

Кемеровская область - Кузбасс
Управление образования администрации
Беловского муниципального округа
Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Дом детского творчества»
(МБУ ДО «Дом детского творчества»)

Принята на заседании
педагогического совета
Протокол №3
от «01» мая 2023 г.

Утверждаю:
Директор МБУ ДО «Дом детского
творчества»


С. А. Зятькова
Пр. №191 «01» июня 2023 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
ПРОГРАММА
художественной направленности
«НАРОДНЫЕ ТАНЦЫ»**

Возраст учащихся: 9-16 лет
Срок реализации: 5 лет

Разработчик:
Паненко Татьяна Дмитриевна,
педагог дополнительного образования
МБУ ДО «Дом детского творчества»

Беловский муниципальный округ
2023

СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка	3
Учебно-тематический план 1-го года обучения	11
Содержание программы 1-го года обучения	12
Учебно-тематический план 2-го года обучения	14
Содержание программы 2-го года обучения	15
Учебно-тематический план 3-го года обучения	18
Содержание программы 3-го года обучения	19
Учебно-тематический план 4-го года обучения	21
Содержание программы 4-го года обучения	22
Учебно-тематический план 5-го года обучения	24
Содержание программы 5-го года обучения	25
Методическое обеспечение программы	28
Список литературы	31

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа (далее - ДОО программа) «Народные танцы» художественной направленности.

На современном этапе развития российское общество осознало необходимость духовного и нравственно-эстетического возрождения России через усиление роли дополнительного образования подрастающего поколения, что повлекло за собой повышение интереса к созданию и реализации программ, сориентированных на изучение культуры, истории и искусства, народного творчества и охрану здоровья детей.

Большое значение в области хореографического искусства уделяется занятиям народными танцами. Образовательное и воспитательное значение в этом виде искусства многогранно и теоретически обоснованно. Народный танец способствует формированию нравственных представлений в социуме и содействует творческому и всестороннему развитию детей.

Занятия народным танцем отличаются большим многообразием форм, которые требуют от учащихся проявления организованности, самостоятельности, инициативы, что способствует воспитанию организационных навыков, активности в творческих процессах.

ДОО программа «Народные танцы» разработана на основе следующих нормативно-правовых документов:

- Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ № 273);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 №09-3242. «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ» (включая разноуровневые программы);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказ Департамента образования и науки Кемеровской области от 05.05.2019г. № 740 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей»;

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р;
- Постановление Правительства Кемеровской области - Кузбасса от 20.07.2023 № 479 «Об организации оказания государственных услуг в социальной сфере на территории Кемеровской области - Кузбасса»;
- Устав и локальные нормативные акты МБУ ДО «Дом детского творчества» Беловского муниципального округа.

Цель: развитие природных задатков и творческого потенциала ребенка в процессе обучения искусству народного танца.

Данная цель реализуется через решение следующих задач:

Обучающие:

- формировать определенные знания и умения в области народного танца;
- знать и уметь пользоваться терминологией народного танца;
- обучать необходимым теоретическим и практическим знаниям, умениям и навыкам;
- расширять знания в области хореографического искусства;
- изучать танцевальные элементы народного танца;
- научить передавать характер и сценическую манеру исполнения народного танца;
- удовлетворять познавательные интересы учащихся, приобщая их к истокам народного творчества.

Воспитательные:

- воспитывать стремление к познанию и творчеству;
- воспитывать культуру общения и взаимодействия в образовательной и воспитательной деятельности;
- воспитывать чувства дружбы, товарищества и взаимовыручки в сотрудничестве;
- воспитывать трудолюбие, дисциплинированность, самостоятельность, навыки общения в коллективе;
- воспитывать художественный вкус, эмоционально-ценностное отношение к искусству;
- приобщать к истокам народной культуры с учетом регионального компонента;

- адаптировать к современной жизни на основе общей культуры, знаний, навыков.

Развивающие:

- развивать мотивацию на творческую деятельность;
- укреплять опорно-двигательный аппарат и мышцы;
- развивать танцевальные данные (выворотность, гибкость, прыжки, шаги, устойчивость, координация);
- развивать силу мышц, выносливость, навыки координации движений, музыкальные способности;
- развивать координацию движений и технику исполнения;
- развивать точность и внимание в исполнении движений;
- совершенствовать пространственную ориентировку;
- способствовать реализации творческого самовыражения;
- развивать психофизические особенности, способствующие успешной самореализации;
- развивать творческие способности обучающихся;
- развивать артистизм и индивидуальные возможности детей;
- развивать эмоционально-волевые качества;
- развивать умения коллективной и творческой деятельности.

Отличительной особенностью ДОО программы «Народные танцы» является то, что содержание программы выстроено по кольцеобразной схеме, по годам обучения, взаимосвязанным между собой: в последующем году совершенствуются знания, умения и навыки предыдущего в области искусства народного танца.

Для достижения цели данной программы необходимо опираться на следующие принципы:

- постепенность в развитии природных способностей детей;
- строгая последовательность в овладении лексикой и техническими приемами;
- системность и регулярность занятий;
- целенаправленность образовательной деятельности.

Программа состоит из отдельных тематических блоков, но в связи со спецификой обучения в хореографическом коллективе, границы их сглаживаются. На одном и том же занятии происходит изучение элементов танца (одновременно выполняются задачи физического и музыкального развития) и изучаются движения танца. В программу каждого учебного года

вводится теоретический материал, соответствующий содержанию основных разделов.

В процессе обучения народные танцы интерпретируются, приближаются к детской тематике, обогащаются элементами танцев, заимствованными из сюжетов сказочного или бытового характера, из детских игр. Темы сценических постановок соответствуют интересам и возрасту детей, отражают в танцевальной форме круг жизненных явлений, включая мир природы, школы, героев литературных, сказочных и музыкальных произведений. Они могут быть поучительного содержания, развивающие любовь к природе, растениям и животным, открывающие доброту, человечность, благородство и стойкость характера. Создаются и непосредственно танцевальные композиции, передающие характер музыки, ее настроение.

