

Рекомендовано  
Методическим советом  
МАУДО «ЦДТ»  
Протокол № 19 от 01.09.2021 г.



Утверждено:  
Директор МАУДО «ЦДТ»  
И.И. Храмцова  
«01» сентября 2021 г.

## **Дополнительная общеобразовательная программа «Народный танец»**

Направленность: художественная  
Тип программы: общеразвивающая  
Срок реализации: 3 года - возраст от 7 – 10 лет

Разработчик: Войтова Ирина Тихоновна,  
педагог дополнительного образования  
Высшая квалификационная категория

г. Пыть-Ях  
2021г.

# Содержание

1. Пояснительная записка.....	3
1.1.Обоснование программы .....	3-5
1.2. Цели и задачи .....	5
1.3. Используемые методики.....	5-6
1.4. Актуальность и новизна программы.....	6
1.5. Основные принципы построения программы .....	6-7
1.6. Общая характеристика программы .....	7
1.7.Методическое обеспечение образовательной программы.....	8
2.Программа.	
2.1.Характеристика образовательного процесса 1-го года обучения.....	8-10
• Учебный план.....	10-11
• Содержание программы .....	11-13
• Календарно-тематическое планирование.....	13-16
2.2. Характеристика образовательного процесса 2-го года обучения .....	16-18
• Учебный план.....	18-19
• Содержание программы.....	19-21
• Календарно-тематическое планирование.....	21-25
2.3. Характеристика образовательного процесса 3-го года обучения .....	25-27
• Учебный план.....	27
• Содержание программы.....	28-30
• Календарно-тематическое планирование.....	30-34
3. Материально-техническое оснащение.....	34
4.Литература.....	35

## 1. Пояснительная записка

### 1.1. Обоснование программы

В условиях современного мира трудно сказать, что важнее для человека: знать досконально законы физики или уметь выразить свою индивидуальность, максимально проявить свои таланты. Человечество накопило такое количество знаний, что усвоить только азы уже не представляется возможным. Поэтому педагогическая наука ориентирует нас на переход от Школы знаний и Школы умений к Школе развития личности. И таким образом перед педагогом ставится цель – научить человека творить. В этой ситуации дополнительное образование приобретает большую роль. В формировании творческой личности, специальных и общих способностей, навыков деятельности особая роль принадлежит художественно-эстетической культуре. Поисками способов гармоничного развития детей занимались еще мыслители древности – Греции, Китая, Индии. Они отмечали наличие связи между физическими движениями и состоянием психики, мыслями, поступками, чувствами человека. Научное обоснование взаимодействия психики и мышечной деятельности содержится в работах И.М. Сеченова и И.П. Павлова.

Гармоничное развитие происходит при целостной, комплексной, сбалансированной реализации всех потенциальных возможностей человека. Большую возможность для этого предоставляет и искусство хореографии. Еще в самые древние времена танец был одним из первых языков, которым люди могли выразить свои чувства. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие. Синкретичность танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умения слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия хореографией дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей. Занятия танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представления об актерском мастерстве. Опираясь на опыт работы в детских танцевальных коллективах, я сделала вывод, что наибольший интерес к изучению

народного танца можно вызывать у воспитанников, приобщая их к изучению народной культуры. Поэтому в основу образовательной программы было включено комплексное изучение танцевального искусства и культуры.

Программа составлена в соответствии с правовыми документами, регламентирующими программы дополнительного образования:

- Закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями);
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 № 1726-р «Концепция развития дополнительного образования детей»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования утвержденный 17.10.2013г, приказ №1155;
- Санитарно – эпидемиологические требования к устройству, содержанию организации режима работы дошкольных образовательных организаций СанПиН 2.4.1.3049-13 утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013г №26;
- Письмом Министерства образования Российской Федерации от 14.03.2000 №65/23-16 «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения».
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 11.12.2006 № 06-1844 «Примерные требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей»;

- Приказ Департамента образования и молодежной политики ХМАО-Югры от 06.03.2014 № 229 «Концепция развития дополнительного образования детей в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре до 2020 года».

## 1.2. Цели и задачи.

Цель программы: «Научить исполнять народный танец, воспитать нравственную личность».

Образовательная программа «Народный танец» рассчитана на 3 года обучения и включает в себя несколько разделов: классический танец, народный танец, партерный экзерсис, культура. В основу программы включено комплексное изучение танцевального искусства и культуры. Такое обучение развивает не только техническое мастерство, но и творческий потенциал ребенка.

Задачи:

- Образовательные: изучить классический и народный экзерсис, танцевальные движения и комбинации на середине зала в русском, украинском, итальянском, белорусском характере, мелкогрупповые и массовые этюды, танцы народов Севера.
- Развивающие: развивать общую физическую подготовку, развивать танцевальные данные, способность к самостоятельной работе, художественное воображение, мотивацию на творческую деятельность.
- Воспитательные: воспитать интерес к изучению народной культуры, навыки общения в коллективе, творчески активную личность, нравственную личность

## 1.3. Используемые методики

Программа является модифицированной. При разработке программы были использованы методики ведущих специалистов в области хореографии: «Методика учебно-тренировочной работы в танцевальном коллективе» Т.Ткаченко и «Методика преподавания народного танца» Г.П.Гусева. Использование данных методик дает возможность работать с детским коллективом, в котором воспитанники обладают разными физическими и танцевальными данными, а также повышать уровень подготовленности воспитанников. В основу раздела «Народный танец» включено изучение танцев в русском, украинском, белорусском характере, а также народов

Севера. Занятия проходят в трех разновозрастных группах, продолжительность занятия два часа, три раза в неделю.

#### 1.4. Актуальность и новизна.

В настоящее время перед педагогами встает вопрос о том, почему все чаще и чаще у детей и подростков встречается пассивное поведение, неуверенность характера, нежелание что-либо менять, творить, создавать. Определенный отпечаток на развитие ребенка откладывает современное общество. Возникает желание пробудить в ребенке все то ценное, неповторимое, доброе, что заложено в нем от рождения. Возможность соприкоснуться с жизнью природы, почувствовать связь времен, проявить любовь и уважение к нашей истории и культуре дает народный танец. В программу «Народный танец» включены разделы по изучению народного танца и народной культуры. В этом и заключена новизна программы. Комплексное изучение танцевального искусства и культуры вызывает у обучающихся наибольший интерес, как к изучению народного танца, так и к изучению народной культуры.

Обучаясь по данной технологии, обучающиеся не только изучают и исполняют народные танцы, а также знакомятся с историей, бытом, традициями народа. Такая технология в обучении ребенка, прежде всего, направлена на:

1. обеспечение условий для формирования творческой личности
2. создание условий, обеспечивающих укрепление здоровья и формирование здорового образа жизни
3. активизацию познавательной деятельности
4. повышение результативности в творческой деятельности

Результатом применения данной технологии в обучении является готовность обучающихся к саморазвитию и самосовершенствованию, наличие у них нравственно-ценностных отношений к Родине, дому, окружающим и к самому себе.

