

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ № 29»**

300016, г.Тула, ул.Металлургов д.2  
тел./факс. 40-71-70, e-mail: [tula-co29@tularegion.org](mailto:tula-co29@tularegion.org)


Принято

на педагогическом совете

протокол № 1 от 28.08.2020

Утверждаю

Директор МБОУ ЦО № 29

  
Н.В.Федина

приказ № 21-в/п от 31.08.2020

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**  
« Танцевальная студия «Драйв» »

5-6 классы  
2 часов

Составитель:

Куряшова О.И.

г. Тула, 20 20

## **Пояснительная записка**

Данная рабочая программа по дополнительному образованию разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам утв. приказом Минобрнауки России от 30.08.2013 № 1015;
- Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, утв. приказом Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897;
- Уставом МБОУ ЦО № 29;

Танцевальная студия "Драйв" способствует гармоничному развитию детей, учит их красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивает физическую силу, выносливость, ловкость и смелость.

Посредством знакомства школьников 5-6 классов с искусством хореографии можно осуществить как эстетическое, так и физическое воспитание детей, развить у них художественный вкус, воспитать благородство манер, а танцевальные упражнения и движения укрепляют мышцы тела вырабатывают правильную осанку развивают ловкость, пластику и координацию движения.

Проведение занятий и постановочная работа строится с учётом возможностей обучающихся, руководствуясь целью воспитания гармоничного развития личности ребёнка. Программа сочетает тренировочные упражнения и танцевальные движения классического, народно танца, что способствует развитию танцевальных движений обучающихся. Теоретические сведения по музыкальной грамоте даются непосредственно в процессе занятия и в ходе работы над постановками. Постановочная и репетиционная работа пронизывает весь учебно-воспитательный процесс и имеет целью идейно-эстетическое воспитание и развитие творческих и актёрских способностей, углубление понимания содержательности танцевального образа. Одной из задач является исправление дефектов осанки, если они обнаружены. Эстетическое воспитание раскрывает детям красоту и логику простейшего движения вообще и танцевальных движений в частности. Привычка соотносить двигательные ощущения с музыкой приводит к осознанию и дифференциации мышечных групп.

Данная программа имеет художественное направление. Она предназначена для классов старших школьников, которые обучаются на базе Центра. Срок

реализации программы – 2 года. Возраст детей 11-13 лет. Занятия проводятся 2 раза в неделю. На одном занятии присутствует 8-15 человек. Приём детей проходит без специального отбора. Единственное условие - медицинская справка об общем состоянии ребёнка.

Программа ориентирована на работу с детьми независимо от наличия у них специальных физических данных, хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца с целью укрепления здоровья, развития музыкальных и творческих способностей, нравственно-коммуникативных качеств личности. Программа предполагает освоение азов ритмики, азбуки классического танца, изучение танцевальных элементов, исполнение детских и народных танцев, воспитание способности к танцевально-музыкальной импровизации. В программу включены упражнения и движения классического и народного танцев, доступные детям 11-13летнего возраста. Данные упражнения обеспечивают формирование осанки обучающихся, правильную постановку корпуса, ног, рук, головы, развивают физические данные, координацию движений, тренируют дыхание, воспитывают эмоции, вырабатывают навык ориентации в пространстве.

*Занятия хореографией направлены на развитие:*

- чувства ритма, музыкального слуха и вкуса;
- умения правильно и красиво двигаться;
- укрепления различных групп мышц, формирование правильной осанки;
- умения чувствовать и передавать характер музыки.

### **Общие цели и задачи программы.**

#### **Цели программы:**

- обучить детей основам хореографии;
- создание условий, способствующих раскрытию природных задатков;
- формирование основ до профессиональной подготовки ребенка;
- воспитание коллектива единомышленников;
- формирование у детей знаний, умений и навыков на основе овладения и усвоения программного материала;
- воспитание нравственно-эстетических чувств;
- формирование навыков выполнения танцевальных упражнений.
- приобщение детей к миру танца, познание ими основ танцевальной культуры

#### **Задачи программы:**

*Обучающие:*

- изучение основ танцевальной культуры;
- изучение основных хореографических терминов;
- умение воплотить в первых исполняемых танцах содержание и характер музыки через движения;
- укрепление общефизического состояния, корректировка недостатков осанки;
- формирование навыков творческой деятельности;

#### *Развивающие:*

- приобщение ребят к миру прекрасного, к миру танцевальной культуры;
- развитие творческой инициативы и способности к самовыражению в танце;
- развитие чувства ритма, музыкальности, координации детей;
- развитие музыкально-двигательной памяти;
- развить мышечное чувство осанки и стопы;

#### *Воспитательные*

- воспитывать музыкальный вкус и любовь к искусству танца;
- создать крепкий и дружный коллектив;
- развитие трудолюбия, самодисциплины, терпения, организованности;
- формирование художественного вкуса;
- профилактика и сохранение здоровья в процессе обучения.

#### *Эстетические*

- приобщать детей к культуре танца;
- формировать навыки художественного исполнения различных образов при исполнении танцев.

#### *Мотивационные*

- укреплять здоровье;
- содействовать гармоническому физическому развитию и закаливанию организма;
- воспитывать восприимчивость, любовь, интерес к музыке, танцам;
- воспитывать в детях доброжелательное отношение к окружающим,
- развивать эмоционально-активное восприятие;
- стимулировать проявление активности и самостоятельности.

### **Организация образовательного процесса.**

Основная форма образовательной работы с детьми: музыкально-тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка. Занятия включают чередование различных видов деятельности: музыкально-ритмические

упражнения и игры, слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения, творческие задания. Программой предусмотрены занятия теоретическими дисциплинами: муз. грамота, беседы о хореографическом искусстве. Организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решений. Беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития детей. На начальном этапе беседы краткие. С детьми проводятся беседы — диалоги, обсуждения, которые помогают развитию способности логически мыслить. На этих занятиях дети получают информацию о хореографическом искусстве, его истории развития и традициях.

