

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
городского округа Тольятти
«Школа с углубленным изучением отдельных предметов № 16
имени Н.Ф. Семизорова»,
структурное подразделение
«Центр дополнительного образования»



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ «Школа № 16»
г.о.Тольятти

О.А. Афонин
«29» сентября 2017г.

Программа принята на основании
решения методического совета
МБУ «Школа № 16»
Протокол № 1 от «29» 09 2017г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Танцы народов мира»
художественного направления

Возраст детей: от 8 до 11 лет.
Срок реализации: 3 года

Составитель:
Гончаренко Татьяна Ниловна
педагог дополнительного образования

г. о. Тольятти, 2017.

Содержание

Паспорт программы.....	3
1. Пояснительная записка.....	4
1.1. Цель и задачи программы.....	5
1.2. Ожидаемые результаты.....	6
1.3. Возрастные особенности	7
1.4. Формы проведения занятий.....	8
2. Учебно-тематический план 1-го года обучения.....	9
2.1. Содержание 1-го года обучения.....	9
3. Учебно-тематический план 2-го года обучения.....	12
3.1. Содержание 2-го года обучения.....	12
4. Учебно-тематический план 3-го года обучения.....	15
4.1. Содержание 2-го года обучения.....	15
5. Методическое обеспечение.....	19
6. Список литературы.....	25

Приложение

Календарно-тематическое планирование 1-го года обучения.....	27
Календарно-тематическое планирование 2-го года обучения.....	31
Календарно-тематическое планирование 3-го года обучения.....	35

Паспорт программы

Наименование программы	Дополнительная общеобразовательная программа «Танцы народов мира»
Учреждение, реализующее программу	Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение городского округа Тольятти «Школа с углубленным изучением отдельных предметов № 16 имени Н.Ф. Семизорова», структурное подразделение «Центр физического и духовного воспитания детей»
Автор (составитель) программы	Гончаренко Татьяна Ниловна, педагог дополнительного образования
Нормативно-правовая основа для разработки образовательной программы	Дополнительная общеобразовательная программа является нормативным документом, регламентирующим содержание образования, деятельность педагогического работника и разработана в соответствии с: - Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"; - Концепцией развития дополнительного образования детей в РФ (утвержденной распоряжением Правительства РФ от 4.09. 2014г. № 1726-Р.; - Приказом Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013г. № 1008 "Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"; - Примерными требованиями к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей (письмо Министерства образования РФ от 11.12. 2006г. №06-1844); - Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07. 2014г. №41 "Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей"
Уровни содержания образования ОП ДОД	Программа основной образовательной программы общего образования
Направленность ОП ДОД	Художественная
Степень авторского вклада	Адаптированная
Объем освоения содержания	Интегрированная
Охват детей по возрастам	7-16 лет (разновозрастные группы)
Срок реализации	Долгосрочная (3 года)
Масштаб реализации	Учрежденческая
Степень реализации программы	Программа реализована полностью
Уровни организации творческой деятельности обучающихся	Репродуктивно-творческая, творческая
Начало реализации программы	Первая редакция программы утверждена (протокол методического совета № 2 от 22.12.2006 г.)

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность, педагогическая целесообразность программы

Танец играет немаловажную роль в воспитании молодежи, это связано с его многогранностью, сочетает в себе средство музыкального, пластического, спортивно-физического, этического и художественно-эстетического развития и образования. Конечно, в процессе обучения все эти средства взаимосвязаны, взаимно обусловлены.

Освоение хореографии, связано с определенной тренировкой тела. Поэтому обучение предполагает специальные тренировочные занятия, построенные на основных положениях, позициях и элементах классического, народного и современного танца. Эти тренировочные занятия дают значительную физическую нагрузку. Особенностью танца является гармоническое развитие тела, без гипертрофии тех или иных мышц.

Систематические занятия танцами соразмерно развивают фигуру, способствуют устранению ряда физических недостатков, вырабатывают правильную и красивую осанку, придают внешнему облику человека собранность, элегантность. Танец учит грациозному движению.

Педагогическая целесообразность программы

Танец оказывает также большое влияние и на формирование внутренней культуры человека. Занятия танцем органически связаны с усвоением норм этики, немыслимы без выработки высокой культуры общения между людьми. Выдержка, безупречная вежливость, чувство меры, простота, приветливость - вот те черты, которые воспитываются у учащихся в процессе занятий танцем и становятся неотъемлемыми в повседневной жизни. Так занятия танцем помогают воспитывать характер человека.

Составитель данной программы опирался на вариативную образовательную программу по хореографии «Танец», созданной на основе образовательной программы Пупышевой Е.Н. «Хрустальный башмачок» (программа реализуется с 1999 года) и на основе опыта педагогов-хореографов, работающих в ЦДТ «Металлург» г. Самара.

1.1. Цель программы: создание условий для развития ритмических данных у детей посредством приобщения их к хореографии.

Задачи программы:

Обучающие:

- научить исполнять exercise классического, народно-сценического танца и современного танца, модерн;
- привить навыки правильности и чистоты исполнения;
- ознакомить с жанрами музыки.

Развивающие:

- развивать танцевальную технику, свободу и выразительность исполнения;
- развивать силу ног, прыжок, выносливость.

Воспитательные:

- формировать эмоционально-ценностное отношение к действительности;
- воспитывать коллективизм и культуру общения;
- воспитывать нравственные качества личности;
- воспитывать культуру и манеру исполнения;
- формирование активной жизненной позиции.

Новизна программы

Необходимость создания вариативной программы продиктована разными причинами: социальный заказ, большая разница в возрасте детей первого года обучения. Педагог предлагает изучение ритмики, основ современного бального танца и ознакомления с основами классического танца (на середине).

Обучение ведется по следующим разделам:

- ритмика;
- партерная гимнастика;
- элементы классического танца;
- элементы народно-сценического танца;
- элементы современного бального танца;
- элементы русского танца;
- элементы современного танца (модерн);
- музыкальные игры;
- актёрское мастерство.

1.2.Ожидаемый результат:

Результат I года обучения

К концу года ребенок может обладать рядом знаний, умений и навыков:

- сохранять правильную осанку и верно двигаться в такт музыке;
- знать различные виды шага и бега;
- различать марш (4/4), польку (2/4), вальс (3/4);
- знать простейшие элементы русского народного танца, положения рук, ног, головы;
- слышать и понимать начало и конец музыкальной фразы;
- уметь исполнять несложный танец, основанный на простейшей лексике русского танца.

Результат II года обучения

Все требования, предъявляемые к I году обучения, остаются обязательными и на II год обучения.

Дополнительно выдвигаются следующие:

- знать правила постановки рук, группировки пальцев в классическом и народно-сценическом танце;
- уметь выполнять гимнастические упражнения: “мостик”, “шпагат” и другие согласно возрасту;
- иметь навыки выворотного положения ног в I; II; V позициях;
- освоить положения классического танца, стоя лицом к станку, держась двумя руками;
- освоить основные положения классического танца (на середине);
- освоить подготовительные и основные движения танцев в ритме польки, вальса (по 3-ей и 6-ой позиции);
- уметь исполнять русский народный танец.