#### 1.5. Основные теоретические идеи и принципы:

1. последовательность и доступность обучения
2. лично-ориентированный подход к развитию креативных возможностей воспитанника
3. развитие в воспитаннике нравственных ценностей

4. совместная деятельность педагога и воспитанника
5. коллективный характер обучения в сочетании с индивидуальным подходом к воспитаннику.
6. принцип индивидуализации и личностного подхода к обучению
7. принцип наглядности и образности в обучении.
8. принцип сочетания вербальных и невербальных компонентов обучения.
9. принцип непрерывности образования.
10. принцип системности в обучении.

Технология комплексного изучения танцевального искусства и культуры наиболее эффективна, нежели обычное изучение народного танца. Обучаясь по данной технологии, воспитанники учатся исполнять народные танцы с душой, передают национальный характер и особенности эмоционального исполнения танца. Они учатся перевоплощаться в различные образы, а значит, у них развивается фантазия и образное мышление. Комплексное изучение народного танца и народной культуры – повышает интерес к изучаемому материалу, расширяет познания воспитанников в области истории, географии, развивает творческую фантазию при изготовлении костюма. Эффективность данной технологии выражается в высоком уровне подготовленности воспитанников и возможностью участвовать в конкурсах танцевального искусства различных уровней, а также применять полученные знания на уроках истории, географии, ритмики, физкультура.

#### 1.6 Общая характеристика программы

<b>Основание классификации</b>	<b>Типы программы</b>
Направленность	Художественная
Срок реализации	3 года
Возраст воспитанников	Разновозрастная ( для детей от 7 до 10 лет)
Степень и характер участия педагога в разработке программы	Модифицированная
Структура и форма организации содержания	Комплексная
Цель обучения и воспитания	Социально – адаптационная
Образовательная область	Искусство
Уровень результативности	Формирующая общекультурную компетентность
Ведущие методы и способы реализации	Креативная
Уровень освоения программы	Многоуровневая

Организационно педагогические основы обучения

Образовательная программа «Народный танец" рассчитана на обучение детей младшего школьного возраста.

Программа по характеру деятельности творческая.

Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа в разновозрастных группах.

Количественный состав в группах от 15 до 12 человек в каждой группе.

## 1.7 Методическое обеспечение программы

### Методическая работа педагога

Для реализации данной программы нужен педагог со средним специальным или высшим образованием в области хореографии.

Значимым моментом для работы по данной образовательной программе является:

- разработка методических пособий;
- планирование и анализ педагогической деятельности;
- организация и проведение открытых занятий;
- участие в мастер - классах, стажерских площадках, семинарах, конференциях, праздниках;
- участием в творческих встречах по обмену опытом с коллективами области и России;
- совершенствование профессионального мастерства (курсы повышения квалификации, участие в городских и областных методических совещаниях по обобщению опыта, выступления на научно-практических конференциях);
- организация и проведение открытых занятий для коллег и родителей.

### Работа с родителями

родительские собрания, консультации, анкетирование, открытые занятия.

## 1. Программа

2.1. Характеристика образовательного процесса 1-й год обучения.

### **Организационные принципы**

В основу 1-го года обучения входит изучение хореографической азбуки и элементов народного танца. Хореографическая тренировка (экзерсис) – это достаточно длительный процесс выработки большого числа все усложняющихся музыкально-двигательных навыков. Позы, положения, движения и их комбинации в различных



вариантах – это новые для организма двигательные навыки, новая психологическая и физическая нагрузка. При этом педагогу следует все время помнить, что овладение двигательными навыками всегда должно сопровождаться определенным эмоциональным настроением. Систематические упражнения у станка помогают овладеть техникой танца, вырабатывают устойчивость, выворотность, мягкость, гибкость движений. В танце большое значение имеет выворотность ног. Выворотность должна развиваться от бедра. Поэтому большое значение уделяется движениям партера. Обучающиеся осваивают элементы русского народного танца и знакомятся с культурой русского народа.

### **Основные задачи на 1-й год обучения**

- Обучающиеся должны освоить основные музыкально-двигательные навыки
- Изучить подготовительные упражнения хореографической азбуки
- Изучить элементы классического и народного танца
- Познакомиться с наиболее характерными рисунками танца
- Расширить знания по актерскому мастерству
- Познакомиться с историей русского народа.

### **Основные формы и методы работы**

- Игра
- Беседы
- Творческие показы
- Практические показы
- Видео-просмотры
- Этюды-импровизации
- Репетиции

### **Предполагаемые результаты обучения**

Обучающиеся должны знать

- Музыкально-пространственные упражнения – шаги, марши, подскоки, бег.
- Основной шаг польки, комбинации танцевальных движений польки.
- Подготовительные упражнения хореографической азбуки
- Элементы классического танца у станка

- Элементы народного танца у станка
- Костюм, быт, традиции русского народа.

Обучающиеся должны уметь

- Перестраиваться в пространстве.
- Выполнять повороты.
- Выполнять упражнения в народном характере на середине.
- Выполнять элементы танцевальных движений в русском характере.

### Формы контроля

Уровень подготовленности воспитанников определяется итоговой диагностикой, проводятся срезы в форме практических заданий и тестов. Срезы проводятся по полугодиям и в конце года. На каждого воспитанника заведена личная карточка, в которой отслеживаются достижения. Проводятся воспитательные мониторинги воспитанников.

Проводятся открытые уроки в конце первого и второго полугодий.

### Критерии эффективности программы

- Удовлетворенность воспитанников и их родителей организацией и результатами занятий и уровень комфортности в коллективе (Анкетирование).
- Анализ мотивации воспитанников на достижение успеха (Диагностика)
- Развитие познавательной деятельности (Диагностика)

Результативность участия в городских творческих конкурсах, воспитательных мероприятиях.

### Учебный план, 1-й год обучения, для детей 7-10 лет

(6 часов в неделю)

№	Виды деятельности	теория	практика	всего
1.	<b>Учебно-тренировочная работа:</b>	50	100	<b>156</b>
	1.Классический танец: подготовительные упражнения хореографической азбуки: основные положения корпуса, позиции рук, ног, положения головы. Элементы классического танца у станка: переходы из позиций, упражнения у станка по 1,2	15	35	50

	позиции. 2. Народно-сценический танец: элементы народного танца у станка, упражнения в народном характере на середине. 3. Партерный экзерсис 4. Индивидуальные занятия	15 5 5	35 28 18	50 33 23
2.	<b>Танцевально-художественная работа:</b> Танцевальная импровизация: 1. Импровизация сюжетной комбинации. 2. Образное исполнение. 3. Культура: костюм, быт, традиции русского народа.	23 4 4 15	37 10 15 12	<b>60</b> 14 19 27
3.	Всего.	73	137	<b>216</b>

### Содержание программы

#### Раздел: Учебно-тренировочная работа: 156 часов

**Тема.** Классический танец - 50 часов. Элементы классического танца.

1. Экзерсис у станка – классический танец: основные позиции рук, ног переходы из позиций, упражнения у станка по 1,2 позиции. Положение у станка лицом, боком к станку и постановка корпуса. Нахождение центра тяжести. Позиции ног – I, II, III, V; позднее - по IV. Demi-pliés вначале по I, II, V позициям, позднее по IV. Grand pliés по I, II, V позициям.

