

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
гимназия имени Ф.К. Салманова

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора по УВР  
А.Р.Плuch  
«18» марта 2024г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ гимназии им.  
Ф.К. Салманова  
С.А.Кучина  
03 2024г.  
Приказ № 13-247/4



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА  
художественной направленности  
«Хореография»

Возраст обучающихся: 6-17 лет  
Срок реализации программы: 3 года  
Количество детей в группе: 14-15  
Количество учебных часов в год: 68/102/204  
Педагог, реализующий программу:  
Клевко Елена Вениаминовна,  
педагог дополнительного образования

г.Сургут  
2024

## Аннотация

Дополнительная общеобразовательная программа «Хореография» художественной направленности ориентирована на образовательную и профориентационную деятельность обучающихся в рамках реализации дополнительного образования. По содержанию является художественной, по виду – общеразвивающей, по функциональному назначению – учебно- познавательной.

Программа рассчитана на 3 года обучения:

Стартовый уровень (1 модуль) - на учащихся 1 года обучения 6-7 лет. Реализуется в течение 9 месяцев с сентября по май (2 часа в неделю), количество учебных часов в год – 68;

Базовый уровень (2 модуль) - на учащихся 2 года обучения 8-11 лет. Реализуется в течение 9 месяцев с сентября по май (3 часа в неделю), количество учебных часов в год – 102;

Продвинутый уровень (3 модуль) - на учащихся 3 года обучения 12-17 лет. Реализуется в течение 9 месяцев с сентября по май (6 часов в неделю), количество учебных часов в год – 204.

## ПАСПОРТ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ (ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ) ПРОГРАММЫ

Название программы	Хореография
Направленность программы	художественная
Ф.И.О. педагога, реализующего дополнительную общеобразовательную программу	Клевко Елена Вениаминовна
Год разработки	2024
Где, когда и кем утверждена дополнительная общеобразовательная программа	Приказ МБОУ гимназии имени Ф.К.Салманова от 19.03.2024 №ГС -13 -247/4
Информация о наличии рецензии	О.А.Симонова кандидат педагогических наук, заместитель декана факультета лингвистики по науке ГОУ ВПО «Сургутский государственный университет ХМАО-Югры» 14.09.2010 г.
Уровень программы	стартовый/базовый/продвинутой.
Цель:	развитие творческого потенциала учащихся средствами хореографического искусства.
Задачи:	<p><b>Обучающие:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Организовать двигательный режим учащихся для дальнейшего обеспечения физического развития, активного отдыха и удовлетворения естественной потребности школьников в движении;</li> <li>2.Дать более углубленные знания о хореографическом искусстве;</li> <li>3.Расширить практические умения и навыки по заданным направлениям хореографического искусства;</li> </ol> <p><b>Развивающие:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Совершенствовать выразительность исполнения, актерское мастерство посредством передачи танцевального образа;</li> <li>2.Разнообразить и усложнить постановочную работу по разным хореографическим стилям и направлениям.</li> </ol> <p><b>Воспитательные:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Воспитать высокую исполнительскую культуру, ответственность за личные и коллективные успехи.</li> <li>2.Формировать качества личности, необходимые для достижения успешности.</li> <li>3.Воспитать навыки самоорганизации и самоконтроля, умению концентрировать внимание, слух, мышление, память.</li> <li>4.Воспитывать трудолюбие, целеустремленность и упорство в достижении поставленных целей</li> </ol>

<p>Ожидаемые результаты освоения программы:</p>	<p><b>Учащиеся должны знать:</b>  Терминологию элементов классического, народного танцев;  Свободно ориентироваться в стилях и направлениях хореографии;  Терминологию комбинаций у станка классического и народнонаправления;  Терминологию акробатических элементов, технику безопасности при их выполнении;  Значение связи танцевального и акробатического искусств;  Разбираться в характере и сюжете народного танца.</p> <p><b>Учащиеся должны уметь:</b>  Исполнять элементы и комбинации классического танца у станка и на середине класса в соответствии с размером и темпом музыки;  Исполнять элементы и комбинации народного танца у станка и на середине класса в соответствии с размером и темпом музыки;  Уметь исполнять сольные, групповые и парные партии из танцев в соответствии с заданием педагога;  Исполнять изученные акробатические элементы акробатики, парной акробатики;  Самостоятельно добиваться техники исполнения движений и комбинаций путем многократного повторения;  Исполнять целостный танец технично, эмоционально, в соответствии с характером и манерой исполнения;  Добиваться техничного исполнения целостного танца в группе путем синхронного исполнения танца;  Самостоятельно исполнять хореографический этюд группой и индивидуально по заданию педагога;  Придумывать и исполнять несложные хореографические этюды в группе;  Эмоционально с помощью мимики передавать характер народного танца.  Работать над собственными ошибками с помощью многократных повторений в домашних условиях, добиваясь техники исполнения на высшем уровне.</p>
<p>Срок реализации программы</p>	<p>3 года</p>
<p>Количество часов в неделю / год</p>	<p>1 модуль - 2/68, 2 модуль -3/102, 3 модуль - 6/204</p>
<p>Возраст обучающихся</p>	<p>6-17 лет</p>
<p>Формы занятий:</p>	<p>Очная</p>
<p>Условия реализации программы (оборудование, инвентарь, специальные помещения, ИКТ и др.):</p>	<p>Хореографический зал;  оборудование: компьютер, проектор, экран для проектора;  мультимедийное оборудование; видео и аудио – материалы;  костюмерная комната с набором танцевальных костюмов и обуви в соответствии с данной программой.</p>

## Пояснительная записка

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными правовыми документами:

1. [Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» \(с изменениями\).](#)
2. [Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года».](#)
3. [Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».](#)
4. [Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».](#)
5. [Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ».](#)
6. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 67 ([https://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_413581/f62ee45faefd8e2a11d6d88941ac66824f848bc2/](https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_413581/f62ee45faefd8e2a11d6d88941ac66824f848bc2/)).

А также другими Федеральными законами, иными нормативными правовыми актами РФ, законами и иными нормативными правовыми актами субъекта РФ (Ханты-Мансийского автономного округа – Югры), содержащими нормы, регулирующие отношения в сфере дополнительного образования детей, нормативными и уставными документами МБОУ гимназии им. Ф.К. Салманова.

Реализация образовательной программы осуществляется за пределами ФГОС и федеральных государственных требований, и не предусматривает подготовку обучающихся к прохождению государственной итоговой аттестации по образовательным программам

### Актуальность программы:

Актуальным на сегодняшний день является воспитание гражданина и патриота, знающего и любящего свою Родину. Народное искусство позволяет приобщить детей к духовной культуре своего народа, частью которой он является. Это приоритетное направление, выдвинутое и поддерживаемое на государственном уровне, призвано способствовать развитию физических, интеллектуальных, нравственных, эстетических и личностных качеств, приобщению молодого поколения к традиционной культуре народа, сохранение и укрепление здоровья обучающихся.

Актуальность программы обусловлена положениями Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации», согласно которому начальное общее образование направлено на формирование общей культуры, развитие физических, интеллектуальных, нравственных, эстетических и личностных качеств, формирование предпосылок учебной деятельности, сохранение и укрепление здоровья учащихся.

**Педагогическая целесообразность:** Педагогическая целесообразность состоит в том, что в соответствии с возрастом ребенка и требованиями СанПиН распределяется физическая нагрузка по принципу «не навреди» для того, чтобы после занятий исполнитель чувствовал себя комфортно. Это все вызвано тем, что обучение танцу протекает в непосредственном

контакте педагога и ученика и тем, что хореографическое проявление каждого ребенка индивидуально. Преобладает строго индивидуальный подход к учащимся.

Хореография – особая культура развития личности. Это среда, предоставляющая самые широчайшие возможности для его дальнейшего развития: от изначального пробуждения интереса к искусству танца (стартового уровня) до овладения основами профессионального мастерства (продвинутого уровня освоения программы). При помощи определенной системы и методов обучения и воспитания педагог дает возможность обучающимся реализовать себя в современном обществе и использовать полученные умения и навыки в собственной жизни.

Воспитание гармоничной личности всегда являлось приоритетным направлением педагогической деятельности, в основе которой лежит личностно-ориентированный подход к обучению и воспитанию детей, предполагающий развитие личности и творческих способностей ребенка.

Одним из путей формирования и воспитания гармонично развитой личности является вовлечение ребенка в занятия хореографией, которая представляет собой важную часть общечеловеческой и национальной культуры.

#### **Отличительная особенность программы:**

**Новизна и оригинальность** программы заключается в том, что состоит из четкой системы обучения, создает благоприятные условия для развития ребенка путём обеспечения гибкости содержания обучения, приспособления к его индивидуальным потребностям и уровню его базовой подготовки.

Программа включает в себя **продвинутый уровень сложности:** предполагает использование форм реализации материала к сложным (узкоспециализированным) разделам в рамках содержательно-тематического направления программы. Углубленное изучение содержания программы, доступ к профессиональным знаниям в рамках содержательно-тематического направления программы. Акробатика и танец взаимосвязаны между собой, что придает танцевальному номеру еще большую зрелищность и выразительность. В основные разделы программы включены сложные танцевальные комбинации, которые с каждым годом усложняются.

**1 модуль - Стартовый уровень** предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность для освоения содержания программы, основанной на игровом танцевальном материале для младших школьников.

**2 модуль - Базовый уровень** предполагает использование форм реализации материала по освоению специализированных знаний, умений и навыков в рамках содержательно-тематического направления программы. Учащиеся продолжают изучение ритмики (партерной гимнастики), классического, народного направления танцевальной культуры.

Особенностью **продвинутого уровня** программы (3 модуль) является то, что состоит из **модульной системы обучения**, что создает благоприятные условия для развития учащегося путём обеспечения гибкости содержания обучения, приспособления к его индивидуальным потребностям и уровню его базовой подготовки.

Программа ориентирована на образовательную и профориентационную деятельность обучающихся в рамках реализации дополнительного образования. По содержанию является художественной; по виду – общеразвивающей; по функциональному предназначению – учебно- познавательной.

#### **Направленность – художественная.**

#### **Адресат программы:**

Программа рассчитана на обучающихся 6-17 лет, разработана в соответствии с

компетентностным подходом к результатам образования и с учетом возрастных и психологических особенностей детей подросткового возраста.

**Срок реализации программы** - 3 года:

**Уровень программы:** стартовый/базовый/продвинутый:

**стартовый (1 модуль).** Срок реализации программы – 9 месяцев. Продолжительность учебного года – 34 недели. В год 68 учебных часов.

**базовый (2 модуль).** Срок реализации программы – 9 месяцев. Продолжительность учебного года – 34 недели. В год 102 учебных часа.

**продвинутый (3 модуль).** Срок реализации программы – 9 месяцев. Продолжительность учебного года – 34 недели. В год 204 учебных часа

**Форма обучения** очная.

**Режим занятий для учащихся первого года обучения**– 2 раза в неделю по 1 часу (стартовый уровень), продолжительность занятия – 40 минут.

**Режим занятий для учащихся второго года обучения:** 1 раз в неделю по 1 часу, 2 раза в неделю по 2 часа с перерывом в 10 минут (базовый уровень), продолжительность занятия – 40 минут.

**Режим занятий для учащихся третьего года обучения:**

для группы № 5 (модуль VIII) и группы № 6 (модуль IX) - 3 раза в неделю по 2 часа, продолжительность занятия – 40 минут.

Увеличение нагрузки соответствует принципам регулярности и систематичности; при этом более равномерно распределяется сама нагрузка. Кроме того, при занятиях три раза в неделю появляется возможность несколько снизить плотность тренировочного процесса и больше времени уделить объяснению наиболее сложных моментов и индивидуальной работе с воспитанниками, что способствует лучшему усвоению изучаемого материала.