Результат III года обучения

Все требования, предъявляемые к I и II годам обучения, остаются обязательными и на III год обучения.

Дополнительно выдвигаются следующие:

- иметь навыки актерской выразительности;
- уметь правильно исполнять присядки в русском характере;
- иметь навык обращения к партнеру;
- знать правила исполнения основных движений классического танца;
- слышать и понимать значения вступительных и заключительных аккордов в упражнениях классического и народно-сценического, современного бального танца;
- освоить подготовительные и основные движения танцев в латиноамериканских ритмах (ча-ча-ча, посодобль, самба) и в современных ритмах (рок-н-ролл, вару-вару);
- исполнять сюжетно-игровой танец на усложненной лексике и рисунке.

1.3. Возрастные особенности детей.

Младший школьный возраст. В этом возрасте ребенок достигает кульминации в развитии движений, которая выражается в особой грации, легкости и изяществе. У детей резко возрастает способность к исполнению разнообразных и сложных по координации движений – из области хореографии, гимнастики. Это дает возможность подбирать для работы с детьми более сложный репертуар, в основе которого не только народная современная и танцевальная музыка, но и некоторые классические произведения.

Детям трудно сосредоточиться на однообразной и малопривлекательной для них деятельности, а вот реакция на все новое, яркое необычно сильна в этом возрасте. Ребенок не умеет еще управлять своим вниманием и часто оказывается во власти внешних впечатлений. Все внимание направляется на отдельные, бросающиеся в глаза предметы или их признаки. Возникающие в сознании детей образы, представления вызывают сильные переживания, которые оказывают тормозящее влияние на мыслительную деятельность. Поэтому если суть предмета не находится на поверхности, если она замаскирована, то младшие школьники и не замечают ее. Все то, что вызывает у младших школьников сильные переживания, привлекает их внимание, но это требует колоссальных усилий воли и высокой мотивации. Одним и тем же видом деятельности младший школьник может заниматься весьма непродолжительное время (15—20 мин) в связи с быстрым наступлением утомления, запредельного торможения. Поэтому очень образный, эмоциональный язык художественного оформления учебных занятий дезориентирует ребенка в собственно учебных действиях.

Подростковый возраст характеризуется тем, что знания становятся личным достоянием ученика, перерастая в его убеждения, что, в свою очередь, приводит к изменению взглядов на окружающую действительность. Оценки сверстников начинают приобретать большее значение, чем оценки учителей и взрослых. Подросток максимально подвержен влиянию группы, ее ценностей; он боится утратить популярность среди сверстников. Подросток усваивает социальные нормы, происходит переоценка ценностей, удовлетворяется потребность в признании и самоутверждении. Занятия танцами в этом возрасте «создает возможность реализации своей индивидуальности», где он может реализовать свои возросшие возможности, стремление к самостоятельности, удовлетворив потребность в признании со стороны взрослых.

1.4. Формы проведения занятий.

Педагоги, реализующие эту программу, используют в своей работе следующие формы проведения занятий:

- коллективные (учебно-тренировочные занятия, беседы, экскурсии),
- групповые (постановочно-репетиционная работа),
- индивидуальные (работа с солистами и отстающими).

Методы обучения, используемые на занятиях учебных групп: словесные, практические, наглядные, эмпирический, игровые, аналитические.

Учебное занятие может проводиться как с использованием одного метода обучения, так и с помощью комбинирования нескольких методов и приёмов, форм. Целесообразность и выбор того или иного метода зависит от образовательных задач, которые ставит педагог.

Программа рассчитана на обучающихся от 7 до 16 лет. В творческое объединение принимаются все желающие без специального отбора. Обязательным требованием является медицинская справка.

Для успешной реализации программы целесообразно объединение обучающихся в учебные группы численностью:

I год обучения – количество детей в группе 15 человек.

II год обучения – количество детей в группе до 12 человек.

III год обучения – количество детей в группе до 12 человек.

Количество учебных занятий в неделю

Этапы обучения	Количество часов в неделю	Всего
1,2 год обучения	2 ч. (4 группы)	80
3 год обучения	4 ч.	160
Итого	12	240

Продолжительность учебного часа - **45 минут, с перерывом 10 минут.**

2.УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН первого года обучения

№ п/п	Содержание деятельности	количество часов		
		всего	теория	практика
1.	Вводное занятие	1	1	-
2	Ритмика	20	-	20
3.	Партерная гимнастика	10	-	10
4	Элементы русского народного танца	20	-	20
5.	Музыкальные игры	4	-	4
6.	Постановочная работа	10	-	10
7.	Репетиционная работа	10	-	10
8.	Концертная деятельность	1	-	1
9.	Воспитательно-познавательные мероприятия	2	-	2
10.	Итоговое занятие	2	-	2
	Итого:	80	1	79

2.1. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

I год обучения

1 . Вводное занятие.

Организационные моменты, техника безопасности, беседа об искусстве танца.

Контрольно-диагностические средства: анкетирование, просмотр.

2. Ритмика:

Знакомство с понятиями: шеренга, колонна, интервал, дистанция. Построение и передвижение в танцевальном зале. Положение корпуса и головы; поклон; шаг с носка. План танцевального зала.

Позиции ног(I, II, III, VI)

Определение различных музыкальных темпов.

Виды шага (на п/п; на пяточках; шаркающие). Виды бега (бег на п/п , с выбрасыванием ног на 45° вперёд, назад, “подскоки,” галоп.).

Прыжки (на месте, из стороны в сторону, “кенгуру”, “кенгуру с поджатыми ногами”, двойные прыжки из стороны в сторону),

Упражнения на расслабление мышц: “улитка”; “надуть и сдуть шарик”, “незнайка”.

Па польки. Присядка “мячик”.

Подготовительные упражнения для выполнения движения: “колесо”.

Контрольно-диагностические средства: просмотр, наблюдение, зачёт, контрольный урок.

3. Партерная гимнастика.

Упражнения для улучшения выворотности ног: “лягушка”, “лягушка на животе”.

Упражнение: “стойка на лопатках”. Большие броски вперед в положении лежа на спине, лежа на боку.

Упражнения: “солдатык”, “бабочка”, “лучик солнца”, “солнышко”, “маятник”, “флажок”, “морские волны”.

Упражнения на развитие гибкости: “коробочка”, “морская рыбка”, “лодочка”, “кошка”,

“корзиночка», “крылья птицы”, “велосипед”.

Гимнастическое упражнение: “мостик”.

Passé в положении лежа на спине, Releve lent в положении лежа на спине.

Большие броски назад, вперед, в сторону. Упражнение растяжка на шпагат.

Контрольно-диагностические средства: просмотр, опрос, наблюдение, зачёт, контрольный урок.

4. Элементы русского народного танца.

Теория: История русского танца. История русского костюма.

Практика: Положение рук в русском народном танце.

