

**Отдел образования администрации Апанасенковского муниципального
округа Ставропольского края**

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр детского творчества» с. Дивное**

Принята
с изменениями и дополнениями
на методическом совете
протокол № 1
от «1» сентября 2023 г

Утверждаю
директор МБУ ДО ЦДТ
_____ О.В. Бутурлака
приказ № 43- ОД
от «1» сентября 2023 г

**РАЗНОУРОВНЕВАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«РИТМИКА И ТАНЕЦ»**

Уровень программы: стартовый, базовый, углубленный

Срок реализации программы: 1 год

Возрастная категория: 5-17 лет

Вид программы: модифицированная

Автор-составитель: заместитель директора по
учебно-воспитательной работе
Клименко Т.Г.

с. Дивное, 2023 г.

Раздел №1. «Комплекс основных характеристик программы»

1.1 Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа художественной направленности «Ритмика и танец» разработана в соответствии с нормативными документами:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ № 273);
2. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р (Далее – Концепция).
3. Приказ Министерства просвещения РФ от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее – Приказ № 196).
4. Приказ министерства просвещения российской федерации от 3 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (далее – Целевая модель).
5. Порядок применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 г. № 816 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 18 сентября 2017 г., регистрационный № 48226).
6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».
7. Письмо Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015 г. «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).

Движение – это одно из главных средств воспитания, которое жизненно необходимо в развитии ребенка. Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Занятия танцами не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие. Хореография обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, его духовного и физического развития.

Актуальность программы связана с развитием эстрадно-современного танца, требующего использования новых форм, методов и средств организации спортивно-танцевальной деятельности. Хореографическое

искусство это деятельность, где каждый ребёнок на время становится актёром, творчески осмысливающим происходящее. Кроме этого, занятия танцами способствуют укреплению здоровья ребёнка. А ведь именно здоровье – важнейшая предпосылка правильного формирования характера, развития инициативы, воли и природных способностей.

В данной программе учтены и адаптированы к возможностям детей разных возрастов основные направления танца и пластики, включающие: гимнастику, ритмику, классический, народно-сценический и эстрадный танец, что позволяет ознакомить обучающихся со многими танцевальными стилями и направлениями. Такой подход направлен на раскрытие творческого потенциала и темперамента детей, а также на развитие их сценической культуры.

Новизна программы заключается в том, что педагог рассматривает танец в первую очередь как средство воспитания и развития детей, не выдвигая на первый план специальную хореографическую подготовку обучающихся.

Учитывая требования современного дополнительного образования, данная программа реализует основные идеи и цели системы дополнительного образования детей:

- развитие мотивации детей к познанию и творчеству;
- приобщение подрастающего поколения к ценностям мировой культуры и искусству;
- сохранение и охрана здоровья детей;
- ориентация индивидуальных особенностей воспитанника, бережное сохранение и приумножение таких важных качеств ребенка, как инициативность, самостоятельность, фантазия, самостоятельность.

Отличительной особенностью данной программы является совмещение нескольких танцевальных направлений, позволяющих осуществить комплексную хореографическую подготовку обучающихся в течение всего процесса обучения. Занятия направлены не столько на обучение танцевальному искусству, сколько на раскрепощение детей и их личностный рост. Поэтому, в отличие от существующих танцевальных программ, которые в основном строятся в рамках какого-то одного направления, реализация программы «Ритмика и танец» дает возможность обучающимся овладеть разнообразием стилей, что в значительной степени расширяет и обогащает исполнительские возможности.

Объем и срок освоения ДООП

Программа рассчитана на 1 год обучения. Занятия (стартового и базового уровня) проводятся 2 раза в неделю по 2 часа (144 часа в год). Длительность - 40 + 40 минут с 10 минутным перерывом. Углубленного 3 раза в неделю по 2 часа (216 часов).

Форма обучения, режим занятия.

Формы обучения и режим занятий соответствует СанПин 2.4.3648-20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Форма организации образовательного процесса включает: коллективную, групповую, мини групповую.

При реализации программы предусмотрено использование дистанционных образовательных технологий с учетом требований Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность электронного обучения, дистанционных образовательных программ. При электронном обучении с применением дистанционных технологий продолжительность непрерывной, непосредственно образовательной деятельности составляет не более 30 минут. Во онлайн занятиях проводится динамическая пауза.

Уровень освоения - дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика и танец» является разноуровневой. Включает в себя 3 уровня: стартовый, базовый, углубленный. Если ребенок начинает обучение по программе со стартового уровня, то наличие базовых знаний по хореографии или специальных способностей не предусматривается. Если возраст ребёнка, его физическое здоровье и практическая подготовка по предмету позволяют, то он может начать обучение с базового или продвинутого уровня на усмотрение педагога.

Общая цель и задачи программы «Ритмика и танец»

Цель: воспитание культуры личности ребенка через выражение его индивидуальности средствами хореографического искусства.

Задачи:

Личностные:

- способствовать формированию коммуникативной компетентности в процессе образовательной, учебной, творческой и других видов деятельности;
- сформировать чувство личной ответственности за качество коллективного дела;
- воспитать у детей уважение к хореографическому искусству, через приобщение к народной культуре и традициям своего народа;
- развить творческое воображение ребенка, совершенствовать навыки его самовыражения и самореализации;
- воспитать художественный вкус, культуру общения, дисциплины, самостоятельности, потребности вести здоровый образ жизни;

Метапредметные:

- развить умение оценивать правильность выполнения поставленных задач;
- сформировать мотивацию к занятиям по хореографии, стремление использовать полученные знания в процессе изучения других предметов и в социализации;

- способствовать приобретению опыта творческой деятельности и публичных выступлений.

Предметные:

- сформировать у обучающихся чувства ритма, темпа, музыкальности, образной и двигательной памяти;
- познакомить с основными танцевальными понятиями и техниками народного, эстрадного, классического танцев;
- сформировать пространственную ориентацию на различных сценических площадках;
- сформировать эмоциональность исполнения народного танца, через понимание характера, менталитета народностей, образа и сюжета танца.

Форма обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «В ритме танца» - очная. Численность детей в группе – 12 -15 человек. Это связано с тем, что на начальном этапе занятий хореографией педагог должен видеть каждого ребёнка и каждому уделять достаточно внимания. Дети набираются по желанию, независимо от природных данных. Перед началом занятий родители обязаны предоставить справку от врача о допуске к занятиям хореографией.

За период обучения в хореографическом коллективе обучающиеся получают определенный объем знаний, умений и навыков, качество которых проверяется в течении и конце года.

Переход с одного уровня на другой осуществляется с помощью (входного контроля, текущего контроля, итогового контроля). Текущий контроль проводится на текущих занятиях в соответствии с программой в форме педагогического наблюдения. Итоговый контроль включает в себя проверку теоретических знаний и практических умений и навыков. Формы проведения итогового контроля: открытые уроки, концерты, импровизации этюдов.

Направленность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы – художественная.

Адресат программы: возраст детей: 6 -17 лет.

Психологические особенности 6 -11 лет:

- Перестройка познавательных процессов – развитие произвольного внимания, восприятия, памяти (прежде всего механической памяти), мышления (переход от наглядно-образного к словесно-логическому мышлению на уровне конкретных понятий);
- Развитие саморегуляции, произвольности поведения, воли, учатся делать то, что надо, а не то, что хотелось бы; обучаются в определенной степени управлять своим поведением;
- Расширение сферы общения, появление новых авторитетов (педагог), формирование отношений в коллективе.

Психологические особенности детей 12-14 лет:

- Формирование самооценки на основе оценивания педагогом и достигнутых результатов;
- Формируется уверенность в себе;
- Формирование собственных взглядов, протест против диктата взрослых, самостоятельный выбор референтной группы;
- Формирование самооценки, характера;
- Развитие логического мышления, способности к рассуждениям и самоанализу, к оперированию абстрактным понятиям.
- Перестройка познавательных процессов – формирование произвольности, продуктивности и устойчивости – развитие произвольного внимания, восприятия, памяти (прежде всего механической памяти), мышления (переход от наглядно-образного к словесно-логическому мышлению на уровне конкретных понятий), переход процессов мышления на новую ступень и связанная основное содержание умственного развития в младшем школьном возрасте.
- Расширение сферы общения, появления новых авторитетов (педагог).
- Развитие саморегуляции, произвольности поведения, воли, учатся делать то, что надо, а не то, что хотелось бы;
- Формируется внутренний план действий;
- Формирование собственных взглядов, протест против диктата взрослых;
- Повышение внушаемости и конформизма по отношению к ровесникам;
- Развитие логического мышления, способности к рассуждению и самоанализу;
- Начало формирования самоконтроля и планирования деятельности;
- Проявление склонности к риску, агрессивности как приём самоутверждения
- Формирование самосознания, своего «Я»;
- Формирование отношений в учебном коллективе.