Battements tendus: по I позиции в сторону, вперед, назад, по I позиции в сторону, вперед, назад с demi pliés, по V позиции в сторону, вперед, назад, по V позиции в сторону, вперед, назад с demi pliés, по I, V позициям в сторону с опусканием пятки во II позиции, по I, позднее по V позиции.

Практическая работа: Постановка корпуса, позиции ног, позиции рук, положения рук. Упражнения у палки. Battement tendu лицом к палке. Battement tendu в сторону. Battement tendu вперед. Battement tendu назад.

**Тема.** Упражнения классического танца на середине. Позиции рук: 1,2,3, подготовительное положение. Положение корпуса: en face, épaulement: épaulement croisé, épaulement effacé.

Практическая работа: показать позы классического танца: croisée, effacée вперед и назад. Port de bras: I, II, III и другие формы, составленные педагогом. Demi pliés вначале по I, II, позднее по V и IV позициям.

**Тема.** Народно-сценический танец - 50 часов. Элементы народного танца.

1. Элементы народного танца у станка – положение рук, упражнения по 3 и 5 позиции ног. Отведение и приведение ноги: - из I свободной позиции; с переводом стопы на каблук. Броски ноги на 35° из I свободной позиции с натянутым и сокращенным подъемом.

Практическая работа: выполнить перегибы корпуса вперед, назад, в сторону. Полуприседание по I, II, III свободным позициям, по VI позиции. “Припадание” – по I свободной позиции, держась обеими руками за станок.

2. Упражнения в народном характере на середине - упражнения на выстукивания, дробь, присядка, переменный шаг. Упражнения для кистей: вращательные движения en dehors, en dedans; хлопки в ладони, по колену (мальчики).

Практическая работа: выполнить выстукивающие движения по VI позиции в различных ритмичных рисунках. Показать фиксацию ноги с сокращенным подъемом у щиколотки и колена. На месте и с продвижением вперед. Притоп: двойной, тройной.

**Тема:** Комбинации танцевальных упражнений – шаг польки, основной шаг польки в паре, шаг польки в паре с продвижением по кругу, элементы – русский танец, итальянский танец

Практическая работа: выполнить подскоки на месте и в продвижении вперед с фиксацией ноги у колена. Бег с отбрасыванием ног назад с вытянутым носком. Полька - на месте и с продвижением вперед: в характере белорусского танца; полька в характере русского танца с отведением ноги вперед на высоту 35° с вытянутым подъемом.

**Раздел:** Партерный экзерсис – 33 часа.

1. Общеразвивающие упражнения.
2. Упражнения для укрепления стопы.
3. Упражнения для растягивания мышц.

Практическая работа: выполнить упражнения для укрепления мышц спины.

**Раздел: Танцевально-художественная работа:60 часов.**

**Тема:** Импровизация сюжетной комбинации: перестроения в пространстве, прослушивании музыки, исполнение сюжетных комбинаций.

**Практическая работа:** выполнить упражнения импровизационного характера на эмоциональное состояние: радость, гнев, грусть и др.

**Тема:** Образное исполнение: перевоплощение в различные образы, выражение чувств при исполнении танцевальной комбинации, отражение характера народного танца.

**Практическая работа:** выполнить упражнения на подражание животным: “Зайчик”, “Змея”, “Кузнечик”, “Жабка” и др.

**Раздел: Культура: костюм, быт, традиции русского народа: север России, литературно-хореографическая композиция «Собираемся на праздник» - русский костюм, беседа «История русской пляски».**

**Практическая работа:** изготовление головного убора женского костюма ханты.

### **Календарно тематическое планирование,**

#### **1- й год обучения (6 часов в неделю), для детей 7-10 лет.**

месяц	неделя	занятия	Тема занятия
Сентябрь	1	1	Вводное занятие, ТБ, ПБ
		2	Основные позиции рук, ног – повторение
		3	Перестроения в пространстве Индивидуальные занятия
	2	4	Партерный экзерсис
		5	Основной танцевальный шаг, марш – повторение
		6	Партерный экзерсис Индивидуальные занятия
	3	7	Музыкально-пространственные упражнения
		8	Перестроения в пространстве
		9	Музыкально-пространственные упражнения Индивидуальные занятия
	4	10	Партерный экзерсис
		11	Повороты
		12	Партерный экзерсис Индивидуальные занятия
	(5-1)	(13-1)	Индивидуальные занятия
Октябрь	1	1	Партерный экзерсис
		2	Повторение изученного материала
		3	Вращения по диагонали Индивидуальные занятия
	2	4	Музыкально-пространственные упражнения
		5	Вращения по диагонали

		6	Перестроения в пространстве Индивидуальные занятия
	3	7	Прослушивание музыки «Полька»
		8	Основной шаг польки
		9	Повторение Индивидуальные занятия
	4	10	Основной шаг польки в паре
		11	Повторение – шаг польки
		12	Партерный экзерсис Индивидуальные занятия
	(5-1)	(13-1)	Индивидуальные занятия
Ноябрь	1	1	Основной шаг польки в паре
		2	Партерный экзерсис: растяжки
		3	Партерный экзерсис Индивидуальные занятия
	2	4	Шаг польки в паре с продвижением по кругу
		5	Элементы танцевальных движений – полька
		6	Повторение изученного материала Индивидуальные занятия
	3	7	Комбинации танцевальных движений – полька
		8	Комбинации танцевальных движений – полька
		9	Повторение изученного материала Индивидуальные занятия
	4	10	Подготовка к разучиванию танца «Полька»
		11	Партерный экзерсис: укрепление мышц спины
		12	Партерный экзерсис: общеразвивающие упр. Индивидуальные занятия
Декабрь	1	1	Экзерсис у станка – классический танец
		2	Экзерсис у станка
		3	Движения классического танца на середине Индивидуальные занятия
	2	4	Классический танец – упражнения у станка
		5	Упражнения на выстукивания
		6	Экзерсис у станка в народном характере Индивидуальные занятия
	3	7	Повторение изученного материала
		8	Партерный экзерсис
		9	Элементы танцевальных движений в народном характере Индивидуальные занятия
	4	10	Занятия по актерскому мастерству
		11	Упражнения на выстукивания
		12	Повторение изученного материала Индивидуальные занятия
	(5-1)	(13-1)	Индивидуальные занятия
Январь	2	1	Традиции – север России, беседа
		2	Партерный экзерсис
		3	Урок актерского мастерства Индивидуальные занятия
	3	4	Комбинации танцевальных упражнений – полька