Движения: “гармошка”; “елочка”, “ковырялочка”. Притопы, двойные притопы, притопы двойные с хлопками, тройные притопы, тройные притопы с хлопками.

“Переступания”, “приставной шаг”, вынос ноги на каблук.

Комбинация с приставными шагами и притопами, комбинация “гармошки “ с “елочкой”; комбинация «ковырялочка» с притопами.

Контрольно-диагностические средства: просмотр, опрос, наблюдение, зачёт, контрольный урок, участие в концертах.

5. Музыкальные игры.

Игры на определение музыкального ритма и длительность нот, на развитие образного мышления, скорость реакции и т.д.

Контрольно-диагностические средства: наблюдение.

6. Постановочная работа.

Теория: объяснение правильности исполнения движений, истории и сюжета танца.

Практика Разучивание танцев.

Контрольно-диагностические средства: просмотр, наблюдение.

7. Репетиционная работа.

Контрольно-диагностические средства: просмотр, наблюдение.

8. Концертная деятельность.

На I году обучения участие детей в концертах минимальное – на уровне школы, класса.

Контрольно-диагностические средства: концертная деятельность уже сама по себе является средством контроля.

9. Воспитательно-познавательные мероприятия.

Примерный перечень мероприятий: экскурсии в музеи города; беседы о качествах, составляющих норму поведения; беседы об искусстве хореографии, традиционные мероприятия коллектива.

Контрольно-диагностические средства: тестирование, анкетирование.

10. Итоговое занятие.

Теория: проверка теоретических знаний усвоенных в течение года.

Практика: проверка практических умений и навыков.

Контрольно-диагностические средства: зачёт, экзамен, контрольный урок, тестирование, анкетирование.

3.УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН второго года обучения

№ п/п	Содержание деятельности	количество часов		
		всего	теория	практика
1.	Вводное занятие	1	1	-
2.	Ритмика	4	-	4
3.	Партерная гимнастика, растяжка	5	-	5
4.	Элементы классического танца	-	-	-
5.	Элементы современного балльного танца	5	1	4
6.	Элементы классического танца	10	1	9
7.	Элементы русского танца	20	-	20
8.	Музыкальные игры	2	-	2
9.	Постановочная работа	8	-	8
10.	Репетиционная работа	15	-	15
11.	Концертная деятельность	4	-	4
12.	Воспитательно-познавательные мероприятия	4	-	4
13.	Итоговое занятие	2	-	2
	Итого:	80	3	77

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

II год обучения

1. Вводное занятие

Обсуждение содержания занятий. Техника безопасности.

Контрольно-диагностические средства: анкетирование, просмотр.

2. Ритмика: материал 1-го года обучения, добавляется упражнения на развития всех групп мышц (наклоны корпуса, головы и т.д.), подскоки в повороте с продвижением по диагонали, колесо.

Контрольно-диагностические средства: просмотр, наблюдение, зачёт, контрольный урок.

3. Партерная гимнастика: материал 1-го года обучения, добавляется растяжка на шпагат, упражнения для нижнего пресса, для верхнего пресса, для укрепления спины.

Контрольно-диагностические средства: просмотр, наблюдение, зачёт, контрольный урок.

4. Элементы классического танца

Теория: терминология классического танца. История развития классического танца.

Практика: позиции рук I; II; III; позиции ног I; II; III; VI, V.

Demi plie по I; II; III позициям; Grand plie по I; II; III позициям; Battement tendu по I позиции в сторону; Battement tendu jete по I позиции в сторону; Releve по I; II; III позициям; прыжки pas soutes по I; II ;III позициям; Port de brass I, II, III форма.

Па вальса вперед, па вальса назад, вальсовая дорожка, па польки.

Releve lent на 45° в сторону лицом к станку; Battement tendu из I позиции вперед; Demi rond – en dehors; Battement tendu jete по I позиции вперед; Demi rond – en dehors; Releve lent на 45° вперед; Battement tendu с demi plie; Battement tendu из I позиции назад; Battement tendu jete из I позиции назад; Demi rond - en dedans; Releve lent на 45° назад.

Контрольно-диагностические средства: просмотр, опрос, наблюдение, зачёт, контрольный урок, участие в концертах.

5. Элементы современного бального танца.

Теория: история и развитие бального танца. Терминология бального танца.

Практика: подготовительные и основные движения танцев в ритме польки, вальса (по 3-ей и 6-ой позиции).

Контрольно-диагностические средства: просмотр, опрос, наблюдение, зачёт, контрольный урок, участие в концертах.

6. Элементы классического танца:

Теория: терминология классического танца. История развития классического танца.

Практика: за основу берутся движения, которые можно отрабатывать без станка.

Контрольно-диагностические средства: просмотр, опрос, наблюдение, зачёт, контрольный урок, участие в концертах.

7. Элементы русского народного танца

Теория: Приёмы русского танца (хоровод, пляска, перепляс).

Практика: Раскрывание и закрывание рук в русском танце, поклон на месте с руками и без рук.

Притопы одинарные, двойные, тройные.

Шаг с каблука, шаг с притопами, вперед и назад. “Веревочка” простая, веревочка” с “ковырялочкой”, “ковырялочка” с двойным притопом, перескоки с ноги на ногу, ключ простой. Припадания в сторону по III позиции, припадания вперед и назад по VI позиции.

Контрольно-диагностические средства: просмотр, опрос, наблюдение, зачёт, контрольный урок, участие в концертах.

8. Музыкальные игры.

Усложняются правила игр, разученных на 1-вом году обучения, ускоряется темп игры.

Контрольно-диагностические средства: наблюдение.

9. Постановочная работа

Теория: объяснение правильности исполнения движений, истории и сюжета танца.

Практика Разучивание танцев.

Контрольно-диагностические средства: просмотр, наблюдение.

10. Репетиционная работа.

Контрольно-диагностические средства: просмотр, наблюдение.

11. Концертная деятельность.

Участие в школьных мероприятиях, творческих отчётах, конкурсах и фестивалях.

Контрольно-диагностические средства: концертная деятельность уже сама по себе является средством контроля.

12. Воспитательно-познавательные мероприятия.

Примерный перечень мероприятий: экскурсии в музеи и театры города; беседы направленные на формирование культуры взаимоотношений; беседы об искусстве хореографии, традиционные мероприятия коллектива.

Контрольно-диагностические средства: тестирование, анкетирование.

13. Итоговое занятие.

Теория: проверка теоретических знаний усвоенных в течение года.

Практика: проверка практических умений и навыков.

Контрольно-диагностические средства: зачёт, экзамен, контрольный урок, тестирование, анкетирование.

4. УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН третьего года обучения

№ п	Содержание деятельности	количество часов		
		всего	теория	практика
1.	Вводное занятие.	1	1	
2.	Элементы классического танца	-	-	-
3.	Элементы современного танца, модерна	8	1	7
4.	Партерная гимнастика	8	-	8
5.	Элементы классического танца	20	4	16
6.	Элементы современного бального танца	10	2	8
7.	Элементы народно-сценического танца	30		30
8.	Актерское мастерство	2	-	2
9.	Прослушивание музыкальных материалов, просмотр видеокассет	4	4	-
10.	Постановочная работа	20	-	20
11.	Репетиционная работа	30	-	30
12.	Концертная деятельность	20	-	20
13.	Воспитательно-познавательные мероприятия	5	-	5
14.	Итоговое занятие	2	-	2
	Итого:	160	12	148

4.1. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

III год обучения

1. Вводное занятие.

Теория: Обсуждение содержания занятий. Техника безопасности.

Практика: повторение комплекса разминки.

Контрольно-диагностические средства: анкетирование, просмотр.

2. Элементы классического танца.

Теория: терминология классического танца. История развития классического танца.

Практика: Grand plie по I; II; V позициям; Rond de jamb par terr (en dehors, en dedans); положение sur le sou-de-pied; Battement fondu в сторону (носком в пол, крестом); Battement frappe в сторону (носком в пол); Pas balance (у станка); Rond de jamb en l'air (подготовительное упражнение); Releve lent на 90° и выше (крестом); Battement developpe; Rond de jamb en l'eir (en dedans); Grand battemen jetes (крестом); Pas soute по V позиции; Changement de pieds.

Па шассе. Па польки назад. Вальс в повороте.

Контрольно-диагностические средства: просмотр, опрос, наблюдение, зачёт, контрольный урок, участие в концертах.

3. Элементы современного танца, модерна.

Теория: История развития танца модерн.

Практика:

Разогрев: комплекс разминки; поза “коллапс”; пульсирующие наклоны торса вперед или к ногам по I или II позиции; фиксированные наклоны к ногам; упражнения стреч. характера: одна нога на станке опорная demi plie; нога на станке наклон к опорной ноге.

Изоляция: “квадрат”, “крест” головой. “Квадрат”, “крест” плечами. “Квадрат”, “крест” грудной клеткой.

Движение бедрами вперед-назад, то же оппозиционно; движения бёдер из стороны в сторону; движение бёдер Hit lift.

Движения на координацию: координация изолированных центров; свинговое раскачивание головой и бедрами вперед-назад, то оппозиционно; параллельные движения головы и бёдер, то оппозиционно; полукруги бедрами и головой слева направо и наоборот; голова двигается вперед-назад, плечи исполняют полукруг спереди- назад и наоборот; голова наклоняется вправо, одновременно левое плечо поднимается вверх, то же в другую сторону; sundari вперед-назад, плечи двигаются вверх-вниз.

Упражнения для позвоночника: Flat back, комбинация Flat back; Flat back в сочетании с demi plie.

Table top, Deep body bend, Side stretch (руки в III позиции).

Уровни: движения стоя на п/п; упражнения на всей стопе; упражнения с согнутыми коленями; движения на четвереньках (опора на руках и коленях); упражнения в положении одна или две ноги вытянуты назад, упор на руки; упражнения с согнутыми коленями движения на четвереньках (опора на руках и коленях); элементы шейпинга.

Кросс: шаги примитивы, шаг Flat step.

Контрольно-диагностические средства: просмотр, опрос, наблюдение, зачёт, контрольный урок, участие в концертах.

4. Партерная гимнастика.

Изучается комплекс корригирующей гимнастики.

Идёт увеличение интенсивности нагрузки.

Контрольно-диагностические средства: просмотр, наблюдение, зачёт, контрольный урок.

5. Элементы классического танца.

Теория: терминология классического танца. История развития классического танца.

Практика: идёт отработка движений разученных на 1-ом и 2-ом годах обучения. Увеличивается темп исполнения. Отрабатывается техника исполнения.

Контрольно-диагностические средства: просмотр, опрос, наблюдение, зачёт, контрольный урок, участие в концертах.

6. Элементы современного бального танца.

Теория: Истории бального танца. Особенности стилей.

Практика:

Подготовительные и основные движения танцев в латиноамериканских ритмах (ча-ча-ча, посодобль, самба).

Подготовительные и основные движения танцев в современных ритмах (рок-н-ролл, вару-вару).

Контрольно-диагностические средства: просмотр, опрос, наблюдение, зачёт, контрольный урок, участие в концертах.

7. Элементы народно-сценического танца.

Теория: Беседы “Истоки народного танца”. Терминология народного танца.

Практика: Позиция ног в народном танце Положения и позиции рук в народном танце.

Ключ простой с переступанием

“Моталочка”, “моталочка” с продвижением, “молоточки”, “молоточки” в продвижении, Присядки по I позиции с выносом ноги вперед, по I позиции с выносом ноги в сторону, хлопущки одинарные и двойные (в ладоши и по бедрам).

“Веревочка”, “веревочка” двойная. Флик-фляк по VI поз. (акцент от себя). Дробное выстукивание.

Подготовка к началу движений у станка. Движения руки. Полуприседания и полные приседания (плавные). Маленькие броски. Каблучное упражнение. Подготовка к верёвочке. Флик-фляк. Круг ногой по полу. Дробные выстукивания. Большие броски.

Контрольно-диагностические средства: просмотр, опрос, наблюдение, зачёт, контрольный урок, участие в концертах.

8. Актерское мастерство.

Упражнения на развитие актёрских способностей детей.

Контрольно-диагностические средства: наблюдение.

9. Прослушивание музыкальных материалов, просмотр видеокассет.

Контрольно-диагностические средства: наблюдение, опрос.

10. Постановочная работа.

Теория: объяснение правильности исполнения движений, истории и сюжета танца.

Практика Разучивание танцев.

Контрольно-диагностические средства: просмотр, наблюдение.

11.Репетиционная работа.

Контрольно-диагностические средства: просмотр, наблюдение.

12.Концертная деятельность.

Участие в школьных мероприятиях, творческих отчётах, концертах, конкурсах и фестивалях.

Контрольно-диагностические средства: концертная деятельность уже сама по себе является средством контроля.

13.Воспитательно-познавательные мероприятия.

Примерный перечень мероприятий: экскурсии в музеи города; беседы о качествах, составляющих норму поведения; беседы об искусстве хореографии, традиционные мероприятия коллектива.

Контрольно-диагностические средства: тестирование, анкетирование.

14. Итоговое занятие.

Теория: проверка теоретических знаний усвоенных в течение года.

Практика: проверка практических умений и навыков.

Контрольно-диагностические средства: зачёт, экзамен, контрольный урок, тестирование, анкетирование.

5.МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Методическое, дидактическое обеспечение:

- методическая литература;
- видеозаписи с учебным и танцевальным материалом;
- наглядные пособия (журналы с иллюстрациями и книги об искусстве хореографии).

Танец – это путь к здоровью, путь радостный и творческий. Поэтому, **здоровье сберегающие технологии**, в работе педагогов-хореографов, являются основными. Эффективность использования ритмичных упражнений и танцевальных движений доказана многими специалистами. Занятия дают чёткие положительные сдвиги в функциональном состоянии организма. Улучшается обмен веществ, работа сердечно-сосудистой, дыхательной систем, повышается иммунитет к различным заболеваниям. Более того: занятия нормализуют вес, улучшают фигуру, осанку, самочувствие, снимают психологические перегрузки и утомление.

