

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного
образования – Моздокский Центр детского творчества

ПРИНЯТО

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

На Педагогическом
совете протокол

№ 7

от «23» март 2022г.

Председатель
Методического
совета _____

Директор МБУДО
Моздокского ЦДТ

Л.А.Алавердова

приказ № 28 от
«23» март 2022г.



РАБОЧАЯ общеобразовательная программа
«ТАНЕЦ» для хореографического ансамбля «РАДОСТЬ»
Возраст обучающихся – 6-11 лет
Срок реализации – 5 лет, I уровень (базовый)
Направленность – художественная.

Составитель:
педагог дополнительного
образования Ломакина Н.М.

г. Моздок
2022 год

Введение

Танец – это радость! Откуда идут его истоки? Как овладеть этим искусством?

Еще в самые древние времена танец был одним из первых языков, которые люди могли выразить свои чувства. Танец таит в себе огромное богатство для успешного художественного и нравственного воспитания, он сочетает в себе не только эмоциональную сторону искусства, приносит радость как исполнителю, так и зрителю – танец раскрывает и растит духовные силы, воспитывает художественный вкус и любовь к прекрасному.

Хореография – искусство, любимое детьми. Многие детские танцевальные коллективы приобрели большую популярность не только в нашей стране, но и за рубежом. За легкостью и мастерством танцующих на сцене детей стоит каждодневный труд детей и их педагогов.

В системе эстетического воспитания подрастающего поколения значительная роль отводится танцу. Выплеснуть энергию, заполнить свое свободное время, раскрыть себя через движение с помощью музыки – вот к чему стремится молодежь сегодня. Пробудить интерес к хореографическому искусству, традиционной национальной культуре народов России и народов мира, научить красиво двигаться, стремясь к профессионализму – вот к чему должны стремиться обучающиеся.

С момента возникновения хореографии возник вопрос о формах и методах обучения этому искусству. Постепенно накапливается определенный опыт работы по обучению людей искусству танца. Он формировался в Италии, Франции, а затем, с появлением балетного театра в других странах, стал распространяться по Европе. В Россию балет привезли артисты Франции и Италии и, с развитием балетного театра стала распространяться наука об изучении танца. Стала формироваться национальная балетная школа, и встал вопрос о формировании отечественной методики работы с танцорами, которая опиралась на Запад. Методика работы с исполнителями неоднородна, имеет много вопросов, но она стала основой многих частных методик в искусстве хореографии.

Пояснительная записка

«Работать с детьми - значит ежечасно, ежедневно, из года в год отдавать ребенку свой жизненный и душевный опыт, формируя из него человека нашего общества, личность, развитую всесторонне и гармонически», - писал Б. Константиновский.

В основе программы «Танец» для хореографического ансамбля «Радость» лежит классический танец. Он является фундаментом обучения для всего комплекса танцевальных дисциплин. Занятия классическим танцем учат детей красоте, выразительности движения, силе и ловкости, развивают их мышечно-двигательный аппарат, дыхательную и сердечно-сосудистую системы. Кроме того, занятия требуют напряженного усилия, собранности, повышают трудолюбие ребенка, закаляют характер. Усвоение азбуки классического танца дает культуру исполнения, без которой немислим любой сценический танец, к этому прибавляется умение слушать и слышать музыку, строя свои действия с ее ритмами, темпами, стилем, настроением.

Общеразвивающая программа «ТАНЕЦ» для хореографического ансамбля «РАДОСТЬ» имеет **художественную направленность** и нацелена на развитие художественно-эстетического вкуса, художественных способностей, творческого подхода, эмоционального восприятия и образного мышления, подготовки личности к постижению других видов творчества, формированию стремления к воссозданию чувственного образа воспринимаемого мира.

Актуальность программы: хореография как никакое другое искусство обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец органично сочетает в себе различные виды искусства, в частности, музыку, песню, элементы театрального искусства, фольклор. Он воздействует на нравственный, эстетический, духовный мир людей различного возраста. Что же касается непосредственно детей, то танец, без преувеличения, развивает ребенка всесторонне.

Содержание программы разработано в соответствии с требованиями к программам нового поколения, что делает возможным выстроить индивидуальный маршрут развития каждого обучающегося, который будет пронизывать самые разнообразные образовательные области.

Данная программа является **модифицированной**, в её основе лежит классический танец. Он является фундаментом обучения для всего комплекса танцевальных дисциплин. Занятия классическим танцем учат детей красоте, выразительности движения, силе и ловкости, развивают их мышечно-двигательный аппарат, дыхательную и сердечно-сосудистую системы. Кроме того, занятия требуют напряженного усилия, собранности, повышают трудолюбие

ребенка, закаливают характер. Усвоение азбуки классического танца дает культуру исполнения, без которой немислим любой сценический танец, к этому прибавляется умение слушать и слышать музыку, строя свои действия с ее ритмами, темпами, стилем, настроением.

Программа составлена с учетом концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, а также:

- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 9.11.2018 года №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам»;
- СанПиН 2.44.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 № 16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)» (с изменениями на 21 марта 2022 года);
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2). Приказ действует до 1 сентября 2027 года;
- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 04.02.2022 №4 «О 597-20 «Профилактика новой коронавирусной инфекции (covid-19)», утверждённые Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 22.05.2020 п. 15» Редакция от 04.02.2022- Действует с 06.02.2022;
- Устава МБУДО Моздокский ЦДТ;

Отличительной особенностью программы I уровня является то, что она рассчитана на детей без специальной подготовки, ранее не занимающихся танцевальным искусством и призвана пробудить у них интерес к такому виду искусства, как хореография. В основе программы изучение простейших движения классического танца, знакомство с элементами народно-сценического танца, а также беседы по истории хореографического искусства.

Данная программа «Танец» для хореографического ансамбля «Радость» и содержание обучения рассчитаны на 5 лет для детей от 6 до 11 лет. Количество детей в группах:

- 1 год обучения – 15 человек минимум, 20 человек максимум.
- 2 и последующий года обучения - 12 человек минимум, 20 человек максимум.

Занятия в детском хореографическом коллективе проводятся:

- на 1 году обучения 2 раза в неделю по 2 часа – 144 часа в год;
- на 2 и последующих годах 3 раза в неделю по 2 часа – 216 часов в год.

В объединение принимаются все желающие без конкурсного отбора.

При приёме в группу каждый ребёнок обязан предоставить справку от врача о допуске до занятий хореографией.

Занятия хореографией делятся на разные виды и формы обучения: групповые, индивидуальные, репетиции.

Структура занятий направлена на физическое развитие ребенка, комфортное состояние, раскрытие индивидуальности, формирование духовных качеств.

Программа содержит следующие разделы:

- основы классического танца;
- основы народного танца;
- ритмика;
- танцевальная композиция;
- партерная гимнастика;
- постановочная работа (ансамбль);
- беседы (по истории хореографического искусства, по здоровому образу жизни, этикету, по патриотическому воспитанию).

ЦЕЛЬ ДАННОЙ ПРОГРАММЫ: - научить понимать и любить искусство танца, привить любовь к народному творчеству, пробудить интерес к танцевальному искусству других народов, содействовать эстетическому воспитанию, росту общей культуры.

Отсюда вытекают **ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ:**

Образовательные –

- обучить выполнять комплекс оздоровительно-укрепляющих упражнений низкой интенсивности;
- обучить азбуке классического танца;
- познакомить с основами народно-сценического танца;
- познакомить с историей хореографического искусства;
- обучить актерскому мастерству;

Развивающие-

- выработка стройной осанки, умение легко и свободно двигаться;
- помочь избавиться от физических недостатков;
- улучшить координацию движений, чувство ритма и умение слушать музыку;
- совершенствовать двигательные навыки;
- развивать творческое мышление, творческую инициативу;

Воспитывающие -

- организовать досуг участников ансамбля;
- формировать мировоззрение, мотивировать личность к познанию и творчеству;
- воспитывать взгляды и черты характера в соответствии с развитием общества;
- способствовать эстетическому воспитанию, росту общей культуры.