### **Принципы обучения.**

Процесс обучения в курсе хореографии в основном построен на реализацию дидактических принципов.

*Принципы сознательности и активности* предусматривает сознательность в отношении занятий, формирование интереса в овладении танцевальными движениями и осмысленного отношения к ним, воспитание способности к самооценке своих действий и к соответствующему их анализу.

*Принцип наглядности* помогает создать представление о темпе, ритме, амплитуде движений; повышает интерес к более глубокому и прочному усвоению танцевальных движений.

*Принцип доступности* требует постановки перед учащимися задач, соответствующих их силам, постепенного повышения трудности осваиваемого учебного материала по дидактическому правилу: от известного к неизвестному, от легкого к трудному, от простого к сложному.

*Принцип систематичности* предусматривает непрерывность процесса формирования танцевальных навыков, чередование работы и отдыха для поддержания работоспособности и активности учащихся, определенную последовательность решения танцевально-творческих заданий.

*Принцип гуманности* в воспитательной работе выражает:

- безусловную веру в доброе начало, заложенное в природе каждого ребенка, отсутствие давления на волю ребенка;
- глубокое знание и понимание физических, эмоциональных и интеллектуальных потребностей детей;
- создание условий для максимального раскрытия индивидуальности каждого ребенка, его самореализации и самоутверждения;

*Принцип демократизма* основывается на признании равных прав и обязанностей взрослых и ребенка, на создании эмоционально-комфортного климата в социальной среде.

## **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного курса**

**Личностными результатами** изучения учебного курса являются:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения, доброжелательности взаимопомощи;
- проявление положительных качеств личности и управления своими эмоциями в различных ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбия, и упорства в достижении поставленных целей;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов;
- реализация творческого потенциала в процессе коллективного (или индивидуального) исполнения танцевальных образов;

**Метапредметными результатами** изучения курса являются:

- организация самостоятельной деятельности с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организация места занятий;
- видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях;
- сравнение, анализ, обобщение, нахождение ассоциативных связей между произведениями разных видов искусства;
- работа с разными источниками информации, стремление к самостоятельному общению с искусством.

**Предметными результатами** являются:

- устойчивый интерес к хореографии, к художественным традициям своего народа, к различным видам музыкально-творческой деятельности, понимание значения танца в жизни человека;
- освоение танцевальных направлений как духовного опыта поколений;
- знание основных закономерностей хореографического искусства, умения и навыки в различных видах учебно-творческой деятельности;
- объяснение в доступной форме правил выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их.

### Тематический план первого года обучения

№	Тема	Всего	Теория	Практика	Формы контроля
1	<b>Вводное занятие</b>	1ч	1ч	-	-
2	<b>Ритмика. Элементы музыкальной грамоты</b> <i>Ходьба</i> - по диагонали - перестроение (звёздочка, змейка) - приставной шаг с хлопком -приподание с поворотом - верёвочка	15ч	1ч	14ч	Тест на ориентировку в пространстве
	<i>Бег</i> - по диагонали - по кругу - с захлёстыванием голени назад на месте и с продвижением (по прямой, диагонали, кругу, парами)				Тест на ориентировку в пространстве
	<i>Прыжки</i> - подбивка - подскоки и поскоки (на месте и в разных направлениях) - верёвочка - с поворотом на каблук - выбрасывая ноги попеременно вправо-влево, вперёд-назад				Тест на координацию
3	<b>Танцевальная азбука</b> - положение рук в парах (для поворота, для ходьбы по кругу) -позиции рук и ног классического танца	21ч	2ч	19ч	Викторина на знание позиций рук и ног

	<ul style="list-style-type: none"> <li>-позиции рук и ног народного танца</li> <li>- понятие о современном танце</li> <li>- танцевальные шаги</li> <li>- ритмические движения</li> <li>-положения стопы, бедра, колен</li> </ul>				
<b>4</b>	<p><b>Постановочная и репетиционная работа</b>  <i>Подготовка к праздникам День учителя, Новый год, 8 марта</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разучивание движений</li> <li>- повторение движений</li> <li>- разучивание этюдов</li> <li>- соединение движений</li> <li>- закрепление движений</li> <li>- повторение движений</li> </ul>	14ч	2ч	12ч	Концертные номера
<b>6</b>	<p><b>Танец</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-дробная дорожка с продвижением вперёд;</li> <li>- дорожка с поворотом</li> <li>- танцевальные комбинации с дробями</li> <li>- дробь на месте</li> <li>- положения рук в групповых танцах в фигурах</li> <li>- элементы хореографии</li> </ul>	19ч	3ч	16ч	Срез на знание терминов
<b>7</b>	<p><b>Импровизация. Творческая деятельность</b></p>	4ч	-	4ч	Составить танцевальную комбинацию с использованием выученных движений
	<b>Итого</b>	74ч			



## **Содержание первого года обучения**

В основе пятого года обучения закрепление основных видов движения, ходьба, бег, поскоки, растяжки, прыжки. И разучивания более сложных элементов. Привлечение детей к самостоятельным практическим решениям. Просмотр видеоматериалов, анализ и сравнение а изменении исполнения танцев, их совершенствование. Ознакомление и изучение танцевальных движений в парах. Овладение учащимися основными элементами танцев, стилем и манерой исполнения. Работа над качеством исполнения танцевальных движений.

### **1. Вводное занятие**

*Теория*

- комплектование групп, знакомство;
- значение занятий хореографией для здоровья;
- правила поведения, форма, сведения о режиме дня, личной гигиене;

### **2. Ритмика. Элементы музыкальной грамоты**

*Теория*

Повторение музыкальных размеров. размеров, слабой и сильной доли, перестроения, направления и т.д.

*Практика*

#### **I. Разминка**

- шаг с носка с сильным оттягиванием подъема с натянутыми коленями;
- шаг на высоких полупальцах;
- ходьба по диагонали;
- подскоки с акцентом наверх;
- бег с захлестыванием голени назад;
- бег с высоким подниманием колена вперед.

