБОУ
Бондарская СОШ
И.о директора школы
_____ Матыцина Г.В.
Протокол №1 от 30.08.2023

Утверждаю
И.О.Директора
МБОУ Бондарской СОШ
_____ Г.В.Матыцина
Приказ от 30.08.2023 г.№135

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«В РИТМЕ ТАНЦА»

Направленность – художественная

Срок реализации 3 года,

для учащихся 7-16 лет.

Составитель:
педагог дополнительного образования
Краснобаева О.Е.

Бондари
2023

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА

1. Учреждение: МБОУ Бондарская СОШ
2. Полное название программы: «В ритме танца»
3. Сведения о составителе:
 - 3.1 Ф.И.О.: Краснобаева Олеся Евгеньевна
 - 3.2 Место работы: МБОУ Бондарская СОШ
 - 3.3 Должность: педагог дополнительного образования
 - 3.4 Стаж работы: 6 лет
4. Сведения о программе:
 - 4.1 Область применения: дополнительное образование детей
 - 4.2 Продолжительность обучения: 3 года
 - 4.3 Страниц текста: 28
 - 4.4 Вид: модифицированная
 - 4.5 Направленность: художественная
 - 4.6 Уровень освоения: долгосрочная
 - 4.7 Возраст обучающихся: 7-16 лет

Пояснительная записка.

Программа по хореографии «В ритме танца» разработана в соответствии с требованиями к программам дополнительного образования детей.

Актуальность:

На занятиях по хореографии для младшего школьного возраста вводятся элементы игры, танцевальные игры.

Игра очень важная часть человеческой культуры. У всех народов нашей планеты есть игры, и они являются основным средством воспитания и передачи опыта, накопленного другими поколениями. Воспитательные возможности народной игры огромны. С её помощью современный педагог может весьма успешно развивать память, внимание, сообразительность, быстроту интеллектуальных и физических реакций, сноровку и, что особенно важно - общительность, дружелюбие, а также гармоничное душевное состояние учеников.

Ребенку необходима игра - это форма его жизнедеятельности, его физиологическая потребность. Ребёнок только тогда растит душу и тело, когда играет. Именно поэтому программа уроков ритмики начальных классов разрабатывается на основе игры.

Игра есть самое важное в жизни ребёнка с самого рождения. Её физиологический смысл в формировании тренировке всех систем и органов тела, анализов коры головного мозга, мышечно-суставной системы, периферической нервной системы.

В игре, исполняя различные роли, ребенок обживает окружающий его мир, усваивает нравственные нормы, проигрывает, пропускает через себя различные жизненные ситуации и вырабатывает оптимальные способы реагирования на них. В игре ребенок реализует свой творческий потенциал - он творец и переоценивает воздействие на него игровой деятельности, как она формирует творческую личность.

Цель игры – развитие коммуникативных способностей, формирование бережного отношения к окружающим, создание повышенного интереса к учебе, укрепление психики ребенка. Дети могут играть и в начале, и в середине, и в конце занятия.

Танцевальная игра - это игра и танцевальная импровизация в предлагаемых обстоятельствах.

Программа уроков хореографии на начальных ступенях состоит в основном из танцевальных игр. Целью танцевальной игры является вовлечение учащихся в творческий процесс.

При проведении танцевальной игры используются разные виды общения:
вербальное (словесное): объяснение условий проведения игры, речевые указания (начала и окончания движений, направление, повторение и т.д.), комментарий (поощрение);
невербальное (визуальное): «язык движений», специфические жесты (направление движений, аплодисменты), мимика (улыбка, кивок).

Хореография учит красоте и выразительности движений, формирует фигуру и развивает музыкальные способности учащихся.

Танец - это движения под музыку, это образ, движение в образе, способ самовыражения, форма достижения душевного равновесия, высвобождения жизненной силы и безграничной энергии.