Прохождение программы должно опираться на следующие основные **принципы:**

- *постепенность в развитии природных данных обучаемых;*
- *строгая последовательность в овладении лексико-техническими приемами;*
- *систематичность и регулярность занятий;*
- *целенаправленность учебного процесса;*
- *грамотный подбор детского репертуара.*

Без соблюдения этих условий классический танец теряет силу воздействия как средство эстетического воспитания.

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

По прохождении 1 уровня программы «ТАНЕЦ» для хореографического ансамбля «РАДОСТЬ» обучающиеся должны овладеть основами классического танца, познакомиться с народным танцевальным творчеством, разбираться в характере и размере музыки; активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; уметь проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями, проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении целей.

ФОРМЫ КОНТРОЛЯ:

- открытые занятия
- итоговые занятия (в конце каждого полугодия)
- концерты, смотры, конкурсы
- наблюдение педагога
- устная оценка
- творческий этюд
- устный зачет
- практическое занятие
- корректировка движений

Педагог должен проявлять определенную гибкость в подходе к каждой конкретной группе воспитанников, творчески решать вопросы, которые ставит перед ним учебный процесс. При этом главная задача - поиск методов работы, которые обеспечат в сложных, специфических условиях работы высокое качество обучения с учетом возрастных и психофизических возможностей обучающихся. Детский репертуар необходимо подбирать серьезно и очень тщательно, так как при выступлении дети должны показать свои успехи, получить удовлетворение от труда, для ребенка это всегда праздник.

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ
ДЛЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДАННОЙ ПРОГРАММЫ

1. Наличие условий для занятий (станков, зеркал, светлого помещения);
2. Раздевалка для обучающихся;
3. Наличие специальной танцевальной формы (купальник, балетки);
4. Наличие аудиоаппаратуры с флеш-носителем;
5. Наличие танцевальных костюмов;
6. Наглядные пособия и методические разработки, специальная литература;
7. Наличие дидактического материала (игрушки, ленты, платочки, мячи, шары и другие, необходимые для танца атрибуты, а также картинки, декорации и т.д.).
8. Наличие музыкального инструмента;

Учебно-тематический план по годам обучения

№	Раздел программы	Количество часов				
		1 г.	2 г.	3 г.	4 г.	5 г.
1	Вводные занятия. Инструктаж по технике безопасности.	2	2	2	2	2
2	Ритмика.	57	57	57	—	—
3	Основы классического танца.	38	38	38	100	94
4	Партерная гимнастика.	40	40	40	40	40
5	Основы народного танца.	—	—	—	24	30
6	Постановочная работа.	—	41	41	41	41
7	Беседы (по истории хореографического искусства)	—	—	—	2	2
8	Беседы	3	3	3	3	3
9	Итоговые занятия.	4	4	4	4	4
Всего:		144	216	216	216	216

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПЕРВОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ
(1 уровень)**

Содержание программы первого года обучения

№	Наименование разделов и тем	Всего часов	Теор.	Практ.
1.	Введение в образовательную программу. Инструктаж по технике безопасности.	2	1	1
2.	Ритмика:	57		
2.1	Упражнения, развивающие чувство ритма		1	3
2.2	Подготовительные упражнения, основные стойки, положения рук и ног.		1	3
2.3	Развитие мышечного чувства.		2	8
2.4	Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов.		2	8
2.5	Освоение приемов движения.		1	2
2.6	Активизация и развитие творческих способностей.		1	6
2.7	Построения и перестроения в группы.		2	2
2.8	Танцы, пляски и танцевальные упражнения.		4	7
2.9	Совершенствование движений.		1	3
3.	Основы классического танца:	38		
3.1	Постановка корпуса.		1	3
3.2	Экзерсис у станка.		5	20
3.3	Экзерсис на середине зала.		1	3
3.4	Аллегро.		1	4
4.	Партерная гимнастика:	40		
4.1	Упражнения для стоп из положения сидя.			2
4.2	Упражнения для коленей из положения сидя.			2
4.3	Упражнения для бедер из положения сидя.		1	3
4.5	Упражнения для гибкости и выворотности.		3	8
4.6	Элементы растяжки.		3	12
4.7	Маховые движения		1	5
5.	Основы народного танца:	-		
6.	Беседы (по истории хореографического искусства)	-		
7.	Постановочная работа.	-		
8.	Беседы)	3	3	
9.	Итоговые занятия	4	2	2
	ВСЕГО:	144	37	107

Раздел № 1. Вводное занятие.

Знакомство с детьми. Рассказ о целях и задачах программы, о видах деятельности на занятиях хореографии. Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения в танцевальном классе.

Раздел № 2. Ритмика.

1. Упражнения, развивающие чувство ритма: с хлопками, со стихами, с мячом.
2. Подготовительные упражнения, основные стойки, положения рук и ног.
3. Развитие мышечного чувства: "Расслабление мышц плечевого пояса", Расслабление и напряжение мышц корпуса, "Деревянные и тряпичные куклы", "Твердые и мягкие руки", "Твердые и мягкие ноги", "Мельница", "Маятник".
4. Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов: "Наклоны, выпрямления и повороты головы", "Паровозик", "Растягивать резинку", "Упражнение для кистей рук", "Кошка выпускает когти", "Перелазить через сцепленные руки", "Поднимание согнутой в колене ноги", "Полуприседание", "Упражнение для ступни", "Вставание на полупальцы".
5. Освоение приемов движения: "Пружинки", "Тугая резинка", "Поющие руки", "Взлетайте ленты".
6. Активизация и развитие творческих способностей детей: "Лесорубы", "Не потеряй пушинку".
7. Построения и перестроения в группы: "Построение в колонны", "Колонну пар", "Построение в шеренгу, цепочку, круг".
8. Танцы, пляски и танцевальные упражнения: "Попляшем", "Отойди и подойди", «Тик-так».
9. Совершенствование движений.

Раздел № 3. Основы классического танца.

Изучение раздела основы классического танца начинается с третьей четверти, когда дети получили элементарные навыки из раздела "Ритмика".

1. Постановка корпуса. Апломб. Правильно поставленный корпус – залог устойчивости (апломб). Постановку корпуса вырабатывают стоя лицом к станку, а также на середине зала. Правильная постановка корпуса обеспечивает не только устойчивость, она облегчает развитие выворотности ног, гибкости, выразительности корпуса, необходимой для танца.
2. Изучение позиций ног : 1,2,5.
3. Изучение позиций и положений рук.
4. demi plie по 1, 2, позже 5 п.
5. releve
6. Battements tendus из 1 п. в сторону

7. Battements tendus jete из 1 п. в сторону
8. demi rond de jambe par terre на 2 такта
9. Положение ноги passe - retere
10. Положение ноги passe par terre
11. Battements relevelements по 1 п. в сторону
12. 1 por de bras (постановка рук)
13. Temps leve soute на 4 счета

Раздел №4. Партерная гимнастика.

На протяжении всего курса изучения хореографии она неизменна, за исключением 1 года обучения.

1. Упражнения для стоп из положения сидя.
2. Упражнения для коленей из положения сидя.
3. Упражнения для бедер (круговые движения) из положения сидя.
4. Упражнения для гибкости и выворотности.
5. Элементы растяжки.
6. Маховые движения.

Раздел № 5. Беседы по реализации сквозных программ.

Здоровый образ жизни (1 раз в четверть). Беседа по краеведению. Экологическая викторина. Этическая беседа. Беседа по патриотическому воспитанию.

Раздел № 6. Итоговые занятия.

Проводятся в конце каждого полугодия. Наблюдается динамика роста умений и навыков обучающихся, контроль за полученными знаниями.