Психологические особенности детей 15-17 лет:

- развитие познавательных процессов;
- сами могут мыслить логически, заниматься теоретическими рассуждениями и самоанализом;
- свободно размышляют на нравственные, политические и другие темы, практически не доступны интеллекту младшего школьника;
- умение оперировать гипотезами;
- сформированность теоретического или словесно-логического мышления.

Форма обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «В ритме танца» - очная. Численность детей в группе – 12 -15 человек. Это связано с тем, что на начальном этапе занятий

хореографией педагог должен видеть каждого ребёнка и каждому уделять достаточно внимания. Дети набираются по желанию, независимо от природных данных. Перед началом занятий родители обязаны предоставить справку от врача о допуске к занятиям хореографией.

За период обучения в хореографическом коллективе обучающиеся получают определенный объем знаний, умений и навыков, качество которых проверяется в течении и конце года.

Переход с одного уровня на другой осуществляется с помощью (входного контроля, текущего контроля, итогового контроля). Текущий контроль проводится на текущих занятиях в соответствии с программой в форме педагогического наблюдения. Итоговый контроль включает в себя проверку теоретических знаний и практических умений и навыков. Формы проведения итогового контроля: открытые уроки, концерты, импровизации этюдов.

Общие планируемые результаты:

Личностные:

Будет:

- сформирована коммуникативная компетентность обучающихся;
- сформировано чувство личной ответственности за качество коллективного дела;
- иметь представление о культурных ценностях и традициях своего народа, а также изучаемых народов стран мира
- развито творческое воображение ребенка и навыки его самовыражения и самореализации;
- развит художественный вкус, культура общения, дисциплина, самостоятельность, потребность вести здоровый образ жизни;

Метапредметные:

Будет:

- уметь оценивать правильность выполнения поставленных задач.
- сформирована мотивация к занятиям по хореографии, стремление использовать полученные знания в процессе изучения других предметов и в социализации;
- приобретение обучающимися опыта творческой деятельности публичных выступлений.

Предметные:

Будет:

- владеть чувством ритма, темпа, музыкальности, образной и двигательной памятью;
- овладеют специальной терминологией и техниками народного, эстрадного, классического танцев;
- сформирована пространственная ориентация;
- уметь передавать образ, настроение и характер народного танца, через понимание менталитета различных культур.

Содержание программы **Учебный план**

Стартовый уровень

Стартовый уровень программы рассчитан на детей дошкольного и младшего школьного возраста. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребенка. И, как известно, чем раньше мы дадим детям гамму разнообразных впечатлений, чувственного опыта, тем более гармоничным, естественным и успешным, в таком виде деятельности, как движение под музыку, будет дальнейшее развитие ребенка, становление его личности. Меньше проблем будет у детей с развитием речи, внимания, мышления, формированием красивой осанки. Дети 6-11 лет мыслят образами, и в отличие от детей старшего возраста, они с трудом понимают логику закона построения и исполнения движений. Поэтому необходимо сформировать навыки на эмоциональном уровне, играя с ними в те или иные образы.

Задачи:

Личностные:

- привить интерес к занятиям, любовь к танцам;
- воспитать чуткое отношение друг к другу, желание заниматься вместе.

Метапредметные:

- сформировать культуру поведения во время занятий;
- научить концентрировать внимание: научить взаимодействовать в коллективе.

Предметные:

- познакомить с правилами поведения в хореографическом зале и с требованиями к внешнему виду на занятиях;
- познакомить с простейшей танцевальной терминологией;
- научить простым перестроениям и ориентированию в пространстве зала;
- сформировать умение координировать движения с музыкой;
- развить музыкальный слух и чувство ритма;
- обучить выполнению заданий по инструкции педагога.

Планируемые результаты:

Личностные:

Будет:

- сформована мотивация к обучению хореографии;
- сформировано чувство коллективности и партнерства.

Метапредметные:

Будут:

- иметь представление о нормах поведения во время занятий;
- уметь удерживать внимание длительное время; - будут уметь взаимодействовать со сверстниками.

Предметные:

Будут:

- знать правила поведения в хореографическом зале и с требованиями к внешнему виду на занятиях;
- знать простейшую танцевальную терминологию;
- уметь выполнять построения и перестроения и ориентироваться в пространстве зала, ритмично двигаться в различных музыкальных темпах;
- передавать хлопками и притопами простейшие ритмические рисунки; - будут уметь исполнять комплексы упражнений под музыку.

Учебный план

Тема	Общее кол-во часов	Теория	Практика	Формы аттестации/ контроля
1. Введение в общеобразовательную общеразвивающую программу	2	1	1	Наблюдение
2. Подготовительные танцевальные упражнения	30	6	24	Выполнение практической работы. Метод педагогического наблюдения. Тестирование.
3. Классический экзерсис	20	6	14	Выполнение практической работы. Метод педагогического наблюдения.
4. Народный танец	10	4	6	Выполнение практической работы. Метод педагогического наблюдения.

5.Современный танец	24		24	Беседа. Выполнение практической работы. Метод педагогического наблюдения.
6.Музыкально- ритмические упражнения и игры	10	4	6	Беседа. Выполнение практической работы. Метод педагогического наблюдения.
7.Постановочно- репетиционная работа	42	0	42	Выполнение практической работы. Метод педагогического наблюдения. Беседа. Анкетирование.
8.Концерты	4		4	Наблюдение
9.Итоговое занятие	2	1	1	Тестирование Выполнение практической работы
Итого	144	22	122	

Содержание учебного плана

1. Вводное занятие. (2 часа)

Теория: Инструктаж по технике безопасности. Ознакомление с планом работы на учебный год.

Практика: Введение в общеобразовательную общеразвивающую программу.

2. Подготовительные танцевальные упражнения (30 часов)

Практика: Танцевальный шаг с носка. Упражнения на середине зала. Маршировка круга. Маршировка по диагонали. Подскоки. Соскоки. Перескоки. Па – польки. Танцевальные композиции из разученных элементов: «полька парами», «полька тройками», «первые шаги».

3.Классический экзерсис (20 часов)

Теория: Беседа «Классический танец, как высшая форма современного балета».

Практика: Экзерсис у станка - Plie, bat. tendu, bat. tendu jete, ronde de jambe par terre, bat. fondu или bat. soutenu, bat. frappe, bat. double frappe, ronde de jambe en l'aire, petites bat., bat. developpe, grande bat. jete. Экзерсис на середине зала – упражнения выполняются в той же последовательности, что и у палки.(приложение «Построение занятия по классическому танцу»)

4.Народный танец (10 часов)

Теория: История русского народного танца.

Практика: Ходы и переходы в русском танце. Основные ходы в русском танце: простой ход, шаркающий шаг, ход вперёд, ход назад, переменный ход, ход с притопом, шаг на полупальцах, припадание, боковой ход. Вращения: вращение по 6-ой позиции, вращение по диагонали. Дроби: удары всей стопой, удары полупальцев, гармошка, хлопучки.

5. Современный танец (20 часов)

Практика:

1.французская гимнастика (партерпал):

- позы и движения на растяжку «лягушка», «звезда», «полузвезда», «циркуль»;
- движения на сгибание и разгибание стопы, колена, вращение бёдрами;
- движения на развитие гибкости позвоночника «змея», «кошечка», «лодочка», «корзинка».

2.Элементы акробатики: кувырки, стойки на руках, колесо, арабское колесо, мостики, шпагаты, перевороты.

3.Упражнения для мышц шеи, плечевого пояса, рук, ног, бёдер, корпуса (выполняются на середине зала, прием изоляции).

6. Музыкально – ритмические упражнения и игры (10 часов)

Теория: Музыка в жизни человека. Связь музыки и танца. Характер музыки. Музыкальный темп. Музыкальный ритм. Музыкальный размер. Динамические оттенки музыки (форте, пиано). Строение музыкальной речи.