Научить ребенка передавать характер музыкального произведения, его образное

содержание через пластику движений под музыку - именно на это направлены занятия хореографией, которые необходимо систематически проводить с детьми уже с самого раннего возраста. На этих занятиях у них развивается чувство ритма, музыкальный слухи вкус, вырабатывается умение правильно и красиво двигаться, укрепляются различные группы мышц, происходит приобщение к ритму музыки.

Хореография дает возможность обогатить жизнь детей эмоционально, снять напряжение, избавиться от страха и усталости, помочь замкнутым, необщительным, эмоционально неуравновешенным детям, поддержать детей с психическими и физическими недостатками, выявить творческие способности, повысить собственную самооценку, познакомиться с танцевальными движениями.

Благодаря урокам хореографии дети развивают свои способности, раскрывают свои таланты, снимают внутренний зажим, развиваются умственно, физически и эстетически.

Цель программы.

Формирование творчески активной личности ребенка посредством приобщения к мировому и русскому национальному хореографическому искусству.

Задачи программы:

Образовательные:

Освоение танцевальных движений в стиле народной, стилизованной, современной хореографии.

Накопление теоретических знаний и практических навыков при изучении танца.

Знакомство с профессиональными коллективами, разнообразием стилей современных танцев, колоритом костюмов, разнообразием характеров, лексики, пластики современного танца, музыкально-ритмическим складом народной, стилизованной, современной танцевальной музыки.

Развивающие:

Развитие способностей воспринимать, чувствовать и понимать прекрасное, творчески и самостоятельно действовать, приобщение к художественным ценностям.

Развитие психических процессов: внимания, память, мышление, воображение, речь.

Развитие ключевых компетентностей: умение думать, умение исследовать процессы движения каждой отдельной части тела и координировать движение всего тела, умение доводить дело до конца.

Воспитательные:

Формирование уважения к культуре и искусству разных народов мира, коммуникативные навыки, умения, способность работать в коллективе.

Отличительные особенности данной программы от уже существующих

Дополнительная образовательная программа по хореографии «В ритме танца» разработана таким образом, что разучивание и постановка хореографических композиций подобрана и адаптирована соответственно желанию, а также психологическим и физическим особенностям современных детей разного школьного возраста.

Программа разработана от простого для начинающих, к более сложному.

Формы и режим занятий:

1 год: 144 часа в год;

2 год: 144 часа в год;

3 год: 144 часа в год;

Формы организации детей на занятии: групповая.

Формы проведения занятий: комбинированное, практическое, мастер-класс, творческая встреча, самостоятельная работа, экскурсия, конкурс.

Ожидаемые результаты и способы определения их результативности:

В результате обучения учащиеся должны приобрести:

знания в области народного танца;

танцевальные движения в стиле народной, стилизованной, современной хореографии;

знание лексики, пластики, музыкально-ритмического склада народной, стилизованной, современной танцевальной музыки;

способности воспринимать, чувствовать и понимать прекрасное, творчески и самостоятельно действовать, приобщение к художественным ценностям;

ключевые компетентности: умение думать, умение исследовать процессы движения каждой отдельной части тела и координировать движение всего тела, умение доводить дело до конца.

Формы и способы проверки результата:

Наблюдение педагога, анализ, концерты;

участие во всех школьных мероприятиях;

участие в районных и областных конкурсах.

Формы подведения итогов реализации образовательной программы

Виды и этапы аттестации учащихся:

начальная – тестирование,

промежуточная - выступления на концертах школы, поселка, района.

В результате 1 года обучения дети должны:

знать: позиции рук и ног;

первичные сведения об искусстве хореографии.

уметь: освоить азы ритмики;

двигаться и исполнять различные упражнения в соответствии с

контрастным характером музыки;

ритмично ходить под музыку, легко бегать, хлопать в ладоши,

притопывать ногами, вращать кистями рук, кружиться вокруг себя, прыгать

на двух ногах;

двигаться по кругу, взявшись за руки друг за другом.

В конце 2 года обучения дети должны:

знать: названия народных движений нового экзерсиса;

значение слов «легато», «стаккато», ритм, акцент, темп;

новые направления, виды хореографии и музыки.