К КОНЦУ 1 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Дети должны ЗНАТЬ:

- музыкально-ритмический комплекс
- основы классического танца, позиции рук и ног

Дети должны УМЕТЬ:

- вовремя начать движение при двухтактовом вступлении и закончить его с концом музыкального предложения
- выполнять следующие динамические движения: подскоки, боковой галоп, шаг польки, танцевальные шаги
- иметь определенный уровень координации
- иметь навык выразительного движения.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ВТОРОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ (1 уровень)

Содержание программы второго года обучения

№	Наименование разделов и тем	Всего часов	Теор.	Практ.
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	2	1	1
2.	Ритмика:	72		
2.1	Комплекс музыкально-ритмических упражнений		1	3
2.2	Разминка по кругу.		2	10
2.3	Развитие мышечного чувства.		3	10
2.4	Прыжки.		1	3
2.5	Активизация и развитие творческих способностей.		1	7
2.6	Построения и перестроения в группы.		2	10
2.7	Танцы, пляски и танцевальные упражнения.		4	10
2.8	Совершенствование движений.		1	4
3.	Основы классического танца:	78		
3.1	Постановка корпуса.		1	20
3.2	Экзерсис у станка.		5	40
3.3	Экзерсис на середине зала.		-	-
3.4	Аллегро.		1	11
4.	Партерная гимнастика:	40		
4.1	Упражнения из положения стоя.		1	3
4.2	Упражнения из положения сидя.		1	5
4.3	Упражнения из положения: лежа на спине.		1	5
4.4	Упражнения из положения: лежа на животе.		1	4
4.5	Упражнения на боку.		1	4
4.6	Упражнения, стоя на четвереньках.			2
4.7	Комплекс упражнений выученных ранее.		1	2
4.8	Упражнения, развивающие гибкость.			2
4.9	Упражнения, развивающие растяжку.			2
4.10	Упражнения, развивающие выворотность.		1	2
4.11	Обобщение и закрепление пройденного материала.			2
5.	Основы народного танца:	-		
6.	Беседы (по истории хореографического искусства)	-		
7.	Постановочная работа.	17		17
8.	Беседы (по реализации сквозных программ)	3	3	
9.	Итоговые занятия	4	2	2
	ВСЕГО:	216	37	107

Раздел № 1. Вводное занятие.

Организационный сбор. Встреча с детьми. Обсуждение планов на будущий учебный год. Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения в танцевальном классе.

Раздел № 2. Ритмика.

1. Упражнения, развивающие чувство ритма: с хлопками, со стихами, с мячом
2. Разминка по кругу. Включает шаг с носка, с каблука, на полупальцах, на пятках, с высоким подниманием бедра (с вытянутым коленом, на плие), бег с захлестом, с прямыми ногами вперед и назад, боковой галоп, подскоки.
3. Развитие мышечного чувства: из положения сидя, скручивать корпус в положение лежа, то вправо, то влево(№15); из положения стоя на коленях садиться то вправо, то влево, возвращаясь в исходное положение(№16); сжаться «в комок», вытянуться, встав на колени и прогнуться назад (№19); из положения стоя на четвереньках вставать, выпрямляя колени и руки, не отрываясь от пола, вернуться в исходное положение (№18); из положения лежа на животе выпрямиться в досочку руки вверх, поочередно выполнять покачивание вперед и назад(№20); из положения лёжа на спине, выполнить стойку вверх, затем опустить прямые ноги, стараясь коснуться вытянутыми носками пола, затем согнуть колени, поставив их на пол за ушами, вернуться в исходное положение(№23).

Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов: садиться и вставать на колени из положения сидя на полу, ноги в согнутом положении по сторонам от бедер (№14); из положение стоя на коленях ложиться на спину на пол, руки на пояс, спину не сгибать, вернуться в исходное положение (№19);

Махи из положения стоя: согнутой ногой вперед и в сторону, прямой ногой отдельно вперед, отдельно в сторону, прямой ногой вперед-назад(№24); махи стоя на четвереньках прямой ногой назад и вверх (№25); махи прямой ногой лежа на спине вперед и лежа на боку в сторону (№26).

4. Прыжки: на правой ноге, на левой ноге, скрестив ноги, в стороны – вместе, из положения сидя, раскрывая руки и ноги в воздухе, с разворотом на четверть круга, на половину круга вправо и влево(№3).
5. Активизация и развитие творческих способностей детей: пластические этюды под чтение стихов – Считалочка, Ручеёк, Бабочка, Мячик
6. Построения и перестроения в группы: "Построение в колонны", "Колонну пар", "Построение в шеренгу, цепочку, круг" и др.
7. Танцы, пляски и танцевальные упражнения: «Танцевальное упражнение в парах по кругу с хлопками», «Берлинская полька», «Сударушка».
8. Совершенствование движений.

Раздел № 3. Основы классического танца.

Основной задачей второго года обучения является продолжение работы над постановкой ног, корпуса, рук, головы в процессе усвоения основных движений классического тренажа у станка и на середине, не существенного усложнения экзерсиса, развития элементарных навыков координации движений. Повторение раздела основы классического танца продолжается с начала учебного года, затем со второй четверти переходим к изучению новых элементов, не оставляя ранее изученного.

1. Постановка корпуса. Апломб. Правильно поставленный корпус – залог устойчивости (апломб). Постановку корпуса вырабатывают стоя лицом к станку, а также на середине зала. Правильная постановка корпуса обеспечивает не только устойчивость, она облегчает развитие выворотности ног, гибкости, выразительности корпуса, необходимой для танца.

2. Постановка рук: 1, 2, 3 позиции.

3. releve

4. Комбинация demi et grand plie по 1, 2, 5 п.

6. Battements tendus из 5 п. во все направления в комбинации с padegage

7. Battements tendus jete из 5 п. Во все направления

8. demi rond de jambe par terre по точкам, а также rond de jambe par terre

9. Положение ноги passe - retere

10. Положение ноги passe par terre

11. Battements relevents из 5 п. в сторону в комбинации с passe - retere

12. grand battements jete во всех направлениях

13. 1 por de bras

14. Temps leve soute на 4 счета (с подготовкой)

Раздел №4. Партерная гимнастика.

Предлагаемая партерная гимнастика развивает выворотность, гибкость, шаг, растяжку, выносливость. Упражнения несут образный, подражательный характер. На протяжении всего курса изучения хореографии она неизменна.

1. Упражнения для рук из положения стоя.

2. Упражнения для стоп из положения сидя.

3. Поднимание ног на 90 градусов из положения лежа.

4. Броски на 90 градусов из положения лежа.

5. Большие круги ногами к себе и от себя, поочередно то правой, то левой ногой.

6. "Складочка".

7. Поднимание ног полусидя.

8. Садиться и ложиться, одновременно отрывая ноги и лопатки.

9. Лежа на спине: "Заноски".
10. Лежа на животе: поднятие прямой ноги, затем обеих ног.
11. Лежа на животе большие броски назад.
12. Лежа на животе поднимать корпус назад, держа руки в 3 позиции, с последующей фиксацией в конечной точке.
13. Лежа на животе: рабочая нога находится в положении passe, отрывается от пола по 1\8 т.
14. "Корзинка".
15. "Корзинка" с фиксацией и с качалкой.
16. Стоя на "четвереньках" большие броски в кольцо назад.
17. Мелкое покачивание вытянутой ногой в положении лежа на боку.
18. Мелкое покачивание ногой, поднятой на 90 градусов (вниз) из положения лежа на боку.
19. Взявшись за носки в положении сидя лечь грудью в складочку.
20. Заноски по 5 п. руки во 2 п. из положения сидя.
21. Из положения стоя: держась за опору открывать ногу в сторону через положение attitude вперед.
22. Полный комплекс упражнений.
23. Упражнения, развивающие гибкость.
24. Упражнения, развивающие растяжку.
25. Упражнения, развивающие выворотность.
26. Полный комплекс упражнений (стоя, сидя, лежа, у опоры).
27. Обобщение и закрепление пройденного материала.

Раздел № 5. Беседы по реализации сквозных программ.

Здоровый образ жизни (1 раз в четверть). Беседа по краеведению. Экологическая викторина. Этическая беседа. Беседа по патриотическому воспитанию.

Раздел № 6. Итоговые занятия.

Проводятся в конце каждого полугодия. Наблюдается динамика роста умений и навыков обучающихся, контроль за полученными знаниями.