			– повторение
		5	Разводка 1 части «Полька»
		6	Отработка 1 части «Полька» Индивидуальные занятия
	4	7	Разводка 2 части «Полька»
		8	Отработка 1 и 2 части «Полька»
		9	Разводка финальной части «Полька» Индивидуальные занятия
	5	10	Отработка танца «Полька»
		11	Отработка танца «Полька»
Февраль	1	1	Переменный шаг – русский характер
		2	Присядка
		3	Повторение изученного материала Индивидуальные занятия Индивидуальные занятия
	2	4	Творческая мастерская: сюжетная комбинация танцевальных элементов в русском характере
		5	Повторение изученного материала
		6	Литературно-хореографическая композиция «Собираемся на праздник» - русский костюм Индивидуальные занятия
	3	7	Вращения по диагонали – русский характер
		8	Вращения
		9	Партерный экзерсис Индивидуальные занятия
	4	10	Дроби, присядка.
		11	Повторение изученного материала
		12	Партерный экзерсис Индивидуальные занятия

Март	1	1	Беседа «Русский костюм»
		2	Элементы – русский танец
		3	Русский костюм – закрепление Индивидуальные занятия
	2	4	Комбинации танцевальных движений – русский танец
		5	Повторение изученного материала
		6	Беседа «История русской пляски» Индивидуальные занятия
	3	7	Экзерсис в народном характере у станка
		8	Упражнения в народном характере на середине
		9	Повторение изученного материала Индивидуальные занятия
	4	10	Упражнения в народном характере на середине
		11	Прослушивание музыки «Барыня»
		12	Подготовка к разучиванию танца Индивидуальные занятия
	(5-1)	(13-1)	Партерный экзерсис: развитие стопы
Апрель	1	1	Партерный экзерсис: растяжки

		2	Партерный экзерсис; укрепление корпуса
		3	Разучивание танца «Перепляс»: основной шаг Индивидуальные занятия
	2	4	Разучивание танца «Перепляс»
		5	Отработка изученного материала
		6	Разучивание танца «Перепляс» Индивидуальные занятия
	3	7	Партерный экзерсис
		8	Отработка «Перепляс»: работа в линиях
		9	Отработка «Перепляс»: финальная часть Индивидуальные занятия
	4	10	Подготовка к фестивалю
		11	Подготовка к фестивалю
		12	Фестиваль
Май	1	1	Экзерсис у станка
		2	Партерный экзерсис
		3	Открытый урок для родителей
	2	4	Танцевальные элементы – итальянский характер
		5	Танцевальные элементы – итальянский характер Индивидуальные занятия
		6	Партерный экзерсис
	3	7	Партерный экзерсис
		8	Повторение изученного материала
		9	Прослушивание музыки «Гарантелла» Индивидуальные занятия
	4	10	Работа с тамбурином: удары на подскоках
		11	Работа с тамбурином: передача по кругу
		12	Партерный экзерсис: растяжки Индивидуальные занятия

## 2-й год обучения для детей 7-10 лет

### 2.3. Характеристика образовательного процесса

#### Организационные принципы

В процессе 2-го года обучения, полученные ранее понятия, расширяются и закрепляются. Углубленно изучается **классический танец, а также элементы народного танца (основные движения русского и украинского танца)**. На основе изученных движений воспитанники изучают небольшие композиции. Для освоения танца знакомятся с наиболее характерными рисунками танца, учатся переходу из одного построения в другое: круг - полукруг, круг – 2 круга и т.д. расширяются знания по музыкальному движению. Обучающиеся учатся слушать музыку, воспринимать ее характер, отражать его в движениях и пластике. Учатся выполнять движения в



различных темпах. Вырабатывается умение не только сохранять заданный темп, но и ускорять и замедлять его вместе с музыкой. Обучающиеся учатся четко определять вступление, окончание вступления, начало и окончание части. Вводятся упражнения для тренировки памяти, переключения внимания с одного предмета на другой.

Основные задачи на 2-й год обучения

- Воспитанники должны изучать классический танец у станка
- Изучать элементы русского народного танца
- Изучать элементы украинского народного танца
- Изучать понятия: общий характер музыки, темп
- Освоить пространственные перестроения
- Познакомиться с элементами современной пластики
- Познакомиться с культурой украинского народа

Основные формы и методы работы

- Беседы
- Учебное занятие
- Открытое занятие
- Творческие показы
- Практические показы
- Видео-просмотры
- Этюды-импровизации
- Репетиции

Предполагаемые результаты обучения

Обучающиеся должны **знать**

- Элементы классического танца у станка
- Элементы народно-сценического танца у станка
- Элементы современных стилей
- Основные ходы
- Основные танцевальные движения украинского танца – бигунец, тынок, выхлястык, веревочка.

Обучающиеся должны **уметь**

- Выстукивать дроби

- Выполнять основные ходы
- Вращения в русском и украинском характере
- Выполнять танцевальные движения украинского танца – бигунец, тынок, выхлястык, веревочка
- Выполнять упражнения партерного экзерсиса.

#### Формы контроля

- Индивидуальные беседы.
- Анкетирование.
- Общение в коллективе
- Общение с родителями (собрания, встречи)
- Приглашение на концерты и занятия специалистов.

#### Критерии эффективности программы

- Удовлетворенность обучающихся и их родителей организацией и результатами занятий и уровень комфортности в коллективе (Анкетирование).
- Анализ мотивации воспитанников на достижение успеха (Диагностика)
- Развитие познавательной деятельности (Диагностика)

Результативность участия в общецентровских и городских творческих конкурсах, воспитательных мероприятиях

#### Учебный план, 2-й год обучения, для детей 7-10 лет (6 часов в неделю)

№	Виды деятельности	теория	практика	всего
1.	<b>Учебно-тренировочная работа:</b>	<b>35</b>	<b>115</b>	<b>150</b>
	1. Элементы классического танца – отработка элементов, изученных ранее, батман девелоппе, гранд батман жете, пасса, порт де брас.	10	25	35
	2. Элементы народно-сценического танца – деми плие по всем позициям, батман тандю с сокращением стопы, с переводом стопы на каблук, флик-фляк, ронд-де-жамб партер с проведением ноги на ребро спереди и фиксацией сзади, пасса подготовка	10	25	35

	к «веревочке»			
	3. Элементы танцевальных движений – выстукивания в русском характере, основные ходы, вращения, перескоки.	5	15	20
	4. Элементы современной пластики	5	15	20
	5. Индивидуальные занятия		10	10
	Партерный экзерсис	5	20	25
2.	<b>Танцевально-художественная работа:</b>	20	51	71
	1. Русский танец – изучение дробей, вращений	5	20	25
	2. Украинский танец – бигунец, веревочка, припадание, тынок, выхлястык.	5	20	30
3.	Танцевальная импровизация	2	5	10
4.	Культура: быт, костюм, традиции	10	6	16
	Всего	57	171	216

### Содержание программы

**РАЗДЕЛ: Учебно-тренировочная работа: 150 часов**

**Тема: Элементы классического танца - 35 часов**

батман девелоппе, гранд батман жете, пассе, порт де брас - выполняются у станка и на середине зала. Выполняются по I, II, IV позиции ног.