уметь: грамотно исполнять движения экзерсиса и хореографических постановок;

определять темп, ритм, характер в предлагаемой мелодии.

В конце 3 года обучения дети должны:

знать: виды и жанры хореографии;

народные термины;

лучшие образы хореографического, музыкального искусства.

уметь: выразительно и ритмично двигаться в соответствии с образом танца; выражать свои собственные ощущения, используя язык хореографии, литературы, изобразительного искусства; сопереживать, осуществлять взаимовыручку и взаимовыдержку.

Учебно - тематический план 1-го года обучения.

№	Разделы	Количество часов		
		Теория	Практика	Общее кол-во
1	Вводное занятие	1	-	1
2	Ритмика	1	70	71
3	Репетиционная постановочная работа	-	72	72
4	Итого:	2	142	144

Учебно – тематический план 2-го года обучения.

№	Разделы	Количество часов		
		Теория	Практика	Общее кол-во
1	Ритмика	-	41	41
3	Азбука народного танца	1	60	61
4	Репетиционная постановочная работа	-	42	42
5	Итого:	1	143	144

Учебно – тематический план 3-го года обучения.

	Разделы	Количество часов		
		Теория	Практика	Общее кол-во
1	Ритмика	-	46	46
2	Азбука народного танца	-	48	48
3	Репетиционная постановочная работа	-	50	50
4	Итого:	-	144	144

Содержание программы.

1-й год обучения (144 часа).

1. Вводное занятие (1ч.)

Теория - формирование коллектива; цель и задачи кружка.

2. Ритмика (71ч.)

Теория – понятие ритма музыки.

Практика - комплекс физических упражнений на растяжку мышц.

3. Репетиционная постановочная работа (72ч.)

Практика - постановка и отработка движений танца; общеразвивающие упражнения; работа с отстающими.

2-й год обучения (144 часа).

1. Ритмика (41ч.)

Практика – физические упражнения.

2. Азбука народного танца (61ч.)

Теория - беседа о целях и задачах предмета.

Практика - постановка корпуса; упражнения у станка и на середине.

4. Репетиционная постановочная работа (42ч.)

Практика - отработка движений; общеразвивающие упражнения; работа с отстающими.

3-й год обучения (144 часа).

1. Ритмика (46 ч.)

Практика – физические упражнения

2. Азбука народного танца (48ч.)

Практика – основные народные движения на середине зала.

3. Репетиционная постановочная работа (50ч.)

Практика - общеразвивающие упражнения; отработка движений танца.

Материально-техническое обеспечение дисциплины

Обеспечение преподавания дисциплины предполагает:

1. Наличие хореографического класса, одна из стен должна быть оборудована зеркалами, на 2-х стенах – балетные перекладины.
2. Детали сценических костюмов, реквизит.
3. Аудио, видео, теле аппаратура, компьютер.

Календарно-тематическое планирование
1 год обучения

№	Тема	Основное содержание занятия	Кол-во часов
1	Вводное занятие	-Знакомство с коллективом, цель и задачи кружка.	1
Ритмика			
№	Тема	Основное содержание занятия	Кол-во часов
	Хореографическая азбука; Музыка и танец.	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки. -Связь музыки и движения.	1
2	Хореографическая азбука; Музыка и танец.	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки. -Связь музыки и движения.	2
3	Хореографическая азбука; Музыка и танец.	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки. -Темп музыкального произведения в танцевальных движениях.	2
4	Хореографическая азбука; Музыка и танец.	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки. - Темп музыкального произведения в танцевальных движениях.	2
5	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршрутка. -Динамика и характер музыкального произведения в танцевальных движениях	2
6	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршрутка. -Динамика и характер музыкального произведения в танцевальных движениях.	2