К КОНЦУ 2 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Дети должны ЗНАТЬ:

- музыкально-ритмический комплекс
- основы классического танца, основные упражнения, выполняемые лицом к опоре
- обучающийся должен адаптироваться в коллективе

Дети должны УМЕТЬ:

- прохлопать простой ритм
- выполнять следующие динамические движения: комбинированный боковой галоп, шаг польки лицом и спиной, танцевальные шаги с использованием «за-такта» и по 1/8 доли
- иметь хороший уровень координации
- иметь простейшие двигательные навыки

Содержание программы третьего года обучения

№	Наименование разделов и тем	Всего часов	Теор.	Практ.
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	2	1	1
2.	Ритмика:	72		
2.1	Разминка по кругу.		1	3
2.2	Развитие мышечного чувства.		2	10
2.3	Прыжки.		3	10
2.4	Освоение приемов движения.		1	3
2.5	Активизация и развитие творческих способностей.		1	7
2.6	Построения и перестроения в группы.		2	10
2.7	Танцы, пляски и танцевальные упражнения.		4	10
2.8	Совершенствование движений.		1	4
3.	Основы классического танца:	78		
3.1	Постановка корпуса.		1	20
3.2	Экзерсис у станка.		5	40
3.3	Экзерсис на середине зала.		-	-
3.4	Аллегро.		1	11
4.	Партерная гимнастика:	40		
4.1	Упражнения из положения стоя.		1	3
4.2	Упражнения из положения сидя.		1	5
4.3	Упражнения из положения: лежа на спине.		1	5
4.4	Упражнения из положения: лежа на животе.		1	4
4.5	Упражнения на боку.		1	4
4.6	Упражнения, стоя на четвереньках.			2
4.7	Комплекс упражнений выученных ранее.		1	2
4.8	Упражнения, развивающие гибкость.			2
4.9	Упражнения, развивающие растяжку.			2
4.10	Упражнения, развивающие выворотность.		1	2
4.11	Обобщение и закрепление пройденного материала.			2
5.	Основы народного танца:	-		
6.	Беседы (по истории хореографического искусства)	-		
7.	Постановочная работа.	17		
8.	Беседы (по реализации сквозных программ)	3	3	
9.	Итоговые занятия	4	2	2
	ВСЕГО:	216	37	107

Раздел № 1. Вводное занятие.

Организационный сбор. Встреча с детьми. Обсуждение планов на будущий учебный год. Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения в танцевальном классе.

Раздел № 2. Ритмика.

Ритмические упражнения, с которых начинаются занятия, призваны развивать у ребёнка чувство ритма, умение двигаться под музыку. С помощью ритмических упражнений дети разогревают свои мышцы и подготавливаются к исполнению более сложных танцевальных упражнений, а также учатся держать осанку и следить за ней.

1. Упражнения, развивающие чувство ритма: с хлопками, со стихами, с мячом
2. Разминка по кругу. Включает шаг с носка, с каблука, на полупальцах, на пятках, с высоким подниманием бедра (с вытянутым коленом, на плие), бег с захлестом, с прямыми ногами вперёд и назад, боковой галоп, подскоки.
3. Развитие мышечного чувства: из положения сидя, скручивать корпус в положение лежа, то вправо, то влево(№15); из положения стоя на коленях садиться то вправо, то влево, возвращаясь в исходное положение(№16); сжаться «в комок», вытянуться, встав на колени и прогнуться назад (№19); из положения стоя на четвереньках вставать, выпрямляя колени и руки, не отрываясь от пола, вернуться в исходное положение (№18); из положения лежа на животе выпрямиться в досочку руки вверх, поочерёдно выполнять покачивание вперёд и назад(№20); из положения лёжа на спине, выполнить стойку вверх, затем опустить прямые ноги, стараясь коснуться вытянутыми носками пола, затем согнуть колени, поставив их на пол за ушами, вернуться в исходное положение(№23).
4. Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов: садиться и вставать на колени из положения сидя на полу, ноги в согнутом положении по сторонам от бедер (№14); из положение стоя на коленях ложиться на спину на пол, руки на поясе, спину не сгибать, вернуться в исходное положение (№19);
5. Махи из положения стоя: согнутой ногой вперед и в сторону, прямой ногой отдельно вперед, отдельно в сторону, прямой ногой вперед-назад(№24); махи стоя на четвереньках прямой ногой назад и вверх (№25); махи прямой ногой лежа на спине вперед и лежа на боку в сторону (№26).
6. Прыжки: на правой ноге, на левой ноге, скрестив ноги, в стороны – вместе, из положения сидя, раскрывая руки и ноги в воздухе, с разворотом на четверть круга, на половину круга вправо и влево(№3).
7. Активизация и развитие творческих способностей детей: пластические этюды под чтение стихов – Считалочка, Ручеёк, Бабочка, Мячик

8. Построения и перестроения в группы: "Построение в колонны", "Колонну пар", "Построение в шеренгу, цепочку, круг" и др.
9. Танцы, пляски и танцевальные упражнения: «Танцевальное упражнение в парах по кругу с хлопками», «Берлинская полька», «Сударушка».
10. Совершенствование движений.

Раздел № 3. Основы классического танца.

На третьем году обучения продолжается работа над постановкой корпуса, рук, ног и головы. Главная задача педагога – изучая движение, положение или позу необходимо разложить их на простейшие составные части, а затем в совокупности этих частей воссоздать образ движения.

1. Постановка корпуса. Апломб. Постановку корпуса вырабатывают стоя лицом к станку, а также на середине зала. Правильная постановка корпуса обеспечивает не только устойчивость, она облегчает развитие выворотности ног, гибкости, выразительности корпуса, необходимой для танца.
2. Постановка рук: 1, 2, 3 позиции.
3. releve
4. Комбинация demi et grand plie по 1, 2, 5 п.
5. Battements tendus из 5 п. во все направления в комбинации с padegage
6. Battements tendus jete из 5 п. во все направления
7. rond de jambe par terre с passe par terre по точкам
8. Комбинации Battements frappes носком в пол
9. Battements fondus носком в пол
10. Положение ноги на щиколотке – sur le cou-de-pie (условное обхватное)
11. Battements relevents из 5 п. в сторону в комбинации с passe - retere
12. grand battements jete во всех направлениях
13. 1 por de bras
14. Temps leve soute на 4 счета (с подготовкой)
15. Экзерсис на середине зала: demi et grand plie по 1, 2, 5 п. без работы рук
16. Экзерсис на середине зала: battements tendus из 5 п. во все направления без работы рук
17. Экзерсис на середине зала: battements tendus jete из 5 п. Во все направления без работы рук
18. Экзерсис на середине зала: demi rond de jambe par terre по точкам
19. Экзерсис на середине зала: battements relevents в сторону, без работы рук
20. Экзерсис на середине зала: grand battements jete в сторону, без работы рук

Раздел №4. Партерная гимнастика.

Предлагаемая партерная гимнастика развивает выворотность, гибкость, шаг, растяжку, выносливость. Упражнения несут образный, подражательный характер. На протяжении всего курса изучения хореографии она неизменна.

1. Упражнения для рук из положения стоя.
2. Упражнения для стоп из положения сидя.
3. Поднимание ног на 90 градусов из положения лежа.
4. Броски на 90 градусов из положения лежа.
5. Большие круги ногами к себе и от себя, поочередно то правой, то левой ногой.
6. "Складочка".
7. Поднимание ног полусидя.
8. Садиться и ложиться, одновременно отрывая ноги и лопатки.
9. Лежа на спине: "Заноски".
10. Лежа на животе: поднимание прямой ноги, затем обеих ног.
11. Лежа на животе большие броски назад.
12. Лежа на животе поднимать корпус назад, держа руки в 3 позиции, с последующей фиксацией в конечной точке.
13. Лежа на животе: рабочая нога находится в положении passe, отрывается от пола по 1\8 т.
14. "Корзинка".
15. "Корзинка" с фиксацией и с качалкой.
16. Стоя на "четвереньках" большие броски в кольцо назад.
17. Мелкое покачивание вытянутой ногой в положении лежа на боку.
18. Мелкое покачивание ногой, поднятой на 90 градусов (вниз) из положения лежа на боку.
19. Взявшись за носки в положении сидя лечь грудью в складочку.
20. Заноски по 5 п. руки во 2 п. из положения сидя.
21. Из положения стоя: держась за опору открывать ногу в сторону через положение attitude вперед.
22. Полный комплекс упражнений.
23. Упражнения, развивающие гибкость.
24. Упражнения, развивающие растяжку.
25. Упражнения, развивающие выворотность.
26. Полный комплекс упражнений (стоя, сидя, лежа, у опоры).
27. Обобщение и закрепление пройденного материала.