Современная педагогика идёт по пути лично-ориентированного обучения, соответственно и в работе используются **лично-ориентированные технологии**, направленные на личность ученика, его интеллектуальное и нравственное развитие, развитие целостной личности, а не отдельных качеств. В младших группах, для активизации внимания и интереса детей, используются **игровые технологии**. Учебно-тренировочные занятия предполагают использование **групповых технологий** (работа группами, парами, индивидуально).

В работе с детьми на протяжении всех лет обучения согласно программе педагогом используются следующие **методы** работы:

1. Словесные:
 - объяснение нового материала;
 - разъяснение непонятого учащимися материала;
 - беседы об ансамблях танца, балетмейстерах, о народном творчестве, о балете, знаменитых танцовщиках, о жанрах музыки, о нравственном поведении;
 - инструктаж по технике безопасности;
 - индивидуальные беседы.
2. Наглядные:
 - просмотр фотоальбомов, видеоматериалов по хореографии;
3. Эмпирический («делай, как я»):
 - демонстрация движений педагогом;
 - наблюдение за исполнением других учащихся
4. Практические:
 - учебно-тренировочная работа;
 - концертная деятельность;
5. Аналитические:
 - самоконтроль учащихся в выполнении заданий;
 - самоанализ исполнения танцевальных композиций.

Учебное занятие может проводиться как с использованием одного метода обучения, так и с помощью комбинирования нескольких методов и приёмов, форм. Целесообразность и выбор того или иного метода зависит от образовательных задач, которые ставит педагог.

Основной деятельностью является учебно-тренировочная работа и концертная деятельность. Выдвигаются основные принципы обучения и воспитания: принцип активности, принцип наглядности, принцип доступности, принцип систематичности, принцип прочности знаний.

В начале обучения искусству танца важно, прежде всего, увлечь детей. Нужно, чтобы танец привлекал своим ритмом, возможностью создать форму общения. На первом этапе обучения особенно важна доступность. Ребенок должен почувствовать уверенность в себе, чтобы у него появился интерес к танцам. Безусловно, на более поздних этапах обучения детей и подростков, когда они уже серьезно занимаются в хореографическом коллективе, следует знакомить детей с танцами всех ритмических групп и достаточной сложности.

Занятия ритмикой и партерной гимнастикой являются первым этапом подготовки детей к занятиям классического, народно-сценического, современного танца.

Материал по классическому танцу необходимо давать в небольшом объеме, доступном для детей без особых природных данных. Дети, занимаясь классическим танцем, на сцене выглядят гораздо профессиональнее, отличаются культурой исполнения. Главный принцип разработки содержания тем по изучению основ классического танца - доступность и целесообразность выбора элементов, познание и понимание связи искусства балета с музыкой, литературой, изобразительным искусством (оформление), творческое восприятие классических и современных балетных спектаклей. Изучение основ классического, народно-сценического танцев в экзерсисе у станка и на середине танцевального зала предусматривает развитие пластики тела, координации движений, музыкальности, выразительности, что способствует гармоничному и физическому развитию, практическому сочетанию выработанного правильного дыхания с движением, с элементами классического и народного танцев.

Народно-сценический танец является одним из основных предметов в обучении учащихся. Народно-сценический танец расширяет и обогащает исполнительские возможности учащихся, формируя у них качества и навыки, которые не могут быть развиты за счет обучения только классическому танцу. Обучение народно-сценическому танцу совершенствует координацию движений, способствует дальнейшему укреплению опорно-двигательного аппарата, развивая те группы мышц, которые дают возможность учащимся овладеть разнообразием стилей и манерой исполнения танцев различных народов, сложностью темпов и ритмикой.

Но особая роль уделяется изучению русского народного танца, его элементы даются уже на I году обучения. Более полный объем вводится на II году обучения. Практическое усвоение основных элементов русского народного танца способствует более полному познанию и творческому

осмыслению национальной культуры в процессе изучения местного песенно-танцевального фольклора и знакомства с местной национальной культурой.

В начале обучение народно-сценическому танцу не предусматривает прохождения танцевальных элементов у станка. Занятия начинаются на “середине” зала с освоением элементов народного танца в тех формах с той степенью технической сложности и нагрузки на мышечный аппарат, которые доступны учащимся, имеющим подготовку по классическому танцу и ритмике, и могут изучаться без применения станка. Осваивается простейшая координация, позиции рук, ног, элементы танцев, удобные и понятные детям. Работа без станка, на начальном этапе дает возможность заложить фундамент целого ряда важнейших исполнительских качеств, уделить внимание культуре исполнения при отсутствии технической сложности и больших нагрузок. Освоение плана зала, движение по площадке в различных рисунках и ракурсах, развития чувства позы, навыки координации, культура общения с партнером, начальные навыки ансамблевого исполнения, эмоциональная отзывчивость.

На 2 и 3 годах обучения начинают проходить основные элементы у станка, освоив которые, учащиеся приступают к их совершенствованию с применением на первых порах несложных комбинаций. Идет усложнение лексики, введение новых технических приемов, усложнение композиций этюдов и танцев. По усмотрению педагога дается материал по той или иной народности, учитывая возрастные особенности.

Педагог не должен стремиться к прохождению максимального объема материала в ущерб правильности исполнения.

Концертная деятельность допускается со II года обучения. Отчеты планируются в виде открытых уроков, отчетных концертов в конце года, участие в хореографических конкурсах в течение года.

Все этапы обучения объединены сочетанием основных черт национальной танцевальной культуры разных народов, системами обучения танцевальному искусству, художественного воспитания посредством выразительных средств хореографического искусства.

Программа предусматривает:

- формирование устойчивых навыков осанки и развитие пластичности;
- развитие сенсорных умений и совершенствование восприятия музыки;
- формирование координации движений и моторной памяти, внимания, волевых качеств, таких как настойчивость, целеустремленность, упорство, дисциплина;
- освоение техники правильного дыхания во время движения;
- умение ориентироваться в пространстве танцевального зала;
- формирование понятия взаимосвязи и взаимопонимания музыкального и танцевального искусства;
- знакомство с терминологией танца;
- изучение и освоение систем обучения танцевальному искусству;
- освоение хореографических элементов: поз, позиций, движений народного и классического танца.

Подобный принцип позволяет более широко освоить танцевальную лексику, что сказывается и на манере исполнения танца. Освоение нового танца предполагает предварительное обучение определенным приемам танцевальной техники, овладения элементами танца в соответствующем стиле как логическое завершение, знание танцевальной композиции. Кроме того, это также позволяет воспитывать устойчивый навык техники правильного дыхания во время движения, развивать танцевальность и привести в танец сценический, а не тренировочный порядок. Поэтому основной принцип программы - обучать искусству танца, а не "натаскивать" на отдельную композицию. В процессе обучения формируется отношение учащихся к основам танцевального искусства, предполагается пробуждение эмоциональной отзывчивости, воспитание элементов художественного вкуса.