7	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Динамика и характер музыкального произведения в танцевальных движениях	2
8	Хореографическая азбука; Музыка и танец	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Динамика и характер музыкального произведения в танцевальных движениях.	2
9	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	Повторение пройденного материала за 1 четверть.	2
10	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Связь музыки и движения.	2
11	Хореографическая азбука; Музыка и танец	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Связь музыки и движения.	2
12	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Темп музыкального произведения в танцевальных движениях.	2
13	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. - Темп музыкального произведения в танцевальных движениях.	2
14	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Динамика и характер музыкального произведения в танцевальных	2

		движениях.	
15	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Музыкальная игра.	2
16	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Музыкальная игра.	2
17	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Музыкальная игра.	2
18	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Музыкальная игра.	2
19	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Музыкальная игра.	2
20	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Музыкальная игра.	2
21	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Музыкальная игра.	2
22	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Музыкальная игра.	2
23	Хореографическая азбука;	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка.	2

	Музыка и танец;	-Музыкальная игра.	
24	Хореографическая азбука; Музыка и танец	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Музыкальная игра.	2
25	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Музыкальная игра.	2
26	Хореографическая азбука; Музыка и танец	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Музыкальная игра.	2
27	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Музыкальная игра.	2
28	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Музыкальная игра.	2
29	Хореографическая азбука; Музыка и танец	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Музыкальная игра.	2
30	Хореографическая азбука; Музыка и танец	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Музыкальная игра.	2
31	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Музыкальная игра	2
32	Хореографическая азбука;	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней;	2

	Музыка и танец;	прыжки; фигурная маршировка. -Музыкальная игра.	
33	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Музыкальная игра.	2
34	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Музыкальная игра.	2
35	Хореографическая азбука; Музыка и танец	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Музыкальная игра.	2
36	Хореографическая азбука; Музыка и танец	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Музыкальная игра.	2
Итого			71

Репетиционная постановочная работа

№	Тема	Основное содержание занятия	Кол-во часов
1	Постановка в характере народного танца. Изучаются самые простые композиции.	Знакомство с характером танца и манерой исполнения. Вариации из танцев народов мира и русских народных постановок.	24
2	Постановка в характере классического танца. Изучаются самые простые композиции.	Знакомство с характером танца и манерой исполнения. Танцы на основе изученных движений.	24
3	Постановка в современном направлении. Изучаются самые простые	Знакомство с характером танца и манерой исполнения. Танцы в современном направлении.	24

	КОМПОЗИЦИИ.		
Итого			72

2 год обучения
Ритмика

№	Тема	Основное содержание занятия	Кол-во часов
1	Хореографическая азбука; Музыка и танец.	-Упр. Для головы, шеи и плечевого пояса; упр. Для рук; кистей рук; упр. Для корпуса; для ног; для ступней; прыжки. -Связь музыки и движения.	2
2	Хореографическая азбука; Музыка и танец.	-Упр. Для головы, шеи и плечевого пояса; упр. Для рук; кистей рук; упр. Для корпуса; для ног; для ступней; прыжки. -Связь музыки и движения.	2
3	Хореографическая азбука; Музыка и танец.	-Упр. Для головы, шеи и плечевого пояса; упр. Для рук; кистей рук; упр. Для корпуса; для ног; для ступней; прыжки. -Темп музыкального произведения в танцевальных движениях.	2
4	Хореографическая азбука; Музыка и танец.	-Упр. Для головы, шеи и плечевого пояса; упр. Для рук; кистей рук; упр. Для корпуса; для ног; для ступней; прыжки. - Темп музыкального произведения в танцевальных движениях.	2
5	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. Для головы, шеи и плечевого пояса; упр. Для рук; кистей рук; упр. Для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Динамика и характер музыкального произведения в танцевальных движениях	2
6	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. Для головы, шеи и плечевого пояса; упр. Для рук; кистей рук; упр. Для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Динамика и характер музыкального произведения в танцевальных движениях.	2
7	Хореографическая азбука;	-Упр. Для головы, шеи и плечевого пояса; упр. Для рук; кистей рук; упр.	2