Раздел № 5. Беседы по реализации сквозных программ.

Здоровый образ жизни (1 раз в четверть). Беседа по краеведению. Экологическая викторина. Этическая беседа. Беседа по патриотическому воспитанию.

Раздел № 6. Итоговые занятия.

Проводятся в конце каждого полугодия. Наблюдается динамика роста умений и навыков обучающихся, контроль за полученными знаниями.

К КОНЦУ 3 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Дети должны ЗНАТЬ:

- комплекс партерной гимнастики
- основы классического танца, исполнять их держась одной рукой за опору
- приобрести знания по музыкальной азбуке

Дети должны УМЕТЬ:

- владеть сложной координацией
- более совершенные навыки в области классического танца
- образно мыслить

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ЧЕТВЁРТОГО ГОДА ОБ-Я (1 уровень)

№	Наименование разделов и тем.	Всего часов	Теор.	Практ.
1.	Вводное занятие: инструктаж по технике безопасности.	2	2	
2.	Ритмика:	-		
3.	Основы классического танца:	100		
3.1	Экзерсис у станка.		6	64
3.2	Экзерсис на середине.		1	9
3.3	Аллегро.		3	17
4.	Партерная гимнастика:	40		
4.1	Упражнения из положения стоя.		1	3
4.2	Упражнения из положения сидя.		1	5
4.3	Упражнения из положения: лежа на спине.		1	5
4.4	Упражнения из положения: лежа на животе.		1	4
4.5	Упражнения на боку.		1	4
4.6	Упражнения, стоя на четвереньках.			2
4.7	Комплекс упражнений выученных ранее.		1	2
4.8	Упражнения, развивающие гибкость.			2
4.9	Упражнения, развивающие растяжку.			2
4.10	Упражнения, развивающие выворотность.		1	2
4.11	Обобщение и закрепление пройденного материала.			2
5.	Основы народного танца:	24		
5.1	Русский народно-сценический танец.			14
5.2	Белорусский народно-сценический танец.			10
6.	Беседы (по истории хореографического искусства)	2		
6.1	Музыкальные жанры: марш, танец, песня. Музыкальные размеры: 2\4, 3\4, 4\4.		1	
6.2	Первые танцы древности.		1	
7.	Постановочная работа.	41		41
8.	Беседы (по реализации сквозных программ)	3	3	
9.	Итоговые занятия	4	2	2
	ВСЕГО:	216	26	190

Содержание программы четвертого года обучения

Раздел № 1. Вводное занятие.

Организационный сбор. Встреча с детьми. Обсуждение планов на будущий учебный год. Инструктаж по технике безопасности.

Раздел № 2. Основы классического танца.

Основная задача четвёртого года обучения: закрепление постановки ног, корпуса, рук, головы в процессе усвоения основных движений классического тренажа у станка и на середине, продолжение развития навыков координации движений, усложнение нагрузки на голеностоп, путём добавления в комбинации releve.

1. Комбинации Grand et demi plies, releve по 1, 2, 5 п.
2. Комбинации Battements tendus pur le pied из 5 п.
3. Комбинации Battements tendus jete puqie из 5 п.
4. Комбинации rond de jambe par terree en dehors et en dedans
5. Комбинации Battements frappes на 45 градусов во всех направлениях
6. Battements fondus на 45 градусов во всех направлениях
7. Battements relevelents во всех направлениях
8. Temps leve soute по 1, 2, 5 п. в такт
9. 2 por de bras на 4 такта
10. Pas eschappe по 2 п.
11. changement de pied
12. перегибы корпуса назад и в сторону (лицом к станку)
13. grand battements jete во всех направлениях
14. 2 por de bras на 2 такта
15. Экзерсис на середине (повтор всех движений у станка)
16. Подготовка к вращениям из 2 позиции
17. Весь экзерсис у станка, выученный ранее.
18. Весь экзерсис на середине зала, выученный ранее
19. Вращение по диагонали по 2 позиции.

Раздел № 3. Партерная гимнастика.

На протяжении всего курса изучения хореографии она неизменна.

1. Упражнения для рук из положения стоя.
2. Упражнения для стоп из положения сидя.
3. Поднимание ног на 90 градусов из положения лежа.
4. Броски на 90 градусов из положения лежа.

5. Большие круги ногами к себе и от себя, поочередно то правой, то левой ногой.
6. "Складочка".
7. Поднимание ног полусидя.
8. Садиться и ложиться, одновременно отрывая ноги и лопатки.
9. Лежа на спине: "Заноски".
10. Лежа на животе: поднимание прямой ноги, затем обеих ног.
11. Лежа на животе большие броски назад.
12. Лежа на животе поднимать корпус назад, держа руки в 3 позиции, с последующей фиксацией в конечной точке.
13. Лежа на животе: рабочая нога находится в положении *passee*, отрывается от пола по 1\8 т.
14. "Корзинка".
15. "Корзинка" с фиксацией и с качалкой.
16. Стоя на "четвереньках" большие броски в кольцо назад.
17. Мелкое покачивание вытянутой ногой в положении лежа на боку.
18. Мелкое покачивание ногой, поднятой на 90 градусов (вниз) из положения лежа на боку.
19. Взявшись за носки в положении сидя лечь грудью в складочку.
20. Заноски по 5 п. руки во 2 п. из положения сидя.
21. Из положения стоя: держась за опору открывать ногу в сторону через положение *attitude* вперед.
22. Полный комплекс упражнений.
23. Упражнения, развивающие гибкость.
24. Упражнения, развивающие растяжку.
25. Упражнения, развивающие выворотность.
26. Полный комплекс упражнений (стоя, сидя, лежа, у опоры).
27. Обобщение и закрепление пройденного материала.

Раздел № 4. Основы народного танца.

В задачу 2 года обучения входит знакомство с основными позициями и положениями рук и ног, положением головы, корпуса во время исполнения простейших элементов, освоение этих элементов на "середине", развитие элементарных навыков координации движений.

Для этого года обучения рекомендуется прохождение элементов и небольших комбинаций русского, белорусского танцев. Особенностью материала на втором году обучения является его внешняя схожесть. Это делается специально для того, чтобы дать обучающимся определенную базу, на которой будет строиться дальнейшее обучение, на конкретных примерах показать стилистические особенности элементов русских народных танцев.

1. Русский народный танец: основные положения рук и ног, поклоны, перетопы, простые шаги. "Гармошка", "Елочка", припадание, веревочка.
2. Белорусский народный танец "Лявониха": Положения рук в сольном и массовом танцах, притопы, подскоки на двух ногах, основной ход.

Раздел № 5. Беседы по истории хореографического искусства.

Изучение этого раздела начинается с четвертого года обучения.

1. Музыкальные жанры: марш, танец, песня. Музыкальные размеры: 2\4, 3\4, 4\4.
2. Первые танцы древности.

Раздел № 6. Постановочная работа.

Начиная со второго года обучения, постановка танцев осуществляется на специальных занятиях. На первоначальном этапе танцы отличаются простейшим композиционным рисунком, массовостью и простыми, но выразительными движениями, помогающими раскрытию образа. По мере взросления детей изменяется и репертуар ансамбля, но одно остается неизменным, каждый танец должен иметь образное начало и нести определенную мысль, будь то хоровод, пляска, кадрили или сюита.

Раздел № 7. Беседы.

Здоровый образ жизни (1 раз в четверть). Беседа по краеведению. Экологическая викторина. Этическая беседа.

Раздел № 8. Итоговые занятия.

Проводятся в конце каждого полугодия. Наблюдается динамика роста умений и навыков обучающихся, контроль за полученными знаниями.

К КОНЦУ 4 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Дети должны ЗНАТЬ:

- точные названия всех упражнений, выполняемых у станка
- что такое музыкальный жанр, музыкальный размер

Дети должны УМЕТЬ:

- распознать характер музыкального сопровождения
- выполнять учебно-тренировочные упражнения с вытянутым носком, коленями, ровной спиной
- выполнять прыжки с мягким приземлением
- исполнять основные шаги русского и белорусского танцев.