Материально-техническое обеспечение программы

- просторный, светлый танцевальный зал;
- станок, соответствующий росту и количеству детей;
- зеркала;
- фортепиано или баян;
- аудио и видеоаппаратура;
- аудио и видеоматериалы;
- паласы или коврики для занятий партерной гимнастикой.

Методы контроля и управления образовательным процессом

Контроль представляет собой реализацию принципа обратной связи, без него невозможно полноценное управление программой. Контроль помогает понять, усваивают ли дети программный материал. Выявить отстающих учащихся, а так же пробелы в знаниях отдельных групп и своевременно их устранить. Проводится в течение всех лет обучения.

Предварительный контроль – ознакомление с начальным уровнем подготовки учащихся, проводится с диагностирующей целью в начале первого года обучения. Формы и методы контроля: просмотр, тестирование, анкетирование.

Текущий контроль – осуществляется в повседневной деятельности детского объединения. Формы и методы контроля: наблюдение, сравнение, опрос на учебно-тренировочном уроке, открытые уроки, концерты, конкурсы.

Итоговый контроль – проводится в конце учебного года с целью диагностирования обученности и воспитанности учащихся. Формы и методы контроля: итоговое занятие, анкетирование, тестирование, творческий отчет коллектива.

Воспитательная работа.

Важной составляющей работы в детском объединении является воспитательная работа. Эта работа не имеет четко обозначенных границ, она ведётся постоянно, на каждом занятии.

Начиная от урока и заканчивая концертом, - все должно быть подчинено:

- идейно-нравственному и художественному воспитанию ребенка и подростка;
- его физическому и духовному развитию;
- созданию интересного творческого детского коллектива.

Тренаж, репетиции, настойчивое повторение движений, чтобы добиться лучшего качества их исполнения, воспитывают в каждом ребенке нравственные и психические качества личности: трудолюбие, выносливость, точность, память и многие другие. К этому можно прибавить и эстетическое воспитание, которое получает каждый, соприкоснувшись с искусством танца: художественный вкус, музыкальность, знание истории хореографии, знакомство с костюмом и народным творчеством.

Используются различные формы: беседы (о профессиональных коллективах, о балете и исполнителях, о нравственности и патриотизме), прослушивание музыкального материала, просмотр видеокассет, телепередач, посещение концертов танцевальных коллективов, экскурсии и т.д.

Огромная воспитательная работа ведется на концертах и конкурсах. Это высшая точка достижений ребенка, итог его устремлений, пик его артистичности и выразительности. После каждого концерта, конкурса необходимо сделать его короткий разбор. Отметить положительные стороны, но и о недостатках не умалчивать. Нужно отметить детей, которые прекрасно проявили себя (одевание, поведение за кулисами, организованность, обращение с костюмом).

Важно не забыть поздравить тех, кто впервые выступил, отметить тех, кто выручил коллектив, срочно заменив заболевшего участника.

Формирование более культурной личности происходит индивидуально, но в атмосфере коллективных оценок, коллективных точек зрения - какая это эмоциональная сила!

С целью создания и поддержания в коллективе доверия, взаимопонимания, теплоты организуются различные вечера отдыха. В начале учебного года можно провести «Вечер знакомства», ребята в непринуждённой обстановке познакомятся друг с другом, узнают много нового о своих товарищах. Также в коллективе отмечаются различные праздники, проводятся дни именинников, капустники, «огоньки»... В организации подобных мероприятий принимают участие дети всех возрастов, их родители, руководитель коллектива.

Работа с родителями.

Детское хореографическое объединение не может успешно функционировать без поддержки и помощи родителей. Нужно добиться, чтобы родители доверяли педагогу, его объективности в суждении, его искреннему отношению к детям. Родители должны понимать, для того чтобы жизнь детей в коллективе была полнокровной, увлекательной к этому нужно приложить совместные усилия. Помощь родителей нужна в концертной деятельности (при одевании детей), при подготовке костюмов, осуществлении фото и видеосъемки, организации чаепитий, выездах на концерты и на отдых.

Используются следующие формы работы: родительские собрания, открытые занятия, индивидуальные беседы, совместная организация различных мероприятий (КВН, капустник, викторины, чаепитие).

6. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Бобкова Д. Волшебная сила танца или Программа оздоровления: практическое руководство к действию. – Самара: Офорт, 2005.
2. Ваганова А.Я. Основы классического танца. – М.: Искусство, 1980.
3. Васильева Т.И. Тем, кто хочет учиться балету. – М.: ГИТИС, 1994.
4. Зуев Е.И. Волшебная сила растяжки.– М.: Советский спорт,1990.
5. Литвинова Н.Ф. Русские народные подвижные игры. – М.: Просвещение, 1986.
6. Лихачёв Б.Т. Педагогика. – М.: Прометей, 1992.
7. Миллер А. – Гимнастика, подобная танцу.// Физкультура и спорт, № 4, 1990.
8. Педагогическое диагностирование нравственной воспитанности учащихся./Макарова Т.Е. – Самара, 2000.

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ:

Для педагога

1. Библия: книги священного писания Ветхого и Нового Завета.– М.: Изд. Библейск. о-ва, 1996.
2. Константиновский, В.С. Учить прекрасному. /В.С. Константиновский. – М.: Молодая гвардия, 1973.
3. Коренева, Т.Ф. Музыкально-ритмические движения. /Т.Ф. Коренева. – М. Вып.1,2 –2001.
4. Лазарева, А.Г. Сборник авторских программ дополнительного образования детей. /А.Г. Лазарева. – М.: Народное образование, 2002.
5. Левин, М.В. Гимнастика в хореографической школе. /М.В. Левин. – М., 2001.
6. Мельников, М.Н. Русский фольклор. /М.Н. Мельников. – М.: Просвещение, 1987.
7. Мерзлякова, С.И. Фольклор, музыка, театр. /С.И. Мерзлякова. – М., 1999.
8. Мерзлякова, С.И. Фольклорные праздники. /С.И. Мерзлякова, Е.Ю. Комалькова. – М., 2001.
9. Михайлова, М.А. А у наших у ворот развеселый хоровод. /М.А. Михайлова, 2002.
10. Науменко, Г.М. Жаворонушки: Русские песни, прибаутки, скороговорки, считалки, сказки, игры. /Г.М. Науменко. – М.: Вып.1-1977; Вып.2 – 1981; Вып.3 – 1984; Вып.4-1986; Вып.5 , -1988.
- 11.Науменко, Г.М. Фольклорный праздник. /Г.М. Науменко. – М., 2000.
12. Петров, В.М. Зимние праздники, игры и забавы для детей. /В.М. Петров, Г.Н. Гришина, Л.Д. Короткова. – М.: Творческий центр «Сфера», 1999.
13. Петров, В.М. Весенние праздники, игры и забавы для детей. /В.М. Петров, Г.Н. Гришина, Л.Д. Короткова. – М.: Творческий центр «Сфера», 1999.