	Музыка и танец;	Для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Динамика и характер музыкального произведения в танцевальных движениях	
8	Хореографическая азбука; Музыка и танец	-Упр. Для головы, шеи и плечевого пояса; упр. Для рук; кистей рук; упр. Для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Динамика и характер музыкального произведения в танцевальных движениях.	2
9	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	Повторение пройденного материала за 1 четверть.	2
10	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. Для головы, шеи и плечевого пояса; упр. Для рук; кистей рук; упр. Для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Связь музыки и движения.	2
11	Хореографическая азбука; Музыка и танец	-Упр. Для головы, шеи и плечевого пояса; упр. Для рук; кистей рук; упр. Для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Связь музыки и движения.	2
12	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. Для головы, шеи и плечевого пояса; упр. Для рук; кистей рук; упр. Для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Темп музыкального произведения в танцевальных движениях.	2
13	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. Для головы, шеи и плечевого пояса; упр. Для рук; кистей рук; упр. Для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. - Темп музыкального произведения в танцевальных движениях.	2
14	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. Для головы, шеи и плечевого пояса; упр. Для рук; кистей рук; упр. Для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Динамика и характер музыкального произведения в танцевальных движениях.	2
15	Хореографическая азбука;	-Упр. Для головы, шеи и плечевого пояса; упр. Для рук; кистей рук; упр.	2

	Музыка и танец;	Для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Музыкальная игра.	
16	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. Для головы, шеи и плечевого пояса; упр. Для рук; кистей рук; упр. Для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Музыкальная игра.	2
17	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. Для головы, шеи и плечевого пояса; упр. Для рук; кистей рук; упр. Для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Музыкальная игра.	2
18	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. Для головы, шеи и плечевого пояса; упр. Для рук; кистей рук; упр. Для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Музыкальная игра.	2
19	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. Для головы, шеи и плечевого пояса; упр. Для рук; кистей рук; упр. Для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Музыкальная игра.	2
20	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. Для головы, шеи и плечевого пояса; упр. Для рук; кистей рук; упр. Для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Музыкальная игра.	2
21	Музыка и танец	Закрепление материала (Возможно итоговое занятие в виде мини концерта)	1
Итого			41

Азбука народного танца

№	Тема	Основное содержание занятия	Кол-во часов
1	Вводное занятие	Проведение инструктажа по технике безопасности; общее понятие о предмете; лекция-рассказ о народном танце.	1
2	Работа у станка и на середине зала	Demi plie-1 поз.(плавное и отрывистое). Упражнения для пластичности корпуса (portdebras, перегибы корпуса, наклоны и повороты). Упражнения выполняются в	4

	Элементы танца	<p>определённом стиле и характере.</p> <p>Упражнения для головы, рук, корпуса в манере народных и сценических танцев.</p> <p><u>Элементы русского танца</u> Простой ход на 1/4 такта.</p>	
3	<p>Работа у станка</p> <p>и на середине зала</p> <p>Элементы танца</p>	<p>Demi lié, grand lié по I, II поз.</p> <p>Battment tandu с подъёмом пятки опорной ноги с demi plie и двойным ударом опорной ноги.</p> <p>Упражнения для пластичности корпуса (portdebras, перегибы корпуса, наклоны и повороты). Упражнения выполняются в определённом стиле и характере. Упражнения для головы, рук, корпуса в манере народных и сценических танцев.</p> <p>Народный шаркающий ход.</p>	4
4	<p>Работа у станка</p> <p>и на середине зала</p> <p>Элементы танца</p>	<p>Demi plie, grand plie по III позиции (плавное и отрывистое)</p> <p>Battment tandu с подъёмом пятки опорной ноги, то же с demi plie и двойным ударом опорной ноги:</p> <p>а) с переходом работающей ноги с носка на каблук; то же с plie в III позицию в момент выноса работающей ноги на каблук;</p> <p>Подготовительное упражнение к flic-flac, то же на croisee и с ударом в пол.</p> <p>-//-</p> <p>Переменный шаг на всей стопе.</p>	4
5	<p>Работа у станка</p> <p>и на середине зала</p> <p>Элементы танца</p>	<p>Battment tandu с выносом на каблук.</p> <p>Battementtendujete с акцентом «от себя», то же с demi plie и с подъёмом опорной ноги.</p> <p>-//-</p> <p>Боковой ход (припадание).</p>	4
6	<p>Работа у станка</p> <p>и на середине зала</p> <p>Элементы танца</p>	<p>Pastortille ординарное, с ударом стопы.</p> <p>-//-</p> <p>Повороты на месте.</p>	4
7	<p>Работа у станка</p> <p>и на середине зала</p> <p>Элементы танца</p>	<p>Характерный ronddejambe.</p> <p>Перегибы корпуса.</p> <p>-//-</p> <p>Сценическая форма pasdebasque</p>	4
8	<p>Работа у станка и на</p> <p>середине зала</p> <p>Элементы танца</p>	<p>Закрепление материала</p>	4