Адресат программы.

ДОО программа «Народные танцы» предполагает проведение занятий с детьми, начиная с младшего школьного возраста. Набор в объединение – свободный. Количественный состав – от 15 до 18 человек.

Содержание ДОО программы распределено таким образом, что в каждом учебном году учащиеся овладевают определенным минимумом хореографических знаний, умений, навыков и решают определенные задачи для достижения цели. Учёт индивидуальных и возрастных особенностей учащихся на занятиях хореографией является неотъемлемой частью организации образовательной деятельности.

В курсе ДОО программы «Народные танцы» имеются два раздела:

1. Азбука музыкального движения.
2. Элементы народного танца.

ДОО программа сочетает тренировочные упражнения и танцевальные движения народно-характерного танца.

В первый раздел ДОО программы включены коллективно-порядковые и ритмические упражнения, имеющие целью музыкально-ритмическое развитие учащихся. В первый год обучения они строятся на шаге и беге в различных рисунках, ориентируя детей в пространстве и времени, развивая музыкальность. В дальнейшем ритмическое воспитание происходит непосредственно на элементах танцевальных движений.

Во второй раздел ДОО программы включены народные танцы разного характера. Здесь учащимся дается представление о диапазоне национальных плясок от спокойных до темпераментных, от танцев, где ведущая роль

принадлежит рукам и корпусу, до таких, где техника ног доводится до виртуозности. Использование различных танцев позволяет равномерно развивать координацию ног, корпуса и рук.

Срок реализации. ДОО программа «Народные танцы» рассчитана на 5 лет. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа (144 часа в год).

Формы и режим занятий.

Предусматривается во время занятий 10-15-минутный перерыв после 45 минут творческой деятельности.

Основная форма занятия – групповая. Чаще всего это комплексное занятие, включающее в себя изучение нового материала, повторение пройденного, а так же творческие задания по актёрскому мастерству и импровизации.

Процесс обучения строится на 3-х основных этапах усвоения учебного материала:

- ознакомление. Объяснение правил изучаемого упражнения, либо рассказ о сюжете нового танца; затем демонстрация упражнения, либо движения в правильном исполнении;

- тренировка. Процесс самостоятельного осмысления движения или упражнения ребёнком, затем работа над техникой исполнения и работа над синхронностью исполнения движений всеми участниками группы;

- применение. Использование полученных знаний, умений и навыков, участие в конкурсах и фестивалях, выступление на концертах.

При проведении занятий учитывается:

- уровень знаний, умений и навыков учащихся, их индивидуальные особенности;
- самостоятельность учащихся;
- особенности их мышления;
- познавательные интересы.

Формы занятий:

- ✓ учебно-тренировочное занятие (практические занятия);
- ✓ занятие-объяснение;
- ✓ занятие-путешествие;
- ✓ постановка и репетиция танцев;
- ✓ индивидуальная работа над номером;
- ✓ тестирование (теоретические занятия);
- ✓ занятие – экскурсия;

- ✓ викторина;
- ✓ открытое занятие;
- ✓ демонстрация видеоматериалов с комментариями и анализом;
- ✓ защита творческих работ;
- ✓ групповой просмотр концертных и видео программ, фестивалей, конкурсов, лучших хореографических коллективов, мастер-классов ведущих педагогов.

Формы подведения итогов по разделам и темам:

По результатам деятельности в течение года трижды проводится диагностика освоения ДОО программы (входная, промежуточная, итоговая), что позволяет анализировать эффективность методов и приемов, применяемых в работе с детьми, проводить их корректировку. Входной контроль проводится в начале учебного года (сентябрь-октябрь) – это оценка исходного уровня знаний учащихся перед началом образовательного процесса. Промежуточный контроль проводится в середине учебного года (декабрь) – это оценка качества усвоения учащимися содержания программы в период обучения после начальной аттестации до итоговой аттестации. Итоговый контроль проводится в конце второго года обучения, в завершении всей программы (май) и позволяет оценить уровень освоения учащимися образовательной программы.

Отследить развитие индивидуальных особенностей и раскрытие творческого и познавательного потенциала ребенка, а также качества личности, сформированных в процессе занятий, педагог может в процессе непосредственного обучения, как с самим учащимся, так и со всей группой в целом.

Педагогом проводятся диагностические исследования и наблюдения за динамикой развития, как каждого ребенка в отдельности, так и группы учащихся в целом, которые проходят в форме:

- собеседования;
- диагностики развития хореографических способностей;
- беседы в форме «вопрос-ответ»;
- диагностики мотивации потребности детей в общении с искусством;
- творческого занятия;
- групповой оценки работ;
- концертных выступлений;
- участия в фестивалях и конкурсах различного уровня.

Формы аттестации:

- тесты и творческие задания (больше практического характера);
- педагогическая диагностика развития учащегося;

- демонстрационные: организация концертных выступлений и конкурсов;
- передача учащемуся роли педагога;
- самооценка;
- групповая оценка работ;
- портфолио учащегося.

Формы оценки результатов обучения по дополнительной общеразвивающей программе «Народные танцы»:

- участие в концертах, конкурсах и фестивалях на разных уровнях (районный, региональный, всероссийский и международный (заочно));
- защита творческих работ и проектов.

Основными принципами проведения и организации всех видов контроля успеваемости являются: систематичность и учет индивидуальных особенностей учащегося.

Каждый из видов контроля освоения общеразвивающей программы учащимися имеет свои цели, задачи и формы, что позволяет отследить уровень усвоения теоретических и практических знаний, умений и навыков, уровень развития физических и эстетических качеств личности учащихся, их эмоциональное состояние.

Разработаны творческие задания. Выполнение этих заданий оценивается по уровням: низкий, средний, высокий.