**Особенности организации образовательного процесса:**

Количество обучающихся в группе первого года обучения – 15 человек.

Количество обучающихся в группе второго года обучения – 15 человек.

Количество обучающихся в группе третьего года обучения – 14 человек.

Виды занятий – обучающие, общеразвивающие. Формы занятий – очные, практическое занятие, конкурс.

**Каждое учебное занятие включает:**

- разминку;
- экзерсис на середине класса;
- Allegro (прыжки);
- Танцевальные комбинации на середине класса;
- экзерсис у хореографического станка.

**Каждое занятие постановочной работы включает:** разминку, изучение нового материала, повторение пройденного материала.

В дни отмены занятий (в период карантина, актированных дней, дистанционном обучении и т.п.) реализация дополнительной общеобразовательной программы осуществляется в соответствии с приказом Министерства образования и науки Российской Федерации «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ» от 23 августа 2017 г. № 816, Методическими рекомендациями по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального от 20.03.2020 (письмо Министерства Просвещения РФ «О

направлении рекомендаций» от 19.03.2020 №ГД-39/04), Положением об организации деятельности МБОУ гимназии имени Ф.К.Салманова в дни отмены учебных занятий, иными локальными нормативными актами гимназии.

Образовательная программа дополнена календарно-тематическим планированием, состоящим из модулей, направленных на формирование у младших школьников (стартовый уровень) основ хореографии – базы для дальнейшего развития творческих способностей маленьких танцоров. По итогу программы предполагается создание массовой «хореографической картинки» эстрадного стиля, состоящей из нескольких простых танцевальных комбинаций. «Хореографическая картинка» будет включена в общий отчетный концерт Образцового ансамбля танца «Настроение».

### ***Цель и задачи программы***

***Цель:*** развитие творческого потенциала учащихся средствами хореографического искусства.

#### ***Задачи:***

##### ***Обучающие:***

1. Организовать двигательный режим учащихся для дальнейшего обеспечения физического развития, активного отдыха и удовлетворения естественной потребности школьников в движении;

2. Дать более углубленные знания о хореографическом искусстве;

3. Расширить практические умения и навыки по заданным направлениям хореографического искусства;

##### ***Развивающие:***

1. Совершенствовать выразительность исполнения, актерское мастерство посредством передачи танцевального образа;

2. Разнообразить и усложнить постановочную работу по разным хореографическим стилям и направлениям.

##### ***Воспитательные:***

1. Воспитать высокую исполнительскую культуру, ответственность за личные и коллективные успехи.

2. Формировать качества личности, необходимые для достижения успешности.

3. Воспитать навыки самоорганизации и самоконтроля, умению концентрировать внимание, слух, мышление, память.

4. Вспитывать трудолюбие, целеустремленность и упорство в достижении поставленных целей.

### **Цель и задачи программы стартового уровня**

***Цель:*** развитие творческого потенциала учащихся средствами хореографического искусства.

#### ***Задачи программы:***

##### ***Обучающие:***

- обучить технике хореографического движения;

- познакомить с классическим, народным направлением танцевальной культуры.

##### ***Развивающие:***

- раскрыть и развить творческие способности обучающихся, эмоциональную отзывчивость на музыку, способность к импровизации;

- развивать физические и творческие способности, музыкальный слух учащихся,

потребности к творческому самовыражению;

-выявить потенциальные возможности и развивать хореографические способности детей.

**Воспитательные:**

– привить интерес к танцевальному творчеству;

– воспитать культуру общения, способствовать установлению и укреплению дружеских взаимоотношений в коллективе;

– воспитать чувство ответственности за индивидуальное и коллективное творчество;

– приобщить к здоровому образу жизни.

**Цель и задачи программы второго года обучения базового уровня**

**Цель:** развитие творческого потенциала учащихся средствами хореографического искусства. развитие творческих способностей детей

**Задачи:**

**Образовательные:**

организовать двигательный режим учащихся для дальнейшего обеспечения физического развития, активного отдыха и удовлетворении естественной потребности школьников в движении;

совершенствовать полученные знания и умения, учащихся в мире хореографического искусства,

дать более углубленные знания о хореографическом искусстве;

расширить практические умения и навыки по заданным направлениям хореографического искусства;

**Развивающие:**

продолжать развитие физических и творческие способности учащихся с помощью танца и элементов акробатики;

развивать эмоциональную сферу и актерское мастерство учащихся;

совершенствовать выразительность исполнения, актерское мастерство посредством передачи танцевального образа;

разнообразить постановочную работу по разным хореографическим стилям и направлениям.

**Воспитательные:**

воспитывать нравственные качества личности через овладение знаниями о духовном и культурном наследии;

воспитывать уважение к национальной танцевальной культуре;

воспитать высокую исполнительскую культуру, ответственность за личные и коллективные успехи;

воспитать культуру общения, способствовать установлению и укреплению дружеских взаимоотношений в коллективе;

воспитать навыки самоорганизации и самоконтроля, умение концентрировать внимание, слух, мышление, память;

воспитывать трудолюбие, целеустремленность и упорство в достижении поставленных целей.

**Цель и задачи программы третьего года обучения продвинутого уровня**

**Цель программы:** развитие творческого потенциала учащихся средствами хореографического искусства.

**Задачи программы**

**Обучающие:**

1. Организовать двигательный режим учащихся для дальнейшего обеспечения физического развития, активного отдыха и удовлетворения естественной потребности школьников в движении;

2. Дать более углубленные знания о хореографическом искусстве;

3. Расширить практические умения и навыки по заданным направлениям хореографического искусства;

***Развивающие:***

1. Совершенствовать выразительность исполнения, актерское мастерство посредством передачи танцевального образа;

2. Разнообразить и усложнить постановочную работу по разным хореографическим стилям и направлениям.

***Воспитательные:***

1. Воспитать высокую исполнительскую культуру, ответственность за личные и коллективные успехи.

2. Формировать качества личности, необходимые для достижения успешности.

3. Воспитать навыки самоорганизации и самоконтроля, умение концентрировать внимание, слух, мышление, память.

4. Воспитывать трудолюбие, целеустремленность и упорство в достижении поставленных целей.

## Содержание программы первого года обучения (стартовый уровень)

### Учебно-тематический план

№ п/п	Наименования тем	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	1	1		Фронтальный опрос
2.	Ритмика, партер.	10	2	8	Зачет
3.	Элементы классического танца.	18	3	15	Зачет
4.	Элементы народного танца.	32	2	30	Зачет
5.	Танцевальная импровизация	6	2	4	Зачет
6.	Итоговое занятие	1	1		Зачет
ИТОГО		68	11	57	

#### **Вводное занятие (1 час).**

*Теория.* Правила поведения в танцевальном классе. Форма одежды. Знакомство с хореографическим наследием других народов, показ фото и видеоматериалов. Техника безопасности в классе хореографии. Правила пользования балетным станком. Поклон.

**Ритмика, партерная гимнастика (10 часов).** *Теория* – включает в себя весь материал первого года обучения, а также особенности музыки – марши, вальсы, быстрые и медленные. Медленные хороводные и быстрые плясовые танцы.

*Практика* – вступительные аккорды. Заключительные аккорды. Прослушивание народных мелодий в исполнении оркестров народных инструментов. Оформление занятия классической, современной и народной музыкой с ярко выраженным ритмическим рисунком. Марши, польки, вальсы в медленном и умеренном темпе.

Партерная гимнастика: прорабатывается весь экзерсис в партере.

**Элементы классического танца (18 часов).** *Теория* – изучается уровень подъема ног. Повторяется весь материал с первого года обучения в более ускоренном темпе. Координация рук, ног и головы в движении - *Tan Releve Parter*. Положение работающей ноги на уровне щиколотки опорной ноги - *cou de pied*. Подготовительное положение рук *Preparation*. Закрывание руки в подготовительное положение на два заключительных аккорда. Прыжки с двух ног на две. Разные этапы прыжка: подготовка к взлету, толчок, взлет, фиксация положения ног, приземление, положение ног после прыжка. Музыкальный размер 4/4, 2/4.

*Практика* - постановка корпуса. Позиции ног – 1, 2, 3, 4, 5, 6. Вводится 5 позиция. Позиции рук – подготовительная, 1, 2, 3. *Plie, demi-plie* в 1, 2, 5 позициях. Чередование танцевального шага и бега на полупальцах с изменением музыкального темпа. *Battement tendu* с 1 позиции, позднее с 5 позиции в сторону, вперед, позднее назад, размер 2/4. *Battement tendu* с *demi-plie* – с I позиции, позднее с 5 позиции (раздельно, слитно). Размер 2/4. *Releve*

- подъем на полупальцы по 1, 2, 6 позициям ног. Прыжки разучиваются на середине класса. Повторяется техника выполнения прыжка. *Pas kurru* – мелкий бег на полупальцах, выполняется по прямой вне выворотной позиции. Размер 4/4, 2/4, движения исполняются

16-ми. Характер легкий и живой.

**Элементы народного танца (32 часа).** *Теория* – подготовка к более четкому исполнению народных движений (каблучные движения, присядка для мальчиков). Точные позиции положения и движение рук. Контрастность стиля народных танцев. Сказки, былины и игры детей разных национальностей, общее в них и разное. Показ рисунков национальных костюмов. Правила народных движений, основные координации и характерные рисунки и ходы. Музыкальные характеристики танцев.

*Практика:* Станок. Подготовительные движения рук (из подготовительного положения руки открываются через 1 во 2 позицию и закрепляются на поясе). Переступание на полупальцах – в разных ритмических сочетаниях. Скольжение по ноге (подготовка к веревочке) в открытом и закрытом положении на всей стопе опорной ноги, размер 4/4. Подготовка к каблучным движениям - выведение ноги на каблук из свободной 1 позиции, затем приведение ее в исходную позицию, поочередные удары в сторону одной ногой носком в закрытом положении и ребром каблука в открытом положении.

Упражнения на середине. Ковырялочка с подскоком, «Ковырялочка» в повороте – логика поворотов. «Молоточки», «Каблучки» на месте и с продвижением. «Молоточки», «Каблучки» в сочетании с бегом. «Елочка»,

«Гармошка» в сочетании с позициями рук в продвижении. Положение рук, положение ног. Положение рук в групповых танцах и фигурах: звездочка, круг, карусель, корзиночка, цепочка. Поклоны – на месте и с продвижениями вперед и назад.

Ходы: простой шаг с продвижениями вперед, назад, переменный шаг с продвижением вперед и назад. Притоп – удар всей стопой. Гармошка – с поворотом вокруг себя размер 1/4.

Положение рук в соло и в паре. Галоп. Галоп с остановкой. Подготовка к исполнению дробей (дробная дорожка). Польшка – три небольших шага на низких полупальцах по 6 позиции. Боковые перескоки с продвижением в сторону. Шаг с подскоком, подскоки на двух ногах. Для мальчиков. Хлопки (одинарные) – в ладоши, по бедру, по голени.

Полная присядка – разучивание у станка с переходом на середину.

**Танцевальная импровизация (6 часов).** *Теория.* Импровизация на простейшие танцевальные движения на середине класса.

*Практика.* Задание 1. Массовая импровизация. Музыкальный размер 2/4. Темп медленный. Упражнения: учащимся следует выразить темп и характер музыки через танцевальные движения, предлагается сочетать в импровизации количество движений и перемену направления – вперед, в сторону, назад.

Задание 2. Упражнения: «вопрос – ответ», как перепляс. Ритмический рисунок. Музыка народная. Ученикам предлагается встать друг против друга, затем исполнить импровизацию. Один ученик задает ритмический рисунок – вопрос, другой отвечает движением. Движения: переступания, притопы, шаги, па польки.

Задание 3. Упражнение на большее разнообразие движений.