9	Работа у станка и на середине зала Элементы танца	Упражнения на выстукивание, например: - чередование ударов всей стопы с полупальцами; - то же с двумя ударами полупальцами. М. р. 2/4, 3/4; Упражнения для пластичности корпуса (portdebras, перегибы корпуса, наклоны и повороты). Упражнения выполняются в определённом стиле и характере. Упражнения для головы, рук, корпуса в манере народных и сценических танцев. Русский танец - Дробный ход (мелкие шаги с пристукиванием каблуком или всей стопой). - «Притоп».	4
10	Работа у станка и на середине зала Элементы танца	Подготовка к верёвочке, на целой стопе и с подъёмом на полупальцы. -//- Русский танец. Боковое движение с отскоком и выносом ноги на каблук. Белорусский танец. Основные элементы танца «Лявони́ха»: - Основной ход.	4
11	Работа у станка и на середине зала Элементы танца	Упражнение для бедра, на целой стопе и с подъёмом на полупальцы. -//- Русский танец. Навыки танца с платочком. Белорусский танец. Боковой скользящий шаг.	4
12	Работа у станка и на середине зала Элементы танца	Pastortille с ударом стопы. -//- Белорусский танец. Повороты с отбросом ноги.	4
13	Работа у станка и на середине зала Элементы танца	Повторение изученного материала	4
14	Работа у станка и на середине зала Элементы танца	Закрепление изученного материала	4

15	Работа у станка и на середине зала Элементы танца	Закрепление изученного материала	4
16	Работа у станка и на середине зала Элементы танца	Закрепление изученного материала	4
Итого			61

Репетиционная постановочная работа

№	Тема	Основное содержание занятия	Кол-во часов
1	Постановка в характере народного танца.	Знакомство с характером танца и манерой исполнения. Вариации из танцев народов мира и русских народных постановок.	14
2	Постановка в характере классического танца.	Знакомство с характером танца и манерой исполнения. Танцы на основе изученных движений.	14
3	Постановка в современном направлении.	Знакомство с характером танца и манерой исполнения. Танцы в современном направлении.	14
Итого			42

3 год обучения

Ритмика			
№	Тема	Основное содержание занятия	Кол-во часов
1	Хореографическая азбука; Музыка и танец.	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки. -Связь музыки и движения.	2
2	Хореографическая азбука; Музыка и танец.	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки. -Связь музыки и движения.	2
3	Хореографическая азбука; Музыка и танец.	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки. -Темп музыкального произведения в	2

		танцевальных движениях.	
4	Хореографическая азбука; Музыка и танец.	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки. - Темп музыкального произведения в танцевальных движениях.	2
5	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Динамика и характер музыкального произведения в танцевальных движениях	2
6	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Динамика и характер музыкального произведения в танцевальных движениях.	2
7	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Динамика и характер музыкального произведения в танцевальных движениях	2
8	Хореографическая азбука; Музыка и танец	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Динамика и характер музыкального произведения в танцевальных движениях.	2
9	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	Повторение пройденного материала за 1 четверть.	2
10	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Связь музыки и движения.	2
11	Хореографическая азбука;	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр.	2