**Календарный учебный график (4 год обучения)
на 2022-2023 учебный год, 216 часов.**

№ п/ п	Наименование разделов и тем	кол часов			Форма занятия	Форма контроля	Д а т а
		всего	теори я	практика			
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	2	2		Беседа	Устный зачет	10.09
2	Партерная гимнастика: упражнения для рук из положения стоя. Постановочная работа.	2		2	Учебное занятие	Наблюдение педагога	13.09
3	Основы классического танца: Комбинации Grand et demi plies, releve по 1, 2, 5 п.	4	1	3	Учебное занятие, показ	Наблюдение педагога	15.09 17.09
4	Партерная гимнастика: упражнения для стоп из положения сидя. Сквозная программа: «Здоровый образ жизни» (беседа)	1.5 0.5	 0,5	1,5	Учебное занятие формирования умений, применения знаний на практике, беседа	Наблюдение педагога	20.09
5	Основы классического танца: Комбинации Battements tendus pur le pied из 5 п.	4	1	3			22.09 24.09
6	История хореографического искусства: Музыкальные жанры: марш, танец, песня. Музыкальные размеры: 2\4, 3\4, 4\4. Постановочная работа.	2	1	1	Беседа	Устная оценка	27.09
7	Основы классического танца: Комбинации Battements tendus jete picie из 5 п.	6	1	5			29.09 1.10 4.10
8	Партерная гимнастика: поднимание ног на 90 ⁰ из положения лежа. Постановочная работа.	2		2	Учебное занятие	Наблюдение, устная оценка	6.10
9	Партерная гимнастика: броски на 90 ⁰ из положения лежа. Сквозная программа: «Викторина по краеведению.	1.5 0.5	 0,5	1,5	Учебное занятие, беседа	Устная оценка	8.10

10	Основы классического танца: Комбинации rond de jambe par terre en dehors et en dedans	4	1	3			11.10 13.10
11	Партерная гимнастика: большие круги ногами к себе и от себя, поочередно, то правой, то левой ногой. Постановочная работа.	2		2			15.10
12	Основы классического танца: Комбинации Battements frappes на 45 градусов во всех направлениях.	6	1	5			18.10 20.10 22.10
13	Партерная гимнастика: «Складочка». Постановочная работа.	2		2			25.10
14	Основы классического танца: Battements fondus на 45 градусов во всех направлениях	2		2			27.10
15	Партерная гимнастика: поднимание ног полусидя. Постановочная работа.	2		2			29.10
16	Основы классического танца: Battements relevelements во всех направлениях.	4	1	3			1.11 3.11
17	Партерная гимнастика: садиться и ложиться, одновременно отрывая ноги и лопатки. Сквозная программа: «Здоровый образ жизни».	1.5 0.5	 0,5	1,5	Учебное занятие, беседа	Практическое занятие	5.11
18	Основы народного танца: Русский народно-сценический танец.	10	1	9	Учебное занятие формирования умений	Наблюдение педагога	8.11 10.11 12.11 15.10 17.11
19	Партерная гимнастика: лежа на спине – «заноски». Постановочная работа.	4	1	3			19.11 22.11
20	Партерная гимнастика: лежа на животе – поднимание прямой ноги, затем обеих ног.	2		2			24.11

21	Основы классического танца: Temps leve soute по 1, 2, 5 п. в такт	6	1	5	Учебное занятие формирования умений, применения знаний на практике,	Практическое занятие	26.11 29.11 1.12
22	Партерная гимнастика: лежа на животе поднимать корпус назад, держа руки в 3 п., с последующей фиксацией в конечной точке. Постановочная работа.	4	1	3			3.12 6.12
23	Партерная гимнастика: лежа на животе – рабочая нога находится в положении passé, отрывается от пола по 1/8 т. Постановочная работа.	4	1	3			8.12 10.12
24	Основы классического танца: 2 por de bras на 4 такта	4		4	Учебное занятие формирования умений, применения знаний на практике	Корректировка движений	13.12 15.12
25	Партерная гимнастика: «Корзинка». Постановочная работа.	2		2	Практическое занятие	Наблюдение педагога	17.12
26	Партерная гимнастика: лёжа на животе-большие броски назад. Сквозная программа: «Этическая беседа».	1.5 0.5		1,5	Практическое занятие, беседа	Наблюдение педагога	20.12
27	Основы классического танца: Pas eschappe по 2 п.	6	1	5	Практическое занятие	Наблюдение педагога	22.12 24.12 27.12
28	Итоговое занятие.	2		2	Учебное занятие по контролю полученных знаний	Наблюдение педагога, зачёт	29.12
29	Основы народного танца: белорусский народно-сценический танец.	10	1	9	Практическое занятие, показ	Корректировка движений	10.01 12.01 14.01 17.01 19.01
30	Постановочная работа.	14	1	13	Практическое занятие	Творческий этюд	21.01 24.01

							26.01 28.01 31.01 2.02 4.02
31	Партерная гимнастика: Стоя на «четвереньках» большие броски в кольцо назад. Постановочная работа.	4		4		Наблюдение педагога	7.02 9.02
32	Партерная гимнастика: мелкое покачивание вытянутой ногой в положении лежа на боку. Постановочная работа.	2		2			11.02
33	Основы классического танца: changement de pied	4		4			14.02 16.02
34	Партерная гимнастика: большие броски вытянутой ногой, из положения, лёжа на боку. Постановочная работа.	2		2			18.02
35	Партерная гимнастика: мелкое покачивание ногой, поднятой на 90°. (акцент вниз) из положения лёжа на боку. Постановочная работа.	4	1	3			21.02 25.02
36	Партерная гимнастика: взявшись за носки в положении сидя лечь грудью в складочку. Постановочная работа.	2		2			28.02
37	Основы классического танца: перегибы корпуса назад и в сторону (лицом к станку)	4	1	3			2.03 4.03
38	Партерная гимнастика: заноски по 5 поз. руки во 2 поз. из положения сидя.	2		2	Тренировка	Наблюдение педагога	7.03
39	Основы классического танца: grand battements jete во всех направлениях	4		4			9.03 11.03
40	Основы классического танца: 2 por de bras на 2 такта	6	1	5	Учебное занятие формирования умений,	Наблюдение педагога	14.03 16.03 18.03

					применения знаний на практике		
41	Партерная гимнастика: из положения стоя- держась за опору открывать ногу в сторону через положение attitude вперед. Сквозная программа: «Экологическая викторина».	5.5 0.5	 0,5	5,5	Тренировка, беседа	Наблюдение педагога	21.03 23.03 25.03
42	Основы классического танца: Экзерсис на середине (повтор всех движений у станка)	8	1	7			28.03 30.03 1.04 4.04
43	Партерная гимнастика: комплекс упражнений, выученных ранее. Сквозная программа: «Здоровый образ жизни».	1.5 0.5	 0.5	1,5	Тренировка, беседа	Наблюдение педагога	6.04
44	Партерная гимнастика: упражнения, развивающие гибкость. Постановочная работа.	2		2			8.04
45	Основы классического танца: Подготовка к вращениям из 2 позиции	6	1	5	Учебное занятие формирования умений, применения знаний на практике	Наблюдение педагога	11.04 13.04 15.04
46	Основы классического танца: весь экзерсис у станка, выученный ранее	10	2	8			18.04 20.04 22.04 25.04 27.04
47	Партерная гимнастика: упражнения, развивающие растяжку. Постановочная работа.	2		2	Практическое занятие	Наблюдение педагога	29.04
48	Основы классического танца: весь экзерсис на середине зала, выученный ранее	10	2	8			2.05 4.05 6.05 11.05 13.05
49	Партерная гимнастика: упражнения, развивающие выворотность.	4	1	3	Практическое занятие	Творческий этюд	16.05 18.05

	Постановочная работа.						
50	История хореографического искусства: Первые танцы древности. Постановочная работа.	2	1	1	Беседа, отработка ранее поставленной лексики	Творческий этюд	20.05
51	Основы классического танца: Вращение по диагонали по 2 позиции.	6	1	5			23.05 25.05
52	Партерная гимнастика: полный комплекс упражнений (стоя, сидя, лежа, у опоры). Постановочная работа.	2	1	1			27.05
53	Итоговое занятие.	2	2		Учебное занятие по контролю за полученными знаниями	Наблюдение педагога, зачёт	30.05
	ВСЕГО:	216ч.	34	182			