Используются движения народных танцев.

Задание 4. Упражнение «Ритм – загадка». Без музыкального сопровождения при помощи хлопков – ученики отвечают. Движения: переступания, притопы, шаги.

Задание 5. Массовая импровизация на свободную тему.

**Итоговое занятие (1 час).** *Теория* – Подведение итогов за год, совместное обсуждение планов на будущее.

**Содержание программы второго года обучения  
(базовый уровень)  
Учебно-тематический план**

№ п/п	Наименования тем	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	1	1	Фронтальный опрос
2.	Ритмика, партер	8	2	6	Зачет
3.	Элементы классического танца	10	2	8	Зачет
4.	Элементы народного танца	20	2	18	Зачет
5.	Танцевальная импровизация	4	2	2	Зачет
6.	Элементы акробатики	22	4	18	Зачет
7.	Постановочная работа (ансамбль)	34	2	32	Зачет
8.	Итоговое занятие	2	1	1	Зачет
Итого		102	16	86	

**Вводное занятие (2 часа).**

*Теория* – знакомство с программой обучения на текущий год. Техника безопасности.

*Практика* – Правила поведения в классе, правила работы с оборудованием. Знакомство с танцевальными конкурсами на учебный год.

**Ритмика. Партерная гимнастика (8 часов).**

*Теория* – включается весь материал, указанный в предыдущих годах обучения. Дополнительно: особенности музыки – марши, вальсы быстрые и медленные. Медленные хороводные и быстрые плясовые русские танцы. Партерная гимнастика: прорабатывается весь экзерсис в партере.

*Практика* – гимнастика для развития гибкости, пластики. Растяжки. Перегибы корпуса: назад, вперед. Акробатические элементы (колесо, мостик, шпагат) в более ускоренном темпе. Мостик в продвижении. Упражнения для развития силы (отжимание от пола, подтягивание на турниках). Упражнения для соревнований (кто дольше сохранит положение; кто повторит без отдыха большее число упражнений).

**Элементы классического танца (10 часов).**

*Теория* – повторяются в более ускоренном темпе упражнения за предыдущие года обучения. Понятия en dehors (вращательные движения ног, направляющиеся наружу) и противоположное en dedans; aplomb – устойчивость в танцах у станка и на середине класса.

*Практика* – demi-plie по всем позициям, grand-plie по 2 и 5 позиции с переменной положения корпуса у станка и на середине класса. Battement tendu jete из 1 позиции вперед и назад крестом, позднее из 5. Размер 2/4. Характер четкий. Grand battement jete по 1 и по 5 позиции у станка. Battement fondu у станка. Размер 2/4 характер четкий. Повторение поз классического танца croise и efface с добавлением того, что croise и efface бывают и вперед и назад. Позы классического танца изучаются на середине зала. Положение корпуса epaulement

croise и epaulement efface. Размер 3/4, характер плавный, исполняется на 4 такта. Releve на полупальцах в 1 и 5 позициях с demi-plie. Battement tendu pike – натянутое движение ноги, колющий бросок. Releve по 1, 2 и 5 позиции с позициями рук у станка и на середине класса. *Элементы вращений по диагонали*: tour; tour с preparation degage (движение рук из 2 позицию в подготовительную и обратно).

### **Элементы народного танца (20 часов).**

*Теория* – четкая координация движений рук и ног в танцевальных комбинациях. Упражнения у станка и на середине – более четкое исполнение народных движений (каблучные движения, присядка для мальчиков с различными сочетаниями движений рук, корпуса. Различные комбинации у станка, состоящие из нескольких народных движений). Разборка танцев, состоящих из сложных композиционных рисунков, танцевальных связок и комбинаций, переходов, с изменением танцевального темпа во время движений.

*Практика* – повторение и закрепление элементов русского и белорусского танцев. Положение рук в соло и в паре. Ходы. Простой шаг (на всю ступню, колено свободно). Легкий бег – небольшие шажки на низких полупальцах, пружиня в колене и подъеме, вперед и в сторону. *Движения*:

«Веревочка» - одинарная, двойная, русская и украинская. с ударом полупальцами. Боковое припадание. Pas de bask по 3 позиции. Комбинации соскоков. Маятникообразные движения по типу «моталочки»: моталочки продольные (основной вид, накрест). *Движения на прыжковой подмене*

*опорной ноги*: подбивка (основной вид, с переступанием, подбивка- маятник). *Дробные движения*: удары всей ступней (одинарные, с подскоком, двойные удары), удары ребром каблука (поочередные, с подскоком, с перескоками); дробная дорожка – мелкая непрерывная дробь с одинарным ударом каблука на месте, с продвижением.. Ключ – дробный простой. *Присядки. Полуприсядки*: присядка по 1 открытой позиции, с подскоком, с опусканием ноги на ребро каблука, с ковырялочкой, с прогибанием ноги в колене, с переходом на ребро каблука; Полные присядки. Присядка – мяч по 1 открытой позиции (основной вид, с поджатыми ногами, с разножкой).

«Ползунец». Основной вид, с опорой на руки, с проскальзыванием на полупальцах. *Хлопки и хлопнушки*. Хлопки: хлопки в ладоши с согнутыми в локтях руками (перед собой, справа или слева); скользящие хлопки в ладоши (перед собой – сверху вниз, справа или слева, сверху вниз). Хлопушки: одинарные удары ладонями по внутренней или внешней стороне голенища сапога (с переступаниями, с подскоком), одинарные удары ладонями по бедру. *Вращения*. На полупальцах, на припадании, с подъемом на полупальцы (обеих ног, одной ноги); на пятках в сочетании с полупальцами; на подскоках; повороты в воздухе с поджатыми ногами: «Блинчик», «Бег». Заключения танцевальных движений и комбинаций (притоп – простой, двойной), соскок. Позднее эти же виды вращений по кругу. *Ходы*: Простой шаг: шаг на 1/4 такта, шаг на 1/8 такта, шаг на 1/16 такта; шаг с каблука, шаркающий шаг. Переменный шаг: с полуприседанием, с ударом ребром каблука, с ударом всей ступней (для мальчиков). Бег: основной вид, с соскоком, с подъемом коленей. Боковые ходы: с двойным ударом полупальцами, припадание – накрест, приставной ход, боковой ход с перескоком.

### **Танцевальная импровизация (4 часа).**

*Теория* - понятие «танцевальная импровизация».

*Практика* - импровизация на простейшие упражнения народного экзерсиса на середине зала по русским народным сказкам: «Репка», «Колобок», «Теремок» и др.

### **Элементы акробатики (22 часа).**

*Теория* – Понятие «акробатика», ее виды, стили, применения. Азбука акробатики:

стойки, равновесия, мосты, шпагаты, упоры, перекаты, кувырки. Парная акробатика.

*Практика* – последовательность разучивания акробатических элементов. Стойки: стойки на руках. Равновесия: в сольных, парных и групповых упражнениях. Мосты: мост из положения лежа на спине, мост стоя на коленях, мост наклоном назад. Шпагаты: полушпагат, шпагат правой и левой ногой. Перекаты, кувырки: перекаты в группировке, перекаты согнувшись, перекаты прогнувшись. Кувырок вперед, кувырок назад.

Парная акробатика. Поддержки: за ноги, за руки. Мосты: кольцо в упоре на коленях и руках лежащего на спине нижнего.

### **Постановочная работа (ансамбль) (34 часа).**

*Теория* – техника исполнения постановочных номеров, изучение сюжетной линии.

*Практика* – постановочная работа.

В постановочной деятельности используется *метод совместного творчества* (коммуникативный вид деятельности). Особое внимание на технику исполнения движений, танцевальных связок, комбинаций танца. Четкая выдержка рисунков танца, сюжетной линии. Сочетание танцевальных и акробатических движений придает танцу зрелищность, эмоциональную выразительность. Работа над синхронностью исполнения движений в номере.

### **Итоговое занятие (2 часа).**

*Теория* - придумывание конкурсов для подведения итогов за учебный год.

*Практика* – зачет, отчетный концерт.

## **Содержание программы третьего года обучения (продвинутый уровень)**

Образовательная программа дополнена календарно-тематическим планированием, **состоящим из модулей:**

### **Модуль VIII (группа № 5):**

Одним из приоритетных направлений данного модуля является народный танец. Сложная танцевальная лексика народного танца, хореографические комбинации, фигуры доводятся до четкости исполнения с соответствующим образом танцевальной постановки. Мимика лица, выразительность передаваемого образа дает возможность развитию артистизма, что необходимо сочетать с танцем. Народный танец «оттачивается» во всех мелочах, с более сложной хореографией. Чувство патриотизма в исполнении русских народных номеров укрепляется с большей силой, а значит, приобщает воспитанников быть патриотами своей страны. Усовершенствуются и усложняются все разделы модуля. Конкурсная составляющая в концертной деятельности коллектива выходит на первый план. Конкуренция в фестивалях и конкурсах на уровне города и за его пределами дает приобрести необходимый опыт в соревновательной деятельности как для воспитанников, так и для педагога.

Усложняются парные и групповые акробатические элементы, которые выполняются на основе физической подготовки учащихся. Этюды. Также плясок от этюдов, прологов. Разновидности этюдов (сольные, мелкогрупповые, массовые, этюды для двух исполнителей).

*Постановочная работа* основывается на народных танцах, состоящих из сложной хореографии. Включает в свою основу весь изученный материал на занятиях. Комбинируясь с акробатикой, трюковыми элементами придают особое значение для развития стимула в достижении более высоких результатов. Огромное значение имеют интересы и творческие способности воспитанников ансамбля. Совместная работа в сотрудничестве с педагогом дают положительные результаты.

**Репертуар для группы № 5: «Танцевальное шоу» танец «Россия, моя Россия».**

**Модуль IX (группа № 6):**

Продолжение и усовершенствование работы над народным танцем. Сложная танцевальная лексика народного танца, хореографические комбинации, фигуры доводятся до четкости исполнения с соответствующим образом танцевальной постановки. Мимика лица, выразительность передаваемого образа дает возможность развитию артистизма, что необходимо сочетать с танцем. Народный танец «оттачивается» во всех мелочах, с более сложной хореографией. Чувство патриотизма в исполнении русских народных номеров укрепляется с большей силой, а значит, приобщает воспитанников быть патриотами своей страны. Усовершенствуются и усложняются все разделы модуля. Постановочная работа усложняется количеством сложных танцевальных комбинаций, рисунков танца. В постановках возможно присутствие народной стилизации со сложно акробатикой.

Усложняются парные и групповые акробатические элементы, которые выполняются на основе физической подготовки учащихся.

*Постановочная работа* берет за основу навыки, полученные учащимися в народных танцах, которые состоят из сложной хореографии, включая весь изученный материал на занятиях. Постановка в номинации «Танцевальное шоу» с комбинацией акробатики, трюковыми элементами, сложными поддержками, в том числе во время вращений. Огромное значение имеют интересы и творческие способности воспитанников ансамбля. Совместная работа в сотрудничестве с педагогом дают положительные результаты.

**Репертуар для группы № 6: «Танцевальное шоу» - танец «Зори».**

Танцевальные номера «Россия, моя Россия» и «Зори» в исполнении учащихся групп № 5 и № 6 базового уровня по итогу освоения программы в обязательном порядке включены в общий отчетный концерт Образцового ансамбля танца «Настроение».

## МОДУЛЬ VIII

### Учебно-тематический план

№ п/п	Наименования тем	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	1	1	Фронтальный опрос
2.	Элементы классического танца	20	2	18	Зачет
3.	Элементы народного танца	56	10	46	Зачет
4.	Элементы акробатики	56	10	46	Зачет
5.	Постановочная работа (ансамбль)	68	2	66	Зачет
	Итоговое занятие	2	1	1	Зачет
Всего:		204	26	178	

### МОДУЛЬ VIII (группа № 5)

**Вводное занятие (2 часа).**

*Теория* – знакомство с программой обучения на текущий год. Техника безопасности. Обсуждение гимназических, городских, всероссийских конкурсов на текущий год, готовность коллектива к выступлениям, проблемы и пути их решения.