Высокий уровень — оптимальное развитие качества или навыка.

Средний уровень — качество или навык находится в развитии.

Низкий уровень — развитие качества или навыка находится в начальной стадии развития.

На основании результатов промежуточной аттестации определяется успешность развития детей и усвоения ими общеразвивающей программы на определенном этапе обучения. Отслеживание результатов обучения по основным параметрам проводится во время промежуточной и итоговой аттестации.

Ожидаемые результаты

К концу первого года обучения учащиеся овладеют следующими умениями и навыками:

- элементы партерной гимнастики для формирования балетной осанки (постановка корпуса, ног, рук, головы, выворотности ног);
- упражнения на напряжение и расслабление мышц "Лягушка", "Лодочка", "Циркуль" и др.

Результатом приобретенных умений и навыков являются постановки хореографических номеров "Калинка" (русский танец), "Лявониха" (белорусский танец), "Валенки" (русский танец), «Веселый перепляс» (русский танец).

К концу второго года обучения:

- координация движений, различные вращения у девочек, хлопучки и присядки у мальчиков;

- постановка следующих хореографических номеров "Кивуха" (белорусский танец), "Зимняя плясовая" (русский танец), "Ах, вы сени мои сени" (русский танец), «Выплясуха» (русский танец).

К концу третьего года обучения:

- более сложные элементы у станка и на середине зала;

- активная работа рук, полуповороты, перегибы корпуса;

- постановка следующих хореографических номеров "Казачий пляс" (украинский танец), "Завалинка" (русский танец), "Ромашка" (русский танец), «4 двора» (русский танец).

К концу четвертого года обучения:

- элементы парного танца, развивающие навыки общения с партнером;

- высокий технический уровень исполнения танцевальных элементов, движений;

- постановка следующих хореографических номеров "Телеутский таец" (телеутский танец), "Барыня-сударыня" (русский танец), "Подплясочка" (русский танец), «Военная пора» (эстрадный танец), «Казачья плясовая» (украинский танец).

К концу пятого года обучения:

- элементы, требующие соответствующей координации и силовой нагрузки;

- постановка следующих хореографических номеров "Соседки" (русский танец), "Крапива-лебедя" (русский танец), "Плясовая" (русский танец), "Чернява-кучерява" (украинский танец), «Там где сердце» (эстрадный танец), «Кумушки» (русский танец).

По окончании изучения дополнительной общеразвивающей программы учащиеся будут:

Знать:

- ✓ первичные сведения об истории хореографического искусства;
- ✓ основные позиции и положения рук и ног, головы и корпуса;
- ✓ экзерсис классического и народного танца;

- ✓ терминологию танцевальных элементов изученных по программе;
- ✓ правила самостоятельной и коллективной работы.

Уметь:

- ✓ правильно исполнять элементы классического и народного экзерсиса у станка;
- ✓ владеть своим мышечным аппаратом;
- ✓ владеть навыками координации движения;
- ✓ эмоционально и выразительно исполнять элементы на середине зала;
- ✓ воспринимать движение, как символ прекрасного, свободного способа самовыражения;
- ✓ владеть навыками вариативного мышления и самовыражения;
- ✓ создавать танцевальные образы в этюдах;
- ✓ проявлять артистизм;
- ✓ анализировать свою работу и работу других обучающихся;
- ✓ использовать полученные знания, умения и навыки в социальной среде.

Исполнять:

- ✓ народно-сценический экзерсис у станка;
- ✓ танцевальные комбинации на середине зала с использованием координационных движений в русском характере;
- ✓ танцевальные композиции (по выбору педагога).

Учебно-тематический план 1-го года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	

1.	Введение в хореографию	4	2	2	
2.	Азбука музыкального движения	30	8	22	Собеседование, практические упражнения
3.	Элементы народного танца	50	10	40	Педагогическая диагностика по развитию хореографических способностей
4.	Постановочная и репетиционная работа	48	-	48	Танцевальные комбинации, композиции
5.	Беседы о хореографическом искусстве	12	12	-	Собеседование, концертное выступление
	Всего:	144	32	112	

Содержание программы 1-го года обучения

Введение.

Теория: Цели и задачи, содержание и формы занятий в творческом объединении. Расписание занятий (количество занятий, время занятий). Оформление помещения для занятий. Внешний вид и форма одежды для

занятий мальчиков и девочек (обувь, репетиционный костюм, прическа).
Беседа с родителями о целях и задачах, перспективный план.

Практика: Организация групп по возрасту, знакомство. Выбор родительского комитета.

Азбука музыкального движения

Теория: Мелодия и движение. Темп (быстро, медленно, умеренно). Музыкальные размеры: 4/4, 2/4, 3/4. Контрастная музыка: быстрая - медленная, веселая - грустная. Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворотов вправо и влево. Соотнесение пространственных построений с музыкой. Такт и затакт.

Практика: Музыкально-пространственные упражнения: маршировка в темпе и ритме музыки, шаг на месте, вокруг себя, вправо, влево. Пространственные музыкальные упражнения: повороты на месте (строевые), продвижение на углах, с прыжком (вправо, влево). Фигурная маршировка с перестроениями: из колонны в шеренгу и обратно; из одного круга в два и обратно; продвижения по кругу (внешнему и внутреннему); звездочка; конверт (по 5-6 человек на углах и в центре круга в шеренгу). Танцевальные шаги (с носка на пятку) с фигурной маршировкой. Танцевальные шаги в образах (олень, журавль, лиса, кошка, мышка, медведь, птичка и т. д.). Дирижерский жест на 2/4, 4/4, s. Выделение сильной доли.

Элементы народного танца

Теория: Сюжеты и темы некоторых танцев. Особенности народных движений. Характерные положения рук в сольном, групповом танце в хороводах, рисунки хороводов.