**Батман (battement)** - отведение работающей ноги в каком-либо направлении и возвращение ее к опорной ноге. Каждый вид батмана имеет свою форму и самостоятельное название.

**Батман тандю сэмпль (battement tendu simple)** - выставление ноги вперед, в сторону, назад на носок. Упражнение способствует развитию подъема ноги и укреплению голеностопного сустава, является подготовительным для освоения ряда последующих движений данной классификационной группы. При выполнении батман тандю выворотная нога скользящим движением отводится из I, III, V позиций вперед, в сторону, назад на носок и возвращается в и. п. Движение следует выполнять по прямой от пятки опорной ноги к носку отведенной и обратно.

Практическая работа: выполнить Battements tendus jetés: вначале по I позднее по V позиции в сторону, вперед, назад; piqué в сторону, вперед, назад. Demi rond de jambe par terre по  $\frac{1}{4}$  и  $\frac{1}{2}$  круга. Положение ноги sur le cou-de-pied спереди (основное), сзади, условное для battements frappés, и battements fondus.

### **Тема: Элементы народно-сценического танца - 30 часов**

1. деми плие по всем позициям
2. батман тандю с сокращением стопы, с переводом стопы на каблук, флик-фляк
3. ронд-де-жамб партер с проведением ноги на ребро спереди и фиксацией сзади
4. пассе, подготовка к «веревочке»
5. упражнения на выстукивания – выполняются у станка по 6 позиции.
6. экзерсис в народном характере – каблучные, выполняются у станка по 6 позиции.

Практическая работа: выполнить *releve lent* на 90° в характере русского танца, *port de bras* вперед, назад, в сторону. «Припадание» из V позиции. «Подбивка» в характере белорусского танца.

### **Тема: Элементы танцевальных движений - 20 часов**

1. выстукивания в русском характере – подготовка к исполнению дробей, выполняются у станка и на середине зала.
2. основные ходы – выполняются в медленном и быстром темпе, по кругу, по диагонали, ходы выполняются в русском и украинском характере.
3. вращения – выполняются по диагонали, на 2 и 3 точку.
4. перескоки – выполняются в быстром и медленном темпе, в русском и украинском характере.

Практическая работа: выполнить основные ходы русского танца: простой, переменный, с каблука в *demi-plié*, с ударом каблука по VI позиции, «горох», «трилистник», «гармошка». Вращение на месте. Простые шаги, «припадание».

### **Тема: Элементы современной пластики – 10 часов**

1. движения для рук выполняются в медленном темпе, в стиле модерн.
2. упражнения в различных темпах - 3. модерн, упражнения на середине зала

Практическая работа: выполнить прыжковые упражнения.

### **РАЗДЕЛ: Партерный экзерсис – 25 часов**

Общеукрепляющие упражнения выполняются комплексом для всех мышц.

Упражнения для развития стопы, укрепления позвоночника.

Практическая работа: упражнения для закрепления корпуса.

Все упражнения выполняются под счет и музыкальное сопровождение, темп-медленный.

**РАЗДЕЛ: Танцевально-художественная работа - 71 час**

**Тема:** Русский танец - 25 часов. Изучение дробей, вращений, элементы – русский хоровод, комбинации – русский сценический танец, танцевальные элементы в русском характере на середине.

Постановка танца «Во саду», постановка танца - русский характер.

Практическая работа: выполнить дробную “подбивку” в характере русского танца. Дробную “дорожку” на полупальцах по V позиции. Основные ходы танцев “Юрочка”, “Крыжачок”.

**Тема:** Украинский танец - 25 часов

Изучение движений: бигунец, веревочка, припадание, тынок, выхлястык – все движения выполняются в быстром темпе, комбинации танцевальных движений в украинском характере – боковой ход, тынок.

Постановка танца «Пивторак», «Полька», стилизованный.

Практическая работа: выполнить комбинации танцевальных движений в украинском характере: веревочка, ковырялочка, танцевальные элементы в украинском характере на середине – голубец-каре.

**Тема:** Танцевальная импровизация - 10 часов

Умение передать украинский и русский характер танца.

Практическая работа: Положения рук в украинском танце.

**РАЗДЕЛ: Культура: быт, костюм, традиции – 18 часов**

Беседа «Я живу в России»

История костюма – славянский мужской и женский костюм.

История костюма – украинский

Практическая работа: Прослушивание музыки «Во саду».

**Календарно-тематическое планирование**

**2-й год обучения (6 часов в неделю), для детей 7-10 лет.**

месяц	неделя	занятие	Тема занятия
Сентябрь	1	1	Вводное занятие, ТБ, ПБ
		2	Основные положения рук, ног, корпуса – повторение
		3	Музыкально-пространственные упражнения Индивидуальные занятия
	2	4	Повторение изученного материала
		5	Партерный экзерсис
		6	Партерный экзерсис Индивидуальные занятия
	3	7	Классический танец – экзерсис у станка
		8	Классический танец – экзерсис у станка
		9	Вращения по диагонали Индивидуальные занятия
	4	10	Повторение изученного материала
		11	Экзерсис в народном характере -каблукные
		12	Экзерсис в народном характере Индивидуальные занятия
Октябрь	1	1	Упражнения на выстукивания
		2	Упражнения на выстукивания
		3	Вращения по диагонали Индивидуальные занятия
	2	4	Партерный экзерсис
		5	Партерный экзерсис
		6	Элементы – русский танец – припадание Индивидуальные занятия
	3	7	Элементы – русский танец - подскоки
		8	Повторение изученного материала
		9	Элементы – русский хоровод Индивидуальные занятия
	4	10	Перестроения в пространстве
		11	Беседа «Я живу в России»
		12	Вращения в народном характере Индивидуальные занятия
	(5-1)	(13-1)	Повторение изученного материала
Ноябрь	1	1	Упражнения на выстукивания
		2	Элементы – русский танец
		3	Элементы – русский танец Индивидуальные занятия
	2	4	Повторение изученного материала
		5	Комбинации танцевальных движений в украинском характере – боковой ход, тынок.
		6	Комбинации танцевальных движений в украинском характере Индивидуальные занятия
	3	7	Повторение изученного материала
		8	Вращения в народном характере
		9	Комбинации танцевальных движений в украинском характере: веревочка, ковырялочка Индивидуальные занятия
	4	10	Подготовка к разучиванию танца «Пивторак»