	Музыка и танец	для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Связь музыки и движения.	
12	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Темп музыкального произведения в танцевальных движениях.	2
13	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. - Темп музыкального произведения в танцевальных движениях.	2
14	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Динамика и характер музыкального произведения в танцевальных движениях.	2
15	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Музыкальная игра.	2
16	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Музыкальная игра.	2
17	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Музыкальная игра.	2
18	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Музыкальная игра.	2
19	Хореографическая азбука;	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней;	2

	Музыка и танец;	прыжки; фигурная маршировка. -Музыкальная игра.	
20	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Музыкальная игра.	2
21	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Музыкальная игра.	2
22	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Музыкальная игра.	2
23	Хореографическая азбука; Музыка и танец;	-Упр. для головы, шеи и плечевого пояса; упр. для рук; кистей рук; упр. для корпуса; для ног; для ступней; прыжки; фигурная маршировка. -Музыкальная игра.	2
Итого			46

Репетиционная постановочная работа

№	Тема	Основное содержание занятия	Кол-во часов
1	Постановка в характере народного танца.	Знакомство с характером танца и манерой исполнения. Вариации из танцев народов мира и русских народных постановок.	16
2	Постановка в характере классического танца.	Знакомство с характером танца и манерой исполнения. Танцы на основе изученных движений.	16
3	Постановка в современном направлении.	Знакомство с характером танца и манерой исполнения. Танцы в современном направлении.	18
Итого			50

Азбука народного танца

№	Тема	Основное содержание занятия	Кол-во часов
1	Работа у станка и на середине зала Элементы танца	Grand, demi plie выворотное и невыворотное (в I, II, III и IV позициях). Battment tandu с поворотом бедра. - Упражнения для развития пластичности корпуса. Возможны комбинации с portdebras, balance, pasdebasque и так далее. - Упражнения для пластичности рук, подвижности и выразительности кисти на материале восточных танцев (для девочек). Русский танец. Комбинации дробных движений.	2
2	Работа у станка и на середине зала Элементы танца	Flic-flac (упражнение свободной стопой). Pastortilla ординарное с поворотом стопы, то же с подъёмом на полупальцы. -//- Русский танец. «Гармошка».	2
3	Работа у станка и на середине зала Элементы танца	Упражнение на выстукивание. Характерный gondejambe с поворотом стопы опорной ноги, то же с кругом по воздуху. -//- Русский танец. Продвижение вперёд и назад с выбросом ноги на effacee в русском сценическом танце.	2
4	Работа у станка и на середине зала Элементы танца	Ronddepied с поворотом стопы опорной ноги, то же с кругом по воздуху. Подготовка к «верёвочке». -//- Русский танец. Два вида «верёвочки».	2
5	Работа у станка и на середине зала Элементы танца	Battementfondu на целой стопе и с подъёмом на полупальцы опорной ноги. Battementdeveloppe с двумя ударами пятки опорной ноги. -//- Русский танец. Тройной шаг с ударом по голенищу спереди и сзади (для мальчиков).	2

6	Работа у станка и на середине зала Элементы танца	Grand battement jetec coupe-tombe. -//- Русский танец. Припадание.	2
7	Работа у станка и на середине зала Элементы танца	Закрепление материала	2
8	Работа у станка и на середине зала Элементы танца	Закрепление материала	2
9	Работа у станка и на середине зала Элементы танца	Подготовка к «качалке» и «качалка». - Упражнения для развития пластичности корпуса. Возможны комбинации с portdebras, balance, pasdebasque и так далее. - Упражнения для пластичности рук, подвижности и выразительности кисти на материале восточных танцев (для девочек). Итальянский танец. Два вида хода.	2
10	Работа у станка и на середине зала Элементы танца	«Верёвочка». -//- Итальянский танец. Pasdebasque (переброска ног накрест).	2
11	Работа у станка и на середине зала Элементы танца	Упражнение для бедра на целой стопе и с подъёмом на полупальцы. -//- Итальянский танец. Pasechappe с поворотом в tirbouchone.	2
12	Работа у станка и на середине зала Элементы танца	Опускание на подъём. -//- Итальянский танец. Выбрасывание ноги с каблука на носок.	2
13	Работа у станка и на середине зала Элементы танца	«Кабриоль» с вытянутым подъёмом и вытянутыми коленями. -//- Итальянский танец. Навыки обращения с тамбурином.	2
14	Работа у станка и на середине зала Элементы танца	Полу присядка с выбросом ноги в сторону на носок и на каблук. Пройденный материал	2
15	Работа у станка и на середине зала Элементы танца	Закрепление материала	2
16	Работа у станка	+Упражнение на выстукивание (усложненное).	2