Практика: Русский танец. Позиция рук - 1,2,3 на талии. Шаги танцевальные с носка: простой шаг вперед, переменный шаг вперед. Притоп - удар всей стопой, шаг с притопом в сторону, тройной притоп. Припадание на месте с продвижением в сторону: исходная, свободная 3-я позиция; поднявшись на полупальцы поставленной назад ноги, упасть на другую ногу в полуприседание, затем опять подняться на полупальцы. То же с продвижением в сторону. Выведение ноги на каблук из свободной 1-ой позиции, затем приведение ее в исходную позицию. Ковырялочка - поочередные удары в сторону одной ногой носком в закрытом положении и ребром каблука в открытом положении, без подскоков. Подготовка к присядке (мужская партия). Полуприсядка - полное приседание. Легкие прыжки с обеих ног с одновременным их сгибанием (в полуприседании). Хлопушки (одинарные) - в ладоши, по бедру.

Присядка мальчика: перескок из стороны на обеих ногах на низких полупальцах в глубоком приседании по 6-ой позиции: полное приседание по 6-ой позиции с последующим подскоком в полуприседании на одной ноге с одновременным выведением другой ноги на носок вперед в прямом режиме.

Учебно-тематический план 2-го года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Введение	4	2	2	
2.	Азбука	32	6	16	Собеседование, практические

	музыкального движения				упражнения
3.	Элементы народных танцев	50	6	44	Педагогическая диагностика по развитию хореографических способностей
4.	Постановочная и репетиционная работа	56	-	56	Танцевальные комбинации, композиции
5.	Беседы о хореографическом искусстве	12	12	-	Собеседование, концертное выступление
	Всего:	144	26	118	

Содержание программы 2-го года обучения

Введение.

Теория: Цели и задачи второго года обучения. перспективы занятий, постановочной и репетиционной работы. Праздничные даты и подготовка к ним. Расписание занятий.

Практика: Построение, маршировка под музыку с целью ознакомления с чувством ритмичности обучающихся.

Азбука музыкального движения

Теория: Повторение и совершенствование ранее усвоенных умений и навыков. Изучение нового материала. особенности метро-ритма, чередование сильной и слабой долей такта. Танцевальная музыка: марши (спортивные, военные), вальсы быстрые и медленные. Медленные хороводные и быстрые плясовые русские и белорусские танцы. Характер некоторых сюжетных белорусских тематических песен и их интерпретация в танце.

Практика: Акцентирование на сильную долю такта в шагах и дирижерском жесте. Музыкальная структура движения: половинный каданс - полный каданс. Вступительные аккорды. Заключительные аккорды. Прослушивание народных мелодий в исполнении оркестров народных инструментов.

Элементы народного танца

Теория: Народно-характерные упражнения у станка и на середине зала - подготовка к более четкому исполнению народных движений (каблучные движения, присядки для мальчиков). Точные позиции и движения рук в танцах восточных республик. Контрастность стиля русских, белорусских и таджикских танцев. Источники народных тем, сюжетов, движений, их связь с образом жизни народов.

Сказки, былины и игры детей разных национальностей, общее в них и разное. Показ рисунков национальных костюмов. Правила народных движений, основные координации и характерные рисунки и ходы русских, белорусских и таджикских танцев. Музыкальные характеристики танцев.

Традиции прибалтийских народов. Общее и различное в стиле, характере, музыке народных танцев Эстонии, Латвии и Литвы.

Национальные костюмы. Музыкальные характеристики танцев.

Практика: Характерный тренажер (станок). Подготовительные движения рук (из подготовительной позиции руки открываются через 1-ю позицию во 2-ю и закрываются на талию).

Полуприседание и полное приседание по 1,2,3,4 и 5-й открытым позициям, плавные и резкие приседания.

Скольжение стопой по полу - вытягивание ноги на носок с переводом стопы ребро каблука (вперед, в сторону, назад, лицом к станку).

Переступания на полупальцах в разных ритмических сочетаниях. "Ковырялочка" - разучивание у станка.

Скольжение по ноге в открытом положении (подготовка к "веревочке") в открытом и закрытом положении на всей стопе опорной ноги, размер 4/4. Маленькие броски от щиколотки с вытянутой стопой в открытом положении (вперед в сторону). Подготовка к каблучным движениям.

Упражнения на середине. Повторение и закрепление элементов русского и белорусского танцев. Положение рук, положение ног. Положение рук в групповых танцах в фигурах: звездочка, круг, карусель, корзиночка, цепочка. Поклоны на месте и с движением вперед и назад.

Ходы: простой шаг с продвижением вперед и назад. Притоп - удар всей стопой. Дробь (дробная дорожка) - мелкая непрерывная дробь с одинарным ударом каблука на месте, с продвижением. Гармошка - одновременные повороты обеих стоп из свободной позиции в 1-ю закрытую и обратно с продвижением в сторону. Припадание на месте, с продвижением в сторону, с поворотом на 1/4. Молоточки - удар полупальцами в пол, от колена в прямом положении, с подскоком на другой ноге, на месте, с продвижением.

Для мальчиков. Хлопушки (одинарные) в ладоши, по бедру, по голени. Ключ - дробный простой. Полная присядка - разучивание у станка с переходом на середину.

Элементы белорусского народного танца. Ход в полуприседании, проскальзывание на одной ноге на низких полупальцах с одновременным подъемом другой согнутой ноги в прямом положении с тремя последующими переступаниями (на месте, с продвижением вперед, назад с поворотом).

Притопы в полуприсяданиях, перескок с двумя последующими поочередными ударами всей стопы по 6-ой позиции, подскок на одной ноге с двумя поочередными ударами всей стопой по 6-ой позиции; подскок на одной ноге с двумя поочередными ударами всей стопой по 6-ой позиции.

Присядка мальчика - перескок из стороны в сторону на обеих ногах на низких полупальцах в глубоком полуприседании на 6-ой позиции, полное приседание по 6-й позиции с последующим подскоком в полуприседании на одной ноге с одновременным выведением согнутой ноги на носок вперед в прямом положении.