14. Петров, В.М. Летние праздники, игры и забавы для детей. /В.М. Петров, Г.Н. Гришина, Л.Д. Короткова. – М.: Творческий центр «Сфера», 1999.
15. Петров, В.М. Осенние праздники, игры и забавы для детей. /В.М. Петров, Г.Н. Гришина, Л.Д. Короткова. – М.: Творческий центр «Сфера», 1999.

Для детей

1. Библейские легенды. /Пересказ М. Письменного; науч. рук. М.Д. Литвинова; вступ. К. Андерсона. – М.: Дет. лит.,-1991.
2. Баланчин, Д. Сто один рассказ о Большом балете. /Д. Баланчин. – М.: «Крон-пресс», 2000.
3. Боброва, Г. Искусство грации. /Г. Боброва. Детская литература, 1986.
4. Бородина, А.В. Основы православной культуры. /А.В.Бородина. – М.: Православная педагогика, 2004.

**Календарно – тематический план
1 года обучения**

№	Тема занятия (раздел)	Кол-во часов, календарные сроки	Виды практических работ	Методы и формы занятий	Форма работы	Литература	Формы подведения итогов и контроля
1.	Вводное занятие Организационные моменты, техника безопасности, беседа об искусстве танца.	1	Построение. Приветствие.	Анкетирование, просмотр.	Групповая		
2.	Ритмика	20	Знакомство с понятиями: шеренга, колонна, интервал, дистанция. Построение и передвижение в танцевальном зале. Положение корпуса и головы; поклон; шаг с носка. План танцевального зала. Позиции ног(I, II, III, VI) Определение различных музыкальных темпов. Виды шага (на п/п; на пяточках; шаркающие). Виды бега (бег на п/п , с выбрасыванием ног на 45° вперед, назад, “подскоки,” галоп,). Прыжки (на месте, из стороны в сторону,	Просмотр, наблюдение, зачёт, контрольный урок.	Групповая, индивид.	Коренева Т.Ф. Музыкально-ритмические движения	

3.	Партерная гимнастика	10	<p>“кенгуру”, “кенгуру с поджатыми ногами”, двойные прыжки из стороны в сторону), Упражнения на расслабление мышц: “улитка”; “надуть и сдуть шарик”, “незнайка”. Папольки. Присядка “мячик”. Подготовительные упражнения для выполнения движения: “колесо”.</p> <p>Упражнения для улучшения выворотности ног: “лягушка”, “лягушка на животе”. Упражнение: “стойка на лопатках”. Большие броски вперед в положении лежа на спине, лежа на боку. Упражнения: “солдатик”, “бабочка”, “лучик солнца”, “солнышко”, “маятник”, “флажок”, “морские волны”. Упражнения на развитие гибкости: “коробочка”, “морская рыбка”, “лодочка”, “кошка”, “корзиночка», “крылья птицы”, “велосипед”.</p>	<p>Просмотр, опрос, наблюдение, зачёт, контрольный урок.</p>	<p>Групповая, индивид.</p> <p>Групповая,</p>	<p>Зуев Е.И. «Волшебная сила растяжки».</p>	
----	-----------------------------	-----------	---	--	--	--	--

			<p>Гимнастическое упражнение: “мостик”.</p> <p>Passé в положении лежа на спине, Releve lent в положении лежа на спине.</p> <p>Большие броски назад, вперёд, в сторону.</p> <p>Упражнение растяжка на шпагат.</p>	<p>Просмотр, опрос, наблюдение, зачёт, контрольный урок, участие в концертах.</p>	<p>индивид.</p>		
4.	Элементы русского народного танца	20	<p>Положение рук в русском народном танце.</p> <p>Движения: “гармошка”; “елочка”, “ковырялочка”.</p> <p>Притопы, двойные притопы, притопы двойные с хлопками, тройные притопы, тройные притопы с хлопками.</p> <p>“Переступания”, “приставной шаг”, вынос ноги на каблук.</p>	<p>Наблюдение.</p>	<p>Групповая</p>	<p>Литвинова Н.Ф. «Русские народные подвижные игры».</p>	
		4	<p>Комбинация с приставными шагами и притопами, комбинация “гармошки “ с “елочкой”; комбинация «ковырялочка» с притопами.</p>	<p>Просмотр, наблюдение.</p>	<p>Групповая, индивид.</p>		
5.	Музыкальные игры	10	<p>Игры на определение музыкального ритма и длительность нот, на развитие образного мышления, скорость</p>	<p>Просмотр, наблюдение</p>	<p>Групповая</p>		
		10					

6.	Постановочная работа	1	реакции. Разучивание танцев.	Выступление	Групповая		
7.	Репетиционная работа.	2	На I году обучения участие детей в концертах минимальное – на уровне школы, класса.	Тестирование анкетирование.			
8.	Концертная деятельность						
9.	Воспитательно-познавательные мероприятия	2	Примерный перечень мероприятий: экскурсии в музеи города; беседы о качествах, составляющих норму поведения; беседы об искусстве хореографии, традиционные мероприятия коллектива.	Зачёт, экзамен, контрольный урок, тестирование, анкетирование.			
10.	Итоговое занятие		Проверка практических умений и навыков				

**Календарно – тематический план
2 года обучения**

№	Тема занятия (раздел)	Кол-во часов, календарные сроки	Виды практических работ	Методы и формы занятий	Форма работы	Литература	Формы подведения итогов и контроля
1.	Вводное занятие	1	Обсуждение содержания занятий. Техника безопасности.	Анкетирование, просмотр.	Групповая		
2.	Ритмика	4	Материал 1-го года обучения, добавляется упражнения на развития всех групп мышц (наклоны корпуса, головы и т.д.), подскоки в повороте с продвижением по диагонали, колесо.	Просмотр, наблюдение, зачёт, контрольный урок.	Групповая, индивид.	Коренева, Т.Ф. Музыкально-ритмические движения	
3.	Партерная гимнастика, растяжка	5	Материал 1-го года обучения, добавляется растяжка на шпагат, упражнения для нижнего пресса, для верхнего пресса, для укрепления спины.	Просмотр, опрос, наблюдение, зачёт, контрольный урок.	Групповая, индивид.		
4.	Элементы современного бального танца	5	Теория: история и развитие бального танца. Терминология бального танца. Практика: подготовительные и	Просмотр, опрос, наблюдение, зачёт,	Групповая, индивид.		