*Практика* – практические умения и навыки по технике безопасности, регистрация в журнале.

### **Элементы классического танца (20 часов).**

*Теория* – Повторение теоретического курса классического танца за предыдущие года обучения в виде терминологического диктанта устно.

*Практика* – *Экзерсис у станка*: Plie на пяти позициях. Battments tendus с комбинацией plie на II позиции (нога и рука открыты на II позицию затактом) (24 такта по 2/4). Большое adagio (4 такта по 4/4), allegro (4 такта по 2/4). Battement tendu simple (с 5 позиции, возвращаясь каждый раз в 1 позицию). Grand battement jete pointe (нога не возвращается в 5 позицию, а опускается вытянутая в колене и подьеме на землю в положение, которое она занимает на крайней точке battement tendu simple). Battments tendus (8 тактов по 4/4). Четыре Battments tendus в сторону по II позиции, шесть Battments tendus jetes в сторону II позиции. Четыре Battments tendus в сторону по V позиции назад, шесть Battments tendus jetes в сторону V позиции назад.

*Экзерсис на середине класса*: V позиция, demi-plie, developpe вперед правой ногой на efface (за тактом). (16 тактов по 3/4 от точки 6 к точке 2 в классе). В другую сторону исполняется от точки 4 к точке 8. Затем pas исполняется обратно с продвижением назад от точки 2 к точке 6 и от точки 8

к точке 4 (также 16 тактов). V позиция, demi-plie, developpe назад efface левой ногой (за тактом). Эта комбинация движений исполняется плавно, мягко без малейшего подпрыгивания и замедляет первое adagio на середине класса.

*Элементы вращений по диагонали и по кругу*: tour; tour с preparation degage (движение рук из 2 позиции в подготовительную и обратно). tour по 5 позиции на середине класса.

### **Элементы народного танца (56 часов).**

*Теория* – Терминология народных движений каблучные на 45, каблучные на 90, дробные выстукивания, переборы, двойная дробь с продвижением, в повороте,

«бегунец» в повороте; поставить, отвести, ударить, поднять, приподнять, бросок ногой, выпад, перескочить и т.д.

*Практика* – Упражнения у станка – комбинации из различных вариаций движений. Упражнения на середине класса в различных вариантах комбинаций, этюды русских народных танцев на середине класса. *Движения*: Круговые движения на полу пяткой: основной вид, с полуприседанием на опорной ноге, «Восьмерка»: основной вид, в сочетании с растяжкой. Движения на прыжковой подмене опорной ноги: «Веревочка» - со скользящим ударом каблука «от себя», с переступанием на каблуках (для мальчиков), «Подбивка» все виды в различных сочетаниях с шагами русских танцев, «отбивка» с шагом, с ударом. «Голубец» - основной вид (низкий голубец), с шагом накрест, с ударом и переступанием, с прыжком (для мальчиков). «низкий» на полуприседании, с прыжком «высокий» для мальчиков; для женских партий «голубец» основного вида в сочетании с шагами и поворотами. «Веревочка» для мужского класса: с переступанием на ребро каблука, с ударом ступней, с «ковырялочкой», с прыжком «веревочка- ножницы», с «разножкой». Для женского класса: двойная веревочка в различных сочетаниях с остальными видами на месте, с продвижением, в повороте, как «русская», так и «украинская». Маятникообразные движения по типу «моталочки»: моталочки поперечные – основной вид, со скользящим ударом полупальцами. *Дробные движения*: удары всей стопой одинарные в различных вариантах, с подскоком, двойные удары. Удары ребром каблука: поочередные, с подскоком, с перескоками. Повтор сочетание ударов каблука и полупальцами в различных ритмических рисунках. *Присядки*: Присядка – разножка (основной вид, с переходом на полупальцы и ребро каблука, сопорой на руку). присядка в повороте все виды. Присядка с выпадом на

ногу: основной вид, в повороте. Присядка в повороте: основной вид, с продвижением, с опусканием на колено. Присядка-подсечка с опусканием на колено. Дальнейшая проработка присядок: «Метелочка»; «закладка», присядка-качалка; присядка с броском обеих ног вперед (собачка), присядка

– мяч в повороте; на полу – «мельница», «кубарик» (для мальчиков). Присядка «Мяч» по I прямой позиции с подскоком, с подъемом на полупальцы). Полные присядки: с поджатыми ногами, с «разножкой» с продвижением. «Ползунок»: основной вид в отработке, с круговым движением ногой, с опорой на одну руку. Трюки: разножка, щучка. *Хлопки хлопнушки*. Скользящие хлопки в ладоши: перед собой – сверху вниз, справа или слева в повороте и наклонах корпуса в различных ритмических рисунках. Хлопушки: двойные удары ладонями по бедру – с шагом, с переступанием в сочетании с присядками, ходами и дробными движениями. комбинированные удары ладонями, двойные удары ладонями по бедру – с шагом, с переступанием. Хлопки и хлопнушки в сочетании с присядками. *Вращения*. По диагонали и по кругу как индивидуально, так и в паре, и по три, и по четыре исполнительницы. На подскоках, на дробях, на беге – отработка умений за предыдущие года обучения. Вращения на прыжке: повороты в воздухе с поджатыми ногами на месте и с продвижением для женского класса. Для мужского класса: отработка «присядки-мяч» в повороте, повороты в воздухе с вытянутыми ногами на месте, с продвижением. на полу – «мельница», «кубарик». *Упражнения для рук, корпуса, головы*. Отработка предыдущего курса обучения: для рук - переводы рук из одного положения в другое, волнообразные движения руками, упражнения для кистей рук. Для корпуса - наклоны, перегибы, повороты, круговые движения корпусом. Для головы - повороты, наклоны, круговые движения головой. *Прыжковые движения для мальчиков*. Продолжается работа над движениями с предыдущих курсов обучения с усложненными темповыми рисунками: «ястреб»; «разножка» в сочетании с присядками;

«щучка»; «кольцо», «пистолет». Исполнять на месте, с продвижением, в сочетании с «подходом к прыжку». с раскрытием коленей в стороны

«ястреб», с одной согнутой в колене ногой, с поворотом коленей, с наклоном корпуса вперед – «разножка», «щучка»; с перегибом корпуса назад –

«кольцо», «пистолет». *Отработка заключения танцевальных комбинаций*: Притоп – простой, двойной; соскок; концовка - удар всей стопой, удар ребром каблука; опускание на колено. *Хоровод*. Хороводные перестроения:

«два круга рядом», «круг в круге», «улица», «прочес», «корзиночка»,

«колонна», «восьмерка», «Улитка», «Змейка». навыки общения с платком.

*Рассмотрение этюдов*. Три части записи танца-этюда. Разборка танца по записи.

### **Элементы акробатики (56 часов).**

*Теория* – повторение понятий: виды, стили акробатики, применяемые в танцевальной практике. Азбука парной акробатики: поддержки, смешанные парные упражнения, упоры, седы верхом, выходы на плечи, мосты. Понятие и виды акробатических прыжков. Техника безопасности во время акробатических упражнений, страховки.

*Практика* – *Упражнения в сохранение равновесия*. Упражнения в сохранение равновесия: упоры, стойки на голове, горизонтальные упоры на локтях и голове, стойки на предплечьях. *Стойки*: стойки на лопатках, стойки на груди, стойки на голове, стойки на руках. Стойки: стойка силой из полустойки, стойка силой согнув ноги, стойка силой согнувшись. Отработка и усовершенствование всех изученных видов акробатических прыжков. Продолжение работы над *парной акробатикой*: седы верхом, поддержки для девочек и для мальчиков, выходы на плечи, равновесия, мосты. Включение акробатических элементов в небольшие танцевальные комбинации и в постановочную

работу ансамбля. *Акробатические прыжки.* Продолжение работы над отработкой основных элементов: рондат, переворот вперед, переворот назад, фляк вперед, фляк назад. Начинаем работу над изучением сальто вперед, сальто назад. Сальто вперед при помощи партнера, сидящего ноги врозь, сальто вперед с трамплина или автокамеры со страховкой вдвоем, сальто вперед с разбега толчком на 5-6 матов. Сальто назад. Чередование прыжков с элементами народного танца для мужского класса. Чередование прыжков с элементами народной хореографии, как для мужского, так и для женского класса. Использование в танцевальных комбинациях предметов для работы над прыжком (мат, трамплин, батут, камера и т.д.).

Продолжение работы над *парной акробатикой*: поддержки для девочек, основные виды и направления. *Поддержки*: Поддержка на ступнях; поддержка на руках. поддержка на живот на ступнях сидящей нижней. Поддержки на руках - поддержка под живот на руках лежащей нижней; то же, но из упора лежа на коленях нижней. *Равновесия*: Равновесия на полу; равновесия на бедре. фронтальное равновесие с захватом ноги под пятку в наклонном положении с поддержкой нижней, стоящей в выпаде, за руку. Равновесие на бедре: равновесия на бедре с поддержкой; равновесие, согнув ногу на бедре нижней, стоящей на левом колене; фронтальное равновесие с захватом ноги, стоя на бедре; равновесие, стоя на бедре нижней с захватом свободной ноги у колена с поддержкой за руку (нижняя стоит на правом колене с наклоном назад). *Стойки*: Стойки на руках на полу с поддержкой нижней; стойки плечами на руках лежащей нижней.

Продолжение работы и усовершенствование *седов и упоров*: сед верхом

– прыжком с пола, из полуколонны с поддержкой, силой с пола. Переходы и соединения: из полуколонны вперед в сед верхом на плечи нижнего, из поддержки на бедрах. Выходы на плечи и переходы с плеч на бедра: переход с плеч нижнего, стоящего на коленях, на его бедра; из полуколонны переход в сед на плечо и переход в поддержку на бедрах. Стойки ногами на плечах и руках нижнего: стойки ногами на плечах; стойка ногами на согнутых руках лежащего нижнего. Равновесия: на бедре нижнего с поддержкой за руки; на плече нижнего с поддержкой за руки. Седы верхом: сед верхом на плечах нижнего, стоящего на коленях; сед верхом на плечах; сед на ступнях лежащего на спине нижнего. *Выходы на плечи*: выходы на плечи нижнего, стоящего на коленях; выход на плечи нижнего сбоку. *Пирамиды* как наместе, так и с продвижением. *Прыжки*. Прыжки и соскоки: через нижнего, стоящего на коленях – с места, согнув ноги, с места, ноги врозь. Подкидные прыжки: через нижнего, согнув ноги; броском нижнего, стоящего на пятках под ступню. Продолжение работы над парными упражнениями мальчиками и девочками.

### **Постановочная работа (ансамбль) (68 часов).**

*Теория* – техника исполнения постановочных номеров, изучение сюжетной линии.

*Практика* – постановочная работа.

Народные танцы, состоят из сложной хореографии комбинируются с акробатикой, трюковыми элементами придают особое значение для развития стимула в достижении более высоких результатов.

### **Итоговое занятие (2 часа).**

*Теория* - подведение итогов.

*Практика* – зачет, отчетный концерт.