Элементы латышского танца. Положение рук в соло и в паре. Ходы. Простой шаг (на всю ступню, колено свободно). Легкий бег - небошьшие шажки на низких полупальцах, пружиня в колене и подъеме, вперед, в сторону). Движения. Боковые перескоки с продвижением в сторону. Шаг с подскоком; подскоки на двух ногах. Проскальзывание на обеих ногах.

Небольшие подскоки с вынесением ноги вперед. Три притопа. Боковые шаги с вынесением свободной ноги вперед. Галоп, галоп с остановкой.

Полька - маленькие шажки на низких полупальцах по 6-ой позиции.

Элементы эстонского танца. Позиции рук (женские, мужские). Положение рук и корпуса в парных танцах. Движение и ходы - легкий бег. Шаг с подскоком, шаг с проскальзывание. Полька - три небольших шага на низких полупальцах по 6-ой позиции.

Учебно-тематический план 3-го года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Введение	4	2	2	
2.	Азбука	32	6	16	Собеседование,

	музыкального движения				практические упражнения
3.	Элементы народных танцев	50	6	44	Педагогическая диагностика по развитию хореографических способностей
4.	Постановочная и репетиционная работа	58	-	58	Танцевальные комбинации, композиции
5.	Беседы о хореографическом искусстве	10	10	-	Собеседование, концертное выступление
	Всего:	144	24	120	

Содержание программы 3-го года обучения

Введение

Теория: подведение итогов прошлого года. Цели и задачи 3-го года обучения. Перспективный план работы группы. Расписание занятий и репетиций.

Азбука музыкального движения

Сочетание синкопированных и несинкопированных ритмов. Ритмические рисунки в движении (сочетании четвертей и восьмых).

Практические занятия. Упражнения на развитие музыкальности.

Элементы народного танца

Основные технические навыки. Открытые и закрытые, свободные позиции ног. Дробные движения русского танца, настроение и характер (задорный, озорной дух соревнования, удаль и т. п.)

Хороводы и кадрили. Характер среднерусских - московских, калининских, рязанских и воронежских хороводов. Кадрили Сибири, Рязанской, Смоленской, Курской областей, такие как "Тимоня", "Подгорка", "Чижик" и др. Их содержание и связь образом жизни.

Беседы о характере узбекского танца. Своеобразие ферганских, бухарских и особенно воинственных хорезмских танцев. Легенды, сказки и их связь с танцами.

Практические занятия. Характерный тренаж. Повторение упражнений у станка. Новые движения.

Батман тандю - скольжение стоп по полу с поворотом ноги в скрытое положение - в сторону.

Батман тандю жете - маленькие броски вперед, в сторону, назад с одним ударом стопой по 5-ой открытой позиции (коротким ударом по полу носком или ребром каблука).

Батман тандю в полуприседании на опорной ноге.

Батман фондю с поворотом колена работающей ноги из закрытого положения в открытое на 45° .

Девелоппе - разворачивание ноги с одновременным ударом каблука опорной ноги в полуприседании (вперед и в сторону, плавные, резкие). Маленькие броски от щиколотки со свободной стопой в закрытое положение (к станку) в прямом положении вперед.

Опускание на колено: у носка опорной ноги, у каблука опорной ноги. Упражнения на середине.

Русский танец. Положение рук в парном танце. Движение рук, переводы в различные положения, навыки в обращении с платочком.

Ходы. Закрепляются навыки первого-второго годов обучения и добавляются новые: направление назад, переменный шаг с каблука, с продвижением вперед и назад.

"Девичий" шаг с переступанием, два шага с последующей мягкой приставкой в 6-ю позицию на всю стопу в полуприседании, с продвижением вперед, назад.

Дробь с подскоком - подскок на одной ноге с последующим ударом каблуком и всей стопой другой ноги на месте и с продвижением.

"Веревочка" - простая и с переступанием.

"Ключ" - дробный, сложный.

Присядки - комбинации из полуприсядок и полных присядок.

Украинский танец. Положение ног, положение рук в парном танце. Притоп - перескок на всю стопу с двумя последующими поочередными ударами всей стопой о пол по 6-ой позиции. "Выхиясник" - удар носком и ребром каблука одной ноги с одновременным подскоком на другой ноге.

Учебно-тематический план 4-го года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Введение	4	2	2	
2.	Азбука	20	4	16	Собеседование,

	музыкального движения				практические упражнения
3.	Элементы народных танцев	46	6	40	Педагогическая диагностика по развитию хореографических способностей
4.	Постановочная и репетиционная работа	66	-	66	Танцевальные комбинации, композиции
5.	Беседы о хореографическом искусстве	8	8	-	Собеседование, концертное выступление
	Всего:	144	20	124	

Содержание программы 4-го года обучения

Введение

Теория: подведение итогов прошлого года. Перспективный план. Репертуар. Праздничные и знаменательные даты. Расписание занятий и репетиций. Беседа с детьми и родителями. Выбор старосты группы.

Азбука музыкального движения

Темповые обозначения: адажио - медленно, виво - живо, ленто - протяжно, лярго - широко, анданте - не спеша, аллегро - скоро, бодро - применительно к практическому материалу по народному танцу.

Элементы народного танца

Происхождение некоторых украинских движений: "дорожка проста", "дорожка плетена", "тынок" и др. Украинские сказки и предания. Персонажи гоголевских сказок. Характер женских и мужских танцев. Запорожская Сечь, ее воинственные традиции и связанный с этим характер мужских танцев. Народные костюмы и музыка.

Практические занятия. Характерный тренаж. Упражнения у станка. Повторение изученных элементов в более быстром темпе и в несколько более сложном ритмическом рисунке.

Упражнения на середине. Повторяются элементы движений в комбинациях, на 16 и 32 тактах.

