

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования  
«Дом детского творчества»

Рекомендована к утверждению  
методическим советом  
Уткина  
МБОУДО «Дом детского творчества»  
Протокол №1 от 31.08.2015г

Утверждаю  
Директор: \_\_\_\_\_ Е.Н.

Приказ № 22 от 31.08.2015

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
**Программа танцевальной студии «Настроение»**  
возраст детей 6-17 лет, срок реализации -10 лет

Автор-составитель: Тарасова Н. В.,  
педагог дополнительного образования

Умет , 2015

## Пояснительная записка

*Танец - самое возвышенное,  
самое волнующее и самое прекрасное  
из всех искусств, поскольку он  
не просто отражение жизни или  
отвлечение от нее, а сама жизнь.*

Хэвлок Эллис

Занятия танцем становятся для детей частью их жизни, т.к. дают возможность выразить себя, свои чувства, настроение в движении и жесте, подчинить свое тело музыке. Дети приобретают стройную осанку, начинают свободно, грациозно двигаться, избавляются от многих физических недостатков, улучшается координация движений. Благодаря занятиям легко и естественно чувствуют эстетику поведения в быту: подтянутость, внимательность и вежливость по отношению к друзьям, чистоту и аккуратность по отношению к себе.

Танцевальный коллектив является художественно-воспитательным объединением, соединяющим две системы: 1) художественной культуры; 2) культурно-воспитательной, объединяющей воедино обучение, воспитание и развитие зрителей (родителей).

### **Цель программы:**

- дать прочные и достаточные танцевальные навыки для достижения техничности исполнения, естественности и пластической свободы.

### **Задачи программы:**

- обучать сознательному отношению детей к изучаемому материалу;
- развивать творческие способности ребенка и физические данные;
- воспитывать художественный вкус, эстетическое восприятие и воображение.

Программа рассчитана на детей 6-17 лет, имеющих средние хореографические данные и интересующихся танцевальным искусством.

Программа осуществляется во время групповых занятий (12-14чел.), но не исключает занятия по подгруппам (2-6 чел.), а также индивидуальных занятий с одаренными детьми.

С учетом возрастных и психологических особенностей детей программа поделена на четыре этапа:

**I этап** - (1-2 годы обучения) - подготовительный этап, дети постигают основу танцевальной грамотности.

**II этап** - (3-4-5 годы обучения) - обучающе-развивающий период, постижение танцевальной азбуки, участие в концертах и собственные творческие работы обучающихся.

**III этап** - (6-7-8 годы обучения) - период дальнейшего совершенствования полученных знаний, продолжение изучения классического и народно-сценического экзерсисов; исполнение народных танцев, развитие творческого мастерства, воспитание способности к танцевальной импровизации, знакомство с современными направлениями.

**IV этап** - (9-10 годы обучения) - изучение и совершенствование упражнений с увеличением силовой нагрузки, составление танцевальных комбинаций, постановочные работы, более сложных по технике, выразительности, танцевальности в быстром темпе.

Особое внимание в занятиях хореографией надо обратить на музыкальное воспитание обучающихся, на характер и качество музыкального сопровождения. Музыка делает занятия более полноценными и эмоциональными, вызывает желание двигаться, создает хорошее настроение.

В конце каждого года проводятся контрольные занятия по разделам образовательной программы, открытые уроки для родителей, педагогов, др. групп.

Аттестация обучающихся может быть в форме отчетного концерта или конкурса.

**Схема возрастного и количественного распределения детей по группам, количество занятий в неделю и их продолжительность**

Год обучения	Количество детей в группе	Общее количество занятий в неделю	Продолжительность занятий, час.	Общее количество часов в неделю	Общее количество часов в год
1	12-14	2	1	2	72
2	12-14	2	2	4	144
3-4-5	8-10	3	2	6	216
6-7-8	8-10	3	2	6	216
9-10	6-8	3; 2	2; 3	6	216

В программу входят разделы: ритмика, танцевальная азбука, партерная гимнастика, классический танец, народно-сценический танец, элементы эстрадного танца; развивающие игры; композиция танца, концертная деятельность.

**1. Раздел «Ритмика»** включает занятия по музыкально-ритмическому воспитанию, целью которых являются развитие музыкального слуха и памяти, пластической выразительности посредством упражнений, построенных на связи музыки и движений.

**2. Раздел «Танцевальная азбука»** содержит элементы классического, народного и бального танцев. Упражнения этого раздела способствуют развитию правильной осанки, подвижности суставов, помогают исправить физические недостатки.

**3. Раздел «Партерная гимнастика»** включает упражнения на развитие физических данных ребенка, укрепление мышечного аппарата, силы, выносливости. Дети усваивают понятия: «прямая спина», «вытянутый носок», «выворотная позиция».