5.	Элементы классического танца	10	<p>основные движения танцев в ритме польки, вальса (по 3-ей и 6-ой позиции).</p> <p>За основу берутся движения, которые можно отрабатывать без станка.</p>	<p>контрольный урок, участие в концертах.</p> <p>Просмотр, опрос, наблюдение, зачёт, контрольный урок, участие в концертах.</p>	Групповая, индивид.	Зуев Е.И. «Волшебная сила растяжки».	
6.	Элементы русского народного танца	20	<p>Раскрывание и закрывание рук в русском танце, поклон на месте с руками и без рук.</p> <p>Притопы одинарные, двойные, тройные.</p> <p>Шаг с каблука, шаг с притопами, вперед и назад.</p> <p>“Веревочка” простая, веревочка” с “ковырялочкой”, “ковырялочка” с двойным притопом, перескоки с ноги на ногу, ключ простой.</p> <p>Припадания в сторону по III позиции, припадания вперед и назад по VI позиции.</p>	<p>Просмотр, опрос, наблюдение, зачёт, контрольный урок, участие в концертах.</p>	Групповая, индивид.	Литвинова Н.Ф. «Русские	
Музыкальные игры							

7.		2	Усложняются правила игр, разученных на 1-вом году обучения, ускоряется темп игры.	Наблюдение.	Групповая	народные подвижные игры».	
8.	Постановочная работа	8	Разучивание танцев.	Просмотр, наблюдение.	Групповая, индивид.		
9.	Репетиционная работа.	15		Просмотр, наблюдение	Групповая, индивид.		
10.	Концертная деятельность	4	Участие в школьных мероприятиях, творческих отчётах, конкурсах и фестивалях.	Выступление	Групповая, индивид.		
11.	Воспитательно-познавательные мероприятия	4	Примерный перечень мероприятий: экскурсии в музеи и театры города; беседы направленные на формирование культуры взаимоотношений; беседы об искусстве хореографии,	Тестирование и анкетирование.	Групповая		

12.	Итоговое занятие	2	<p>традиционные мероприятия коллектива.</p> <p>Проверка практических умений и навыков.</p>	<p>Зачёт, экзамен, контрольный урок, тестирование, анкетирование.</p>	<p>Групповая, индивид.</p>		
-----	-------------------------	----------	--	---	----------------------------	--	--

**Календарно – тематический план
3 года обучения**

№	Тема занятия (раздел)	Кол-во часов, календарные сроки	Виды практических работ	Методы и формы занятий	Форма работы	Литература	Формы подведения итогов и контроля
1.	Вводное занятие	1	Повторение комплекса разминки	Просмотр.	Групповая	Коренева, Т.Ф. Музыкально-ритмические движения	
2.	Элементы современного танца, модерна.	8	<p><u>Разогрев:</u> комплекс разминки; поза “коллапс”; пульсирующие наклоны торса вперед или к ногам по I или II позиции; фиксированные наклоны к ногам; упражнения стреч. характера: одна нога на станке опорная demi plie; нога на станке наклон к опорной ноге.</p> <p><u>Изоляция:</u> “квадрат”, “крест” головой. “Квадрат”, “крест” плечами. “Квадрат”, “крест” грудной клеткой.</p> <p>Движение бедрами вперед-назад, то же оппозиционно; движения бёдер из стороны в</p>	Просмотр, наблюдение, зачёт, контрольный урок, участие в концертах.	Групповая, индивид.		

			<p>сторону; движение бёдер Hit lift.</p> <p><u>Движения на координацию:</u> координация изолированных центров; свинговое раскачивание головой и бёдрами вперёд-назад, то оппозиционно; параллельные движения головы и бёдер, то оппозиционно; полукруги бёдрами и головой слева направо и наоборот; голова двигается вперёд-назад, плечи исполняют полукруг спереди-назад и наоборот; голова наклоняется вправо, одновременно левое плечо поднимается вверх, то же в другую сторону; sundari вперёд-назад, плечи двигаются вверх-вниз.</p> <p><u>Упражнения для позвоночника:</u> Flat back, комбинация Flat back; Flat back в сочетании с demi plie. Table top, Deep body bend, Side stretch (руки в III позиции).</p> <p><u>Уровни:</u> движения стоя на п/п; упражнения на всей стопе; упражнения с согнутыми коленями; движения на четвереньках(опора на руках и коленях); упражнения в положении одна или две ноги вытянуты назад, упор на руки; упражнения с согнутыми</p>			
--	--	--	---	--	--	--

3.	Партерная гимнастика.	8	<p>коленями движения на четвереньках (опора на руках и коленях); элементы шейпинга. <u>Кросс</u>: шаги примитивы, шаг Flat step.</p> <p>Изучается комплекс корригирующей гимнастики. Идёт увеличение интенсивности нагрузки.</p>	Просмотр, опрос, наблюдение, зачёт, контрольный урок.			
4.	Элементы классического танца.	20	<p>Идёт отработка движений разученных на 1-ом и 2-ом годах обучения. Увеличивается темп исполнения. Отрабатывается техника исполнения</p>	Просмотр, опрос, наблюдение, зачёт, контрольный урок.	Групповая, индивид.	Васильева Т.И. Тем, кто хочет учиться балету.	
5.	Элементы современного бального танца.	10	<p>Подготовительные и основные движения танцев в латиноамериканских ритмах (ча-ча-ча, посодобль, самба).</p>	Просмотр, опрос, наблюдение, зачёт, контрольный урок.	Групповая		

6.	Элементы народно-сценического танца.	30	<p>Позиция ног в народном танце Положения и позиции рук в народном танце. Ключ простой с переступанием “Моталочка”, “моталочка” с продвижением, “молоточки”, “молоточки” в продвижении , Присядки по I позиции с выносом ноги вперед, по I позиции с выносом ноги в сторону, хлопучки одинарные и двойные (в ладоши и по бедрам). “Веревочка”, “веревочка” двойная. Флик-фляк по VI поз. (акцент от себя). Дробное выстукивание. Подготовка к началу движений у станка. Движения руки. Полуприседания и полные приседания (плавные). Маленькие броски. Каблучное упражнение. Подготовка к верёвочке. Флик-фляк. Круг ногой по полу. Дробные выстукивания. Большие броски.</p>	<p>Просмотр, опрос, наблюдение, зачёт, контрольный урок, участие в концертах.</p>	<p>Групповая, индивид.</p>		
7.	Актерское мастерство.	2	<p>Упражнения на развитие актёрских способностей детей.</p>	<p>Наблюдение.</p>	<p>Групповая, индивид.</p>		
8.	Прослушивание музыкальных материалов, просмотр видеокассет.	4		<p>Наблюдение,</p>			

9.	Постановочная работа	20	Разучивание танцев.	опрос. Просмотр, наблюдение	Групповая Групповая, индивид.		
10.	Репетиционная работа.	30					
11.	Концертная деятельность	20	Участие в школьных мероприятиях, творческих отчётах, концертах, конкурсах и фестивалях.	Выступления	Групповая, индивид.		
12.	Воспитательно-познавательные мероприятия	5	Примерный перечень мероприятий: экскурсии в музеи города; беседы о качествах, составляющих норму поведения; беседы об искусстве хореографии, традиционные мероприятия коллектива.	Тестирование анкетирование. Зачёт, экзамен, контрольный урок, тестирование, анкетирование.	Групповая		
13.	Итоговое занятие	2	Проверка практических умений и навыков.		Групповая		