Упражнения выполняются проходным способом. Исполнение ритмического рисунка хлопками, шагами, бегом, прыжками. Используются игры на развитие внимания, выработки осанки.

### **3. Танцевальная азбука**

*Элементы классического танца*

*Теория*

Правила исполнения следующих движений: demiplie по I, II, III позициям, battementtendu и с I позиции и III, demironddegambeparterre , первое pordebras.

*Практика*

- позиции ног I, II, III, VI;
- demiplie по I, II, III, V, VI позициям;
- battementtendu из I позиции в сторону, вперед, назад;
- battementtendu из III позиции в сторону, вперед, назад;

- demi rond de gambe par terre на четверть;
- releve на полупальцах по I, II, III, VI позициям;
- battement relevent в сторону и вперед, на 25 градусов из I позиции.

*На середине:*

- I, II, III позиции рук, подготовительное положение;
- прыжки по VI позиции.

### ***Элементы народного танца***

*Теория*

Объяснение правил исполнения новых разучиваемых движений

*Практика*

- приседания (плавно и резко);
- упражнения на выстукивании;
- подготовка к веревочке, «веревочка».

*На середине:*

- различные portdebras;
- различные виды веревочки;
- вращения;

### ***Азбука музыкального движения***

*Теория*

Повторение и закрепление правил исполнения ранее проученных движений.

*Практика*

#### **I. Разминка по кругу**

- различные виды ходов (марш, полупальцы, высокое поднимание бедра, пятки, приставные шаги и т.д.);
- различные виды прыжков в сочетании с подскоками, бегом, с хлопками;
- различные виды бега;

#### **II. Партерная гимнастика**

- фиксация основного положения корпуса сидя на полу;
- упражнения для подвижности и эластичности голеностопных суставов;
- упражнения для укрепления мышц спины («Котик», «Часики», «Лодочка» и т.д.);
- упражнения для развития выворотности тазобедренного сустава («Птички», «Снежинка»);
- упражнения развивающие гибкость («Рыбка», «Колечко», «Свечка», «Горка» и т.д.);
- упражнения для укрепления брюшного пресса («Книжка», «Велосипед», «Лестница» и т.д.);
- упражнения для растягивания мышц ног.

#### **4. Постановочная и репетиционная работа**

### *Теория*

Разучивание движений, и составление танцевальных композиций для выступления на праздниках (День учителя, Новый год, 8 марта)

### *Практика*

- разучивание движений;
- повторение движений;
- соединение движений;
- повторение движений;
- закрепление движений;
- выступление на праздниках;

## **5. Танец**

### *Теория*

Ознакомление детей с дробями. Ознакомление детей с положением рук, ног, корпуса, головы в классическом и народном танцах.

### *Практика*

- дробная дорожка с продвижением вперёд
- дробная дорожка в повороте
- танцевальные комбинации с дробями
- положение рук в парах (для поворота, для ходьбы по кругу);
- позиции рук и ног классического танца;
- позиции рук и ног народного танца как в парах, так и в массовых исполнениях;

## **6. Импровизация. Творческая деятельность**

### *Теория*

Дается основное и элементарное понятие – импровизация. Самостоятельное создание художественного образа в танце детьми

### *Практика*

Танцы: передача образа

### Тематический план второго года обучения

№	Тема	Всего	Теория	Практика	Формы контроля
1	<b>Вводное занятие</b>	1ч	1ч	-	-
2	<b>Ритмика. Элементы музыкальной грамоты</b> -ходьба и бег по диагонали, парами - приставной шаг с хлопком (вперёд-назад, вправо-влево) - верёвочка -поскоки, подскоки - бег по кругу -прыжки выбрасывая ноги попеременно вправо-влево, вперёд-назад	16ч	-	16ч	Тест на ориентировку в пространстве
3	<b>Танцевальная азбука</b> -элементы классического и народного танцев - элементы современного танца - постановка корпуса - позиции рук и ног -танцевальные шаги -поклон, перестроение - положение стопы	23ч	2ч	21ч	Викторина на знание позиций рук и ног
4	<b>Танец</b> - танцевальные комбинации с дробями - дробная дорожка - дробь на месте - положения рук в групповых танцах в фигурах - элементы хореографии - музыкально-ритмические упражнения	16ч	3ч	13ч	Срез на знание терминов
5	<b>Постановочная и</b>	14ч	2ч	12ч	Концертные

	<b>репетиционная работа</b> <i>Подготовка к праздникам</i> <i>День учителя, Новый год, 8 марта</i> - разучивание движений - повторение движений - разучивание этюдов - соединение движений - закрепление движений - повторение движений				номера
<b>6</b>	<b>Импровизация.</b> <b>Творческая деятельность</b>	4ч	-	4ч	Творческие игры на воображение и фантазию
	<b>Итого</b>	74ч			

### Содержание второго года обучения

#### **1. Вводное занятие**

##### *Теория*

- значение занятий хореографией для здоровья;
- правила поведения, форма, сведения о режиме дня, личной гигиене;

#### **2. Ритмика. Элементы музыкальной грамоты**

##### *Теория*

Повторение музыкальных размеров. размеров, слабой и сильной доли, перестроения, направления и т.д.

##### *Практика*

#### **I. Разминка**

- шаг с носка с сильным оттягиванием подъема с натянутыми коленями;
- шаг на высоких полупальцах;
- ходьба по диагонали;
- подскоки с акцентом наверх;

#### **3. Танцевальная азбука**

##### ***Элементы классического танца***

##### *Теория*

Правила исполнения следующих движений: demiplie по I, II, III позициям, battmentendu и с I позиции и III, demironddegambeparterre, первое pordebras.