Практика: Музыкально - танцевальные импровизации. Музыкальные игры: «Плетень», «Бабочки и паучок», «Угадай у кого предмет», «Ладощки», «Вейся, капуста».

7. Постановочно - репетиционная работа (42 часа)

Постановка и отработка танцев по репертуарному плану.

8. Концерты (4 часа)

Концертные программы по плану учреждения.

9. Итоговое занятие (2 часа)

Подведение итогов работы за год. Диагностика.

Образовательный результат.

По окончании обучения дети должны:

Знать:

- движения: припадание, боковой шаг, шаг с притопом, ковырялочку;
- позиции рук и ног в классическом танце;
- правила постановки ног у станка (при выворотной опоре);
- положение ног сюр ле ку де пье – «условное», «обхватное»;
- разницу между круговым и прямым движениями (на примере батман тандю и рон де жамб пар тер).

Иметь навыки:

- лёгкого шага с носка на пятку;
- актёрской выразительности.

Уметь:

- правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку;
- тактировать руками размеры 2/4, 3/4, 4/4 при двухтактовом вступлении вовремя начать движение и закончить его с концом музыкального предложения (марш 4/4);
- чувствовать характер марша (спортивного, строевого, походного, героического) и передать его в шаге;
- изобразить в танцевальном шаге повадки кошки, лисы, медведя, зайца;
- выразить образ в разном эмоциональном состоянии – веселья, грусти.
- исполнить элементы русского танца: отдельные движения, ходы, элементы хоровода и перепляса. К концу года дети должны уметь исполнить народный танец и весёлую польку.

Базовый уровень

Базовый уровень программы рассчитан на детей среднего и старшего возраста, которые уже способны более детально и глубоко осмыслить и проанализировать свои действия на занятиях. Поэтому объяснение педагога должно быть конкретным и четким, что позволит сохранить темп и структуру занятия. Когда усвоена техника, можно перейти и в область ощущений, ассоциаций. Занятия на этом этапе предполагают развитие более сложных движений, комбинаций, рисунков и композиций. Обучающиеся смогут свободно различать движения и упражнения разных направлений в хореографии и технически правильно их выполнять. Овладеют методическими знаниями и более сложной терминологией. Сформируются начальные теоретические и технические навыки использования приемов актерского мастерства и сценической выразительности на практике.

Задачи:

Личностные

- сформировать чувства такта и культурные привычки в процессе группового общения с детьми и взрослыми;
- воспитать уважительное отношение к национальному достоинству людей, их чувствам, религиозным убеждениям;
- способствовать развитию уверенности в собственных силах, организованности.

Метапредметные

- повысить интерес и потребность к занятиям хореографией;
- научить работать самостоятельно и в коллективе; - привить навыки здорового образа жизни.

Предметные

- повысить знания, умения, навыки по хореографии и физической подготовке;
- обогатить двигательный опыт разнообразными видами движений;
- сформировать начальные теоретические и технические навыки использования приемов актерского мастерства и сценической выразительности на практике;
- научить элементам классического, народного и эстрадного танца;
- развить артистизм, творческую фантазию, способность к импровизации; - научи

Планируемые результаты

Личностные

Будут:

- сформированы чувства такта и культурные привычки в процессе группового общения с детьми и взрослыми;
- иметь уважительное отношение к национальному достоинству людей, их чувствам, религиозным убеждениям.
- будут уверенными в собственных силах, аккуратными, организованными.

Метапредметные

Будут:

- иметь стойкий интерес и потребность к занятиям хореографией;
- уметь работать самостоятельно и в коллективе; - будут вести здоровый образ жизни.

Предметные

Будут

- иметь хороший уровень знаний классического, народного танца, умение грамотно просчитать и объяснить правила и способы исполнения танцевального движения;
- владеть разнообразными видами движений;
- сформированы начальные теоретические и технические навыки использования приемов актерского мастерства и сценической выразительности на практике;
- уметь выполнять элементы классического, народного и эстрадного танца;
- приобретут артистизм, творческую фантазию, способность к импровизации;
- знать основы и самостоятельно выполнять сценический макияж.

Учебный план

Тема	Общее кол-во часов	Теория	Практика	Формы аттестации/контроля
1. Партерная гимнастика	24	2	22	Тестирование. Метод педагогического наблюдения.
2. Элементы классического танца	26	6	24	Выполнение практической работы. Метод педагогического наблюдения. Тестирование.
3. Элементы народного танца	30	6	24	Открытые занятия. Концерты. Участие в конкурсах и фестивалях.
4. Эстрадный танец	24	4	20	Выполнение практической работы. Метод педагогического наблюдения. Беседа. Анкетирование.
5. Репетиционно-постановочная работа	36	0	36	Выполнение практической работы. Метод педагогического наблюдения. Беседа. Анкетирование.
6. Концерты	2			Наблюдение
7. Итоговое занятие	2			Тестирование Выполнение практической работы
Итого:	144	18	126	

Содержание учебного плана

1. Партерная гимнастика (24 часа)

Теория: правила исполнения упражнений; правила техники безопасности при выполнении сложных элементов.

Практика:

1. *Положение «сидя»:*

- сокращение и вытягивание стоп по VI позиции одновременно и поочерёдно;
- разворачивание стоп в сокращенном и вытянутом состоянии;
- сокращение стоп по VI позиции раскрытие сокращённых стоп в I позицию, вытягивание стоп по I позиции с возвращением в VI позицию (и в обратном направлении)
- поочередное поднятие вытянутых ног с сокращенной и вытянутой стопой;
- упражнение «складка», «замочек», «бабочка», «орешек»; - упражнение «горка», «самолет».

2. *Положение «лёжа на спине»:*

- поочередные battement в быстром и медленном темпе;
- упражнение для развития танцевального шага;
- упражнение для мышц брюшного пресса;-
- упражнение для развития гибкости;
- растяжки на шпагат;
- стойка на лопатках «березка»;
- «мостик» (с помощью педагога);
- упражнение для выворотности «лягушка».

3. *Положение «лежа на животе»:*

- упражнение для позвоночника «корзиночка», «колечко»;
- упражнения для мышц спины «ласточка», «лодочка»; -
- упражнение для выворотности «лягушка».

4. *Положение «стоя на коленях»:*

- упражнение «кошечка»;
- маховые упражнения.

2. Элементы классического танца (30 часов)

Теория: методика исполнения движений экзерсиса у станка и на середине зала. Терминология.

Практика: Экзерсис у станка - Plie, bat. tendu, bat. tendu jete, ronde de jambe par terre, bat. fondu или bat. soutenu, bat. frappe, bat. double frappe, ronde de jambe en l'aire, petites bat., bat. developpe, grande bat. jete. Экзерсис на середине зала – упражнения выполняются в той же последовательности, что и у палки.(приложение «Построение занятия по классическому танцу».

3. Элементы народного танца (30 часов)

Теория: виды народного танца и отличительные черты: хоровод, плясовая, перепляс, полька. Музыкальное сопровождение народных танцев.

Практика:

- развитие подвижности стоп на основе элементов «елочка», «гармошка», ковырялочка;
- работа рук в русском танце;
- навыки работы с платочком;
- тройные прыжоч
- бег с вытянутыми носочками;
- боковой галоп;
- шаг на полупальцах (хороводный);
- движение с выставлением ноги на носок;
- «ковырялочка» вперед и в сторону;
- пружинка с поворотом;
- приставные шаги в сторону;
- боковой ход «припадание» по V позиции, *Подготовка к «дробям»:*
- притопы,
- удары полупальцами, удары каблуком. хлопучки и присядки для мальчиков: одинарные хлопки и удары (фиксирующие и скользящие) каблучные упражнения, вынесение рабочей ноги на каблук во все направления;
- присядка с выставлением ноги на пятку.
- присядки: на каблук по II позиции, «мячики» по 1-й и 6-й позиции, с продвижением вперед и в сторону, «гусиный шаг»; «ползунок».

4. Эстрадный танец (20 часов)

Теория: теоретическое содержание танцевальных упражнений и движений.

Практика: развитие внимания, двигательной памяти; работа над образом.

Разучивание танцевальных движений, элементов, фигур детского эстрадного танца.

5. Репетиционно-постановочная работа (36 часов)

Усложнение танцев. Драматургия, сюжет, композиция, художественное воплощение музыкального материала в танце. Рождение образов, этюды на эту тему. Постановка танцевальных номеров. Отработка движений танцевального номера. Работа над синхронностью исполнения танца. Точность исполнения фигур и перестроений в танце. Ориентирование на сценической площадке.