		11	Постановка 1 части танца «Пивторак» выход
		12	Постановка 1 части танца «Пивторак» рисунок Индивидуальные занятия
Декабрь	1	1	Постановка 2 части «Пивторак» работа в парах
		2	Постановка 2 части «Пивторак» движение змейка
		3	Отработка 1 и 2 части «Пивторак», перестроения Индивидуальные занятия
	2	4	Отработка 1 и 2 части «Пивторак», основной ход
		5	Отработка 1 и 2 части «Пивторак», вращения
		6	Постановка финальной части танца Индивидуальные занятия
	3	7	Постановка финальной части танца
		8	Отработка финальной части
		9	Отработка финальной части Индивидуальные занятия
	4	10	Отработка танца «Пивторак», на сцене общий прогон
		11	Отработка танца «Пивторак», основной ход в парах
		12	Отработка танца «Пивторак», сольная часть Индивидуальные занятия
	(5-1)	(13-1)	Отработка танца «Пивторак», общий прогон
Январь	2	1	Экзерсис в народном характере
		2	Экзерсис в народном характере
		3	Повторение изученного материала Индивидуальные занятия
	3	4	Экзерсис в народном характере
		5	Элементы – русский сценический танец
		6	Элементы – русский сценический танец Индивидуальные занятия
	4	7	Комбинации – русский сценический танец
		8	Комбинации – русский сценический танец
		9	Повторение изученного материала Индивидуальные занятия
	(5-1)	(10)	Прослушивание музыки «Во саду»
Февраль	1	1	Элементы к танцу «Во саду»
		2	Элементы к танцу «Во саду»
		3	Повторение изученного материала Индивидуальные занятия
	2	4	Комбинации к танцу «Во саду»
		5	Комбинации к танцу «Во саду»
		6	Прыжки Индивидуальные занятия
	3	7	Постановка 1 части « Во саду»
		8	Постановка 1 части « Во саду»
		9	Отработка 1 части « Во саду» Индивидуальные занятия
	4	10	Отработка 1 части « Во саду»

Март	1	1	Партерный экзерсис
		2	Постановка 2 части «Во саду»
		3	Постановка 2 части «Во саду» Индивидуальные занятия
	2	4	Отработка 2 части « Во саду»
		5	Отработка 2 части « Во саду»
		6	Постановка финальной части Индивидуальные занятия
	3	7	Постановка финальной части
		8	Отработка танца «Во саду»
		9	Отработка танца «Во саду» Индивидуальные занятия
	4	10	Отработка танца «Во саду»
		11	Отработка танца «Во саду»
		12	Партерный экзерсис Индивидуальные занятия
	(5-1)	(13-1)	Партерный экзерсис: упражнения на гибкость
Апрель	1	1	Экзерсис в народном характере
		2	Экзерсис в народном характере
		3	Повторение изученного материала Индивидуальные занятия
	2	4	Партерный экзерсис
		5	Партерный экзерсис
		6	Отработка репертуара « Пивторак» « Во саду» Индивидуальные занятия
	3	7	Отработка репертуара « Пивторак» « Во саду»
		8	Отработка репертуара « Пивторак» « Во саду»
		9	Элементы рок-н-ролла Индивидуальные занятия
	4	10	Элементы рок-н-ролла
		11	История костюма
		12	История костюма Индивидуальные занятия
	5	13	Повторение изученного материала
Май	1	1	Танцевальные элементы в русском характере на середине
		2	Танцевальные элементы в русском характере на середине
		3	Танцевальные элементы в русском характере на середине Индивидуальные занятия
	2	4	Элементы современной пластики – прыжковые упражнения
		5	Элементы современной пластики – упражнения в различных темпах
		6	Элементы современной пластики Индивидуальные занятия
	3	7	Танцевальные элементы в украинском характере на середине – голубец-каре
		8	Танцевальные элементы в украинском характере на



			середине – вращения на прыжке
		9	Повторение изученного материала Индивидуальные занятия
	4	10	Элементы современной пластики – модерн, движения для рук
		11	Элементы современной пластики – модерн , упражнения на середине зала
		12	Элементы современной пластики Индивидуальные занятия

### **3-й год обучения, для детей 7-10 лет**

#### **2.3. Характеристика образовательного процесса**

##### **Организационные принципы обучения**

3-й год обучения хореографии предполагает работу с детьми, которые уже владеют определенным запасом танцевальной техники, первоначальной координацией движений. Они готовы к восприятию нового материала и т.д. Однако со средней возрастной категории есть свои трудности, особенности работы с мальчиками. По мере взросления мальчики начинают больше увлекаться различными видами спорта, считая спорт более достойным для мужчины занятием. Учитывая эти сложности, необходимо включать в занятия соревновательный эффект, активней включать в занятия элементы новой танцевальной техники – современной пластики, использовать для музыкального сопровождения популярную музыку. Важным компонентом на данном этапе является пополнение знаний основ музыкальной культуры, знакомство с произведениями разных жанров и стилей. Обучающиеся должны понять, что любой танец есть эмоциональное пластическое выражение музыки

На этом этапе продолжается изучение классического танца у станка и на середине. Вводится новый раздел – танцы народов Севера (хантыйский танец и алеутский). Расширяется репертуар историко-бытового танца. Можно показать зависимость движений от костюма. Изучается русский танец – особенности областей, а также история, быт, костюм.

Итогом обучения должно стать умение обучающихся грациозно и органично двигаться, общаться с партнером, соотносить свои движения с музыкой.

##### **Основные задачи на 3-й год обучения**

- изучить классический танец у станка и на середине

- изучить народный танец – русский, украинский, хантыйский
- познакомиться с основами современной пластики
- выполнять упражнения партерного экзерсиса
- изучить культуру русского (север России), украинского (центральная часть) народа.

#### Основные формы и методы работы

- учебное занятие
- открытое занятие
- беседа
- экскурсия
- музыкальное соревнование
- занятие-праздник;
- концерт

#### Предполагаемые результаты обучения

##### Обучающиеся должны **знать и уметь**

- координировать свои движения с музыкой
- обладать музыкально-двигательными навыками
- обладать эмоциональной выразительностью
- знать основные движения, композиции, перестроения в русском танце
- знать танцевальные движения «Хоровод»
- знать основные движения, композиции, перестроения в украинском танце
- знать танцевальные движения «Голубка»
- уметь выполнять танцевальные позы, прыжки, повороты
- уметь выполнять элементы современной пластики

##### Формы контроля

- Индивидуальные беседы.
- Анкетирование.
- Общение в коллективе
- Общение с родителями (собрания, встречи)
- Приглашение на концерты и занятия специалистов.