**4. Раздел «Классический танец».** Привычка держать корпус подтянутым должна стать в дальнейшем исполнительским навыком, определяющим творческую дисциплину в танце. Поэтому основное внимание необходимо уделить постановке корпуса, рук, ног и головы, освоению элементарных форм пор-де-бра, развитию выворотности и координации движений.

**5. Раздел «Народно-сценический танец»** включает упражнения народно-сценического танца, которые позволяют развить подвижность суставов, укрепление и эластичность связок, развивают определенную группу мышц, недостаточно занятых в упражнениях классического танца, тренируется нервная система.

**6. Раздел «Эстрадный танец»** включает обучение, основанное на синхронных ритмических и физкультурных движениях, исполняемых под джазовую музыку.

На занятиях логически сочетаются все виды деятельности: ритмика, прослушивание музыки, упражнения на ориентацию в пространстве, развитие танцевальных и физических данных.

## **1 этап**

### **1-2 годы обучения**

#### **Цели I этапа:**

- знакомство детей с основными понятиями искусства танца;
- определение задатков каждого обучающегося к занятиям танцевальным искусством;
- понятие «коллективное творчество», первый выход на сцену.

#### **Задачи I этапа:**

- обучение простейшим навыкам исполнения танцев, музыкальных игр в различных темпах со сменой движения вместе с музыкой;
- развитие координации движений, укрепление мускулатуры;
- воспитание аккуратности, пунктуальности, вежливости.

**Календарно-тематический план 1 этапа  
1-й год обучения**

№	Наименование тем, разделов	Количество часов		
		Всего	Теор.	Практ.
	<b>Вводное занятие</b> - понятие о жанрах хореографии; - термины, принятые в хореографии; - правила ТБ в танцевальном классе; - аттестация обучающихся.	<b>1</b>	<b>1</b>	
<b>1</b>	<b>Ритмика</b> - ритмические упражнения; - музыкальные игры; - музыкальные задания по прослушиванию и анализу танцевальной музыки.	<b>19</b> 8 4 7	<b>8</b> 3 2 3	<b>11</b> 5 2 4
<b>2</b>	<b>Танцевальная азбука</b> - возникновение и развитие танца; - возникновение и развитие бальной хореографии; - упражнения на выработку выносливости, силы, ловкости, выразительности, танцевальных поз и танцевальных фигур.	<b>20</b> 3 3 14	<b>5</b> 1 1 3	<b>15</b> 2 2 11
<b>3</b>	<b>Партерная гимнастика</b> - упражнения на развитие физических данных; - укрепление мышечного аппарата, силы, выносливости.	<b>30</b> 15 15	<b>10</b> 5 5	<b>20</b> 10 10
	<b>Итоговое занятие</b> - аттестация обучающихся.	<b>2</b>		<b>2</b>
	<b>Итого часов:</b>	<b>72</b>	<b>24</b>	<b>48</b>

## Содержание программы 1 этапа 1-й год обучения

### Вводное занятие

Беседа с детьми о целях и задачах детского объединения, правилах поведения на занятиях по хореографии, о форме одежды на занятиях.

*Практические занятия:* аттестация на оценку подготовленности детей к занятиям по хореографии, ходьба и бег со сменой размеров и темпов.

### 1. Ритмика.

Слушание музыки. Определение характера и строения музыкального произведения, его темпа, ритмического рисунка. Подбор музыкального произведения в соответствии с исполняемыми движениями, с соблюдением принципа «музыка-движение».

Овладение простейшими навыками координации движений и исполнение танцев, хороводов, музыкальных игр.

Ритмический рисунок и его составные. Определение и передача в движении элементов музыкальной грамоты.

*Практические занятия:* ритмические упражнения и музыкальные игры. Упражнения на развитие музыкальности, умения координировать движения с музыкой. Ритмические упражнения с музыкальным заданием. Начало и окончание движения вместе с музыкой, различение музыкальных частей. Движение в различных темпах, со сменой движений.

### 2. Танцевальная азбука.

Постановка корпуса, головы. Понятие вытянутой ноги.

Построения и перестроения. Построение в колонну по одному и по два, перестроения из колонны по одному в пары и обратно, на месте и на шагах. Построение в шеренгу, в круг, сужение и расширение круга, свободное размещение в зале, построение «цепочкой», «елочкой», построение «воротца».

Поклон.

Виды и композиционное построение произведений народной хореографии.