##### *Практика*

- позиции ног I, II, III, VI;
- demiplie по I, II, III, V, VI позициям;

- battementtendu из I позиции в сторону, вперед, назад;
- battementtendu из III позиции в сторону, вперед, назад;
- demi rond de gambe par terre на четверть;
- releve на полупальцах по I, II, III, VI позициям;
- battementrelevelent в сторону и вперед, на 25 градусов из I позиции.

*На середине:*

- I, II, III позиции рук, подготовительное положение;
- прыжки по VI позиции.

### ***Элементы народного танца***

*Теория*

Объяснение правил исполнения новых разучиваемых движений

*Практика*

- приседания (плавно и резко);
- упражнения на выстукивании;
- подготовка к веревочке, «веревочка».

*На середине:*

- различные portdebras;
- различные виды веревочки;
- вращения;

### ***Элементы современного танца***

*Теория*

Понятие о современном танце. Объяснение правил исполнения новых разучиваемых движений.

*Практика*

- позиции ног
- позиции рук
- позиции корпуса
- позиции головы
- различные виды шагов, прыжков
- наклоны

### ***Азбука музыкального движения***

*Теория*

Повторение и закрепление правил исполнения ранее проученных движений.

*Практика*

#### **I. Разминка по кругу**

- различные виды ходов (марш, полупальцы, высокое поднятие бедра, пятки, приставные шаги и т.д.);
- различные виды прыжков в сочетании с подскоками, бегом, с хлопками;
- различные виды бега;

## II. Партерная гимнастика

- фиксация основного положения корпуса сидя на полу;
- упражнения для подвижности и эластичности голеностопных суставов;
- упражнения для укрепления мышц спины («Котик», «Часики», «Лодочка» и т.д.);
- упражнения для развития выворотности тазобедренного сустава («Птички», «Снежинка»);
- упражнения развивающие гибкость («Рыбка», «Колечко», «Свечка», «Горка» и т.д.);
- упражнения для укрепления брюшного пресса («Книжка», «Велосипед», «Лестница» и т.д.);
- упражнения для растягивания мышц ног.

## 4. Танец

### *Теория*

Ознакомление детей с дробями. Ознакомление детей с положением рук, ног, корпуса, головы в классическом и народном танцах.

### *Практика*

- дробная дорожка с продвижением вперед
- дробная дорожка в повороте
- танцевальные комбинации с дробями
- положение рук в парах (для поворота, для ходьбы по кругу);
- позиции рук и ног классического танца;
- позиции рук и ног народного танца как в парах, так и в массовых исполнениях;

## 5. Постановочная и репетиционная работа

### *Теория*

Разучивание движений, и составление танцевальных композиций для выступления на праздниках (День учителя, Новый год, 8 марта)

### *Практика*

- разучивание движений;
- повторение движений;
- соединение движений;
- повторение движений;
- закрепление движений;
- выступление на праздниках;

## 6. Импровизация. Творческая деятельность

*Теория* Объяснение - самостоятельное создание художественного образа в танце детьми

*Практика* Танцы: передача образа

## Календарно-тематическое планирование

(первый год обучения)

№	Дата	Раздел	Кол-во часов	Содержание
1		<i>Вводное занятие. Правила техники безопасности.</i>	1ч	Наше здоровье и техника безопасности
2		<i>Ритмика, элементы музыкальной грамоты</i>	15ч	Повторение и разучивание новых видов ходьбы, бега
				Повторение и разучивание новых видов ходьбы, бега
				Поскоки, подскоки
				Поскоки, подскоки
				Боковой галоп
				Ориентация в пространстве
				Ориентация в пространстве
				Фигурное построение и перестроение
				Фигурное построение и перестроение
				Согласованность движений рук и корпуса
				Постановка корпуса
				Постановка корпуса
				Развитие темпа и ритма
				Развитие темпа и ритма
				Развитие темпа и ритма
3		<i>Танцевальная азбука</i>	21ч	Разновидность музыкального ритма и темпа
				Постановка корпуса в классическом танце
				Позиции руки ног в классическом танце
				Разучивание классических элементов
				Музыкально-ритмические упражнения в разном темпе
				Постановка корпуса в народном танце
				Позиции рук и ног в народном танце
				Поклон в народном танце
				Поклон в классическом танце
				Перестроения
				Постановка корпуса в современном



				танце
				Постановка рук и ног в современном танце
				Разучивание движений современного танца
				Шахматный порядок, линия танца
				Знать положения стопы, колена, бедра - открытое, закрытые
				Микс шагов
				Ритмические движения в характере и темпе музыки
				Виды танцевальных композиций в парах
				Разновидность музыкального ритма и темпа
				Освоить технику исполнения упражнений в более быстром темпе
				Анализ правильности упражнения
<b>4</b>		<i>Импровизация Творческая деятельность</i>	4ч	Импровизация на заданную музыкальную композицию
				Импровизация на заданную музыкальную композицию
				Придумать связку на заданную музыкальную композицию
				Придумать связку на заданную музыкальную композицию
<b>5</b>		<i>Танец</i>	19ч	Повторение и закрепление ранее выученных элементов
				Сочетание движений с работой рук
				Сочетание движений с поворотами
				Танцевальные упражнения и элементы хореографии
				Танцевальные связки
				Элементы народного танца
				Элементы классического танца
				Элементы современного танца
				Повороты на одной ноге
				Повороты на двух ногах
				Повороты в прыжке

				Пристанные шаги в сочетании с изученными техниками поворотов.
				Музыкально-ритмические упражнения
				Положение рук в групповых танцах в фигурах: звездочка, круг, карусель, корзиночка, цепочка
				Простой шаг с продвижением вперед и назад.
				Переменный шаг с продвижением вперед и назад
				Притопы дробы
				Дробы
				Ритмический рисунок в различном темпе
<b>6</b>		<i>Постановочная работа</i>	14ч	Разучивание танцевальных движений
				Разучивание танцевальных движений
				Разучивание народных связок
				Разучивание классических связок
				Разучивание современных связок
				Соединение народных и современных связок
				Отработка танцевальных движений
				Отработка танцевальных движений
				Соединение классических и современных связок
				Отработка поставленных танцевальных композиций
				Музыкально-ритмические упражнения
				Отработка под счёт
				Закрепление выученных связок
				Оценивать правильность выполнения