Русский танец. Прыжки (мужские) с обеих ног с одновременным сгибанием одной ноги вперед в свободном положении и ударом ладонью на подошве.

Украинский танец. Угинание - сгибание к щиколотке и открытие одной ноги в свободном положении вперед на 35° с одновременным подскоком на другой ноге. "Веребочка" - поочередной перенос согнутых ног спереди назад в свободном положении с одновременными небольшими подскоками на низких полупальцах, в небольшом полуприседании, на месте, с продвижением назад, с поворотом.

Ходы. "Бигунец" - длинный шаг вперед с прыжком с двумя последующими шагами на низких полупальцах в небольшом приседании. Дорожка простая (припадание) - небольшой шаг в сторону на всю стопу в свободном положении с последующим переступанием другой ноги на низкие полупальцы по 3-й свободной позиции сзади; с продвижением в сторону, с поворотом. Дорожка плетена (припадание) - шаг в перекрещенной положение на всю стопу или на полупальцы назад с небольшим полуприседанием и последующим маленьким шагом ногой, с продвижением в сторону. "Тынок" - перескок с ноги на ногу в сторону с последующими двумя переступаниями по 4-ой свободной позиции в перекрещенном положении в небольшом полуприседании: на месте, с продвижениями вперед, с поворотом. "Голубец" - подбивание ноги, открытой в сторону, другой ногой в прыжке в прямом положении на 36° : на месте, с продвижением, ударом стопами обеих ног в открытом положении в большом

прыжке с броска вытянутой ногой на 45° . Присядка (мужская). "Размножка" - полное приседание с подскоком на 1-й свободной позиции с последующим одновременным проскальзыванием по полу обеих ног в стороны на ребро каблука. Полное приседание с подскоком в 1-ю свободную позицию с последующим отскоком на одну ногу в сторону в полуприседание с одновременным открыванием другой ноги на 45° в открытом положении. "Метелочка" - поочередные скольжения по полу внутренними сторонами стоп обеих согнутых ног от колена сзади в сторону в полном приседании (мужское).

Учебно-тематический план 5-го года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Введение	4	2	2	
2.	Азбука	14	4	10	Собеседование,

	музыкального движения				практические упражнения
3.	Элементы народных танцев	46	6	40	Педагогическая диагностика по развитию хореографических способностей
4.	Постановочная и репетиционная работа	72	-	72	Танцевальные комбинации, композиции
5.	Беседы о хореографическом искусстве	8	8	-	Собеседование, концертное выступление
	Всего:	144	20	124	

Содержание программы 5-го года обучения

Введение

Теория: подведение итогов прошлого года. Цели и задачи пятого года обучения. Перспективный план постановочной работы. Расписание занятий и репетиций. Выбор старосты группы.

Азбука музыкального движения

Выразительные средства музыка и танца. Легато, стакато, акчелерандо, диминуэндо.

Практические занятия. Прослушивание грамзаписи. Просмотры балетов и выступлений национальных ансамблей.

Элементы народного танца

Источник яркости и живости молдавских танцев. Соединение темы радости и печали "Дойна". Быт и нравы молдавских крестьян, занятия и образ жизни. Костюмы, народные инструменты, сопровождающие праздники и танцы. Польские танцы как пример народно-сценических танцев, вырабатывающих осанку, легкость и благородную манеру исполнения.

Практические занятия. Повторяются все пройденные элементы с более усложненными комбинациями в быстром темпе. Дополнительно - большие батманы жете с падением на работающую ногу вперед и в сторону.

Упражнения на середине. Повторяется весь пройденный материал. Композиции на 16, 32 такта.

Молдавский танец. Положение рук, положение ног. Положение рук в паре. Ходы. Бег впереди с поочередным отбрасыванием согнутых ног назад в прямом положении, шаг с последующим прыжком и одновременным подъемом другой согнутой ноги вперед в прямом положении на 90^0 . Шаг или прыжок в сторону на вытянутую ногу или полуприседание с одновременным броском другой вытянутой ноги вперед в перекрещенное положение на 45^0 и подъемом на полупальцы. Бег на полупальцах с подъемом согнутых ног в прямом положении на 90^0 на месте, с продвижением вперед, с поворотом.

Плавные поочередные шаги в перекрещенное положение с продвижением в сторону. Мелкие переступания на полупальцах в полуприседании по 1, 3-й прямой и 3-й свободной позициям а месте, с продвижением в сторону. Шаг вперед или назад с последующим подъемом на полупальцы и одновременным подъемом другой ноги назад или вперед на 45^0 . (женск.). Шаг вперед на ребро каблука с последующим соскоком на всю стопу в полуприседание с одновременным броском другой согнутой ноги назад. Прыжок с поднятыми ногами в прямом положении. Вращение в паре на различных движениях.

Польский танец "Краковяк". Положение ног, положение ног (соло и в паре).

Притопы. Перескоки на всю стопу с последующим ударом всей стопой другой ноги в пол по 6-й позиции. Ключ - удар каблуками одинарный, двойной. Кшасанэ - маленький бросок вперед в прямом положении со скользящим ударом ребра каблука по 6-й позиции с последующим сгибанием ного назад, мазком полупальцами по полу.

Ходы. Шаг в сторону на полупальцы в прямом положении с последующим скользящим подведением другой ноги и подбиванием по 6-й позиции. Шаг в сторону с ударом полупальцами в пол в прямом положении в

полуприседании с последующим подскоком и подбиванием другой ноги по 6-й позиции. Шаг с последующим подскоком на одной ноге с другой согнутой вперед в прямом положении на месте, с продвижением вперед, назад с поворотом. Шаг с одновременным броском другой ноги вперед в прыжке и последующим сгибанием обеих ног в прямом положении на месте с полуповоротом. Голубец - подбивание вытянутой ноги, открытой в сторону в прямом положении по полу с продвижением в сторону 35° на маленьком прыжке на месте, с продвижением в сторону, с поворотом.