*Практические занятия:* позиции и упражнения танца. Постановка корпуса. Положение анфас. Вытягивание ноги в сторону и вперед, с переводом с носка на каблук и обратно. Раскрывание рук вперед – в сторону из положения «на поясе», соединяя упражнение с поворотом головы и корпуса. Основные танцевальные движения. Танцевальный шаг вперед, назад, в повороте, в характере марша, польки, вальса. Хлопки в ладоши по одному и в парах. Положение рук в парных танцах: за одну руку, накрест, за две руки.

### 3. Партерная гимнастика.

Понятие «вытянутой» и «сокращенной» стопы. Упражнения для спины «выворотных» и «невыворотных» ног, на развитие шага, устойчивости и координации движений.

Музыкальные, танцевальные и художественно-творческие способности.

*Практические занятия:* усвоение основных понятий позиции ног. Работа над направлением рук – вперед, в сторону на уровне плеч, вверх, вдоль тела, вниз, на поясе. Постановка корпуса, головы. Понятие левой и правой ноги. Понятие вытянутой ноги. Приобретение простейших координационных навыков. Приставные шаги, галоп. Приседания. Прыжки. Приставные шаги на полупальцах.

### **Итоговое занятие**

Подведение итогов работы за год. Первый выход на сцену. Аттестация обучающихся.

**Календарно-тематический план 1 этапа  
2-й год обучения**

№	Наименование тем, разделов	Количество часов		
		Всего	Теор.	Практ.
	<b>Вводное занятие</b> - понятие о жанрах хореографии; - термины, принятые в хореографии; - правила ТБ в танцевальном классе; - аттестация обучающихся.	<b>1</b>	<b>1</b>	
<b>1</b>	<b>Ритмика</b> - ритмические упражнения; - музыкальные задания по прослушиванию и анализу танцевальной музыки.	<b>26</b> 16 10	<b>6</b> 2 4	<b>20</b> 14 6
<b>2</b>	<b>Танцевальная азбука</b> - возникновение и развитие народного танца; - возникновение и развитие бальной хореографии; - упражнения на выработку выносливости, силы, ловкости, выразительности, танцевальных поз и фигур.	<b>20</b> 3 3 14	<b>5</b> 1 1 3	<b>15</b> 2 2 11
<b>3</b>	<b>Основы классического танца</b> - изучение основных позиций и движений классического танца; - экзерсис у станка; - экзерсис на середине зала; - тренировочные упражнения классического танца.	<b>50</b> 10 10 10 20	<b>14</b> 3 3 3 5	<b>36</b> 7 7 7 15
<b>4</b>	<b>Народно-сценический танец</b> - изучение основных позиций и движений народно-характерного танца; - позиции рук, перевод из позиции в позицию; - элементы русского и народно-сценического танца; - этюдная работа.	<b>45</b> 15 7 15 8	<b>14</b> 4 2 4 4	<b>31</b> 11 5 11 4
	<b>Итоговое занятие</b> - аттестация обучающихся.	<b>2</b>		<b>2</b>
	<b>Итого часов:</b>	<b>144</b>	<b>40</b>	<b>104</b>

## Содержание программы 1 этапа 2-й год обучения

### **Вводное занятие**

Беседа с детьми о целях и задачах детского объединения, правилах поведения на занятиях по хореографии, о форме одежды на занятиях.

*Практические занятия:* аттестация на оценку подготовленности детей к занятиям по хореографии, ходьба и бег со сменой размеров и темпов.

### **1. Ритмика.**

Слушание музыки. Определение характера и строения музыкального произведения, его темпа, ритмического рисунка. Подбор музыкального произведения в соответствии с исполняемыми движениями, с соблюдением принципа «музыка-движение».

Овладение простейшими навыками координации движений и исполнение танцев, хороводов, музыкальных игр.

Ритмический рисунок и его составные. Определение и передача в движении элементов музыкальной грамоты.

*Практические занятия:* ритмические упражнения и музыкальные игры. Упражнения на развитие музыкальности, умения координировать движения с музыкой. Ритмические упражнения с музыкальным заданием. Начало и окончание движения вместе с музыкой, различение музыкальных частей. Движение в различных темпах, со сменой движений.

### **2. Танцевальная азбука.**

Постановка корпуса, головы. Понятие вытянутой ноги.

Построения и перестроения. Построение в колонну по одному и по два, перестроения из колонны по одному в пары и обратно, на месте и на шагах. Построение в шеренгу, в круг, сужение и расширение круга, свободное размещение в зале, построение «цепочкой», «елочкой», построение «воротца».

Поклон.

Виды и композиционное построение произведений народной хореографии.