## Критерии эффективности программы

- Удовлетворенность воспитанников и их родителей организацией и результатами занятий и уровень комфортности в коллективе (Анкетирование).
  - Анализ мотивации воспитанников на достижение успеха (Диагностика)
  - Развитие познавательной деятельности (Диагностика)
- Результативность участия в общецентровских и городских творческих конкурсах, воспитательных мероприятиях

### Учебный план, 3-й год обучения (6 часов в неделю)

№	Виды деятельности	теория	практика	всего
1.	<b>Учебно-тренировочная работа:</b>	26	80	106
	1.Классический танец: элементы классического танца – упражнения на развитие подвижности стопы: батман тандю, батман тандю жете, батман фрапе, батман фондю. прыжки – соте, шажман де пье. танцевальные позы – анфас, круазе, эфасе, арабеск	10	25	35
	2.Народно-сценический танец: элементы народного танца: экзерсис в народном характере упр.№1 (приложение), для развития стопы, каблучные упражнения, маленькие броски, упр. с ненапряженной стопой, раскручивание ноги под углом «90»	10	25	35
	3.Элементы хантыйского танца	2	8	10
	4.Элементы современной пластики	2	14	16
	5.Индивидуальные занятия	2	8	10
2.	<b>Танцевально-художественная работа:</b>	30	80	110
	1.Постановочная работа: музыкально-двигательные навыки, музыкальное движение, характер музыки, эмоциональная выразительность	3	7	10
	2.Русский танец: основные движения, композиции, перестроения, танец «Хоровод»	7	23	30
	3.Украинский танец: основные движения, композиции, перестроения, танец «Голубка»	7	23	30
	4.Партерный экзерсис	4	16	20
	5.Танцевальная импровизация.	2	8	10
	6.Культура	7	3	10
	Всего	56	160	216

## Содержание программы

### Учебно-тренировочная работа – 106 часов

**Раздел: Классический танец - 35 часов**

**Тема:** Элементы классического танца –

**Батман фραπε (battement frappe)** - сгибание и разгибание голени под углом 45°.

Прежде чем приступить к изучению движения, осваивается положение ноги **сюр ле ку де пье (sur le coup-de-pied)**. Батман фραπε заключается в быстром сгибании голени из и. п. правая (левая) в сторону в положение сюр ле ку де пье впереди или сзади с легким ударом об опорную ногу с последующим разгибанием вперед, в сторону, назад

**Батман фондю (battement fondu)** - сочетание полуприседа на опорной ноге с одновременным сгибанием свободной на **сюр ле ку де пье** впереди (сзади) с последующим разгибанием работающей и выпрямлением опорной.

Практическая работа: Выполнить упражнения на развитие подвижности стопы: батман тандю, батман тандю жете, батман фραπε, батман фондю выполняются по I, II, IV позиции у станка и на середине зала, батман тандю жете крестом по I позиции, батман тандю жете крестом по 5.

**Тема:** Прыжки – соте, шажман де пье выполняются по I, II, IV позиции.

Практическая работа: выполнить прыжки у станка и на середине зала.

**Тема:** Танцевальные позы – анфас, круазе, эфасе, арабеск.

Практическая работа: выполнить танцевальные позы на середине зала.

**Тема:** Вращения по диагонали. Подскоки на месте, в продвижении по диагонали.

Практическая работа: выполнить вращения по 2 точкам.

**Раздел: Народно-сценический танец - 35 часов**

**Тема:** Элементы народного танца. Экзерсис в народном характере упр. №1 (приложение), для развития стопы, маленькие броски, упр. с ненапряженной стопой, раскручивание ноги под углом «90». Все упражнения выполняются по I, II, IV позиции у станка и на середине зала.

Практическая работа: выполнить Demi-plie и grand plie по выворотным и параллельным позициям, с различными port de bras. Battement tendu с demi-plie и ударом по V позиции; с опусканием ноги на каблук в demi-plie. Battement jete с поднятием пятки опорной ноги.

**Тема:** Каблучные упражнения - 10 часов, Rond de jambe par terre en dehors и en dedans: на носок; на каблук.

Практическая работа: выполнить каблучное низкое (положение работающей ноги в sur le sou-de-pied с сокращенным и вытянутым подъемом).

**Тема:** Крутки - вращения по VI позиции с отбрасыванием ноги назад в demi-plie на опорной ноге.

Практическая работа: выполнить “Моталочка”: в повороте; с продвижением по диагонали.

**Тема:** Элементы хантыйского танца – 10 часов

Движения рук, головы, корпуса выполняются медленно, плавно, перевоплощение в образы зверей и растений.

Практическая работа: выполнить упражнение «водоросли», «нерпочка».

**Тема:** Элементы современной пластики – 16 часов

Модерн, народная стилизация.

Практическая работа: выполнить «пружинка», «спираль»

**Раздел: Танцевально-художественная работа – 110 часов**

**Тема:** Постановочная работа: музыкально-двигательные навыки, музыкальное движение, характер музыки, эмоциональная выразительность – 15 часов Музыкальное движение: понятие – тем, перестроения в пространстве. Музыкальное сопровождение – эмоциональная выразительность

Практическая работа: Выстукивающие движения в характере русского танца: Grand battement jete: с pas tombe на работающую ногу; с ударом подушечки опорной стопы; с port de bras.

**Тема:** Русский танец: основные движения, композиции, перестроения, танец «Хоровод» - 30 часов

Русский танец – ход с подскоком, дробный ход, присядка. Основные движения «Хоровод»

Практическая работа: выполнить основные движения «Хоровод».

**Тема:** Украинский танец: основные движения, композиции, перестроения, танец «Голубка» - 30 часов. Украинский танец: большой тынок, низкий голубец, голубец с притопом

Постановка танца «Голубка»

Практическая работа: выполнить большой тынок, низкий голубец, голубец с притопом.  
Показать положения рук в украинском танце: II, III открытая, IV позиции;  
“корзиночка”.

**Раздел: Партерный экзерсис - 20 часов**

Общеукрепляющие упражнения выполняются комплексом для всех мышц.

Упражнения для развития стопы, укрепления позвоночника.

Упражнения для закрепления корпуса.

Все упражнения выполняются под счет и музыкальное сопровождение, темп медленный.

Практическая работа: выполнить упражнения для развития стопы, укрепления позвоночника.

**Раздел: Танцевальная импровизация - 10 часов**

Урок актерского мастерства: образное перевоплощение.

Урок актерского мастерства: переключение внимания

Практическая работа: Урок актерского мастерства: анатомические особенности лица.