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПЯТОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ (1 уровень)

№	Наименование разделов и тем	Всего часов	Теор.	Практ.
1.	Вводное занятие: инструктаж по технике безопасности.	2	2	
2.	Ритмика.	-		
3.	Основы классического танца.	94		
3.1	Экзерсис у станка.		4	44
3.2	Экзерсис на середине.		4	32
3.3	Аллегро.		2	8
4.	Партерная гимнастика	40		
4.1	Упражнения из положения стоя.		1	3
4.2	Упражнения из положения сидя.		1	4
4.3	Упражнения из положения лежа на спине.		1	4
4.4	Упражнения из положения лежа на животе.		1	5
4.5	Упражнения на боку.		1	3
4.6	Упражнения стоя на четвереньках.			2
4.7	Комплекс упражнений, выученных ранее.		1	3
4.8	Упражнения, развивающие гибкость.			2
4.9	Упражнения, развивающие растяжку.			2
4.10	Упражнения, развивающие выворотность.		1	3
4.11	Обобщение и закрепление пройденного материала.			2
5.	Основы народного танца.	30		
5.1	Русский танец.		2	8
5.2	Итальянский танец.		2	8
5.3	Молдавский танец.		2	8
6.	Беседы по истории хореографического искусства.	2		
6.1	Возникновение первых балетов.		1	
6.2	Начало хореографического образования в России.		1	
7.	Постановочная работа.	41		41
8.	Беседы (по реализации сквозных программ).	3	3	
9.	Итоговые занятия	4	2	2
	ВСЕГО:	216	32	184

Содержание программы пятого года обучения

Раздел № 1. Вводное занятие.

Организационный сбор. Встреча с детьми. Обсуждение планов на будущий учебный год. Инструктаж по технике безопасности.

Раздел № 2. Основы классического танца.

Основные задачи 5 года обучения: развитие силы ног путем увеличения количества упражнений; развитие устойчивости; развитие техники исполнения упражнений в более быстром темпе.

Наряду с этим вводится более сложная координация движений за счет использования поз в экзерсисе у станка, усложнения учебных комбинаций, введение элементарного *adagio*, использование упражнений на середине зала.

На 3 году начинается изучение прыжков с приземлением на одну ногу и ознакомление с техникой поворотов на двух ногах.

1. Double battements tendus
2. Battements tendus jete balancoir
3. rond de jambe par terre en dehors et en dedans на demi-plie
4. Малые и большие позы croise, efface, ecartee вперед и назад
5. battements tendus в малых и больших позах
6. battements tendus jete в малых и больших позах
7. battements fondus на всей стопе на 45 градусов
8. battements double frappe на всей стопе на 45 градусов
9. Экзерсис на середине зала: demi plie по 1, 2, 5 п.
10. Экзерсис на середине зала: battements tendus из 1 и 5 позиций вперед, в сторону, назад
11. Экзерсис на середине зала: battements tendus jete из 1 и 5 позиций вперед, в сторону, назад
12. Petit battements sur le cou- de- pied
13. par tomber
14. battements relevents на 90 градусов во всех направлениях в малых и больших позах
15. battements developpes во всех направлениях
16. 1,2,3,4 arabesque носком в пол
17. grand plie по 4 позиции
18. grand battements jete во всех направлениях в малых и больших позах
19. Grand battements jete pointes
20. 3 por de bras
21. Экзерсис на середине зала: demi rond et rond de jambe par terre
22. Полуповороты на полупальцах en dehors et en dedans

23. Par balance
24. Par de bourree simple en face
25. Temps lie par terree (1 форма)
26. pas assemble в сторону

Раздел № 3. Партерная гимнастика.

На протяжении всего курса изучения хореографии она неизменна.

1. Упражнения для рук из положения стоя.
2. Упражнения для стоп из положения сидя.
3. Поднимание ног на 90 градусов из положения лежа.
4. Броски на 90 градусов из положения лежа.
5. Большие круги ногами к себе и от себя, поочередно то правой, то левой ногой.
6. "Складочка".
7. Поднимание ног полусидя.
8. Садиться и ложиться, одновременно отрывая ноги и лопатки.
9. Лежа на спине: "Заноски".
10. Лежа на животе: поднимание прямой ноги, затем обеих ног.
11. Лежа на животе большие броски назад.
12. Лежа на животе поднимать корпус назад, держа руки в 3 позиции, с последующей фиксацией в конечной точке.
13. Лежа на животе: рабочая нога находится в положении passe, отрывается от пола по 1\8 т.
14. "Корзинка".
15. "Корзинка" с фиксацией и с качалкой.
16. Стоя на "четвереньках" большие броски в кольцо назад.
17. Мелкое покачивание вытянутой ногой в положении лежа на боку.
18. Мелкое покачивание ногой, поднятой на 90 градусов (вниз) из положения лежа на боку.
19. Взявшись за носки в положении сидя лечь грудью в складочку.
20. Заноски по 5 п. руки во 2 п. из положения сидя.
21. Из положения стоя: держась за опору открывать ногу в сторону через положение attitude вперед.
22. Полный комплекс упражнений.
23. Упражнения, развивающие гибкость.
24. Упражнения, развивающие растяжку.
25. Упражнения, развивающие выворотность.
26. Полный комплекс упражнений (стоя, сидя, лежа, у опоры).
27. Обобщение и закрепление пройденного материала.

Раздел № 4. Основы народного танца.

Пятый год обучения включает в себя изучение элементов у станка, которые затем можно перенести на середину зала, а также более сложные танцевальные композиции, способствующие развитию координации движений.

1. Русский народный танец: хороводные шаги, "моталочка", "ковырялочка", ключи.

2. Итальянский сценический танец "Тарантелла": положения рук и ног, характерные для танца, движения рук с тамбурином, шаг с ударом носком по полу, бег тарантеллы, движения в паре.

3. Молдавский народный танец "Молдовеняска": положения рук, основной ход, вращения в паре, "ключ" молдавский.

Раздел № 5. Беседы по истории хореографического искусства.

1. Возникновение первых балетов.

2. Начало хореографического образования в России.

Раздел № 6. Постановочная работа.

Начиная со второго года обучения, постановка танцев осуществляется на специальных занятиях. На первоначальном этапе танцы отличаются простейшим композиционным рисунком, массовостью и простыми, но выразительными движениями, помогающими раскрытию образа. По мере взросления детей изменяется и репертуар ансамбля, но одно остается неизменным, каждый танец должен иметь образное начало и нести определенную мысль, будь то хоровод, пляска, кадрили или сюита.

Раздел № 7. Беседы.

Здоровый образ жизни (1 раз в четверть). Беседа по краеведению. Экологическая викторина. Этическая беседа. Беседа по патриотическому воспитанию.

Раздел № 8. Итоговые занятия.

Проводятся в конце каждого полугодия. Наблюдается динамика роста умений и навыков обучающихся, контроль за полученными знаниями.

К КОНЦУ 5 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Дети должны ЗНАТЬ:

- упражнения, стоя боком к станку, держась одной рукой
- о возникновении и становлении балета в России

Дети должны УМЕТЬ:

- исполнять движения на мелодию из за-такта
- исполнять движения русского танца: хороводные шаги, «моталочка», «ковырялочка», ключи
- исполнять движения итальянского танцев.

Воспитательная работа

Задачи	Дела объединения по решению поставленных задач	Сроки	Отметка по выполнению
Показать успехи детей, обратить внимание на трудности. Воспитание умения вести себя в группе во время движения, танцев и игр, формирование культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми	Открытые занятия для родителей по итогам полугодия, а также по итогам года	Январь 2023 г. Май 2023 г.	
Создать условия для поднятия положительных эмоций, стимулировать совместную музыкально-игровую деятельность	Новогодний утренник	декабрь 2022 г.	
Воспитывать доброжелательное позитивное отношение друг к другу, умение сотрудничать.	Отчётный концерт	Апрель 2023 г.	
Патриотическое воспитание	Беседы по патриотическому воспитанию, посвящённые Дню защитника Отечества (о государственной символике, гимне) и Дню Победы в ВОВ.	Май 2023 г.	
Воспитать привычку здорового образа жизни, развивать интерес к спортивным играм, физкультуре	Беседы о здоровом образе жизни	Сентябрь 2022г. Декабрь 2022 г. Февраль 2023 г. Май 2023 г.	
Создание праздничной атмосферы, самореализации	День защиты детей	1.06.2023	

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

Занятия по хореографии призваны научить каждого школьника красоте и выразительности движений, умению в совершенстве владеть своим телом, всем богатствам языка пластики как одной из форм человеческого общения. Постигая начало хореографической деятельности, воспитанник осваивает один из важнейших элементов человеческой культуры, существеннейшим образом связанный с миром нравственных отношений. Тем самым он получает возможность не только быть ценителем искусства танца, но и повседневно вносить красоту в свои отношения с другими людьми. Культура движений, освоение их поможет ему также и в производственной деятельности, в условиях оперирования все более тонкой и совершенной техникой.