*Практические занятия:* позиции и упражнения танца. Постановка корпуса. Положение анфас. Вытягивание ноги в сторону и вперед, с переводом с носка на каблук и обратно. Раскрывание рук вперед – в сторону из положения «на поясе», соединяя упражнение с поворотом головы и корпуса. Основные танцевальные движения. Танцевальный шаг вперед, назад, в повороте, в характере марша, польки, вальса. Хлопки в ладоши по одному и в парах. Положение рук в парных танцах: за одну руку, накрест, за две руки.

### **3. Основы классического танца**

Освоение основных танцевальных понятий (выворотность, вытянутый носок и др.).

*Практические занятия:* изучение элементов классического танца от простого к сложному, от медленного темпа к более подвижному, от позиции

«лицом к станку» к позиции держаться одной рукой и к экзерсису на середине зала.

Усвоение упражнений без станка (прыжки, туры).

Изучение элементов классического танца с постановки корпуса у станка, с изучения позиции ног(1,2,3,5), позиции рук (1 и формы Port de bras). Без усвоения детьми этих основ хореографии невозможно дальнейшее образование. Постановка корпуса и позиции ног используются, держась двумя руками за станок, повернувшись к нему лицом, Port de bras – на середине зала. В заключение экзерсиса у станка обучающиеся делают упражнения, позволяющие растянуть мышцы ног, развить гибкость позвоночника. Упражнения выполняются лицом к станку, держась двумя руками, и представляют собой перегибы корпуса в сторону, назад, затем нога кладется на станок, и выполняются plie, наклоны к ноге, наклоны вперед, перегибы назад. Растяжка на полу (шпагаты). Комплекс упражнений трамплинных прыжков.

Упражнения на середине зала для развития устойчивости и координации движений.

### **3. Народно-сценический танец**

Возникновение и развитие народного танца. Простейшие элементы народно-сценического танца. Русский народный танец: основные положения ног, основные положения рук. Элементы русского народного танца. Расширение представления о танцевальном образе на основе народных и балетных танцев. Специфические особенности танцевального языка русских, белорусских, молдавских плясок. Музыкальное и пластическое разнообразие танцев разных народов.

Экзерсис на середине зала.

*Практические занятия:* народный танец. Разучивание танцевальных композиций на элементах танцев славянских народов.

Упражнения народного тренажа лицом к станку в чистом виде. Упражнения народного тренажа у станка, держась одной рукой за палку.

Народные танцы. Русские танцы: хоровод, кадрили, перепляс.

Исторические танцы. Разучивание свободной композиции полонеза, вальса, польки.

Руки в народном танце.

Основные шаги: тройной русский шаг, переменный шаг, шаг с проскальзывающим ударом.

Основные движения: «веревочка», «моталочка», дробный «ключ».

### **Итоговое занятие**

Подведение итогов работы за год. Участие в отчетном концерте. Аттестация обучающихся.

## **Предполагаемые результаты 1 этапа обучения**

### **Обучающиеся должны знать:**

- что любое танцевальное движение исполняется в строгом соответствии с темпом, ритмом и характером музыки;
- свое место в классе на середине зала, справляться с упражнениями партерной гимнастики, помнить порядок этих упражнений;
- хореографическую нумерацию точек класса, основные направления движения.

### **Обучающиеся должны уметь:**

- координировать работу головы, корпуса, рук и ног;
- сохранять правильную осанку во время исполнения любого движения и высокий уровень двигательной активности на протяжении всего занятия;
- определить размер незнакомого музыкального произведения и передать хлопками его ритмический рисунок;
- использовать пространство класса относительно зрителя;
- передать движением характер музыки (грустный, веселый, торжественный и т.д.).

**2 этап**  
**3-4-5 годы обучения**

**Цели 2 этапа:**

- отработка элементов классического и народно-сценического танцев от позиции «лицом к станку» к позиции держаться одной рукой и к экзерсису на середине зала;
- развитие творческих способностей и создание новых танцевальных композиций;
- обучение детей основам актерского мастерства посредством перевоплощения и передачи образа жестом, движением;
- активное участие в концертно-конкурсной деятельности.

**Задачи 2 этапа:**

- разучивание упражнений у станка классического и народно-сценического танцев, держась одной рукой; экзерсис на середине зала;
- развитие мотивационно-личностной сферы ребенка, направленной на формирование здорового образа жизни;
- воспитание упорства в достижении цели, взаимопомощи, уважения к культуре своего народа, к культуре других народов, чувства патриотизма.