### **Ожидаемые результаты:**

#### *1. Ритмика, элементы музыкальной грамоты:*

- отмечать в движении сильную долю такта;
- уметь правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носка;

- чувствовать характер музыки и передавать его с концом музыкального произведения;
- уметь самостоятельно ускорять и замедлять темп движений;
- отмечать в движении музыкальные фразы, акценты; несложный ритмический рисунок;
- выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами;
- иметь навыки актёрской выразительности;
- распознать характер танцевальной музыки;
- иметь понятия об основных танцевальных жанрах: полька, вальс, пляска, диско;
- исполнять движения в характере музыки — четко, сильно, медленно, плавно;
- знать темповые обозначения, слышать темпы применительно к движениям;
- уметь отсчитывать такты, определять на слух музыкальные размеры;
- различать особенности танцевальной музыки: марш, вальс, полька, пляска, хоровод и т. д.;
- уметь анализировать музыку разученных танцев;
- слышать и понимать значение вступительных и заключительных аккордов в упражнении.

## *2. Танцевальная азбука:*

- знать позиции ног и рук классического, народного и современного танцев;
- усвоить правила постановки корпуса;
- уметь исполнять основные упражнения на середине зала;
- знать танцевальные термины: выворотность, координация, название упражнений;
- знать и уметь исполнять танцевальные движения: танцевальный шаг, переменный шаг, боковой шаг, галоп, подскоки, припадания, шаг с притопом, па польки, элементы русского танца (основные движения, ходы): ковырялочка, моталочка, молоточек, маятник;
- освоить технику исполненных упражнений в более быстром темпе;
- иметь навык выворотного положения ног, устойчивости, координации движений;
- знать положения стопы, колена, бедра — открытое, закрытое;
- уметь исполнять основные движения русского танца (хороводный шаг).

## *3. Творческая деятельность:*

- раскрытие творческих способностей;

- развитие организованности и самостоятельности;
- иметь представления о народных танцах.

**Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:** отчётный концерт в конце года в образовательном учреждении, показательные выступления перед родителями, выступление на праздничных концертах в образовательном учреждении.

## Календарно-тематическое планирование

(второй год обучения)

№	Дата	Раздел	Кол-во часов	Содержание
1		<i>Вводное занятие. Правила техники безопасности.</i>	1ч	Наше здоровье и техника безопасности
2		<i>Ритмика, элементы музыкальной грамоты</i>	16ч	Повторение и разучивание новых видов ходьбы, бега
				Повторение и разучивание новых видов ходьбы, бега
				Поскоки, подскоки, боковой галоп
				Поскоки, подскоки, боковой галоп
				Повторение и разучивание новых народных элементов
				Повторение и разучивание новых народных элементов
				Повторение и разучивание новых классических элементов
				Повторение и разучивание новых классических элементов
				Фигурное построение и перестроение
				Фигурное построение и перестроение
				Фигурное построение и перестроение
				Постановка корпуса
				Ориентация в пространстве
				Ориентация в пространстве
				Ориентация в пространстве
				Ориентация в пространстве
3		<i>Танцевальная азбука</i>	23ч	Разновидность музыкального ритма и темпа
				Постановка корпуса в классическом танце
				Постановка рук в классическом танце
				Постановка ног в классическом танце
				Разучивание классических элементов
				Музыкально-ритмические упражнения в разном темпе
				Постановка корпуса в народном танце

				Постановка рук в народном танце
				Постановка ног в народном танце
				Поклон в народном танце
				Поклон в классическом танце
				Сочетание движений с работой рук
				Постановка корпуса в современ. танце
				Постановка рук в современ. танце
				Постановка ног в современ. танце
				Перестроения
				Шахматный порядок, линия танца
				Знать положения стопы, колена, бедра - открытое, закрытые
				Шаги народного танца
				Шаги классического танца
				Шаги современного танца
				Микс шагов
				Ритмические движения в характере и темпе музыки
<b>4</b>		<i>Творческая деятельность</i>	4ч	Импровизация на заданную музыкальную композицию
				Придумать связку на заданную музыкальную композицию
				Придумать связку на заданную музыкальную композицию
				Придумать связку на заданную музыкальную композицию
<b>5</b>		<i>Танец</i>	16ч	Повторение и закрепление ранее выученных элементов
				Танцевальные упражнения и элементы хореографии
				Сочетание движений с работой рук
				Сочетание движений с поворотами
				Сочетание движений с прыжками
				Элементы народного танца
				Элементы классического танца
				Элементы современного танца
				Повороты в прыжке
				Музыкально-ритмические упражнения

				Положение рук в групповых танцах в фигурах: звездочка, круг, карусель, корзиночка, цепочка
				Переменный шаг с продвижением вперед и назад
				Ритмический рисунок в различном темпе
				Притопы дроби
				Дроби
				Приставные шаги в сочетании с изученными техниками поворотов
		<i>Постановочная и репетиционная работа</i>	14ч	Разучивание танцевальных движений
				Разучивание народных связок
				Разучивание классических связок
				Разучивание современных связок
				Соединение народных и современных связок
				Отработка танцевальных движений
				Постановка отдельных элементов и соединение их в танце
				Постановка отдельных элементов и соединение их в танце
				Отработка поставленных танцевальных композиций
				Соединение классических и современных связок
				Музыкально-ритмические упражнения
				Закрепление выученных связок
				Чёткость выполнения под музыку
				Оценивать правильность выполнения

### **Ожидаемые результаты:**

#### *1. Ритмика, элементы музыкальной грамоты:*

- отмечать в движении сильную долю такта;
- уметь правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носка;

- чувствовать характер музыки и передавать его с концом музыкального произведения;
- уметь самостоятельно ускорять и замедлять темп движений;
- отмечать в движении музыкальные фразы, акценты; несложный ритмический рисунок;
- выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами;
- иметь навыки актёрской выразительности;
- распознать характер танцевальной музыки;
- иметь понятия об основных танцевальных жанрах: полька, вальс, пляска, диско;
- исполнять движения в характере музыки — четко, сильно, медленно, плавно;
- знать темповые обозначения, слышать темпы применительно к движениям;
- уметь отсчитывать такты, определять на слух музыкальные размеры;
- различать особенности танцевальной музыки: марш, вальс, полька, пляска, хоровод и т. д.;
- уметь анализировать музыку разученных танцев;
- слышать и понимать значение вступительных и заключительных аккордов в упражнении.