Занятия по хореографии с воспитанниками имеют некоторые педагогические особенности. Здесь следует учитывать, прежде всего, недопустимость физических перегрузок, которые могли бы отрицательно сказываться на ещё неокрепшем организме ребёнка. Поэтому наиболее целесообразный путь - развитие и усложнение форм хореографической деятельности. Используя их, педагог должен стремиться к закреплению навыков правильной осанки, элементов хореографической выразительности, художественному совершенствованию естественных движений. Кроме того, пластическими средствами отшлифовывается и музыкальность ребенка, ибо между слуховыми и двигательными способностями существует внутренняя взаимосвязь, а также его способность понимать внешнюю красоту позы, жеста и движения вообще. Общее требование к занятиям по хореографии: максимально сближать каждую встречу обучающихся с тем содержательным материалом, который будет осваиваться ими на занятиях по музыке и другим видам искусства.

Повторяя на каждом занятии в разных вариантах сравнительно ограниченный комплекс упражнений, педагог получает возможность не только отшлифовывать эти упражнения в исполнении воспитанников, но и усложнять их благодаря последовательности и непрерывности хореографической тренировки. Добившись овладения обучающимися элементарных хореографических навыков, умений и знаний, педагог создает реальную базу для более интенсивных хореографических занятий в последующих годах обучения.

Помимо всех учебно-тренировочных занятий нужно уделять внимание всестороннему развитию детей. Педагогу необходимо беседовать с детьми об искусстве хореографии, ее истоках, эволюции развития, балетных исполнителях. Большое значение следует уделять прослушиванию музыки и музыкальных произведений. Ребенок должен быть непосредственно включен в этот процесс.

Педагогу необходимо помнить о том, что все должно быть направленно на воспитание всесторонне развитой, гармоничной личности будущего человека с большой буквы. Ведь человек, который соприкасается с тайнами искусства и культуры, богаче развит эстетически и нравственно. Педагог обязан научить ребенка видеть красоту, соприкасаться с нею, отличать плохое от хорошего, быть добрым, внимательным к окружающим людям. Важное место занимает репертуар как одно из средств воспитания. Подбор репертуара - это итог деятельности и преподавателя, и концертмейстера, и учащихся. Он показывает, насколько верно поставлен весь учебный процесс. При этом очень важны выбор темы и сюжета. Подбирая репертуар, педагог должен уметь разбираться четко в возрастных особенностях детей. Очень важно, чтобы заложенные в танце мысли, чувства волновали ребят, были близки их миру. Не надо делать из детей взрослых. Правильный подбор репертуара оказывает огромное влияние на эстетическое развитие обучающихся.

Большое внимание надо уделить внешнему виду воспитанника каждый ребенок должен иметь тренировочную форму. Она должна быть белой. Это связано с гигиеной ребенка. Головы должны быть аккуратно и гладко убраны. Это способствует собранности ребенка перед занятием и во время урока. Также необходимо провести беседу с родителями, которые следят за состоянием и чистотой формы к каждому занятию.

Готовить детей к выступлению надо очень тщательно. Каждое представление складывается из нескольких компонентов: музыки, танца, костюма, декорации. Прежде всего, выбирая те или иные костюмы, надо помнить, что мы одеваем ребенка.

Костюм должен быть предельно удобен, красив, причем под красотой нужно понимать не бархат и шелк, блески и украшения, а благородную красоту и простоту костюма.

Культура внимания окрыляет мысль, побуждает к творчеству, совершенствует и облагораживает обучающегося. Основой воспитания воли ученика является сознательная дисциплина, именно она вырабатывает твердость характера, трудолюбие, настойчивость, упорство, умение выдерживать высокую степень физического и нервного напряжения. Закаленная воля способна направлять и удерживать внимание ученика.

Воспитанника надо научить уважать и любить свой труд, свое искусство, верить в свои силы и всегда четко и с полной отдачей стремиться к достижению наилучших результатов.

Хорошо организовать форму урока - это еще не все, надо вдохнуть в сознание и сердце ученика творческое начало, жизнь, это приведет ученика к пониманию поэзии танца.

Замечания следует делать в простой, ясной, краткой утвердительной и логической последовательной форме, особенно младшей группе. Нельзя все смешивать в одном замечании. Преподаватель обязан постоянно помнить, что самое ценное в работе - это умение довести дело до конца и обязательно добиться выполнения своих указаний, может быть, путем требовательности.

Но никогда педагогу нельзя забывать о таком понятии, как педагогический такт, где бы он не находился - дома или на работе. Педагогический такт - это мера своеобразного, целесообразного воздействия на личность и умение устанавливать продуктивный стиль общения.

Отношения между педагогом и обучающимися всегда должны быть предельно ясными и взаимоуважительными. Если воспитанник или группа воспитанников ленится, проявляет инертность, неуравновешенность в труде и т. п. - это просчет учителя, который отвечает за все, что делается у него на занятии: и за выучку, и за воспитание сознательной дисциплины.

Список литературы

1. Барышникова Т., Азбука хореографии.- М.: Рольф, 1999 – 272 с., с ил.
2. Бурмистрова И., Силаева К., Школа танцев для юных. – М.:И – Эксмо, 200 с.- 2003 г., с ил.
3. Волынский А.Л., Книга ликований. Азбука классического танца.-СПб.:И-Лань;И.-Планета Музыки,2008.-352 с.
4. Головинский Г., Восприятие музыки.- М.: Музыка, 1980
5. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года. Правительство РФ распоряжение от 31 марта 2022 года №678-р
6. Костровицкая В.С.,100 уроков классического танца(с 1 по 8 класс).- СПб.:И-Лань;И.-Планета Музыки,2009 г.-320 с.
7. Ладыгин Л., Музыкальное оформление уроков танца.- М.: Мин.культ. РСФСР
8. Матвеев В.Ф., Русский народный танец. Теория и методика преподавания.- СПб.:И-Лань;И.-Планета Музыки,2010.-256 с.
9. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 № 16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)» (с изменениями на 21 марта 2022 года)
10. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.02.2022 №4 «О внесении изменений в санитарно-эпидемиологические правила СП 3.1.3597-20 «Профилактика новой коронавирусной инфекции (сovid-19)», утверждённые Постановлением Главного санитарного врача Российской Федерации от 22.05.2020 п.15». Редакция от 04.02.2022-Действует с 06.02.2022
11. Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 года №196 г.Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
12. СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации дополнительного образования детей»

13. СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2). Приказ действует до 1 сентября 2027 года
14. Смирнова М.В., Основные элементы классического танца\ учебное пособие., - М., 1979 г. - 71 с.
15. Устав МБУДО Моздокского ЦДТ;
16. Федеральный закон об образовании в РФ №273-ФЗ от 29.12.2012 года
17. Шершнев В.Г. От ритмики к танцу.-М., 2008 г.- 39 с.
18. Шершнев В.Г. С чего начинается танец.-М., 2010 г.- 26 с.
19. Яковенко Л.Ф., Организация студийных форм работы любительского художественного коллектива\ методические рекомендации, Краснодар. - 2004 г.- 20 с.

Интернет-ресурсы:

https://instagram.com/vaganova_russian_academy?utm_medium=copy_link

www.bolshoi.ru

<https://youtu.be/4g6CKuM>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 710858474967985478426001373498448859431888587416

Владелец Алавердова Лариса Анатольевна

Действителен с 30.09.2022 по 30.09.2023