## МОДУЛЬ IX

### Учебно-тематический план

№ п/п	Наименования тем	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	1	1	Фронтальный опрос
2.	Элементы классического танца	20	2	18	Зачет
3.	Элементы народного танца	56	10	46	Зачет
4.	Элементы акробатики	56	10	46	Зачет
5.	Постановочная работа (ансамбль)	68	2	66	Зачет
	Итоговое занятие	2	1	1	Зачет Отчётный концерт
Всего:		204	26	178	

### МОДУЛЬ IX. (группа № 6).

#### **Вводное занятие (2 часа).**

*Теория* – знакомство с программой обучения на текущий год. Техника безопасности. Обсуждение гимназических, городских, всероссийских конкурсов на текущий год, готовность коллективам выступлениям, проблемы и пути их решения.

*Практика* – Практические умения и навыки по технике безопасности, регистрация в журнале.

#### **Элементы классического танца (20 часов).**

*Теория* – Повторение теоретического курса классического танца за предыдущие года обучения в виде терминологического диктанта устно и письменно.

*Практика* – *Экзерсис у станка*: Plie на пяти позициях. Battments tendus с комбинацией plié на II позиции. Grand battement jete pointe. Ronds de jambes par terre и grand ronds de jambes jetes. Battments fondus и frappes. Четыре Battments tendus в сторону по II позиции, шесть Battments tendus jetes в сторону II позиции. Четыре Battments tendus в сторону по V позиции назад, шесть Battments tendus jetes в сторону V позиции назад.

*Экзерсис на середине класса*: V позиция, demi-plie, developpe вперед правой ногой на efface, developpe назад efface левой ногой. Grand battement jete balance (качание вперед и назад корпусом с полчком ноги скользящим движением через I позицию на 90 градусов). Battement frappe по 2 позиции (правая нога бьет левую по щиколотке – surlecou-de-pied). Размер 2/4 характер четкий. Battement tendu jete plie из 5 позиции крестом.

*Элементы вращений по диагонали и по кругу*: tour; tour с preparation degage (движение рук из 2 позиции в подготовительную и обратно). tour по 3 позиции на середине класса, obertas на месте.

#### **Элементы народного танца (56 часов).**

*Теория* – Терминология народных движений каблучные на 45, каблучные на 90, дробные выстукивания, переборы, двойная дробь с продвижением, в повороте, бегунец в повороте; поставить, отвести, ударить, поднять, приподнять, бросок ногой, выпад, перескочить и т.д. Уметь рассказать полным текстом.

*Практика* – Упражнения у станка – комбинации из различных вариаций движений. Упражнения на середине класса в различных вариантах комбинаций, этюды русских

народных танцев на середине класса. *Движения*: Круговые движения на полу пяткой с поворотом пятки опорной ноги, с полуприседанием и поворотом пятки опорной ноги. Круговые движения ногой по воздуху с вытянутым подъемом: основной вид, с поворотом пятки одной ноги, с подскоком, с подскоком и поворотом пятки одной ног. Круговые движения ногой по воздуху с сокращенным подъемом: основной вид, в сочетании с полуприседанием, с поворотом, с подскоком, с подскоком и поворотом пятки опорной ноги. «Восьмерка»: основной вид, в сочетании с растяжкой. *Движения на прыжковой подмене опорной ноги*: «Веребочка» - соскользаящим ударом каблука «от себя», с переступанием на каблуках (для мальчиков), «Подбивка» все виды в различных сочетаниях с шагами русских танцев, «отбивка» с шагом, с ударом. «Голубец» - основной вид (низкий голубец), с шагом накрест, с ударом и переступанием, с прыжком (для мальчиков). «низкий» на полуприседании, с прыжком «высокий» для мальчиков; для женских партий «голубец» основного вида в сочетании с шагами и поворотами. «Веребочка» для мужского класса: с переступанием на ребро каблука, с ударом ступней, с «ковырялочкой», с прыжком «веревочка- ножницы», с «разножкой». Для женского класса: двойная веревочка в различных сочетаниях с остальными видами на месте, с продвижением, в повороте, как «русская», так и «украинская». Маятникообразные движения по типу «моталочки»: моталочки поперечные – основной вид, со скользаящим ударом полупальцами. *Дробные движения*: удары всей стопой одинарные в различных вариантах, с подскоком, двойные удары. Удары ребром каблука: поочередные, с подскоком, с перескоками. Повтор сочетание ударов каблука и полупальцами в различных ритмических рисунках. *Присядки*: Присядка – разножка (основной вид, с переходом на полупальцы и ребро каблука, с опорой на руку). Присядка – разножка (основной вид, с переходом на полупальцы и ребро каблука, с опорой на руку), присядка в повороте все виды. Присядка с выпадом на ногу: основной вид, в повороте. Присядка в повороте: основной вид, с продвижением, с опусканием на колено. Присядка-подсечка с опусканием на колено. Дальнейшая проработка присядок:

«Метелочка»; «закладка», присядка-качалка; присядка с броском обеих ног вперед (собачка), присядка – мяч в повороте; на полу – «мельница»,

«кубарик» (для мальчиков). «Метелочка»; «закладка» - основной вид, с раскрытием ноги на ребро каблука; присядка-качалка – основной вид, качалка с броской ногой накрест; присядка с броском обеих ног вперед (собачка) – основной вид, с опорой на руки. Полные присядки: с поджатыми ногами, с «разножкой» с продвижением. «Ползунок»: основной вид в отработке, с круговым движением ногой, с опорой на одну руку. Трюки: разножка, щучка с продвижением и на месте в сочетании с присядками и акробатическими прыжками. *Хлопки и хлопушки* в сочетании с присядками в повороте корпуса. Скользящие хлопки в ладоши: перед собой – сверху вниз, справа или слева в повороте и наклонах корпуса в различных ритмических рисунках. *Вращения*. По диагонали и по кругу как индивидуально, так и в паре, и по три, и по четыре исполнительницы. На подскоках, на дробях, на беге – отработка умений за предыдущие года обучения. Вращения на прыжке: повороты в воздухе с поджатыми ногами на месте и с продвижением для женского класса. Для мужского класса: отработка

«присядки-мяч» в повороте, повороты в воздухе с вытянутыми ногами на месте, с продвижением. на полу – «мельница», «кубарик». *Прыжковые движения для мальчиков*. Продолжается работа над движениями с предыдущих курсов обучения с усложненными темповыми рисунками:

«ястреб»; «разножка» в сочетании с присядками; «щучка»; «кольцо», «пистолет». Исполнять на месте, с продвижением, в сочетании с «подходом к прыжку». с раскрытием коленей в стороны «ястреб», с одной согнутой в колене ногой, с

поворотом коленей, с наклоном корпуса вперед – «разножка», «щучка»; с перегибом корпуса назад – «кольцо», «пистолет».

Отработка *заклучения танцевальных комбинаций*: Притоп – простой, двойной; соскок; концовка - удар всей стопой, удар ребром каблука; опускание на колено. *Хоровод*. Хороводные перестроения: «два круга рядом», «круг в круге», «улица», «прочес», «корзиночка», «колонна»,

«восьмерка», «Улитка», «Змейка». навыки общения с платком. *Этюды*. Три части записи танца-этюда. Разборка танца по записи.

Отработка всех движений народного танца на каждом занятии в разминочных упражнениях.

### **Элементы акробатики (56 часов).**

*Теория* – повторение понятий: виды, стили акробатики, применяемые в танцевальной практике. Азбука парной акробатики: поддержки, смешанные парные упражнения, упоры, седы верхом, выходы на плечи, мосты. Понятие и виды акробатических прыжков. Техника безопасности во время акробатических упражнений, страховки.

*Практика* – упражнения в сохранение равновесия: упоры, стойки на голове, горизонтальные упоры на локтях и голове, стойки на предплечьях. Стойки: стойки на лопатках, стойки на груди, стойки на голове, стойки на руках. Отработка и усовершенствование всех изученных видов акробатических прыжков. Продолжение работы над парной акробатикой: седы верхом, поддержки для девочек и для мальчиков, выходы на плечи, равновесия, мосты. Включение акробатических элементов в небольшие танцевальные комбинации и в постановочную работу ансамбля.

*Акробатические прыжки*. Продолжение работы над отработкой основных элементов: рондат, переворот вперед, переворот назад, фляк вперед, фляк назад, сальто вперед, сальто назад. Сальто вперед при помощи партнера – из его рук. Сальто вперед с трамплина или автокамеры со страховкой вдвоем, сальто вперед с разбега толчком на 5-6 матов. Сальто назад. Чередование прыжков с элементами народного танца для мужского класса. Чередование прыжков с элементами народной хореографии, как для мужского, так и для женского класса.

Продолжение работы над *парной акробатикой*: поддержки для девочек, основные виды и направления. *Поддержки*: Поддержка на ступнях; поддержка на руках. поддержка на живот на ступнях сидящей нижней. Поддержки на руках - поддержка под живот на руках лежащей нижней; то же, но из упора лежа на коленях нижней. Поддержка на бедрах лицевая, полуколонна, поддержка на живот. Разучивание парных упражнений мальчиками: седы и упоры: сед верхом – прыжком с пола, из полуколонны с поддержкой, силой с пола.

*Равновесия*: Равновесия на полу; равновесия на бедре. фронтальное равновесие с захватом ноги под пятку в наклонном положении с поддержкой нижней, стоящей в выпаде, за руку. Равновесие на бедре: равновесия на бедре с поддержкой; равновесие, согнув ногу на бедре нижней, стоящей на левом колене; фронтальное равновесие с захватом ноги, стоя на бедре; равновесие, стоя на бедре нижней с захватом свободной ноги у колена с поддержкой за руку (нижняя стоит на правом колене с наклоном назад).

*Стойки*: Стойки на руках на полу с поддержкой нижней; стойки плечами на руках лежащей нижней. Стойки ногами на плечах и руках нижнего: стойка ногами на согнутых руках лежащего нижнего со страховкой; стойка ногами на руках лежащего нижнего. Стойка на коленях сидящего нижнего; стойка на коленях нижнего, стоящего в полуприседе; стойка на колене партнера, стоящего в выпаде.

Продолжение работы и усовершенствование приседов и упоров: присед верхом-прыжком с пола, из полуколонны с поддержкой, силой с пола. Переходы и соединения: из

полуколонны вперед в сед верхом на плечи нижнего, из поддержки на бедрах. Выходы на плечи и переходы с плеч на бедра: переход с плеч нижнего, стоящего на коленях, на его бедра; из полуколонны переход в сед на плечо и переход в поддержку на бедра, вход на плечи нижнего с бедра с поворотом. *Мосты и медленные перевороты (перекидки)*: Переворот назад из поддержки под спину на предплечьях; переворот вперед из поддержки под живот на предплечьях; мост на коленях и руках нижнего (для девочек). Перекидка назад из поддержки на бедрах; перекидка вперед из стойки плечами на руках на одну ногу; то же, но на обе руки; перекидка вперед из стойки; перекидка назад в стойку с помощью нижней.

Равновесия: на бедре нижнего с поддержкой за руки; на плече нижнего с поддержкой за руки. Седы верхом: сед верхом на плечах нижнего, стоящего на коленях; сед верхом на плечах; сед на ступнях лежащего на спине нижнего. *Пирамиды* как на месте, так и с продвижением. Продолжение работы над *парными упражнениями мальчиками и девочками*. Сложные поддержки: «арка» наверху с помощью двух партнеров, стойка в полумосте на прессе у партнера, и т.д. Поддержки во вращениях: равновесие на руках партнера в полный рост во время вращения, «кольцо» вокруг шей партнера, выход на плечи партнера – во время вращения переместиться вниз на его (партнера) вытянутых руках.

**Постановочная работа (ансамбль) (68 часов).**

*Теория* – техника исполнения постановочных номеров, изучение сюжетной линии.

*Практика* – постановочная работа.

Постановка в номинации «Танцевальное шоу» с комбинацией акробатики, трюковыми элементами, сложными поддержками в том числе во время вращений. Огромное значение имеют интересы и творческие способности воспитанников ансамбля.