**Раздел: Культура - 10 часов**

Русский танец – история костюма

История танца «Хоровод»

Беседа: зимние народные праздники. Беседа: история костюма «Голубка»

Практическая работа: игровая программа «Собираемся на праздник».

**Календарно-тематическое планирование 3-й год обучения**

**(6 часов в неделю), для детей 7-10 лет**

Месяц	Неделя	Занятие	Тема занятия
Сентябрь			
	1	1	Вводный урок
		2	Повторение изученного: позиции ног, рук, корпуса
		3	Партерный экзерсис
	2	4	Вращения по диагонали
		5	Партерный экзерсис
		6	Классический танец: батман тандю по 5 позиции

Октябрь	3	7	Музыкальное движение: характер музыки
		8	Классический танец: батман тандю жете крестом по 1 позиции
		9	Классический танец: батман тандю жете крестом по 5 позиции
	4	10	Классический танец: батман фрапе
		11	Отработка изученного материала - классический танец
		12	Партерный экзерсис
	5	13	Индивидуальные занятия
	1	1	Вращения по диагонали
		2	Прыжки – соте
		3	Экзерсис в народном характере – упражнение№1
	2	4	Отработка изученного материала
		5	Партерный экзерсис
		6	Экзерсис в народном характере – упражнение№1, каблучные
	3	7	Классический танец: батман фондю
		8	Партерный экзерсис
		9	Отработка изученного материала
	4	10	Музыкальное движение: понятие - тем
		11	Прыжки – шажман де пье
		12	Прыжки - шажман де пье, соте
	Ноябрь	5	13
1		1	Перестроения в пространстве
		2	Партерный экзерсис
		3	Урок актерского мастерства
2		4	Повторение
		5	Элементы «русский танец» - припадание
		6	Русский танец – история костюма
3		7	История танца «Хоровод»

		8	Русский танец – ход с подскоком
		9	Отработка изученного материала
4		10	Русский танец – дробный ход
		11	Партерный экзерсис
1		1	Перестроения в пространстве
		2	Музыкальное сопровождение – эмоциональная выразительность
		3	Перестроения в пространстве
2		4	Отработка изученного материала
		5	Танцевальные позы: эфасе, арабеск
		6	Танцевальные позы: эфасе, круазе
3		7	Вращения по диагонали
		8	Элементы – хантыйский танец
		9	Элементы – хантыйский танец
4		10	Элементы – хантыйский танец
		11	Отработка изученного материала
		12	Индивидуальные занятия
2		1	Партерный экзерсис
		2	Беседа: зимние народные праздники
		3	Вращения по диагонали
3		4	Отработка изученного материала
		5	Партерный экзерсис
		6	Партерный экзерсис
4		7	Вращения по диагонали
		8	Отработка изученного материала
		9	Индивидуальные занятия
	5	10	Индивидуальные занятия
Февраль	1	1	«Хоровод» история танца
		2	Основные движения « Хоровод»
		3	Основные движения « Хоровод»
	2	4	Отработка изученного материала



		5	Постановка танца «Хоровод»
		6	Постановка танца «Хоровод»
	3	7	Вращения по диагонали
		8	Постановка танца «Хоровод»
		9	Отработка изученного материала
	4	10	Отработка изученного материала
		11	Партерный экзерсис
		12	Индивидуальные занятия
Март			
	1	1	Экзерсис в народном характере – маленькие броски
		2	Экзерсис: упражнения с ненапряженной стопой
		3	Экзерсис: раскручивание ноги под углом 90
	2	4	Отработка изученного материала
		5	Украинский танец: большой тынок
		6	Украинский танец
	3	7	Отработка изученного материала
		8	Украинский танец: вращения по диагонали
		9	Украинский танец: низкий голубец
	4	10	Украинский танец: низкий голубец
		11	Отработка изученного материала
		12	Партерный экзерсис
	5	13	Индивидуальное занятие
Апрель			
	1	1	Урок актерского мастерства: переключение внимания
		2	Урок актерского мастерства: анатомические особенности лица
		3	Отработка изученного материала
	2	4	Украинский танец; голубец с притопом
		5	Украинский танец: комбинации
		6	Украинский танец: комбинации
	3	7	Украинский танец: комбинации

		8	Урок актерского мастерства: образное перевоплощение
		9	Отработка изученного материала
	4	10	Беседа: история костюма «Голубка»
		11	Подготовка к разучиванию танца
		12	Постановка танца «Голубка»
Май			
	2	1	Постановка танца «Голубка»
		2	Постановка танца «Голубка»
		3	Отработка танца «Голубка»
	3	4	Отработка танца «Голубка»
		5	Отработка танца «Голубка»
		6	Подготовка к фестивалю
	4	7	Отработка изученного материала
		8	Отработка изученного материала
		9	Отработка изученного материала
	5	10	Индивидуальные занятия

### 3. Материально-техническое оснащение

- - светлый, просторный зал,
- - зеркальная стенка,
- - станки;
- - гимнастические коврики;
- - аудиоаппаратура;
- - видеоаппаратура;
- - специальная форма одежды и обуви (купальники, трико, балетные тапочки, танцевальная обувь);
- - сценические костюмы (12 комплектов).

#### 4. Литература

##### Методическая

1. Антропова Л.В. Теория и методика преподавания классического танца.- Орел: ОГИИК, 2000.
2. Антропова Л.В. Эволюция экзерсиса классического танца.- Орел: ОГИИК, 2001.
3. Барышникова Т. Азбука хореографии. - С-Пб., 1996 .
4. Бондаренко Л. Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях.- Киев, 1968 .
5. Бухвостова Л.В., Щекотихина С.А. Композиция и постановка танца.- Орел: ОГИИК, 2001.
6. Бухвостова Л.В., Щекотихина С.А. Мастерство хореографа.- Орел: ОГИИК, 2004.
7. Васильева-Рождественская М. Историко-бытовой танец.- М., 1968 .
8. Васильева Е. Танец. - М., 1968 .
9. Давайте танцевать! – М.: Молодая гвардия, 2004.
10. Заикин Н., Заикина Н. Областные особенности русского народного танца. В 2-х ч. Ч.1.- Орел, 2003.
11. Заикин Н., Заикина Н. Областные особенности русского народного танца. В 2-х ч. Ч.2.- Орел, 2004.
12. Климов А. Основы русского народного танца. - М., 1994.
13. Костровицкая. В. 100 уроков классического танца. - Л., 1981.
14. Митрохина Л.В. Основы актерского мастерства в хореографии.- Орел: ОГИИК, 2001.
15. Окунева В.В. Русские народные хороводы и танцы. - М., 1948.
16. Роот З. Танцы в начальной школе. – М.: Айрис-пресс, 2006.
17. Руднева С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение. – М., 1972.
18. Фоменко И.М. Основы народно-сценического танца.- Орел: ОГИИК, 2002.