**Календарно-тематический план 2 этапа  
3-4-5-й годы обучения**

№	Наименование тем, разделов	Количество часов		
		Всего	Теор.	Практ.
	<b>Вводное занятие</b> - термины, принятые в хореографии; - правила ТБ в танцевальном классе, на сценических площадках; - аттестация обучающихся.	<b>1</b>	<b>1</b>	
<b>1</b>	<b>Классический танец</b> - основные позиции и движения классического танца; - тренировочные упражнения классического танца; - экзерсис у станка; - экзерсис на середине зала.	<b>60</b> 10 30 10 10	<b>10</b> 2 4 2 2	<b>50</b> 8 26 8 8
<b>2</b>	<b>Народно-сценический танец</b> - элементы русского народного и народно-сценического танца; - позиции рук, варианты их перемещения из позиции в позицию; - изучение основных позиций и движений народно-характерного танца; - тренировочные упражнения народно-характерного танца; - этюдная работа.	<b>60</b> 20 7 20 7 6	<b>9</b> 2 2 3 1 1	<b>51</b> 18 5 17 6 5
<b>3</b>	<b>Творческие задания</b> - элементы эстрадного танца; - отработка навыков эстрадного танца.	<b>15</b> 5 10	<b>4</b> 2 2	<b>11</b> 5 6
<b>4</b>	<b>Танцевальный репертуар</b> - разучивание и отработка отдельных элементов, комбинаций, трюков, соединение их с музыкой; - танцевальные постановки.	<b>60</b> 30 30	<b>11</b> 9 2	<b>49</b> 29 20
<b>5</b>	<b>Совершенствование творческих способностей</b> - концертная деятельность; - участие в конкурсах.	<b>18</b> 12 6	<b>2</b> 1 1	<b>16</b> 11 5
	<b>Итоговое занятие</b> - аттестация обучающихся.	<b>2</b>		<b>2</b>

## **Содержание программы 2 этапа 3-4-5-й годы обучения**

### **Вводное занятие**

Беседа с детьми о целях и задачах детского объединения, правилах поведения на занятиях по хореографии, о форме одежды на занятиях. Концертные выступления обучающихся (показ видеофильма).

*Практические занятия:* аттестация на оценку подготовленности детей к занятиям по хореографии.

### **1. Классический танец**

Основные позиции и движения классического танца.

Экзерсис у станка. Экзерсис на середине зала.

*Практические занятия:* экзерсис у станка. Экзерсис на середине зала, освоение основных танцевальных понятий (выворотность, вытянутый носок и др.).

Изучение элементов классического танца от простого к сложному, от медленного темпа к более подвижному, от позиции «лицом к станку» к позиции держаться одной рукой и к экзерсису на середине зала.

Усвоение упражнений без станка (прыжки, туры).

Изучение элементов классического танца с постановки корпуса у станка, с изучения позиции ног(1,2,3,5), позиции рук (1 и формы Port de bras). Постановка корпуса и позиции ног используются, держась двумя руками за станок, повернувшись к нему лицом, Port de bras – на середине зала. В заключение экзерсиса у станка обучающиеся делают упражнения, позволяющие растянуть мышцы ног, развить гибкость позвоночника. Упражнения выполняются лицом к станку, держась двумя руками, и представляют собой перегибы корпуса в сторону, назад, затем нога кладется на станок, и выполняются plie, наклоны к ноге, наклоны вперед, перегибы назад.

Растяжка на полу (шпагаты).

Трамплинные прыжки.

Комплекс упражнений на середине зала для развития устойчивости и координации движений.

### **2. Народно-сценический танец**

Элементы народно-сценического танца.

Упражнения народно-сценического танца позволяют развивать подвижность суставов, во время исполнения упражнений мышцы получают иную, чем в классическом экзерсисе, нагрузку; к тому же, сочиненные в характере разных народов комбинации позволяют ознакомиться с танцевальной культурой разных стран. Упражнения изучаются с постепенным увеличением сложности. Некоторые трудно выполняемые движения методически раскладываются по элементам и заучиваются тоже постепенно.

*Практические занятия:* упражнения народно-характерного танца, перевод стопы с носка на пятку и с пятки на носок (увеличение количества переводов). Дробные выстукивания, большие броски.

Упражнения с ненапряженной стопой в сочетании с ударом, низкие развороты, пляски: дроби, «ключ» и т.д.

Исполнение этюдов в русском, испанском, белорусском характере.

Элементы исторических танцев: повторение вальсовой дорожки вперед и назад, балансе, вальсового поворота по одному и в парах, шассе и т.д.

### **3. Творческие задания**

Обучение, основанное на синхронных ритмических и физкультурных движениях, исполняющихся под джазовую музыку.

*Практические занятия:* ритмические танцы, «танцы в современных ритмах».

### **4. Танцевальный репертуар**

Разучивание и отработка отдельных элементов, комбинаций, трюков, соединение их с музыкой. Концертные постановки.

### **5. Совершенствование творческих способностей**

Концертная деятельность.

Участие в конкурсах, смотрах. Предконкурсная подготовка обучающихся.