**Итоговое занятие (2 часа).**

*Теория* - подведение итогов.

*Практика* – зачет, отчетный концерт.

**Календарный учебный график  
(первый год обучения (стартовый уровень))**

Реализация дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Хореография»							
Первый год обучения (стартовый уровень)							
1 полугодие			2 полугодие			Итого	
Период	Кол-во недель	Кол-во часов	Период	Кол-во недель	Кол-во часов	Кол-во недель	Кол-во часов
01.09.2024 30.12.2024	17	34	09.01.2025 - 31.05.2025	17	34	34	68
Сроки организации промежуточного контроля						Формы контроля	
Ноябрь-декабрь			Апрель-май			зачет концерт май	

**Календарный учебный график  
(второй год обучения (базовый уровень))**

Реализация дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Хореография»							
Второй год обучения (базовый уровень)							
1 полугодие			2 полугодие			Итого	
Период	Кол-во недель	Кол-во часов	Период	Кол-во недель	Кол-во часов	Кол-во недель	Кол-во часов
01.09.2024 30.12.2024	17	51	09.01.2025 - 31.05.2025	17	51	34	102
Сроки организации промежуточного контроля						Формы контроля	
Ноябрь-декабрь			Апрель-май			зачет концерт май	

**Календарный учебный график  
(третий год обучения (продвинутый уровень))**

Реализация дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Хореография»							
Третий год обучения (продвинутый уровень)							
1 полугодие			2 полугодие			Итого	
Период	Кол-во недель	Кол-во часов	Период	Кол-во недель	Кол-во часов	Кол-во недель	Кол-во часов
01.09.2024 30.12.2024	17	102	09.01.2025 - 31.05.2025	17	102	34	204
Сроки организации промежуточного контроля						Формы контроля	
Ноябрь-декабрь			Апрель-май			зачет концерт май	

## Условия реализации программы

### **Материально-техническое обеспечение:**

Для успешной реализации программы имеются

Хореографический зал, соответствующий СанПиН (в т.ч. освещение и проветривание);  
видео и аудио – материалы;

костюмерная комната с набором танцевальных костюмов и обуви;

технические средства обучения (компьютер, проектор, экран для проектора);  
мультимедийное оборудование

методический, дидактический и раздаточный материал, необходимый для успешного освоения программы.

Имеются в наличии видеоматериалы, медиатека, тесты

### **Методическое обеспечение программы:**

#### **Методические материалы:**

утвержденная дополнительная общеобразовательная программа; методические разработки;

специальная литература;

методики по оцениванию результатов освоения содержания программы и развития личностных качеств.

При разработке и реализации программы используются следующие **педагогические технологии:**

технология критического мышления;

технология коллективной творческой деятельности;

информационно-коммуникативные технологии;

технология проектного обучения.

На занятиях могут использоваться различные методы и приемы обучения. Учебное занятие может проводиться как с использованием одного метода обучения, так и с помощью комбинирования нескольких методов и приемов. Целесообразность и выбор применения того или иного метода зависит от образовательных задач, которые ставятся на каждом занятии.

программой предусмотрены следующие **формы занятий:**

- групповые,
- подгрупповые,
- индивидуальные,
- репетиционные.

Специфика обучения хореографии связана с систематической физической и психологической нагрузкой. Детям необходимо осмысливать указания педагога, слушать музыку, запоминать предложенный текст, отрабатывать различные движения. Преодолеть трудности помогает осуществление индивидуального подхода при одинаковых заданиях для всех. При этом учитывается тип личности, уровень подготовки ребенка, его умение сосредоточиться на разных аспектах задания.

Для обучения танцам детей дошкольного и младшего школьного возраста необходимо использовать **игровой принцип**. Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха, а о необходимости пронизать занятие игровым началом, сделать игру его органическим компонентом. Игра должна быть средством достижения намеченной педагогической цели, требовать для своего осуществления волевых усилий, упорного труда.

Тогда игра будет способом обучения воспитанника умению трудиться, и при этом даже рутинная, скучная для детей работа покажется интересной.

Следующий важный принцип работы на первых этапах обучения – **принцип многократного повторения** изучаемых движений в максимальном количестве всевозможных сочетаний. Длительное изучение и проработка небольшого количества движений дает возможность прочного их усвоения, что послужит фундаментом дальнейшего образовательного процесса.

Из всего многообразия средств обучения **классический танец** отличается тем, что является фундаментом всей хореографической подготовки и основой высокой исполнительской культуры. Поэтому классический экзерсис, после изучения основных его элементов, рекомендуется использовать в качестве тренажа на репетициях коллектива. Для того чтобы облегчить воспитанникам усвоение тем образовательной программы, занятие делится на три части: подготовительную, основную и заключительную.

Подготовительная часть – включает построение воспитанников на середине зала и настрой на занятие (взаимные приветствия детей и педагога), маршировку, бег и вспомогательные корригирующие упражнения на полу для подготовки мышц, суставов и связок к нагрузке.

Основная часть – постановка корпуса, ног, рук и головы для формирования осанки, выработка выворотности ног в упражнениях у станка и на середине зала, развитие гибкости, отработка шага, прыжка, развитие силы и выносливости.

Заключительная часть – включает, в основном, движения для развития танцевально-ритмической координации и выразительности. Они также направлены на то, чтобы снять нервное и физическое напряжение, поднять эмоциональный тонус у детей. В этой части разучиваются и повторяются музыкальные этюды, композиции.

Ведущими методами обучения детей хореографическому искусству **являются:**

- наглядная демонстрация формируемых навыков (практический показ);
- объяснение методики исполнения движения;
- демонстрация иллюстраций (наглядные пособия, видеоматериал).

Таким образом, **основные методы**, применяемые при обучении:

- качественный показ;
- словесное (образное) объяснение;
- сравнение;
- контраст;
- повторение.

Программа включает в себя **нетрадиционные приемы и методы** при работе с учащимися:

- Синхронное и зеркальное восприятие;
- Перевод из одного пространства в другое;
- Использование обратных названий движений и контактные уроки;
- Формы компромиссного решения;
- Обращение к индивидуальной культуре исполнения.

Так как учащиеся уже знают хореографическую терминологию, пользуются ею на занятии, практический показ постепенно теряет свой смысл. Использование точной, грамотной терминологии позволяет отойти от практического показа, развивает внимательность воспитанников и их способность воспринимать словесную информацию (письменные терминологические диктанты).

Одним из самых слабых мест в исполнительской практике является невыразительность лица, поэтому особое внимание уделяется мимике мышц лица.

Учащийся должен знать хореографическую терминологию, пользоваться ею на занятии. Использование точной, грамотной терминологии позволит постепенно отойти от практического показа, разовьет внимательность воспитанников и их способность воспринимать словесную информацию.

С первых занятий важна работа над культурой движения. Каждое движение имеет начало и окончание, амплитуду, характер. Оно должно исполняться в такт музыке.

Одним из самых слабых мест в исполнительской практике является невыразительность лица, поэтому с первого занятия нужно обращать внимание детей на активность мышц лица, играть с ними в «маски» (грустная, веселая, сердитая).

Особое внимание уделяется музыкальному оформлению занятия. Оно должно быть разнообразным и качественным. Музыка подбирается к каждой части занятия, определяется ее структура, темп, ритмический рисунок, характер.

#### **Формы и методы контроля:**

На занятиях по хореографии используются разные виды контроля освоения воспитанниками содержания программы.

- Текущий контроль (на каждом занятии);
- Диагностика результатов в форме зачета (теория-тестирование, практика-выполнение упражнений), отчетного концерта (в конце учебного года).

#### **Формы аттестации:**

Отслеживание и фиксация образовательных результатов отражается в следующих документах: протокол, аналитическая справка, аналитический материал, аудиозапись, видеозапись, грамота.

Контроль за изученным программным материалом осуществляется на отчетном концерте для педагогов и родителей в конце учебного года, также осуществляется текущий контроль на каждом занятии.

В мероприятиях гимназии, предусмотренных годовым планом, учащиеся ансамбля могут проявить себя в танцевальных постановках, что воспитывает танцевальность, актерское мастерство, умение держать себя на сценической площадке, организованность и собранность в большом хореографическом коллективе

Кроме того, воспитанники всех групп Образцового ансамбля танца «Настроение» в обязательном порядке принимают участие на ежегодном отчетном концерте ансамбля на городских сценических площадках города Сургута.

#### **Оценочные материалы:**

Основными критериями оценивания специальных умений и навыков, обучающихся в процессе реализации программы через контрольно-измерительные материалы являются:

знание понятий и терминов по данному направлению; владение специальной терминологией;

знание технологии;

владение специальным оборудованием и оснащением; компетентность в применении знаний;

креативность в выполнении практических заданий; способность к саморазвитию; самоопределение; самовыражение;

навык поисковой работы;

умение воплощать творческие замыслы;

навыки соблюдения правил безопасности в процессе деятельности; способность адаптироваться к изменяющимся условиям; толерантность;

коммуникативные качества; социальное взаимодействие; адекватность реакции на жизненные ситуации; нравственные навыки; гражданственность; патриотизм; навыки соблюдения правил безопасности в процессе деятельности; специальные умения и навыки по укреплению и сохранению физического и психологического здоровья.

Диагностические методики Уровень сформированности компетенций обучающихся складывается в результате проведения комплексной диагностики, куда входят:

- Опросник мотивации деятельности.
- Метод натуралистического наблюдения.
- Вербальный тест (теоретические знания).
- Методика интерпретации «Вербальное воображение».
- Методика действия: невербальный тест (технология исполнения).
- Методика конструирования: создание из деталей осмысленного целого «Танцевальная импровизация».
- Методика изучения экспрессии: «Рисование на заданную тему».
- Методика интерпретации: истолкование произведения хореографического искусства.
- Методика действия: пластический этюд, задание на развитие образа.
- Контент-анализ творческой деятельности: танцевальный этюд.

### **Планируемые результаты первого года обучения:**

Основными критериями оценивания специальных умений и навыков учащихся первого года обучения (стартовый уровень):

#### **Учащиеся должны знать:**

- правила постановки ног у станка (при выворотной стопе);
- терминологию основных движений классического и народного танца;
- положение ног sur le cou-de-pied – «условное, обхватное»;
- понятие опорной и рабочей ног, их функции;
- различать особенности медленных хороводных и быстрых плясовых ритмов русских народных танцев;
- владеть и использовать в речи терминологию хореографии на начальном этапе.

#### **Учащиеся должны уметь:**

- исполнять движения у станка и на середине класса;
- исполнять импровизацию, как на свободную, так и на заданную тему;
- акцентировать шаг на первую долю такта;
- выполнять простую ритмическую фигуру в русском танце;
- самостоятельно в присутствии посторонних исполнять целостную «хореографическую картинку»;
- выполнять различные движения на развитие гибкости и пластики;
- закрывать руку, заканчивая движение в адажио.
- исполнять простые хореографические комбинации самостоятельно без педагога.

### **Планируемые результаты второго года обучения (базовый уровень)**

#### **Учащиеся должны знать:**

- терминологию основных движений классического и народного танца;
- различать особенности медленных и быстрых ритмов в музыке и танце;
- различать особенности позиций рук и ног классических и народных;
- различие между медленными хороводными и быстрыми плясовыми русскими танцами;
- терминологию акробатических элементов;

- связь акробатических элементов с танцевальным искусством.