## *2. Танцевальная азбука:*

- знать позиции ног и рук классического, народного и современного танцев;
- усвоить правила постановки корпуса;
- уметь исполнять основные упражнения на середине зала;
- знать танцевальные термины: выворотность, координация, название упражнений;
- знать и уметь исполнять танцевальные движения: танцевальный шаг, переменный шаг, боковой шаг, галоп, подскоки, припадания, шаг с притопом, па польки, элементы русского танца (основные движения, ходы): ковырялочка, моталочка, молоточек, маятник; элементы якутского танца в простой комбинации;
- освоить технику исполненных упражнений в более быстром темпе;
- иметь навык выворотного положения ног, устойчивости, координации движений;
- знать положения стопы, колена, бедра — открытое, закрытое;
- уметь исполнять основные движения русского танца (хороводный шаг).

## *3. Творческая деятельность:*



- раскрытие творческих способностей;
- развитие организованности и самостоятельности;
- иметь представления о народных танцах.

**Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:** Выступления на праздничных и отчётных концертах в образовательном учреждении, показательные выступления перед родителями.

**Ожидаемый результат от программы:**

- освоение первоначальных хореографических навыков;
- поддержание физической формы вследствие регулярных занятий, коррекция осанки;
- освоение первоначальных навыков танцевального этикета;
- выступление детей на праздничных мероприятиях;

**Формы и методы обучения.**

**Формы проведения занятий:**

- учебное занятие;
- беседа;
- игра;
- музыкальное соревнование;
- занятие-праздник;
- концерт;
- конкурс.

**Методы, используемые при работе:**

- метод комбинированных движений, переходящих в небольшие учебные этюды;
- метод расклада, обуславливающийся следующими задачами:
  - проработка и закрепление пройденного программного материала;
  - раскрытие индивидуальности ребёнка через творческое самовыражение;
  - воспитание художественного вкуса;
  - создание хореографических композиций;
  - выявление и развитие способностей среди участников самодеятельного ансамбля, развитие техничности.
- метод повторения;
- метод коллективного творчества;
- метод объяснения;
- метод ускорения замедления;
- метод заучивания;
- метод многократного повторения всевозможных движений.

## Содержание курса дополнительного образования

При обучении и разучивании танцев важное место на занятиях отводится тренажу — это определённая система тренировочных упражнений, которые помогают обучающимся легче разучить и усвоить танцевальный репертуар. Построенные по степени усложнения, упражнения подготавливают к более сложным движениям, и физической нагрузке, укрепляют мышцы спины и ног, способствуют координации движений. Каждый элемент танца раскладывается на ряд более простых движений. По мере усвоения схемы движения добавляются детали, постепенно доводящие данный элемент до его законченной формы.

Обычно педагог показывает и объясняет движения, проделывает их совместно с детьми сначала в медленном темпе, со счётом вслух, без музыкального сопровождения; затем с музыкой — в спокойном темпе, пока они не будут усвоены обучающимися.

На последнем занятии повторяются и закрепляются эти движения, постепенно совершенствуя их и сочетая с элементами танца.

Параллельно с отработыванием движений ног, рук и корпуса, идет работа над выразительностью мимики лица, выражением глаз. Чувствуя и пропуская через себя образ, который дети воплощают в танце, они с большим удовольствием работают над артистичностью исполнения танца.

Основная часть занятия — разучивание танца. Сначала даётся общее представление о цели — показ танца в законченной форме. Приступая к разбору и разучиванию танца, сначала прослушивается музыка к нему, определяется характер, стиль, разучиваются отдельные движения танца и лишь затем вся композиция. Главным приёмом в работе над танцем является развитие самостоятельности и инициативы у ребят, подчёркивание их индивидуальности. Детям предлагается составлять небольшие танцевальные композиции, вносить элементы импровизации, способствуя развитию творческой активности.

Организация творческой деятельности позволяет педагогу увидеть характер в ребёнке, выявить движения его души, найти индивидуальный подход к нему с учётом пола, возраста, потребности, в данного рода деятельности, выявить и развить его творческий потенциал.

На выявление и развитие индивидуальности обучающихся, отводится не менее 5 минут на каждом занятии. Это и работа с детьми, требующими повторного показа, дополнительного объяснения или подсказки педагога, как легче и грамотнее выполнить то или иное упражнение, танцевальное движение или сложный элемент танца. С целью развития эмоциональности, выразительности в исполнительской деятельности, творческих способностей

и актёрского мастерства используется просмотр видеоматериала занятий с последующим их анализом и обсуждением с участниками студии.

Вся работа, по индивидуализации процесса обучения, строится в тесной взаимосвязи с родителями, т. к. многое в характере того или иного обучающегося открывается в беседах с членами семьи ребёнка, в период совместной творческой деятельности с педагогом по созданию концертных номеров, разработке костюмов, организации и участию в концертных программах, конкурсах и различных праздниках.

Для изучения или закрепления новых, сложных или трудных движений танца используется приём выполнения упражнений детьми по очереди с последующим анализом результатов педагогом или самими обучающимися (сравнение, выявление удач и ошибок), показ элементов движений педагогом или детьми, усвоившими разучиваемое движение.