Углубленный уровень

Углубленный уровень программы рассчитан для детей старшего школьного и подросткового возраста. На данном этапе реализации программы происходит более углубленное изучение хореографического искусства. Содержание занятий выстраивается по индивидуальной траектории личности ребенка и предполагает дальнейшее творческое и профессиональное самоопределение обучающихся. Продвинутый уровень

программы носит творчески-продуктивный и поисковый характер и дает возможность активного практического погружения детей в профессиональную среду данной предметной сферы.

Задачи:

Личностные

- способствовать развитию чувства коллектив
- расширить культуру межличностных отношений;
- развить выраженное желание и умение самостоятельного образовательного, творческого и духовного развития;
- сориентировать на нравственные, общечеловеческие ценности и гуманное взаимодействие с окружающей средой.

Метапредметные

- сформировать потребность в постоянном самосовершенствовании;
- способствовать развитию принципов социальной солидарности;
- способствовать формированию адекватной самооценки, самостоятельному и осознанному определению жизненных и профессиональных планов.

Предметные

- повысить качество техники исполнения танцев
- повысить культуру исполнения, хореографическую память, технику д
- усовершенствовать приемы сценической выразительности и актёрского мастерства;
- сформировать профессиональные навыки в концертной деятельности.

Планируемые результаты:

Личностные

- будет сформирована потребность сотрудничества со сверстниками, бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению окружающих;
- осознают значимость занятий хореографическим искусством для личного развития.
- имеют потребность в постоянном самосовершенствовании;
- имеют навыки самостоятельной и творческой деятельности;
- будут иметь адекватную самооценку;
- будут уметь самостоятельно определять цели своей деятельности.

Предметные

- будут иметь высокую культуру исполнения, хореографическую память, технику движений
- владеть приемами сценической выразительности и актёрского мастерства, профессиональными навыками постановочной и концертной деятельности;
- будут иметь опыт участия в конкурсах и фестивалях;
- смогут достойно переносить физические нагрузки, выполняя сложную танцевальную лексику.

Учебный план

Тема	Общее кол-во часов	Теория	Практика	Формы аттестации/контроля
1. Элементы классического танца	30	6	24	Выполнение практической работы. Метод педагогического наблюдения. Тестирование.
3. Элементы народного танца	30	6	24	Открытые занятия. Концерты. Участие в конкурсах и фестивалях.
4. Эстрадный танец	72	6	66	Выполнение практической работы. Метод педагогического наблюдения. Беседа. Анкетирование.
5. Репетиционно-постановочная работа	82		82	Выполнение практической работы. Метод педагогического наблюдения. Беседа. Анкетирование.
6. Концерт	2			Наблюдение
7. Итоговое занятие	2	1	1	Тестирование Выполнение практической работы
Итого:	216	19	197	

Содержание учебного плана

1. Элементы классического танца (30 часов)

Теория: методика исполнения экзерсиса на середине зала. Методика

исполнения движений allegro.

Практика: Экзерсис у станка - Plie, bat. tendu, bat. tendu jete, ronde de jambe par terre, bat. fondu или bat. soutenu, bat. frappe, bat. double frappe, ronde de jambe en l'aire, petites bat., bat. developpe, grande bat. jete. Экзерсис на середине зала – упражнения исполняются в той же последовательности, что и у палки.(приложение «Построение занятия по классическому танцу»)

2. Народный танец (30 часов)

Теория: знакомство с национальными особенностями народных

танцев, народных обряды, традиции, жизнь и истории народа. Техники исполнения трюковых элементов.

Практика:

- работа рук в танцах различных народно
- навыки работы с предметам
- ходы, д
- дробные выстукивания;
- абертас, прыжки «поджатые», вращения в различных комбинациях (у девочек),
- сложные присядки, хлопушки в русском народном характере, исполнение «Чертика», основы исполнения трюка «коза», «подсечка» темповая(у мальчиков); - повороты по кругу вокруг воображаемой оси
- танцевальные комбинации с использованием реквизита (деревянные ложки, платочки)
- совершенствование умений и навыков в ранее изученных трюковых элементах, добавляя темп и расширяя амплитуду.

3.Эстрадный танец (72 часа)

Теория: беседа с обучающимися о танцевальных направлениях, над которыми будет проводиться работа. Показ видеоматериала. Обсуждение правил выполнения творческой работы — самостоятельно придуманный и поставленный танцевальный номер.

Практика: Продолжение работы над развитием техники исполнения современного танца. Усложнение и увеличение изучаемого материала. Изучение танцевальных комбинаций в современном характере.

4. Репетиционно-постановочная работа (84)

Усложнение танцев. Драматургия, сюжет, композиция, художественное воплощение музыкального материала в танце. Рождение образов, этюды на эту тему. Постановка танцевальных номеров. Отработка движений танцевального номера. Работа над синхронностью исполнения танца. Точность исполнения фигур и перестроений в танце.

КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

1. Календарный учебный график (Приложение № 1)

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
Стартовый	25 сентября	31 мая	36 недель	72	144	2 раза в неделю по 2 часа
Базовый	25 сентября	31 мая	36	72	144	2 раза в неделю по 2 часа
Углубленный	25 сентября	31 мая	36	72	216	по 2 часа 3 р. в нед.

2. Условия реализации программы:

2.1. Методические материалы:

Основной метод обучения в хореографии, безусловно, практический, но также в полной мере в работе ансамбля используются следующие методы обучения:

1. Метод танцевального показа – это способ обучения, при котором педагог демонстрирует танцевальную композицию, отдельные элементы и соответственно анализирует их. При демонстрации педагог не ограничивается его показом, подробно анализирует и объясняет, как правильно исполнять данные элементы.

2. Метод танцевально-практических действий - экзерсис, который включает в себя планомерное повторное выполнение танцевальных движений, которые учащиеся под руководством педагога осуществляют каждое занятие. Танцевальные задания, с помощью которых учащиеся воспроизводят танцевальную лексику с целью дальнейшего ее закрепления, или это многократные повторения, в которых вырабатывают танцевальные умения и навыки.

3. Метод познавательной деятельности. Использование педагогом данного метода способствует более глубокому и прочному усвоению танцевального материала обучающимися. Его эффективность заключается в воспитательном процессе и зависит от формы организации. По количеству охватываемых процессом воспитания участников формы воспитания делятся на:

- индивидуальные,
- микро-групповые,
- групповые (коллективные).

Образовательный процесс организуется через:

- прослушивание музыки (определяем характер, темп, музыкальный размер; выделяем нужные акценты, музыкальные фразы).

- показ педагогом основных движений танца.
- практическую работу (разучивание вместе с педагогом основных движений, положений, комбинаций).
- постановочную работу, разучивание композиции танца (запоминаем рисунки, положения, позы).
- отработку постановки (следим за линиями, синхронностью исполнения, точной техникой, музыкальностью, артистичностью).

2.2. Формы проведения занятий:

1. Вводное - в первой части беседа о правилах поведения на занятии; во второй части расстановка и легкая разминка на середине зала с целью узнать способности и возможности детей;
2. Разучивание движений и комбинаций, усвоение и самостоятельный показ;
3. Игровое - изображаем « зрителей » и « артистов » или « учеников » и « учителей », когда дети друг другу делают замечания
4. Открытое занятие - смотр результатов и достижений обучающихся за определенный промежуток времени (анализируем, обсуждаем, сравниваем предыдущими занятиями; находим пути исправления ошибок, выходим на более качественный уровень.

Основными формами работы с детьми являются:

- репетиционная деятельность;
- постановочная работа;
- концертно - конкурсные программы;
- досуговые мероприятия.

Педагогические методы, используемые в образовательном процессе:

Словесные	Наглядные	Практические	Аналитические
- рассказ - беседа - объяснение - убеждение - поощрение	- демонстрация образцов - показ - примеры	- упражнения - выполнение графических записей	- наблюдение - сравнение - анкетирование - самоконтроль - самоанализ - опрос

Знакомство с хореографическим искусством рекомендуется начинать с беседы об истории танца, его происхождении и значении. Важным является ознакомление с основами музыкальной грамоты (характеристика ритма, темпа, музыкального размера), развитие образного мышления.