Выработка танцевального имиджа.

### **Итоговое занятие**

Аттестация обучающихся в форме концерта или конкурса, просмотр детьми видеоматериалов конкурсов, концертных выступлений.

## **Предполагаемый результат 2 этапа обучения**

### **Обучающиеся должны знать:**

- позиции ног, рук;
- названия движений классического и народного танцев;
- элементы танцевальных комбинаций разных народов и русского народного танца.

### **Обучающиеся должны уметь:**

- правильно стоять у станка;
- исполнять упражнения у станка, держась одной рукой; выдерживать физическую нагрузку занятия;
- выполнять основные элементы классического и народно-сценического танцев;
- держать точку и исполнять вращения и простейшие дроби;
- анализировать исполнение движений;
- придумать простую комбинацию движений;
- передать через движение характерные особенности различных народов;
- самостоятельно репетировать трудновыполнимые элементы.

**3 этап**  
**6-7-8 годы обучения**

**Цели 3 этапа:**

- освоение элементов классического и народно-сценического танцев более сложных по технике;
- самостоятельно работать над созданием хореографического образа, танцевальным номером;
- знать художественно-выразительные средства танца;
- активное участие в концертно-конкурсной деятельности.

**Задачи 3 этапа:**

- выразительно и артистично передавать характер музыки, движения, танца;
- развитие мышечного аппарата с увеличением силовой нагрузки; совершенствование танцевальной культуры;
- формирование у обучающихся осознанной потребности в здоровом образе жизни.

**Календарно-тематический план 3 этапа  
6-7-8-й годы обучения**

№	Наименование тем, разделов	Количество часов		
		Всего	Теор.	Практ.
	<b>Вводное занятие</b> - термины, принятые в хореографии; - правила ТБ в танцевальном классе, на сценических площадках.	<b>1</b>	<b>1</b>	
<b>1</b>	<b>Классический танец</b> - основные позиции и движения классического танца; - тренировочные упражнения классического танца; - экзерсис у станка; - экзерсис на середине зала;	<b>74</b> 15 30 15 14	<b>17</b> 4 5 4 4	<b>57</b> 11 25 11 10
<b>2</b>	<b>Народно-сценический танец</b> - элементы русского народного и народно-сценического танца; - позиции рук, варианты их перемещения из позиции в позицию; - изучение основных позиций и движений народно-характерного танца; - тренировочные упражнения народно-характерного танца; - этюдная работа;	<b>75</b> 20 12 20 12 11	<b>21</b> 5 4 5 4 3	<b>54</b> 15 8 15 8 8
<b>3</b>	<b>Творческие задания</b> - элементы эстрадного танца; - отработка навыков эстрадного танца;	<b>10</b> 3 7	<b>1,5</b> 0,5 1	<b>8,5</b> 2,5 6
<b>4</b>	<b>Танцевальный репертуар</b> - разучивание и отработка отдельных элементов, комбинаций, трюков, соединений их с музыкой; - танцевальные постановки	<b>40</b> 20 20	<b>10</b> 5 5	<b>30</b> 15 15
<b>5</b>	<b>Совершенствование творческих способностей</b> - концертная деятельность; - участие в конкурсах; - аттестация обучающихся.	<b>16</b> 8 8	<b>2</b> 1 1	<b>14</b> 7 7
	<b>Итоговое занятие</b>	<b>2</b>		<b>2</b>
	<b>Итого часов:</b>	<b>216</b>	<b>55</b>	<b>161</b>

## **Содержание программы 3 этапа 6-7-8 годы обучения**

### **Вводное занятие**

Беседа с детьми о целях и задачах детского объединения, правилах поведения на занятиях по хореографии, о форме одежды на занятиях. Концертные выступления воспитанников (показ видеофильма).

*Практические занятия:* Аттестация на оценку подготовленности детей к занятиям по хореографии.

### **1. Классический танец**

Основные позиции и движения классического танца.

Экзерсис у станка.

Экзерсис на середине зала.

*Практические занятия:* освоение основных танцевальных понятий (выворотность, вытянутый носок и др.).

Изучение элементов классического танца держась одной рукой за станок и на середине зала.

Растяжка на полу (шпагаты).

Трамплинные прыжки.

### **2. Народно-сценический танец**

Упражнения народно-сценического танца, сочиненные в характере разных народов, этюды, танцевальные постановки.

*Практические занятия:* упражнения народно-характерного танца, дробные выстукивания, большие броски.

Упражнения с ненапряженной стопой в сочетании с ударом, низкие развороты, пляски: дробь, «ключ» и т.д.

Исполнение этюдов в русском, испанском, белорусском характере.