	и на середине зала Элементы танца	-Упражнения для развития пластичности корпуса. Возможны комбинации с portdebras, balance, pasdebasque и так далее. -Упражнения для пластичности рук, подвижности и выразительности кисти на материале восточных танцев (для девочек). Украинский танец. Отход назад с подбиванием ноги.	
17	Работа у станка и на середине зала Элементы танца	Пройденный материал. -//- Украинский танец. Ход по диагонали с выносом ноги на каблук.	2
18	Работа у станка и на середине зала Элементы танца	Пройденный материал. -//- Украинский танец. «Голубцы» с одной ноги.	2
19	Работа у станка и на середине зала Элементы танца	Пройденный материал. -//- Польский танец. Основной ход мазурки (pas couru).	2
20	Работа у станка и на середине зала Элементы танца	Пройденный материал. -//- Польский танец. Balancee в мазурке (тенжский бег).	2
21	Работа у станка и на середине зала Элементы танца	Отрабатывание пройденного материала.	2
22	Работа у станка и на середине зала Элементы танца	Отрабатывание пройденного материала.	2
23	Работа у станка и на середине зала Элементы танца	Отрабатывание пройденного материала.	2
24	Работа у станка и на середине зала Элементы танца	Отрабатывание пройденного материала.	2
Итого			48

Рекомендуемая литература.

1. Ваганова, А.Я. Основы классического танца: учебник для высших и средних учебных заведений. - СПб.: Лань, 2007. - 191с.
1. Гусев, Г.П. Методика преподавания народного танца: упражнения у станка: учебное пособие для вузов. М.: ВЛАДОС, 2005. - 206с.
2. Гусев, Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала. Учебное пособие для студентов вузов. – М.: Владос, 2003. - 200с.
3. Ерохина, О.В. Школа танцев. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2003. - 223с.
4. Кауль, Николай. Как научиться танцевать. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2004.- 350с.
5. Мессер, Асаф. Уроки классического танца. - СПб.: Лань, 2004. - 400с.
6. Полятков, С.С. Основы танца. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2006. - 75с.
7. Ройтерштейн, М.И. Основы музыкального анализа: учебник для педагогических вузов. - М.: ВЛАДОС, 2001. - 111с.
8. Слуцкая, С.Л. Танцевальная мозаика: хореография в детском саду: пособие для педагогов. - М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2006. - 269с.
9. Фольклор-музыка-театр: Программы и конспекты занятий для педагогов дополнительного образования, работающих с дошкольниками: программно-методическое пособие. - М.: ВЛАДОС, 2003. - 212с.
10. Холопова, В.Н. Теория музыки: мелодика, ритмика, фактура, тематизм: учебное пособие для вузов и училищ. - СПб.: Лань, 2002. - 367с.
- 11.Раздрокина Л. Танцуйте на здоровье. Танцевально-игровые тренинги. Ростов-на дону, Феникс, 2007.

Литература для детей.

1. Азаров Ю.П. 100 тайн детского развития.- М.: УВА, 1996.
2. Казина О.Б. Веселая физкультура для детей и их родителей. -Ярославль,2005.
3. Мир танцев - статьи. [http: //mirtancev.ru](http://mirtancev.ru).
4. Михайлова М.Л. Развитие музыкальных способностей детей. -Ярославль,1997.
5. О смысле танца. [http: //kitezh.onego.ru/tanec.html](http://kitezh.onego.ru/tanec.html)