Освоение элементов хореографической лексики должно происходить постепенно. Дети быстрее осваивают движение, повторяя его за педагогом. Способность к зрительному восприятию, свойственная в детском возрасте, позволяет учащемуся «считывать» движения. Но необходимо, также, развивать способность самостоятельно выполнять задания. Анализируя ошибки детей, педагогу необходимо детально, конкретно и доступно объяснить способы их искоренения. Это приучает детей с большей ответственностью относиться к заданиям и стремиться к творческому совершенствованию.

Параллельное изучение двух-трех танцев позволяет разнообразить занятие, переключает внимание и повышает интерес детей. Включение элементов соревнований и конкурсов на занятиях позволяют активизировать исполнительские возможности ребенка. Важно найти нужные слова, образные примеры, чтобы дети смогли приблизиться к смысловому и образному восприятию танца.

Все критерии оценок необходимо систематизировать в диагностику физического состояния (гибкость, координация, растяжка, пластичность, ритмичность) и диагностику эмоционального состояния (концентрация внимания, эмоциональный зажим, выразительность, художественный вкус, актерское мастерство).

Успешное выполнение всех рекомендаций для работы в хореографическом зале должно сочетаться с созданием психологического микроклимата. Педагог, свободно общаясь с обучающимися на принципах сотрудничества, сотворчества, общего интереса к делу, чутко реагирует на восприятие детей и, поддерживая общую атмосферу радости, интереса побуждает к творчеству. Педагог, приобретая опыт в работе, вырабатывает свою, индивидуальную манеру общения, которая позволяет мобилизовать внимание детей на занятиях. В целях создания на занятиях положительной мотивации используются игровые моменты, ролевые игры, направленные на переключение внимания, разгрузку и отдых.

Содержание занятий и практический материал подбирается с учетом возрастных особенностей и физических возможностей детей. Занятие предполагает постепенное увеличение физической нагрузки на организм ребёнка и сопровождается объяснением, показом движений, самостоятельной работой, анализом. Каждое занятие включает в себя теоретическую и практическую часть. Основное место отводится практической репетиционной работе.

2.3. Материально-техническое:

Для успешной реализации программы необходимо: чтобы занятия проводились в хореографическом зале (хорошо проветриваемом и освещенном помещении), оборудованном балетными станками и зеркалами. На полу специальное покрытие для занятий танцами (гладкий деревянный настил, либо линолеум). Занятия проводятся: под живую музыку (баян, аккордеон или фортепиано), и также в работе используются CD-диски , USB

носители (воспроизводимые на магнитофоне, музыкальном плеере или музыкальном центре). Игровой, танцевальный реквизит. Наличие сценических костюмов для концертных номеров.

Дети приходят на занятия в специальной репетиционной форме и танцевальной обуви (в зависимости от направленности предмета).

2.4. Информационные и кадровые:

Информационные:

На занятиях используются аудио и видео материалы профессиональных коллективов и собственных номеров для совместного просмотра и обсуждения при планировании дальнейших занятий и работой над ошибками.

Информационное обеспечение: списки рекомендуемых учебных изданий, дополнительной литературы. Основные источники: учебные пособия, учебно-методическая литература, наглядные пособия. Дополнительные источники: справочно-библиографические и периодические издания, поисковые системы, сайты интернета, сайты издательств.

Кадровое обеспечение:

По данной программе работает педагог дополнительного образования - хореограф.

2.5. Формы аттестации:

- самостоятельная работа на занятии;
- выполнение домашнего задания;
- открытые занятия;
- проведение закрытых контрольных занятий;
- показательные выступления;
- участие обучающихся в концертной деятельности, праздничных, календарных мероприятиях,
- участие детей в конкурсах и фестивалях.

2.6. Оценочные материалы. (Приложение №2)

Диагностирование результативности обучения проходит два раза в год – промежуточный и итоговый контроль по диагностическим картам с определенными критериями.

Диагностика результатов по общеразвивающей программе. Критерии оценки.

В течение учебного года ведется мониторинг эффективности образовательного процесса, который оформляется отдельным документом и сдается в учебную часть в конце учебного года. В нем отражаются первичная и текущая диагностика обучающихся по разделам дополнительной общеразвивающей программы, промежуточный и итоговый аттестация, диагностика достижений обучающихся за учебный год, делаются выводы по организации образовательного процесса и корректировки программы.

Критерии оценивания теоретических знаний:

Высокий уровень – обучающийся знает изученный материал. Может дать развернутый, логически выдержанный ответ, демонстрирующий полное владение материалом. Понимает место излагаемого материала в общей системе изучаемого предмета. Свободно оперирует терминами, может их объяснить. Может объяснить порядок действий на уровне причинно-следственных связей. Понимает значение и смысл своих действий.

Средний уровень – обучающийся знает изученный материал, но для полного раскрытия темы требуются дополнительные вопросы. Взаимосвязь материала с другими разделами изучаемого предмета находит с помощью педагога, но комментирует самостоятельно. Знает термины, но употребляет их не достаточно. Может объяснить порядок действий, но совершает незначительные ошибки при объяснении теоретической базы своих действий.

Допустимый уровень – обучающийся фрагментарно знает изученный материал. Изложение материала сбивчивое, требующее корректировки наводящими вопросами. Но может самостоятельно построить материал темы в общую систему полученных знаний, требуется значительная помощь педагога.

Критерии оценивания практических навыков и умений:

Высокий уровень – обучающийся умеет самостоятельно подготовиться к выполнению предстоящей задачи. Последовательность действий отработана. Порядок действия выполняется аккуратно; тщательно; в оптимальном временном режиме. Видна нацеленность на конечный результат. Результат не требует исправлений.

Средний уровень – обучающийся умеет самостоятельно подготовиться к выполнению предстоящей задачи, но не учитывает всех нюансов ее выполнения. Для активизации памяти самостоятельно используются алгоритмические подсказки. Порядок действия выполняется аккуратно, видна нацеленность на конечный результат. Результат требует незначительной корректировки.

Допустимый уровень – Подготовительные действия носят сумбурный характер, недостаточно эффективны или имеют ряд упущений, но в целом направлены на предстоящую деятельность. Порядок действий напоминает педагогом. Порядок действий выполняется аккуратно, но нацелено на промежуточный результат. Результат в целом получен.

Материалы итогового контроля обучающихся по программе

«Ритмика и танец» стартового уровня.

Форма проведения: зачёт (практическое задание-выполнение хореографических элементов по заданию педагога).

Практические задания:

1) Упражнения у станка :

- а) 6-я поз. Релеве-плие-релеве–исходная ,счет до 8;
- б) Деми плие 1-я позиция;
- в) Гран батман, счет до 2;
- г) мах ногой с прогибом;
- д) перегибы корпуса назад в 5-ой позиции.

2) Упражнения на середине:

- а) простой шаг в рисунке русского хоровода;
- б) переменный шаг;
- в) припадание;
- г) ковырялочка.

3) Пластические упражнения:

- а) шпагат;
- б) кольцо;
- в) бабочка.

4) Исполнение танцевальных композиций выученных за год.

Критерии оценки:

- 1. Выворотность ног;
- 2. Подъем стопы;
- 3. Балетный шаг;
- 4. Гибкость тела;
- 5. Прыжок;
- 6. Координация движений;
- 7. Музыкальный слух;
- 8. Эмоциональность.

Зачет: обучающийся может выполнить шаговые движения с выворотной стопой на полупальцах, выполняет поджатые выпрыгивания, может скоординировать свои движения под музыкальное сопровождение, при исполнении танцевального номера ориентируется в зале (на сцене) и проявляет эмоции соответствующие характеру танцевальному номеру.

Незачет: обучающийся не знает танцевальных терминов, не может скоординировать свои движения при данном задании, затрудняется при выполнении упражнений на середине зала, не ориентируется в пространстве зала.

Приложение

Тесты, определяющие хореографические возможности обучающихся

Многолетний опыт работы с детским хореографическим коллективом показал, что при приеме детей, для занятий хореографией, необходим отбор по определенным физическим данным. В данной методической разработке предложены тесты, определяющие хореографические возможности учащихся. Тесты можно использовать для детей среднего и старшего возраста, чтобы определить насколько повысился уровень их подготовки.

Тесты, позволяющие оценить подвижность шейного отдела позвоночника.