### **3. Творческие задания**

Обучение, основанное на синхронных ритмических и физкультурных движениях, исполняющихся под джазовую музыку.

*Практические занятия:* ритмические танцы, «танцы в современных ритмах».

### **4. Совершенствование творческих способностей**

Концертная деятельность. Участие в конкурсах, смотрах.

Предконкурсная подготовка воспитанников.

Выработка танцевального имиджа. Аттестация обучающихся.

### **Итоговое занятие**

Просмотр детьми видеоматериалов соревнований, конкурсов, концертных выступлений. Награждение воспитанников дипломами, грамотами.

## **Предполагаемые результаты 3 этапа обучения**

### **Обучающиеся должны знать:**

- технику исполняемых движений классического и народно-сценического танцев;
- художественно-выразительные средства танца;
- танцевальную лексику, осмысленно воспринимать и артистично передавать характер музыки, движения, сценический образ.

### **Обучающиеся должны уметь:**

- легко усваивать новый материал;
- самостоятельно работать над созданием хореографического образа, танцевальным номером;
- ценить коллективизм, сплочённость, организованность, навыки совместной работы;
- самостоятельно отрабатывать трудновыполняемые элементы, помогать отстающим.

**4 этап**  
**9-10 годы обучения**

**Цели 4 этапа:**

- освоение элементов классического и народно-сценического танцев более сложных по технике с увеличением силовой нагрузки;
- самостоятельно работать над созданием хореографического образа, номером;
- знать художественно-выразительные средства танца;
- активное участие в концертно-конкурсной деятельности.

**Задачи 4 этапа:**

- выразительно и артистично передавать характер музыки, движения, танца;
- развитие физических данных, пластичности, музыкальности, совершенствование танцевальной культуры;
- сознательное отношение к изучаемому материалу.

**Календарно-тематический план 4 этапа  
9-10 годы обучения**

№	Наименование тем, разделов	Количество часов		
		Всего	Теор.	Практ.
	<b>Вводное занятие</b> - термины, принятые в хореографии; - правила ТБ в танцевальном классе, на сценических площадках; - аттестация обучающихся.	<b>1</b>	<b>1</b>	
<b>1</b>	<b>Классический танец</b> - тренировочные упражнения классического танца; - экзерсис у станка; - экзерсис на середине зала;	<b>50</b> 25 25	<b>10</b> 5 5	<b>40</b> 20 20
<b>2</b>	<b>Народно-сценический танец</b> - тренировочные упражнения народно-характерного танца; - экзерсис у станка; - экзерсис на середине зала; - этюдная работа;	<b>50</b> 20 20 10	<b>15</b> 5 5 5	<b>35</b> 15 15 5
<b>3</b>	<b>Творческие задания</b> - элементы эстрадного танца; - отработка навыков эстрадного танца;	<b>20</b> 10 10	<b>4</b> 2 2	<b>16</b> 8 8
<b>4</b>	<b>Танцевальный репертуар</b> - разучивание и отработка отдельных элементов, комбинаций, трюков, соединений их с музыкой, - танцевальные постановки	<b>60</b> 30 30	<b>15</b> 8 7	<b>45</b> 20 25
<b>5</b>	<b>Совершенствование творческих способностей</b> - концертная деятельность; - участие в конкурсах; - аттестация обучающихся.	<b>33</b> 18 15	<b>6</b> 3 3	<b>27</b> 15 12
	<b>Итоговое занятие</b>	<b>2</b>		<b>2</b>
	<b>Итого часов:</b>	<b>216</b>	<b>51</b>	<b>165</b>

## **Содержание программы 4 этапа 9-10 годы обучения**

### **Вводное занятие**

Беседа с детьми о целях и задачах детского объединения, правилах поведения на занятиях по хореографии, о форме одежды на занятиях. Концертные выступления воспитанников (показ видеофильма).

*Практические занятия:* Аттестация на оценку подготовленности детей к занятиям по хореографии.

### **1. Классический танец**

Экзерсис у станка.

Экзерсис на середине зала.

*Практические занятия:* совершенствование элементов классического танца в среднем темпе более сложных по технике, держась за палку одной рукой. Экзерсис на середине зала для развития устойчивости и координации движений. Прыжки. В заключение экзерсиса обучающиеся делают упражнения, позволяющие растянуть мышцы ног, развивать гибкость позвоночника.

### **2. Народно-сценический танец**

*Практические занятия:* Изучаются танцевальные упражнения, комбинации, дроби, этюды и танцевальные номера, более сложные по технике в быстром темпе.

Трудновыполняемые элементы, комбинации раскладываются по кусочкам и заучиваются постепенно.