**Учащиеся должны уметь.**

- исполнять позы *croise* и *efface* классического танца вперед и назад;
- исполнять элементы классического и народного танца на середине класса, самостоятельно придумывая из них небольшие танцевальные комбинации;
- выполнять любые привычные задания в присутствии посторонних;
- придумывать и исполнять танцевально-ритмический рисунок;
- свободно выполнять различные танцевальные комбинации;
- владеть общими элементами классической и народной хореографии;
- координировать движения своих рук и ног в соответствии с разным музыкальным темпом рук и ног;
- вырабатывать технику исполнения при различных танцевальных комбинациях с помощью многократного повторения самостоятельно;
- уметь исполнять сольные, групповые и парные партии из танцев, заданных педагогом;
- осознавать средства музыкальной выразительности;
- исполнять простые элементы акробатики самостоятельно, а сложные при помощи страховки;
- исполнять акробатические поддержки парные и групповые в танцевальных комбинациях;
- исполнять групповой и целостный танец синхронно с театральной выразительностью.

**Планируемые результаты третьего года обучения (продвинутый уровень)**

***Учащиеся должны знать:***

- Терминологию элементов классического, народного танцев;
- Свободно ориентироваться в стилях и направлениях хореографии;
- Терминологию комбинаций у станка классического и народного направления;
- Терминологию акробатических элементов, технику безопасности при их выполнении;
- Значение связи танцевального и акробатического искусств;
- Разбираться в характере и сюжете народного танца.

***Учащиеся должны уметь:***

- Исполнять элементы и комбинации классического танца у станка и на середине класса в соответствии с размером и темпом музыки;
- Исполнять элементы и комбинации народного танца у станка и на середине класса в соответствии с размером и темпом музыки;
- Уметь исполнять сольные, групповые и парные партии из танцев в соответствии с заданием педагога;
- Исполнять изученные акробатические элементы акробатики, парной акробатики;
- Самостоятельно добиваться техники исполнения движений и комбинаций путем многократного повторения;
- Исполнять целостный танец технично, эмоционально, в соответствии с характером и манерой исполнения;
- Добиваться техничного исполнения целостного танца в группе путём синхронного исполнения танца;
- Самостоятельно исполнять хореографический этюд группой и индивидуально по

заданию педагога;

- Придумывать и исполнять несложные хореографические этюды в группе;
- Эмоционально с помощью мимики передавать характер народноготанца.
- Работать над собственными ошибками с помощью многократных повторений в домашних условиях, добиваясь техники исполнения на высшем уровне.

### **Список литературы:**

#### **Список литературы для педагога:**

1. Мей, В.П., Базарова Н.П. Азбука классического танца. Первые три года обучения/В.П. Мей, Учебное пособие. 10-е издание – Планета музыки, 2021.
2. Зарипов, Р.С., Драматургия и композиция танца. Учебное пособие/ Р.С. Зарипов, Е.Р. Валяева, 2-е изд., стер. - Планета музыки, 2020.
3. Лукьянова, Е.А. Дыхание в хореографии. Учебное пособие, 6-е издание/Е.А. Лукьянов – Лань 2020.
4. Вашкевич, Н.Н. История хореографии всех веков и народов. Учебное пособие. 8-е издание/Н.Н. Вашкевич: Планета музыки 2021.

#### **Список литературы для учащихся:**

1. Ауэрбах Л. Л. Ауэрбах. Рассказы о вальсе; Советский композитор - М., 2020. - 176 с.
2. Богаткова Л. «Танцы для детей»; 1995г.
3. Деген А., Ступников И. Мастера танца. Материалы к истории Ленинградского балета. 1917 - 1973; Музыка. Ленинградское отделение - М., 2021. - 246 с.
4. Красовская В. Ваганова; Искусство - М., 2020. - 224 с.
5. Рулева А. Борис Брегвадзе; Искусство - М., 2022. - 112 с.
6. Феррари Курция Танец - жизнь. "Божественная" Айседора Дункан; Петербург - XXI век, Крафт+ - М., 2022. - 272 с.

### Анкета для учащихся Образцового ансамбля танца «Настроение»

1. Что вы подразумеваете под "занятиями танцем"? \_\_\_\_\_.

2. Считаете ли вы свои занятия танцами продуктивными, почему?

➤ да \_\_\_\_\_

➤ нет \_\_\_\_\_

➤ не знаю

3. Что мешает вам регулярно посещать Образцовый ансамбль танца «Настроение»

➤ недостаток времени;

➤ недостаток занятий;

➤ другие причины (указать) \_\_\_\_\_

4. Вы хотели бы привести в Образцовый ансамбль танца «Настроение» свою (его) младшего (ую) сестру(брата)?

➤ да

➤ нет

➤ иногда

5. Что, на ваш взгляд, является основной причиной нежелания заниматься танцами?

➤ плохой музыкальный репертуар (если да, то какой);

➤ неблагоприятные условия для занятий;

➤ недостаток знаний в вопросах танцевального искусства;

➤ другие причины (указать) \_\_\_\_\_.

6. Какими видами танцев хотели бы заниматься:

\_\_\_\_\_

1. Ваши предложения:

\_\_\_\_\_

## Анкета для учащихся Образцового ансамбля танца «Настроение»

От психологического климата в детском коллективе зависит как благополучие членов коллектива, так и их работоспособность. Данная анкета позволяет выявить, насколько участники довольны деятельностью (анкетирование проводится анонимно)

1. Вам нравится заниматься в Образцовом ансамбле танца «Настроение»?

- Да, меня все устраивает
- Не знаю, не задумывался над этим
- Меня многое не устраивает

2. Охарактеризуйте атмосферу в коллективе

- Дружеская
- Атмосфера взаимного уважения
- Деловая атмосфера
- «Каждый сам за себя»
- Нездоровая, нетоварищеская атмосфера

3. С кем из участников ансамбля Вы общаетесь больше всего?

- Я с удовольствием общаюсь со всеми
- Общаюсь только с отдельными представителями коллектива

4. Как Вы считаете, легко ли новые ребята вливаются в наш коллектив?

- Достаточно легко
- Они долго держатся особняком
- Не знаю, не задумывался над этим

5. Оцените сплоченность нашего коллектива по 5-ти бальной шкале Min

1 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 4 \_\_\_\_\_ 5max

7. Как часто у Вас бывают конфликты с кем-то из членов нашего коллектива?

- Никогда
- Редко, от случая к случаю
- Постоянно

8. Что более всего Вас привлекает в деятельности нашего коллектива?

- Интересные занятия
- Общение с разными людьми
- Творчество
- Приобретение новых знаний, умений
- Участие в делах коллектива
- Совместные творческие поездки
- Концертные выступления
- Вероятность заслужить уважение товарищей

Благодарим за ответы!

## Опросник «Вопрос-ответ»

1. Какие позиции рук Вы знаете?
2. Какие позиции ног Вы знаете?
3. Как называется движение у станка, показанное на рисунке.
4. Назовите движение у станка, изображающее выведение ноги на носок.
5. Назовите движение, которое на русском языке звучит как - «бросок ноги на 45\*».
6. В переводе с французского - это «большой бросок», как называется это движение?
7. Какой музыкальный размер у танца «Вальс».
8. Как переводится с французского языка «ронд де жамб партер».
9. Что такое «Пор-де-бра»?
10. Подъем на полупальцы – это....?
11. Как звучит на французском приседание?
12. Allegro – это .....

### Диагностика мотивации воспитанников, потребности детей в общении

#### **1. С каким настроением Вы собираетесь на хореографические занятия?**

- С радостью, интересом, воодушевлением
- Настроение не имеет значения, это пригодится мне в будущем
- Настроения нет, вынужден идти туда, т.к. этого хотят мои родители
- Настроение появляется уже во время занятий

#### **2. Нравится ли Вам заниматься хореографическим искусством?**

- Нравится
- Не совсем
- К сожалению, не нравится, но приходится заниматься

#### **3. Как Вы думаете, поможет ли посещение хореографических занятий определиться Вам с выбором будущей профессии?**

- Да, поможет
- Может и нет, но мне нравится посещать объединение, заниматься любимым делом
- Не знаю, время покажет
- Нет

## Оценочный лист обучающегося Входная диагностика

Ф.И.О. \_\_\_\_\_ группа \_\_\_\_\_

Параметры оценки	Количество баллов	Уровень развития
«Моё тело»		
Выворотность ног		
Подъем стопы		
Танцевальный шаг		
Гибкость тела		
Прыжок		
Координация движений		
Музыкальный слух		
Эмоциональность		
Воображение		
Всего баллов		

Общий уровень развития: \_\_\_\_\_

Оценка уровня физических данных и творческого развития обучающихся

Высокий уровень – более 28 баллов

Средний уровень-18 – 27 баллов

Низкий уровень – до 17 баллов

## Входная диагностика

### Критерии оценки

Высокий уровень (по 3 балла за каждый критерий):

- четко знает названия всех частей тела (позвоночник, кисть, колено, локоть, стопа);
  - имеет природную выворотность ног;
  - подъем стопы податливо изгибается, образуя в профиль месяцеобразную форму;
  - танцевальный шаг выше 90 градусов;
  - корпус свободно наклоняется вперед, хорошая гибкость;
  - легкий, высокий прыжок с приземлением на полупальцы;
  - безошибочно выполняет упражнения на координацию; • безошибочно повторяет сложный ритмический рисунок;
  - без стеснения повторяет эмоции, может сказать, какому эмоциональному состоянию соответствует выражение мимики;
  - не вызывает затруднений выполнение задания «Расскажи без слов»: эмоционален, артистичен.
- Найденное решение соответствует поставленной задаче.

Средний уровень (2 балла):

- знает названия частей тела,
  - легко стоит в 1 полу выворотной позиции;
  - может натянуть стопу;
  - танцевальный шаг 70 – 80 градусов;
  - прыжок с приземлением на полупальцы;
  - выполняет упражнение на координацию со второй попытки;
  - безошибочно повторяет 4 ритмических рисунка;
  - повторяет эмоции, затруднение вызывает 1-2 эмоциональных состояний;
  - выполнение задания «Расскажи без слов» воспринимает сначала как трудное, но после подсказки педагога выдает творческий продукт, при этом эмоционален, артистичен.
- Низкий уровень (1 балл):

- не знает названия частей тела;
- не до конца выпрямляет («не выключает») колени в 1 полу выворотной позиции;
- слабая стопа;
- танцевальный шаг ниже 70 градусов;
- прыжок низкий с приземлением на всю стопу;
- выполняет упражнения на координацию после нескольких попыток;
- неуверенно повторяет ритмический рисунок, допускает ошибки.
- выполнение задания «Попробуй, повтори» вызывает затруднение, стеснительность;
- для выполнения задания «Расскажи без слов» требуется время для подготовки: мало эмоционален, конечным результатом становится прямая имитация ситуации.