1. Наклонить голову вперед. Подбородок должен коснуться груди.
2. Наклонить голову назад. Взгляд должен быть направлен точно вверх или немного назад.
3. Наклонить голову в сторону. Верхний край одного уха должен находиться на одной вертикальной прямой с нижним краем другого.
4. Повернуть голову в сторону. Взгляд должен быть обращён точно в сторону.

Тесты, определяющие эластичность мышц плечевого пояса и подвижность плечевого сустава.

1. Поднять согнутые в локтях руки и скрестить предплечья за головой так, чтобы пальцы были направлены к лопаткам. Кончики пальцев должны касаться лопаток.
2. Встать спиной к стене на расстоянии длины стопы, руки в стороны ладонями вперед. Коснуться пальцами стены, не отклоняя туловище от вертикали.
3. Встать спиной к стулу и взяться руками за его спинку хватом сверху (большие пальцы располагаются с наружной стороны). Слегка отставив вперед одну ногу и присесть как можно ниже, не отрывая руки от спинки стула и не отклоняя туловище от вертикали. Линии рук и туловища должны образовать прямой угол.
4. Согнуть одну руку локтем вверх, а другую - локтем вниз, предплечье за головой и за спиной. Коснуться пальцами одной руки пальцев другой. То же, поменяв положения рук.

Тесты, позволяющие оценить подвижность локтевого сустава и эластичность мышц плеча и предплечья.

1. Встать перед зеркалом и вытянуть руки в стороны. В норме предплечье должно составить с плечом прямую линию.

2. Положить на стол руки, согнутые в локтевом суставе на 90°. При повороте внутрь кисть должна касаться ладонью стола, а при повороте – тыльной поверхностью.

***Тесты для оценки подвижности лучезапястного сустава,
эластичности мышц кисти и предплечья.***

1. Вытянуть руки вперёд и опустить кисти вниз – ладони прямые. Тыльная поверхность ладони должна быть перпендикулярна предплечью.
2. Встать лицом к столу, поставить на него руки пальцами вперед, выпрямив локти и пальцы. Предплечье должно быть перпендикулярно тыльной стороне ладони.
3. Положить ладони на стол пальцами вперёд и подвинуть их как можно дальше в сторону мизинцев, не отрывая от стола и не сгибая. Основание указательного пальца должно оказаться на одной линии с локтевым краем предплечья.

***Тесты для определения подвижности голеностопного сустава,
эластичности мышц голени и стопы.***

1. Присесть, не отрывая носки и пятки от пола, руки вдоль тела. При нормальной подвижности голеностопного сустава угол между поверхностью стопы и голенью составляет 45-55°.
2. Встать лицом к спинке стула и опереться на неё руками. Отставить выпрямленную ногу от пола. Носки и колени направлены строго вперёд. Угол между поверхностью пола и прямой ногой должен составлять 50-60°.
3. Из положения стоя на коленях сесть на пятки. В норме тыльная поверхность стопы и голеностопного сустава касаются пола. Носки не должны быть обращены внутрь.

Тесты для оценки гибкости позвоночника.

1. Встать прямо, ноги вместе. Наклониться как можно ниже вперёд, опустив руки вниз. Кончики пальцев должны коснуться пола.
2. Лёжа на животе с закреплёнными стопами, отрывая грудь от пола. Расстояние между грудной костью и полом должно составлять 10-20 сантиметров.
3. Встать спиной к стене, ноги на расстоянии 30 сантиметров друг от друга. Наклониться как можно ниже в сторону, касаясь спиной стены. То же в другую сторону. Кончики пальцев должны опуститься чуть ниже коленной чашечки.
4. Сесть на стул лицом к его спинке и опереться руками в колени разведённых ног, не меняя положение таза и ног, повернуть голову

назад. Ученик должен увидеть поднятые над головой руки партнёра, стоящего на расстоянии двух метров позади него.

Тесты для оценки подвижности тазобедренных суставов, эластичности мышц бедра.

Тазобедренный сустав – самый большой из всех суставов. К нему прикреплены крупные, хорошо развитые мышцы, которые обеспечивают возможность выполнения разнообразных движений – ходьбы, бега, прыжков и многих других.

1. Лежа на спине, согнуть одну ногу, взять её обеими руками за колено и притянуть как можно ближе к груди. Другая нога остаётся выпрямленной. Бедро должно соприкасаться с передней поверхностью туловища.
2. Лёжа на животе (подбородок касается пола), согнуть одну ногу и с помощью рук постараться коснуться её пяткой ягодиц. Бедро согнутой ноги не должно отрываться от поверхности пола.
3. Сидя на жесткой поверхности, туловище вертикально, развести выпрямленные ноги как можно шире. Угол между ногами должен составлять не менее 90°.
4. В положении полулёжа на спине с опорой на локти согнуть одну ногу коленом внутрь так, чтобы голень была перпендикулярна выпрямленной ноге. Таз должен быть неподвижным, а колено согнутой ноги почти касаться пола.
5. Сесть на стул, согнуть одну ногу и положить её стопой на колено другой. Голень согнутой ноги при помощи рук должна принять горизонтальное положение.

Тестирование по классическому танцу в форме соревнования и игры

Цель тестирования: помочь педагогам определить степень знаний терминологии по классическому танцу у детей.

Тестирование проводится в форме игры, соревнования между детьми.

Обучающиеся делятся на две группы, каждой из которых дается тест с вопросами и вариантами ответов. В конце теста есть буквы, каждая из которых соответствует определенному варианту ответа. Из этих букв ученики должны составить слово из терминологии классического танца. Чья команда первыми справится, те и победили. Тестирование легкое, рассчитано для детей, изучающих классический танец (дети 7-9 лет). Можно провести это тестирование и в конце первого года обучения на усмотрение педагога и если танцевальный коллектив специализируется на классическом танце.

На основе данного тестирования педагоги могут составить свои вопросы по предмету. Третий вариант тестирования более сложный, предназначен для детей от 10 лет.

Для облегчения понимания теста, правильные ответы помечены красным цветом.

Тест игра по теме: Классический танец (1 вариант)

1. Одно из главных выразительных средств балетного искусства, это:

а) хип-хоп (1)

б) классический танец (2)

в) брейк денс (3)

2. Сколько позиций ног в классическом танце?

а) 5 (4)

б) 7 (5)

в) 6 (6)

3. В переводе с французского языка означает «Большой».

а) Шажман (7)

б) Адажио (8)

в) Гранд (9)

4. Нога, на которую перенесен центр тяжести корпуса танцовщика?

а) опорная нога (10)

б) рабочая нога (11)

в) свободная нога (12)

5. Приспособление для упражнений танцовщиков, это:

а) стул (13)

б) станок (14)

в) табуретка (15)

1 – Б 6 – О 11 – А

2 – Ф 7 – М 12 – И

3 – Я 8 – Ж 13 – Ч

4 – К **9 – У 14 – В**

5 – Р **10 – Д** 15 – С

У – НР – К

Ж – И **В – Ю(ФОНДЮ)**

Тест игра по теме: Классический танец (2 вариант)

1. Сколько позиций рук в классическом танце?

а) 3 (1)

б) 4 (2)

в) 6 (3)

2. Положение одной или двух ступней на полу, при котором пятки подняты, называется:

а) пуанте(4)

б) батман тандю (5)

в) полупальцы(6)

3. Движения, «танец» рук :

а) рондежамб(7)

б) пордебра(8)

в) фондю (9)

4. Нога, освобожденная от тяжести тела и выполняющая движения:

а) опорная нога (10)

б) рабочая нога (11)

в) свободная нога (12)

5. Медленное приседание, сгибание ног:

а) релеве лян (13)

б) жете (14)

в) плие(15)

1 – Т6 – Ж11 – В

2 – Ф 7 – М 12 – И

3 – Я **8 – Н** 13 – Ч

4 – С 9 – У 14 – Ш

5 – Р 10 – А **15 – Ю**

У – И Р – К

Ж – АВ – Д(ТАНДЮ)

Тест игра по теме: Классический танец (3 вариант)

1. Найдите русский народный танец:

а)Хаванагила(1)

б) Мэнует(2)

в) Трепак(3)

2. Сюита в переводе с французского языка означает:

а) танец(4)

б) сольная песня (5)

в) ряд, последовательность(6)

3 УМ.И.Глинки есть симфоническое произведение:

а) Камаринская(7)

б) Барыня(8)

в) Веселая кадрили(9)