Все замечания по ходу занятия делаются в спокойной, требовательной, но доброжелательной форме, без намёка на унижение личности ребёнка, с обязательными элементами поощрения и похвалы даже самых незначительных успехов обучающегося. Занятия проводятся по группам. Коллективная форма проведения занятий даёт возможность более продуктивно влиять на выработку у детей норм и правил высоконравственного поведения, добиваться сплочения коллектива, наладить дружбу, здоровые отношения между членами коллектива чему способствует дружеская атмосфера совместного творчества, делового содружества, взаимопонимания и полного доверия между педагогами и детьми. Важным моментом в реализации данной программы является создание творческой атмосферы, которая позволяет ненавязчиво, исподволь заниматься обучением и воспитанием с учётом специфики занятий хореографией.

### **Описание методического и технического обеспечения курса**

#### **Методическое обеспечение программы**

Движения в любой форме, адекватные физиологическим возможностям детей младшего школьного возраста, всегда выступают как оздоровительный фактор – этим можно объяснить высокую эффективность самых разнообразных методик и форм проведения занятий, когда их основой является общее воздействие на организм в сочетании со специальными физическими упражнениями. Существенной стороной влияния хореографических движений является повышение эмоционального тонуса. Во время занятий под музыку у ребенка повышается настроение, появляется чувство радости, удовольствия.

Уже с первого занятия детям постоянно напоминает о положении корпуса, чтобы правильная осанка вошла в привычку.

Простейшие гимнастические упражнения приобретают музыкальный характер благодаря аккомпанементу и включения в них танцевальных элементов. Выполняются поточным способом, при разучивании – раздельным способом.

На первом году обучения объясняется значение музыкального сопровождения. Осмысливаются варианты костюмов для первых танцевальных номеров. Объясняется роль сопутствующих предметов в постановке танца. Проучивается поклон и объясняется его значение.

### **Техническое обеспечение занятий**

Занятия проводятся в спортивном зале с раздевалками, используется магнитофон с подобранными записями фонограмм.

Особое внимание уделяется головным уборам и прическам – дети аккуратно причесаны, лоб открытый.

Обувь для занятий – легкие туфли, чешки или тапочки.

### **Оценочные материалы**

#### **Пакет диагностических материалов, позволяющих определить достижения учащихся планируемых результатов**

Для достижения высокого уровня освоения дополнительной образовательной программы детьми, необходима четкая организация образовательно-воспитательного процесса, одной из составляющих которого является *диагностика уровня освоения дополнительной образовательной программы и индивидуального развития ребенка.*

*Актуальность* диагностики заложена в необходимости отслеживания результатов на всех этапах обучения и воспитания, которые играют существенную роль в обеспечении и повышении качества образования, в формировании и развитии двигательных и творческих способностей детей.

Таким образом, **целью** диагностики является определение уровня усвоения учебного материала, физического, творческого и личностного развития обучающихся, ведение мониторинга образовательного процесса и индивидуального развития на основе полученных данных.

**Задачами** диагностики являются оперативное и своевременное выявление пробелов в учебном процессе, определение форм коррекционной работы.

В ходе диагностики по дополнительной образовательной программе отслеживаются показатели:

- **физического развития:** выворотность ног, подъем стопы, балетный шаг, гибкость тела, прыжок, координация движений.
- **творческого развития:** музыкальный слух, эмоциональность, воображение.

- **личностного развития:** культура поведения в коллективе, нравственность, гуманность, дисциплинированность, ответственность, самостоятельность, активность, организаторские способности, коммуникативные навыки.
- **уровня освоения дополнительной образовательной программы:** теоретические знания по основным разделам программы, владение специальной терминологией, практические умения и навыки, предусмотренные дополнительной образовательной программой.

### **Определение уровня индивидуального развития**

Степень выраженности каждого показателя выявляется по трем уровням:

- *оптимальный* (высокий образовательный результат, полное освоение содержания программы);
- *хороший* (полное освоение программы, но при выполнении заданий допускает незначительные ошибки);
- *допустимый* (освоил программу, но допускает существенные ошибки в знаниях предмета и при выполнении практических заданий).

Критерии оценки уровня знаний, умений обучающихся, динамики физического и творческого развития разработаны к каждому диагностическому материалу.

### **Формы диагностики**

Диагностика не должна быть обременительной для любого возраста. Проследить физическое, творческое, личностное развитие ребенка и уровень освоения программы позволяют:

- *занятия в форме игр.* Благодаря игре индивидуальность ребенка находит выражение в коллективном творчестве;
- *занятия, основанные на нетрадиционной организации учебного процесса* (конкурс, занятие-концерт, час вопросов и ответов, др.); а так же тестирование, общественный смотр знаний (открытый урок).

Процесс проведения диагностики должен носить творческий характер, быть интересным и комфортным для каждого ребёнка, создавая атмосферу сотворчества и сотрудничества между педагогом и детьми.

Основными *методами диагностики* по дополнительной образовательной программе является *наблюдение* за детьми в процессе движения под музыку и без музыки, в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий, *педагогический анализ, обобщение* и ведение мониторинга на основе полученных данных.

Универсальность разработанных диагностических материалов состоит в том, что любой педагог может использовать их как в полном объёме, так и выборочно блоками (по своему усмотрению), менять отдельные компоненты

и корректировать содержание, использовать как отправной вариант («схему-шаблон») в зависимости от поставленных целей и задач.