## Диагностическая карта сформированности предметных компетенций

Модуль программы \_\_\_\_\_

Группа \_\_\_\_\_

Таблица 1

Параметры оценки	Фамилия обучающихся, баллы									
Общезнакомые компетенции										
Координация тела и пластичность движений										
Собранность, умение концентрировать свое внимание										
Танцевальный шаг										
Техника исполнения										
Гибкость										
Самостоятельность мышления, раскрытие творческого потенциала										
Знание истории хореографического искусства										
Танцевальная терминология и правила										
Эмоционально-художественная настроенность										
<b>Общий балл</b>										

1 балл — низкий уровень развития

2 баллы — средний уровень развития

3 балла — высокий уровень развития

**Общий уровень сформированности предметных компетенций:**

0-10 баллов — низкий уровень сформированности

11-20 баллов — средний уровень сформированности

21-30 баллов — высокий уровень сформированности

## Критерии оценивания предметных компетенций

Таблица 2

Баллы	Параметры оценки
<b>Общезакономерные компетенции</b>	
3	Музыкально исполняет движения, хорошо развито чувство ритма. Чутко реагирует на интонационные и темповые оттенки звучания. Двигаясь, ребенок правильно ощущает построение музыкальной фразы, схватывает характер счета, легко справляется с ритмическими заданиями. Безошибочно вступает на нужной доле такта. Движения гармонично сливаются с музыкой. Танцует красиво, ритмично.
2	Достаточно музыкально и ритмично исполняет движения. Двигаясь, ощущает построение музыкальной фразы, схватывает характер счета в ритмических упражнениях, неплохо справляется с отсчетом ритма. Несколько неуверенно исполняет движения при темповом изменении в музыке - торопится или наоборот опаздывает. Движения не всегда совпадают с музыкой. «Заторможенность» реакции на музыку мешает вовремя вступить на нужной доле музыкального такта.
1	Слабо владеет музыкально - ритмическими навыками. Не чувствителен к ритму, темпу, фразировке мелодий. Движения неуверенны, часто «в разрез» с музыкой. Не умеет самостоятельно вступить на нужной доле музыкального такта.
<b>Координация тела и пластичность движений</b>	
3	Хорошо развита координация тела и движений. При выполнении танцевальных движений корпус держит прямо, шаг четкий, движения пластичные. Свободно справляется со сложно координированными движениями. Все движения выполняет уверенно, красиво.
2	Достаточно правильно координирует свои движения. Умеет точно и уверенно выполнять простые движения. В более сложных комбинациях не всегда справляется с координированием движений. Выполняет движения не совсем красиво, корпус не подтянутый. Пластичность движений выполняется слабо.
1	Низкий: не умеет координировать свои движения. Не владеет принципом «продвижения». Корпус наклоняет вперед, шаг неуверенный, не четкий. Движения «грубые», не пластичные.
<b>Собранность, умение концентрировать свое внимание</b>	
3	Предельно собранный и внимательный. Точно и музыкально выполняет движения, уверенно справляется более сложным заданием. Владеет умением концентрировать свое внимание.
2	Может быть собранным и внимательным. Движения выполняет правильно, согласно своему счету. Недостаточно владеет умением сосредоточиться, часто отвлекается. При выполнении движений допускает ошибки.

1	Несобранный, внимание рассеянное. Редко справляется с выполнением задания самостоятельно. Невладеет умением концентрировать свое внимание. С помощью педагога может справиться.
<b>Танцевальный шаг</b> (способность поднятия работающей ноги на определенную высоту, которая измеряется в градусах)	
3	выше 90 ° (нога легко поднимается)
2	90° (нога поднимается «тяжело», не выше 90о)
1	ниже 90° (мышцы ноги не обладают достаточной эластичностью)
<b>Техника исполнения</b>	
3	Свободно владеет пластикой и динамикой движений, полное и правильное исполнение упражнений.
2	Скоординированность движений, допускаются несущественные ошибки при исполнении упражнений.
1	Несогласованность в движениях, упражнения выполняются с ошибками в исполнительском плане и последовательности элементов.
<b>Гибкость</b>	
3	Полная складка вперед к ногам в положении стоя и лежа. Методически грамотное выполнение перегибаназад.

2	Частичная складка вперед к ногам в положении стоя и лежа или неточное выполнение перегиба назад.
1	Не складывается к ногам в положениях лежа и стоя или неправильное выполнение перегиба назад.
<b>Самостоятельность мышления, раскрытие творческого потенциала</b>	
3	Умеет воплощать свои идеи через художественные образы.
2	Умеет составлять танцевальные этюды.
1	Умеет составлять танцевальные комбинации.
<b>Знание истории хореографического искусства</b>	
3	Знает основные этапы развития хореографического искусства. Легко отвечает на поставленные(дополнительные) вопросы.
2	Знает основные этапы развития хореографического искусства.
1	Поверхностно владеет информацией.
<b>Танцевальная терминология и правила</b>	
3	Может дать определение танцевальным элементам и пояснить технику их выполнения.
2	Может дать определения танцевальным элементам, допускаются некоторые неточности в пояснении техники их выполнения.
1	Может дать определения танцевальным элементам, но затрудняется пояснить технику их выполнения.
<b>Эмоционально-художественная настроенность</b>	
3	Распознает и оценивает разные эмоциональные состояния свои и других людей по жестам, мимике, речи, интонации. Проявляет произвольную активность в выражении эмоций. Развита эмоциональная выразительность мимики, жестов, речи, голоса. Высокий уровень включенности в художественный образ. Не насыщаемая потребность в восприятии и исполнении произведений искусств.
2	Распознает разные эмоциональные состояния свои и других людей. Выражает свое эмоциональное состояние при помощи мимики, жестов, речи, голоса, включаясь в художественный образ. Есть устойчивая потребность в восприятии и исполнении произведений искусств.
1	Замечает разные эмоциональные состояния. Пытается выразить эмоциональное состояние, не проникая в художественный образ. Есть потребность воспринимать или исполнять произведения искусства, но не всегда.

## Диагностическая карта сформированности коммуникативных компетенций

Модуль программы \_\_\_\_\_

Группа \_\_\_\_\_

Таблица 3

Параметры оценки	Фамилия обучающихся, баллы									
Изложение собственных мыслей										
Способность отвечать на вопросы										
Способность задавать вопросы										
Способность аргументированно отстаивать собственную позицию										
Способность гибко (разумно и осознанно) менять собственную позицию										
Способность подчиниться решению группы для успеха общего дела										
Соблюдение социальной дистанции в ходе общения (способность учитывать статус собеседника и особенности ситуации общения)										
<b>Общий балл</b>										

1 балл — низкий уровень развития

2 баллы — средний уровень развития

3 балла — высокий уровень развития

**Общий уровень сформированности коммуникативных компетенций:**

0-10 баллов — низкий уровень сформированности

11-20 баллов — средний уровень сформированности

21-30 баллов — высокий уровень сформированности

## Критерии оценивания коммуникативных компетенций

(по методике Н.Ф. Кругловой)

Таблица 4

Баллы	Параметры оценки
<b>Изложение собственных мыслей</b>	
3	Может самостоятельно донести свою мысль до других.
2	Может донести свою мысль до других только с помощью наводящих вопросов.
1	Не может донести свою мысль до других даже с помощью наводящих вопросов.
<b>Способность отвечать на вопросы</b>	
3	Обычно отвечает, давая развернутый ответ. Как правило, при ответе испытывает затруднения из-за волнения
2	Обычно отвечает, давая краткий (неполный) ответ. Как правило, при ответе испытывает затруднения из-за ограниченности словаря.
1	Практически не может самостоятельно отвечать на вопросы.
<b>Способность задавать вопросы</b>	
3	Обычно самостоятельно формулирует корректные вопросы.
2	Формулировки вопросов не всегда понятны собеседнику и требуют уточнений.
1	Практически не может формулировать вопросы, понятные.
<b>Способность аргументированно отстаивать собственную позицию</b>	
3	Обычно отстаивает свою позицию аргументированно.
2	Не всегда аргументированно отстаивает свою позицию.
1	Как правило, не может аргументированно отстаивать свою позицию.
<b>Способность гибко (разумно и осознанно) менять собственную позицию</b>	
3	Обычно может гибко (разумно и осознанно) менять свою позицию в случае необходимости.

2	Не всегда может в случае необходимости гибко (разумно и осознанно) менять свою позицию.
1	Как правило, не может гибко (разумно и осознанно) менять свою позицию, даже если понимает необходимость этого шага.
<b>Способность подчиниться решению группы для успеха общего дела</b>	
3	Обычно может подчиниться решению группы.
2	Не всегда может подчиниться решению группы.
1	Как правило, не подчиняется решению группы.
<b>Соблюдение социальной дистанции в ходе общения (способность учитывать статус собеседника и особенности ситуации общения)</b>	
3	Обычно удерживает социальную дистанцию в ходе общения.
2	Не всегда удерживает социальную дистанцию в ходе общения.
1	Как правило, игнорирует социальную дистанцию в ходе общения.

## Диагностическая карта сформированности познавательных компетенций

Модуль программы \_\_\_\_\_

Группа \_\_\_\_\_

Таблица 5

Параметры оценки	Фамилия обучающихся, баллы									
Восприятие устной информации										
Восприятие письменной инструкции										
Результативность интеллектуальной деятельности										
Самооценка результата работы										
Соответствие статуса учащегося требованиям программы обучения										
<b>Общий балл</b>										

1 балл — низкий уровень развития

2 баллы — средний уровень развития

3 балла — высокий уровень развития

**Общий уровень сформированности познавательных компетенций:**

0-10 баллов — низкий уровень сформированности

11-20 баллов — средний уровень сформированности

21-30 баллов — высокий уровень сформированности

## Критерии оценивания познавательных компетенций

Таблица 6

Баллы	Параметры оценки
<b>Восприятие устной информации</b>	
3	с первого предъявления
2	нуждается в дополнительных разъяснениях
1	не воспринимает устную инструкцию, нуждается в пошаговом предъявлении с пошаговым контролем усвоения
<b>Восприятие письменной инструкции</b>	
3	самостоятельно
2	нуждается в разъяснениях
1	не воспринимает письменную инструкцию, нуждается в пошаговом предъявлении с пошаговым контролем усвоения
<b>Результативность интеллектуальной деятельности</b>	
3	успешно (рационально, эффективно) воспроизводит предложенный педагогом алгоритм оригинальным творческим способом, способен дать развернутый ответ и аргументировать свое решение
2	нерациональным («длинным») путем, способен дать правильный ответ, но не может его обосновать, приходится «вытягивать» ответы
1	путем подгонки под ответ («методом тыка»), необходимость отвечать, как правило, вызывает серьезные затруднения
<b>Самооценка результата работы</b>	
3	способен дать объективную оценку результату своей работы, так как понимает суть допущенных ошибок
2	не всегда может дать объективную оценку своей работе, хотя, как правило, видит допущенные ошибки
1	не может объективно оценить свою работу, так как не понимает, что допустил ошибки

**Соответствие статуса учащегося требованиям программы обучения**

3	способен усвоить программу по вашему предмету в нормативные сроки
2	для освоения программы требуется система дополнительных занятий
1	освоение программы по различным причинам затруднено

## Диагностическая карта сформированности регулятивных компетенций

Модуль программы \_\_\_\_\_

Группа \_\_\_\_\_

Таблица 7

Параметры оценки	Фамилия обучающихся, баллы									
Планирование действий										
Вопросы, уточняющие задание										
Выполняя задание										
Завершая задание										
Закончив работу										
Помощь в работе										
<b>Общий балл</b>										

1 балл — низкий уровень развития

2 баллы — средний уровень развития

3 балла — высокий уровень развития

**Общий уровень сформированности регулятивных компетенций:**

0-10 баллов — низкий уровень сформированности

11-20 баллов — средний уровень сформированности

21-30 баллов — высокий уровень сформированности

## Критерии оценивания регулятивных компетенций

Таблица 8

Баллы	Параметры оценки
<b>Планирование действий</b>	
3	Планирует работу до ее начала
2	Планирует действия в ходе работы
1	Вообще не составляет плана
<b>Вопросы, уточняющие задание</b>	
3	Не нуждается в дополнительных пояснениях
2	Задаёт до начала работы или в ходе работы
1	Не задаёт, хотя и нуждается в пояснениях
<b>Выполняя задание</b>	
3	Точно придерживается плана или отступает от плана в деталях, сохраняя общую последовательность действий
2	Начинает работать по плану, но в ходе работы грубо нарушает порядок действий
1	Работает хаотично, без плана
<b>Завершая задание</b>	
3	Обязательно добивается запланированного результата. Проверяет ее результаты, находит и исправляет ошибки.
2	Не доводит работу до окончательного результата. Результат не проверяет, так как всегда убежден в его правильности.
1	Результат не проверяет и ошибок «не видит». Довольствуется ошибочным результатом.
<b>Помощь в работе</b>	
3	Не нуждается или нуждается и принимает.
2	Нуждается, но не умеет пользоваться.
1	Нуждается, но не обращается.