4 Танцевальная старинная французская сюита появилась:

а) В XVI в.(10)

б) В XX в.(11)

в) В XIX в.(12)

5 Па де де это:

а) танец одного исполнителя(13)

б) танец двух исполнителей(14)

в) танец трех исполнителей(15)

6 Сколько поз арабеска в классическом танце:

а) 2(16)

б) 3(17)

в) 4 (18)

1 – Е 10-О **В-П**

2 –Ж 11-Ф **К-Л**

3 –А 12-Н **И-Д**

4 –Т 13-С **Р-М**

5 – У **14-Р(АПЛОМБ)**

6 –В 15-Х

7-К 16-Г
8-Д 17-З
9-И 18-Б

Кроссворд по предмету «Ритмика»



1. Специальная обувь для занятий танцами, ритмикой, гимнастикой (чешки).
2. Парный плавный балльный танец (вальс).
3. Положение тела перед выполнением танцевального движения (стойка).
4. Положение рук в танце, при котором согнутые в локтях руки сложены перед грудью, и правая рука лежит на левой (полочка).
5. Народный танец в кругу, который исполняют много людей и который обычно сопровождается песней (хоровод).
6. Как в народе называют весёлую музыку или песню для пляски (плясовая).
7. Поочерёдное подпрыгивание на правой и левой ноге на месте или с продвижением вперёд (поскок).
8. Частые, лёгкие непрерывные приседания, стоя на месте (пружинка).
9. Положение рук или ног в танце (позиция).
10. Ходьба или лёгкий бег друг за другом с поворотом и движением противоходом (змейка).

Тест по «Народно-сценическому» танцу

Сколько позиций ног в народно-сценическом танце ты знаешь?

A) 3 B) 8 C) 6 D) 5

С чего начинается урок народно-сценического танца?

A) с поклона B) с пор де бра C) с демиплие D) с ударов и притопов

Сколько положений рук в русском народном танце мы изучали на уроках народно-сценического танца?

A) 5 B) 8 C) 6 D) 3

Сколько ключей существует в русском народном танце?

A) 1 B) 2 C) 3 D) 4

Что такое пор де бра?

A) упражнение для корпуса B) упражнение для рук и корпуса
C) упражнение для головы D) упражнение для кистей рук и
Корпуса

Что такое сценический шаг?

A) шаг с каблука B) шаг с носка
C) шаг в демиплие с каблука D) поочерёдный шаг с носка и
Каблука

Сколько диагоналей ты знаешь?

A) 2 B) 4 C) 3 D) 5

«Гармошка» и «Елочка» это упражнение для ...

A) для колен B) для рук и корпуса C) для стоп D) для ног

Чем заканчивается урок народно-сценического танца?

A) пор де бра B) упражнениями у станка
C) комбинациями в линиях D) поклоном

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ, ЦИФРОВЫХ ИСТОЧНИКОВ ИНФОРМАЦИИ

ДЛЯ ПЕДАГОГА

1. Базарова Н.П., Мей В.П. Азбука классического танца. М., 2012.
2. Бекина СИ. и др. "Музыка и движение", М., 2013.
3. Ваганова А.Я. Основы классического танца. Л., Искусство. 2017.
4. Гальперин С.Н. Анатомия и физиология человека. М., 2011.
5. Есаулов И.Г. Устойчивость и координация в хореографии. Ижевск: изд-во Удм.Ун-та. 2018.
6. Климов А. Народно-сценический танец. М, Искусство, 2015.
7. Кох И.Э. Основы сценического движения. М., Просвещение, 2012.
8. Обухова Л.Ф. Этапы развития детского мышления. М, 2013.
9. Климов А. Основы русского народного танца. М, Издательство МГИК, 2014.
10. Ткаченко Т. Работа с танцевальными коллективами. М., 2014.

- 11.Ткаченко Т. Народный танец. М., Искусство, 2012..
12. Устинова Т. Русский народный танец. М., Искусство, 2013.
13. Филатов СВ. "От образного слова - выразительному движению"¹ М., 2015.
14. Шипилина, И.А. Хореография в спорте/ И.А.Шипилина. - Ростов-н\Д: серия образовательные технологии, 2004г. – 80с.
15. <https://infourok.ru/rabochaya-programma-dopolnitelnogo-obrazovaniya-pohoreografii-4087951.html>.
- 16.<https://www.mkrf.ru/documents/primernye-programmy-po-uchebnym-predmetam-po-dopolnitelnoy-predprofessionalnoy-programme-khoreografi/>. 16. http://madou450.my1.ru/programma_po_khoreografii..pdf

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ, РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ДЕТЯМ И РОДИТЕЛЯМ

1. Молодежная эстрада : литературно-музыкальный альманах/ учредитель:
- 2.ЗАО "РИФМЭ". - Москва : Молодая гвардия, 1943 - . - Издается с 1943 года. - Выходит ежемесячно. - ISSN 0132-8816
3. Череховская Р.Л. Танцевать могут все [Текст] / Р. Л. Череховская. –
4. Минск: Народная асвета, 1973. - 189, [2] с. : ил. - Репертуарный аннотированный список танцев: с. 120-124. - Библиогр.: с. 125.
5. Юдина Е.И. Первые уроки музыки и творчества: Развивающая и познавательная литература для дошкольников/ Е.И.Юдина.- М.: АКВАРИУМ ЛТД, 1999.-272с

Утверждаю:
Директор МБУ ДО ЦДТ с. Дивное

« ____ » _____ 20 ____ г.

Календарный учебный график на 2023-2024 учебный год
дополнительная общеразвивающая программа
«Ритмика и танец»
(стартовый уровень)

год обучения: 1

группа: 1

педагог:

№ п/ п	месяц	Чи сл о	Время проведен ия занятия	Форма занятия	К ол - во ча со в	Тема занятия	Место прове дения	Формы контроля
1	сентябрь	12	15.45-17.15	Беседа Практическая работа	2	Вводное занятие Инструктаж по технике безопасности.	Танц. зал	Первичная диагностика
2	сентябрь	16	15.45-17.15	Практическая работа Беседа	2	Пластические упражнения. Беседа о здоровом образе жизни: «Режим дня». Партерная гимнастика	Танц. зал	Выполнение упражнений, устный опрос
3	сентябрь	19	15.45-17.15	Беседа игра	2	Правила дорожного движения Игра «Веселый светофор	Танц. зал	Устный опрос, Участие в игре
4	сентябрь	23	15.45-17.15	Практическая работа	2	Элементы классического танца Партерная гимнастика	Танц. зал	Выполнение упражнений
5	сентябрь	26	15.45-17.15	Практическая работа	2	Азбука музыкального движения Партерная гимнастика	Танц. зал	Выполнение упражнений
6	сентябрь	30	15.45-17.15	Практическая работа	2	Элементы классического танца	Танц. зал	Выполнение упражнений
7	октябрь	3	15.45-17.15	Практическая работа	2	Азбука музыкального движения Партерная гимнастика	Танц. зал	Выполнение упражнений
8	октябрь	7	15.45-17.15	Практическая работа	2	Элементы классического танца	Танц. зал	Выполнение упражнений
9	октябрь	10	15.45-17.15	Практическая работа	2	Азбука музыкального движения Партерная гимнастика	Танц. зал	Выполнение упражнений
10	октябрь	14	15.45-17.15	Практическая работа Беседа	2	Пластические упражнения Беседа о здоровом образе жизни: «Здоровый сон»	Танц. зал	Выполнение упражнений устный опрос
11	октябрь	17	15.45-17.15	Практическая работа	2	Азбука музыкального движения Партерная гимнастика	Танц. зал	Выполнение упражнений
12	октябрь	21	15.45-17.15	Практическая работа	2	Элементы классического танца.	Танц. зал	Выполнение упражнений,
13	октябрь	24	15.45-17.15	Практическая работа	2	Азбука музыкального движения Партерная гимнастика	Танц. зал	Выполнение упражнений
14	октябрь	28	15.45-17.15	Практическая работа	2	Элементы классического танца	Танц. зал	Выполнение упражнений