### **3. Творческие задания**

Обучающиеся самостоятельно ставят танцевальные номера, исполняющиеся под эстрадную музыку.

### **4. Совершенствование творческих способностей**

Концертная деятельность.

Участие в конкурсах, смотрах. Предконкурсная подготовка воспитанников. Выработка танцевального имиджа. Аттестация обучающихся.

### **Итоговое занятие**

Просмотр детьми видеоматериалов фестивалей, конкурсов, концертных выступлений. Награждение воспитанников дипломами, грамотами.

## **Предполагаемые результаты 4 этапа обучения**

### **Обучающиеся должны знать:**

- технику исполняемых движений классического и народно-сценического танцев;
- художественно-выразительные средства танца;
- танцевальную лексику, осмысленно воспринимать характер музыки, движения, сценический образ.

### **Обучающиеся должны уметь:**

- легко усваивать новый материал;
- самостоятельно работать над созданием хореографического образа, танцевальным номером;
- самостоятельно отрабатывать трудно выполняемые элементы, помогать отстающим;
- ценить коллективизм, сплочённость, организованность, навыки совместной работы;
- выразительно и артистично предавать сценический образ.

## **Условия реализации программы**

1. Заинтересованность детей содержанием программы и её конечным результатом.
2. Организация процесса обучения в интересной доступной форме.
3. Наглядность обучения.
4. Наличие помещения, соответствующего санитарно-гигиеническим нормам и требованиям.
5. Наличие станка, зеркал, аудио и видеоаппаратуры.
6. Наличие концертмейстера.

## Список литературы для педагогов

1. Базарова Н. «Классический танец» Л.Искусство, 1984
2. Базарова Н., Мей В. «Азбука классического танца» Л., Искусство, 1983
3. Боголюбская М.С. Музыкально-хореографическое искусство в системе эстетического и нравственного воспитания. Учебно-методическое пособие. М., ВНМЦ НТ и КПП, 1986
4. Борзов А.А.- «Народный танец на самодеятельной сцене». Москва, 1986г.
5. Ваганова А.- «Основы классического танца» Л., Искусство, 1980
6. Варшавская И. Я к вам лечу воспоминаньем... //студия Пяти-ра. 2007 № 1 (19)
7. Дополнительное образование детей. Учебное пособие /Под ред. О.Е.Лебедева М., ВЛАДОС, 2003
8. Журова Н. Вся жизнь в танце. //Очень УМ. 2006 № 3 (37).
9. Захаров Р.- «Радуга русского народного танца» М., Советская Россия, 1986 (в помощь худ.сам.)
10. Зацепина К., Климов А., Рихтер К., Толстая Н., Фармянянц Е., «Народно-сценический танец» Москва, Искусство, 1976г.
11. Климов А. «Основы русского народного танца» М., 1994
- 12.Костровицкая В., Писарев А. «Школа классического танца» Изд. 2-е, доп., Л.Искусство, 1976г.
13. Левин М. «Гимнастика в хореографической школе» М. Терра-спорт. 2001г. (Русская театральная школа).
14. «Методические рекомендации и программа по классическому танцу для самодеятельных хореографических коллективов» М., ВНМЦ, 1984
15. Ткаченко Т. «Народный танец» М., Искусство», 1954
16. Уральская В.И. «Рождение танца» М., «Советская Россия», 1982г.
17. Хореографическая работа со школьниками под редакцией Е.В.Коноровой. Л., 1958г.

## Список литературы для учащихся

1. Беликова Е. Танцуем...street jazz /Танец- Модерн //Студия Антре 2004 № 2 (13).
2. Блок Л.Д. Классический танец: история и современность»- М., Искусство 1983г.
3. Карп П.М. Младшая муза, М., Детская литература,1986г
4. Красовская В.М. Анна Павлова: страницы жизни русской танцовщицы. Л-М. Искусство 1965г
5. Мессерер А.М. Танец. Мысль, Время- М., Искусство, 1990
6. Moonwalk, или лунная походка Майкла Джексона ИТАР-ТАСС, 1988
7. Основы русского народного танца.- М., Издательство Московского государственного института культуры, 1994г.
8. Пасютинская В.М. «Волшебный мир танца»: кн. Для учащихся- М., Просвещение 1985г.
9. «Секрет танца» Составитель Т.К.Васильева. СПб; ТОО «Диамант», ООО «Золотой век» 1997г.
10. Серова В.С. Как рос мой сын Я., Художник РСФСР, 1968г.
11. Страна волшебная - балет. Очерки- М., «Детская литература», 1974г.
12. Ткаченко А. «Детский танец» М., ВЦСПС, 1962г.
13. Шереметьевская Н.В. Танец на эстраде- М., Искусство, 1985г.