Перескок с ноги на ногу в сторону с последующими двумя переступаниями по 5-ой свободной позиции в перекрещенном положении в приседании.

Соскоки в 6-ю и 2-ю прямую позиции на полупальцах и в полуприседании на одну ногу с одновременным полуповоротом и последующим ударом полупальцами в пол другой ноги в прямом положении в сторону в полуприседании.

Польский танец "Мазурка" (сценическая). Па де бурре - перебор, акцентированный из стороны в сторону в полуприседании по прямой позиции. Основной ход мазурки па галя с акцентированным выведением ноги с продвижением вперед.

По марше - легкий бег с акцентом на 1-ю и 3-ю долю такта.

Отбиане (или па буато) - скольжение одной ногой вперед с последующим подбиванием ее другой ногой в полуприседании.

Голубец - подбивание ноги, открытой в сторону на носок в прямом положении, другой ногой по 6-й позиции подряд с продвижением в сторону и с переступанием.

Венгерский народный танец. Положение рук, положение ног.

Ходы чардаша. Шаг в сторону, вперед или назад в прямом положении с последующей приставкой другой ноги в 6-ю позицию с поочередным полуприседанием. Шаг в сторону в прямом положении с поворотом другой ноги в открытое положение. Переступания - шаг или перескок с ног на ногу в сторону в прямом положении с последующими двумя переступаниями по 6-й позиции. Шаг или перескок с ноги на ногу в сторону в прямом положении с последующими двумя переступаниями одной ногой на ребро каблука спереди, другой - на низких полупальцах сзади. Шаг или перескок с ноги на ногу в сторону в прямом положении с последующими двумя переступаниями по 5-й свободной позиции в перекрестном положении. Шаг или перескок с ноги на ногу в сторону с двумя последующими переступаниями одной ногой сзади на полупальцы в перекрещенном положении, другой на всю стопу спереди.

Боказо (ключ) жесткий - отведение ноги в прямом положении в сторону с последующей акцентированной приставкой в 1-ю позицию на всю стопу.

Движение рук - круговые поочередные от предплечья согнутых перед собой рук. Круговые поочередные от предплечья согнутых перед собой рук со щелчком пальцев.

Цифро (веревочка) - поочередной перенос ног спереди назад в открытом положении с акцентированным ударом всей стопы в пол сзади по 5-й свободной позиции в полуприседании с подъема на полупальцы, в полуприседании в 5-ю свободную позицию с последующим подъемом на полупальцах в приседании. Перебор из стороны в сторону по 1-й прямой позиции с сомкнутыми коленями.

Мужские движения. Хлопушки в ладоши, по голенищу, по каблуку. Вращение в паре. Повороты девушек за одну руку.

Методическое обеспечение программы

Оборудование: хореографический зал, оборудованный балетными станками и зеркалами;

Технические средства: музыкальный центр, компьютер, мультимедийный проектор; USB-флеш-накопитель, CD- диски, аранжировка музыкального материала; фотоаппарат; танцевальные атрибуты (платочки, ленты, обручи, мячи); шумовые инструменты (ложки, трещотки, бубны) по

необходимости; танцевальная обувь для народного танца; концертные костюмы, головные уборы (в соответствии с репертуаром).

Методическое обеспечение:

- методическая литература по хореографии;
- методические разработки;
- CD-диски с записями;
- портфолио объединения (с фото, дипломами);
- сценарии по воспитательной работе

Педагогом используются *основные методы*, направленные на достижение цели и выполнение задач:

- метод практического обучения, где осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения;

- метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям;

- метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др.

- метод стимулирования деятельности и поведения - соревнование, поощрение, создание ситуации успеха;

- метод рефлексии, который основан на индивидуальном переживании, самоанализе и осознании собственной ценности в реальной действительности;

- метод сенсорного восприятия - просмотры видеофильмов о народных коллективах России и др. стран, прослушивание аудиозаписей.

- метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы;

- игровой метод - включение элементов игры, которые создают хорошее эмоциональное настроение и отвечают задачам и содержанию занятий, возрасту и подготовленности детей.

В педагогической работе используется ряд приемов, которыми педагог пробуждает у детей желание к творчеству. Метод показа и словесный метод объединяются и подкрепляются методическим приемом - музыкальным сопровождением, что помогает детям согласовывать движения с музыкой.

Структура занятия

Занятие состоит из подготовительной (вводной), основной и заключительной частей и начинается с поклона. Вводную часть (разминка) составляют упражнения и движения динамического характера, воздействующие на весь организм: ходьба, бег, прыжки. Затем следует основная часть, в которой реализуются задачи этапов обучения. Третья часть

занятия — репетиционно-постановочная. Здесь включены танцевальные движения, творческие задания, танцевальные композиции, задания на построение и перестроение. В этой части задания дети самостоятельно могут создавать музыкальные образы. Упражнения распределяются с учетом возрастания физиологической нагрузки в основной части занятия: в подготовительной части объединяются упражнения простые по координации, малые по амплитуде и выполняемые в медленном умеренном темпе; постепенное увеличение этих параметров движения и темпа приводит к усилению нагрузки в основной части; в заключительной части нагрузка постепенно снижается. Музыка на занятии доступна восприятию детей и подбирается с учётом возрастных особенностей ребёнка. Используются детские песни, эстрадные и классические произведения, современная музыка. Музыкальные стили и темп на протяжении занятия меняются, но основной темп - умеренный.