15	октябрь	31	15.45-17.15	Практическая работа	2	Азбука музыкального движения Партерная гимнастика	Танц. зал	Выполнение упражнений
16	ноябрь	4	15.45-17.15	Практическая работа	2	Элементы классического танца	Танц. зал	Выполнение упражнений
17	ноябрь	7	15.45-17.15	Практическая работа Беседа	2	Пластические упражнения Беседа о здоровом образе жизни: «Внешний вид» Партерная гимнастика	Танц. зал	Выполнение упражнений устный опрос
18	ноябрь	11	15.45-17.15	Практическая работа	2	Элементы классического танца	Танц. зал	Выполнение упражнений
19	ноябрь	14	15.45-17.15	Практическая работа	2	Азбука музыкального движения Партерная гимнастика	Танц. зал	Выполнение упражнений
20	ноябрь	18	15.45-17.15	Практическая работа	2	Элементы классического танца	Танц. зал	Выполнение упражнений
21	ноябрь	21	15.45-17.15	Практическая работа	2	Азбука музыкального движения Партерная гимнастика	Танц. зал	Выполнение упражнений
22	ноябрь	25	15.45-17.15	Практическая работа	2	Элементы классического танца	Танц. зал	Выполнение упражнений
23	ноябрь	28	15.45-17.15	Практическая работа	2	Азбука музыкального движения Партерная гимнастика	Танц. зал	Выполнение упражнений
24	декабрь	2	15.45-17.15	Практическая работа	2	Элементы классического танца	Танц. зал	Выполнение упражнений
25	декабрь	5	15.45-17.15	Практическая работа	2	Работа над репертуаром Партерная гимнастика	Танц. зал	Наблюдение,
26	декабрь	9	15.45-17.15	Практическая работа Беседа	2	Элементы классического танца Беседа о здоровом образе жизни: «Профилактика травматизма на улице»	Танц. зал	Выполнение упражнений устный опрос
27	декабрь	12	15.45-17.15	Практическая работа	2	Работа над репертуаром Партерная гимнастика	Танц. зал	Наблюдение,
28	декабрь	16	15.45-17.15	Практическая работа	2	Работа над репертуаром	Танц. зал	Наблюдение,
29	декабрь	19	15.45-17.15	Практическая работа	2	Элементы классического танца Партерная гимнастика	Танц. зал	Выполнение упражнений
30	декабрь	23	15.45-17.15	Практическая работа	2	Элементы народно-сценического танца	Танц. зал	Выполнение упражнений
31	декабрь	26	15.45-17.15	Практическая работа	2	Азбука музыкального движения Партерная гимнастика	Танц. зал	Выполнение упражнений
32	декабрь	30	15.45-17.15	Практическая работа	2	Элементы народно-сценического танца	Танц. зал	Выполнение упражнений
33	январь	9	15.45-17.15	Концерт	2	Концертная деятельность Партерная гимнастика	Танц. зал	Участие в концерте, выступление
34	январь	13	15.45-17.15	Практическая работа	2	Элементы народно-сценического танца	Танц. зал	Выполнение упражнений
35	январь	16	15.45-17.15	Практическая работа Беседа	2	Пластические упражнения Беседа о здоровом образе жизни: «Физическая нагрузка в нашей жизни» Партерная гимнастика	Танц. зал	Выполнение упражнений, устный опрос
36	январь	20	15.45-17.15	Практическая работа	2	Элементы народно-сценического танца	Танц. зал	Выполнение упражнений
37	январь	23	15.45-17.15	Практическая работа	2	Пластические упражнения Партерная гимнастика	Танц. зал	Выполнение упражнений,
38	январь	27	15.45-17.15	Практическая работа	2	Элементы народно-сценического танца	Танц. зал	Выполнение упражнений
39	январь	30	15.45-17.15	Практическая работа	2	Элементы народно-сценического танца Партерная гимнастика	Танц. зал	Выполнение упражнений

40	февраль	3	15.45-17.15	Практическая работа	2	Пластические упражнения	Танц. зал	Выполнение упражнений
41	февраль	6	15.45-17.15	Практическая работа	2	Элементы народно-сценического танца Партерная гимнастика	Танц. зал	Выполнение упражнений
42	февраль	10	15.45-17.15	Практическая работа	2	Элементы народно-сценического танца	Танц. зал	Выполнение упражнений
43	февраль	13	15.45-17.15	Практическая работа Беседа	2	Работа над репертуаром Беседа о здоровом образе жизни: «Перекусы и их вред» Партерная гимнастика	Танц. зал	Наблюдение устный опрос
44	февраль	17	15.45-17.15	Практическая работа	2	Элементы народно-сценического танца	Танц. зал	Выполнение упражнений
45	февраль	20	15.45-17.15	Практическая работа	2	Пластические упражнения Партерная гимнастика	Танц. зал	Выполнение упражнений
46	февраль	24	15.45-17.15	Практическая работа	2	Элементы народно-сценического танца	Танц. зал	Выполнение упражнений
47	февраль	27	15.45-17.15	Практическая работа	2	Работа над репертуаром Партерная гимнастика	Танц. зал	Наблюдение,
48	март	3	15.45-17.15	Практическая работа	2	Элементы народно-сценического танца	Танц. зал	Выполнение упражнений
49	март	6	15.45-17.15	Практическая работа	2	Работа над репертуаром Партерная гимнастика	Танц. зал	Наблюдение
50	март	10	15.45-17.15	Практическая работа Беседа	2	Работа над репертуаром Беседа о здоровом образе жизни: «Чистота-залог здоровья»	Танц. зал	Наблюдение, устный опрос
51	март	13	15.45-17.15	Практическая работа	2	Пластические упражнения Партерная гимнастика	Танц. зал	Выполнение упражнений
52	март	17	15.45-17.15	Практическая работа	2	Элементы народно-сценического танца	Танц. зал	Выполнение упражнений
53	март	20	15.45-17.15	Практическая работа	2	Пластические упражнения Партерная гимнастика	Танц. зал	Выполнение упражнений
54	март	24	15.45-17.15	Практическая работа	2	Работа над репертуаром	Танц. зал	Наблюдение,
55	март	27	15.45-17.15	Практическая работа	2	Элементы народно-сценического танца Партерная гимнастика	Танц. зал	Выполнение упражнений
56	март	31	15.45-17.15	Практическая работа	2	Пластические упражнения	Танц. зал	Выполнение упражнений
57	апрель	3	15.45-17.15	Практическая работа	2	Работа над репертуаром Партерная гимнастика	Танц. зал	Наблюдение
58	апрель	7	15.45-17.15	Практическая работа Беседа	2	Работа над репертуаром Беседа о здоровом образе жизни: «Прогулки на свежем воздухе»	Танц. зал	Наблюдение устный опрос
59	апрель	10	15.45-17.15	Практическая работа	2	Работа над репертуаром Партерная гимнастика	Танц. зал	Наблюдение
60	апрель	14	15.45-17.15	Практическая работа	2	Пластические упражнения	Танц. зал	Выполнение упражнений
61	апрель	17	15.45-17.15	Практическая работа	2	Работа над репертуаром Партерная гимнастика	Танц. зал	Наблюдение
62	апрель	21	15.45-17.15	Практическая работа	2	Пластические упражнения	Танц. зал	Выполнение упражнений
63	апрель	24	15.45-17.15	Практическая работа	2	Работа над репертуаром Партерная гимнастика	Танц. зал	Наблюдение
64	апрель	28	15.45-17.15	Практическая работа	2	Пластические упражнения	Танц. зал	Выполнение упражнений
65	май	1	15.45-17.15	Практическая работа	2	Работа над репертуаром Партерная гимнастика	Танц. зал	Наблюдение
66	май	5	15.45-17.15	Практическая работа	2	Работа над репертуаром Беседа о здоровом образе жизни:	Танц. зал	Наблюдение, устный опрос

				Беседа		«Слово как оружие»		
67	май	8	15.45-17.15	Практическая работа	2	Работа над репертуаром Партерная гимнастика	Танц. зал	Наблюдение
68	май	12	15.45-17.15	Практическая работа	2	Пластические упражнения	Танц. зал	Выполнение упражнений
69	май	15	15.45-17.15	Зачет	2	Итоговая аттестация Партерная гимнастика	Танц. зал	Зачет
70	май	19	15.45-17.15	Практическая работа	2	Пластические упражнения	Танц. зал	Выполнение упражнений
71	май	22	15.45-17.15	концерт	2	Концертная деятельность Партерная гимнастика	Танц. зал	Участие в концерте, выступление
72	май	26	15.45-17.15	Беседа	2	Итоговое занятие. Подведение итогов года	Танц. зал	Устный опрос