<b>Соответствие движений ритму музыки:</b>		
<b>Высокий уровень -</b> ребёнок чётко ритмично выполняет движения	<b>Средний уровень -</b> выполняет движения с ошибками	<b>Низкий уровень -</b> движения выполняются неритмично
<b>Соответствие движений темпу музыки:</b>		
<b>Высокий уровень -</b> ребёнок чувствует смену темпа, самостоятельно отмечает это сменой движения;	<b>Средний уровень -</b> чувствует смену темпа с запаздыванием, движения меняет по показу взрослого или других детей;	<b>Низкий уровень -</b> не чувствует смену темпа, движения меняет с большим опозданием.
<b>Координация движений и внимания</b>		
<b>Высокий уровень –</b> безошибочно выполняет все движения	<b>Средний уровень -</b> верное положение корпуса, но не всегда соблюдает позиции рук, ног; движения выполняет музыкально верно, но иногда торопится;	<b>Низкий уровень -</b> не справляется с заданием (или выполняет упражнения на координацию после нескольких попыток)
<b>Передача в движении характера</b>		
<b>Высокий уровень –</b> ребёнок самостоятельно, чётко производит смену движений, движения соответствуют характеру музыки;	<b>Средний уровень -</b> производит смену движений с запаздыванием (по показу других детей), движения соответствуют характеру музыки;	<b>Низкий уровень -</b> смену движений производит с запаздыванием, движения не соответствуют характеру музыки.
<b>Эмоции</b>		
<b>Высокий уровень –</b> эмоциональное выполнение движений; эмоционален и артистичен при выполнении танцевальных	<b>Средний уровень -</b> недостаточная эмоциональность при выполнении движений; напряжен, сосредоточен на правильности исполнения;	<b>Низкий уровень -</b> отсутствие эмоций при движении. мало эмоционален; стеснителен

комбинаций;		
<b>Импровизация</b>		
<b>Высокий уровень –</b> легко перевоплощается в образ; движения выполняет оригинально; импровизационные и имитационные движения выполняет музыкально верно и оригинально; легко перевоплощается.	<b>Средний уровень -</b> импровизационные и имитационные движения выполняет музыкально верно, но нет оригинальности; перевоплощается, повторяя движения за кем-либо.	<b>Низкий уровень -</b> не импровизирует, имитационные движения повторяет за другими детьми; стеснителен; с трудом перевоплощается в образ,
<b>Ориентировка в пространстве</b>		
<b>Высокий уровень –</b> легко ориентируется в пространстве.	<b>Средний уровень -</b> ориентируется в пространстве, допуская паузы.	<b>Низкий уровень -</b> плохо ориентируется в пространстве.
<b>Техника исполнения движений</b>		
<b>Высокий уровень –</b> дыхание во время движения правильное, не требуется напоминание педагога.	<b>Средний уровень -</b> дыхание во время движения правильное, но иногда требуется напоминание педагога.	<b>Низкий уровень -</b> дыхание «через рот», правильное дыхание только при напоминаниях педагога.
<b>Физическое развитие</b>		
<b>Высокий уровень –</b> четко знает названия всех частей тела (позвоночник, кисть, колено, локоть, стопа); хороший подъем стопы; легкий, высокий прыжок с приземлением на полупальцы; танцевальный шаг выше 90 градусов; ярко выраженный рост физических данных	<b>Средний уровень -</b> знает названия частей тела; легко стоит в 1 полувыворотной позиции; может натянуть стопу; танцевальный шаг 70 – 80 градусов; нет роста некоторых физических данных	<b>Низкий уровень -</b> не знает названия частей тела; не до конца выпрямляет колени; слабая стопа; танцевальный шаг ниже 70 градусов; прыжок низкий; нет роста физических данных
<b>Классический танец</b>		
<b>Высокий уровень –</b>	<b>Средний уровень -</b>	<b>Низкий уровень -</b>

технически качественное и художественно осмысленное исполнение, владеет теоретическими и практическими знаниями экзерсиса полностью. ранее выученные комбинации выполняет без ошибок.	грамотное исполнение с небольшими недочетами; в ранее выученных комбинациях допускает 1-2 ошибки; владеет теоретическими и практическими знаниями экзерсиса, но путается.	исполнение с большим количеством недочетов; неумение анализировать свое исполнение, не владеет теоретическими и практическими знаниями экзерсиса
<b>Ориентация в пространстве.</b>		
<b>Высокий уровень</b> – легко ориентируется в пространстве; быстро находит пути перестроения; не путается; соблюдает правила и соблюдает интервал.	<b>Средний уровень</b> - ориентируется в пространстве; быстро подстраивается к другим детям; соблюдает интервал при напоминании педагога.	<b>Низкий уровень</b> - слабо ориентируется в пространстве; допускает более 3 ошибок; не соблюдает интервал.
<b>Народный танец</b>		
<b>Высокий уровень</b> – соблюдает позиции рук, ног; постановка корпуса правильная; движения выполняет музыкально верно, начинает движение после прослушивания вступления.	<b>Средний уровень</b> - соблюдает позиции рук, ног и постановку корпуса с напоминанием педагога движения выполняет не всегда музыкально и правильно	<b>Низкий уровень</b> - часто допускает ошибки в постановке корпуса, не соблюдает позиции рук, ног; в коллективном исполнении путается,

Диагностика позволяет:

- получить информацию педагогу:
  - а) о результатах работы каждого обучающегося в отдельности и группы обучающихся в целом;
  - б) о результатах своей работы (узнать, насколько эффективны приемы обучения, определить неудачи в работе, что позволяет внести изменения в программу обучения);
- обучающимся:



- а) повысить мотивацию в обучении;
- б) более прилежно заниматься, вносить коррективы в свою творческую деятельность.

### **Литература**

1. Заикин Н. Областные особенности русского народного танца. М., 2002
2. Климов А. Особенности русского народного танца. М., 2002
3. Климов А. Русский народный танец. М., 2002
4. Барышникова Т.К. Азбука хореографий – Спб., 2009
6. Богданов Г. Самобытность русского танца. М., 2002
7. Богданов Г. Хореографическое образование. М., 2001
9. Бекина С.И. и др. Музыка и движение: Упражнения, игры и пляски для детей 5 – 7 лет. – М., 2008
11. Федорова Г. Танцы для развития детей. М., 2000
12. Базарова П., Мэй В. Азбука классического танца. Переизд. 5-е. — М., 2003
13. Руднева С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение. Изд. 3-е — М., 2002
14. Цацулин П.В. «Растяжка расслаблением» — М., 2008