Показ упражнений происходит в зеркальном изображении. Объяснение техники исполнения упражнения дополняет ту информацию, которую ребенок получил при просмотре. Первые попытки опробования упражнения имеют большое значение при дальнейшем формировании двигательного навыка. При обучении несложным упражнениям (например, основные движения руками, ногами, головой, туловищем, простейшие прыжки и др.) начальный этап обучения может закончиться уже на первых попытках. При обучении сложным движениям (например, разнонаправленные движения руками, ногами, головой в упражнениях танцевального характера) педагог должен выбрать наиболее рациональные методы и приемы дальнейшего формирования представления о технической основе упражнения. Если упражнение можно разделить на составные части, целесообразно применять расчлененный метод. Например: изучить сначала движение только ногами, затем руками, далее соединить эти движения вместе и только после этого продолжить дальнейшее обучение упражнению. Успех начального этапа обучения зависит от умелого предупреждения и исправления ошибок. При удачном выполнении упражнения целесообразно его повторить несколько раз, закрепив тем самым предварительное представление о нем. Этап углубленного разучивания упражнения характеризуется уточнением и совершенствованием деталей техники его выполнения. Основная задача этапа сводится к уточнению двигательных действий, пониманию закономерностей движения, усовершенствования ритма, свободного и слитного выполнения упражнения. Главным условием обучения на этом этапе является целостное выполнение упражнения. Количество повторений в занятии увеличивается, по сравнению с предыдущим этапом. На этапе углубленного разучивания дети приобретают некоторый опыт в исполнении движений по показу педагога и запоминают несколько композиций. Все это способствует развитию у детей самостоятельно выполнять выученные

упражнения в целом. Этап закрепления и совершенствования характеризуется образованием двигательного навыка, переходом его к творческому самовыражению в движении под музыку. Задача педагога на этом этапе состоит не только в закреплении двигательного навыка у детей, но и в создании условий для формирования движений более высокого уровня, выполнение которых можно было бы использовать в комбинации с другими упражнениями. На этом этапе необходимо совершенствовать качество исполнения упражнений и формировать у детей индивидуальный стиль. Этап совершенствования упражнений можно считать завершенным лишь только тогда, когда дети начнут свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей. Только после этого данное упражнение можно применить с другими, ранее изученными упражнениями, в различных комбинациях, комплексах и танцах. На занятиях хореографией подбор упражнений соответствует возможности и подготовленности детей. В процессе изучения курса дети знакомятся с основами танцевального искусства, осваивают репертуар, показывают свое мастерство на детских праздниках и концертах. Репертуар к программе подобран для каждого возраста детей. На основе подобранного музыкального материала создается танцевальный репертуар.

Список литературы:

для педагога:

1. Базарова, Н. Классический танец [Текст]: учебно-методическое пособие / Н. Базарова. - Москва: «Искусство», 1985. – 262 с.
2. Балдина, О. Танец в народных картинках [Текст] / О. Балдина // Советский балет. Танец в народных картинках. – 2002. - №1. - с. 31-32.

3. Барышникова, Т. Азбука хореографии [Текст] / Т. Барышникова. - Москва: «Рольф», 2001. – 272 с.
4. Богаткова, И. Н. Танцы для детей [Текст] / И. Н. Богаткова. - Москва: «Искусство», 2004.
5. Богданов, Г. Ф. Русский народный танец в жизни и на сцене [Текст] / Г. Ф. Богданов.–2007. – № 4. – С. 22–29.
6. Борзов, А. А. Народно-сценический танец [Текст] / А. А. Борзов. – Москва: Московская академия образования Н. Нестеровой «Гитис», 2008.
7. Бурмистрова, И. Школа танцев для юных [Текст] / И. Бурмистрова, К. Силаева, - Москва: Изд-во Эксмо, 2003. - 240 с.
8. Бухвостова Л. В. Композиция и постановка танца [Текст]: учебное пособие / Л. В. Бухвостова. – Орел, 2002.
9. Ваганова, А. Я. Основы классического танца [Текст] / А. Я. Ваганова.- Л., 1963.
10. Головина, С. Н. Уроки классического танца в старших классах [Текст] / С. Н Головина. - Москва: «Искусство», 1995.
11. Ершова, Т. М. Народная художественная культура [Текст] / Т. М. Ершова. - Челябинск, 2009. - 106 с.
12. Зарипов, Р. С. Драматургия и композиция танца. Взгляд из зрительного зала [Текст] / Р. С. Зарипов. - Новосибирск, 2008 - 344 с.
13. Киселев, М. Современный ребенок и эстетическое воспитание [Текст] / М. Киселев // Педагогика. - 1994. - №8. – С. 7-14.
14. Костровицкая, В. 100 уроков классического танца [Текст]: учебно-методическое пособие / В. Костровицкая. - Л.: Искусство», 1981.
15. Костровицкая, В. Школа классического танца [Текст]: учебно-методическое пособие / В. Костровицкая, Писарев А. - Л.: Искусство, 1986.
16. Колодницкий, Г. А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей [Текст]: практическое пособие / Г. А. Колодницкий. – Москва: Гном – Пресс, 2007. – 64 с.
17. Лисицкая, Т. С. Аэробика на все вкусы [Текст] / Т. С. Лисицкая. - Москва: Просвещение, 1994.
18. Общая психология [Текст]: учебн. пособие / Под ред. В. В. Богословской, А. Т. Ковалева, А. М. Степанова.- Москва: Просвещение», 1981.
19. Цорн, А. Я. Грамматика танцевального искусства и хореографии [Текст] / А. Я. Цорн. - Москва: Лань, Планета музыки, 2011. - 544 с.

для учащихся:

1. Ваганова, А. Я. Основы классического танца [Текст] / А. Я. Ваганова. – Санкт-Петербург: Изд-во «Лань», 2001. - 192 с.
2. Барышникова, Т. Азбука хореографии [Текст] / Т. Барышникова. - Москва: Рольф, 2001. - 272 с.
3. Гусев, Г. П. Методика преподавания народного танца: Упражнения у станка: Учебное пособие для вузов искусств и культуры [Текст] / Г. П. Гусев. - Москва: Гуманит. изд. центр Владос, 2002. - 208 с.
4. Холфина, С. Вспоминая мастеров московского балета [Текст] / С. Холфина. - Москва: «Искусство», 1990. - 377 с.