

**УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ
ОДИНЦОВСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА
МАУДО ОДИНЦОВСКИЙ ЦЕНТР ЭСТЕТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ**

УТВЕРЖДАЮ



Директор МАУДО ОЦЭВ

И.Н. Козлова

августа 2024 г.

Рассмотрено на заседании

методического совета

« 30 » 08 20 24 г.

Протокол № 1

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности

Объединение:

Образцовый детский хореографический ансамбль народного танца «Конфетти»
(стартовый уровень)

Срок реализации: 3 года

Возраст обучающихся : 4 – 7 лет

Автор – составитель:
Зенина Оксана Георгиевна,
Педагог дополнительного образования

г. Одинцово, 2024

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа разработана для детей 4-7 лет и рассчитана на 3 года обучения – стартовый уровень.

Программа строится в объеме (36 учебных недель в году):

	1 год обучения 4 – 5 лет	2 год обучения 5 – 6 лет	3 год обучения 6 – 7 лет
	Неделя: месяц: год	Неделя: месяц :год	Неделя:месяц:год
Для групп	3,5 ч. :14 ч. :126 ч.	3,5 ч. :14 ч. :126 ч.	4,5 ч. : 20 ч. :162 ч.
Мелкогрупповые	3 ч. : 12 ч. :108ч.	3 ч. : 12 ч. :108ч.	4ч. : 18 ч. :144 ч.
Индивидуальные	0,5 ч. :2 ч. :18 ч.	0,5 ч. :2 ч. :18 ч.	0,5 ч. :2 ч. :18 ч.

Цель:

- ❖ развитие эстетического, творческого и физического потенциала ребенка; приобщение к миру искусства.

Задачи :

В воспитании:

- культуры поведения;
- формирование высокой нравственности;
- формирование чувства товарищества;
- толерантных отношений в коллективе;
- уважения к старшим;
- чувство патриотизма (танец – как историческое и национальное наследие)

В обучении:

- изучение элементов классического танца, как основы всей хореографии;
- элементов народного танца, как развитие характерности, артистичности;

В развитии:

- развить навыки, необходимые для занятий хореографией: ритм, пластика, координация, гибкость, правильное дыхание, память, выносливость;
- привить организованность, собранность, внимание.

Возрастные особенности детей данного возраста:

Большая подвижность, любознательность, готовность к активному познанию нового. Но внимание их быстро притупляется. Координация, ориентация в пространстве достаточно слабая, часто неразвита вообще. Чувство ритма может быть не развито тоже. Почти отсутствует координация между слуховыми и двигательными навыками. Устойчивость небольшая. Физическая выносливость к однообразным нагрузкам слабая.

II. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОБУЧЕНИЯ

Выполнение программы рассчитано на 3 года.

Возраст воспитанников от 4-х до 7-ми лет.

Количество детей в группах (максимальное):

4-5 лет - 15 человек;

5-6 лет - 15 человек;

6-7 лет - 15 человек.

Уровень подготовки детей и условия при приеме в группу 1 года обучения :

Дети набираются в группу с «нулевым» уровнем в возрасте 4-х лет. Если дети добираются в группу на второй или третий года обучения, то желательно наличие начальной танцевальной подготовки. Дети, обладающие хорошими хореографическими данными (пластичность, чувство ритма, музыкальность, артистизм, координация и т.д.), пришедшие на добор, могут быть приняты в группу 2-го и 3-го годов обучения без начальной танцевальной подготовки.

Уровень подготовленности детей к занятиям в хореографическом коллективе определяется на просмотре, где дается несколько упражнений на координацию, чувство ритма, пластику, музыкальность и т.д. или во время нескольких пробных уроков, на которых дети занимаются вместе с основной группой.

Так как дети младшего возраста не всегда могут показать свои возможности с первого урока, то целесообразнее проводить отбор по истечению месяца занятий (как набранных на первый год обучения, так и пришедших на добор).

Обязательное отсутствие медицинских противопоказаний для занятий хореографией.

Формы и методы обучения:

Практические занятия, включающие в себя теорию танца (народного, классического), упражнения на развитие ритмики, пластики, прослушивание и изучение музыкального материала, тренаж на середине и у станка, постановочная и репетиционная работа, упражнения по актерскому мастерству. На первом и втором годах обучения весь материал дается обучающимся методом игры. К третьему году обучения урок по структуре

начинает походить на урок старших групп. Игра, как метод обучения, остается только в упражнениях по актерскому мастерству.

Критерии оценки достижений учащихся:

В течение года проводится несколько открытых уроков для родителей, где можно увидеть, чего достигли воспитанники за определенный промежуток времени.

Предполагаемый результат:

- приобретение обучающимися чувства ритма, координации, ориентации в пространстве, правильного дыхания, памяти, выносливости, умения владеть своим телом;
- знакомство с основами хореографии (теория и практика);
- участие в концертах, проводимых внутри коллектива;
- умение общаться с товарищами по группе и коллективу, уважение к достигнутым успехам (своим и чужим);
- переход к следующему этапу обучения.

III. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА

Для более качественного проведения занятий используются:

- фортепиано;
- магнитофон;
- аудио-видео записи;
- станок, зеркала;
- скакалки, гимнастические палки, коврики, теннисные мячики, игрушки;
- библиотечные подборки по музыкальным произведениям, теории и истории танца.

IV. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	НАЗВАНИЕ БЛОКА	Общее количество часов теории и практики (неделя – год)
1 год обучения		
1	Танцевально-ритмическая разминка	15 мин. – 9 час.
2	Упражнения на середине, исполняемые под народную или классическую музыку	30 мин. - 18 час.
3	Упражнения на пластику и растяжку	50 мин. – 30 час.
4	Изучение танцевальных движений	30 мин. - 18 час.
5	Постановочно-репетиционная работа	40 мин. – 24 час.
6	Игры-перевоплощения, игры на развитие понятий контраста (тихо-громко, вперед-назад, лево-право, верх-низ и т.д.), ритмические игры	15 мин. – 9 час
7	Индивидуальные занятия	30 мин. - 18 час.

		3,5 часа - 126 часов
	2 год обучения	
1	Танцевально-ритмическая разминка	15 мин. – 9 час.
2	Подготовка к исполнению Exercise` в народном или классическом характере на середине	30 мин. - 18 час.
3	Упражнения на пластику и растяжку	50 мин. – 30 час.
4	Изучение и отработка танцевальных движений	30 мин. - 18 час.
5	Постановочно-репетиционная работа	40 мин. – 24 час.
6	Игры-перевоплощения, игры на развитие понятий контраста (тихо-громко, вперед-назад, лево-право, верх-низ и т.д.), ритмические игры	15 мин. – 9 час
7	Индивидуальные занятия	30 мин. - 18 час.
		3,5 часа - 126 часов
	3 год обучения	
1	Танцевально-ритмическая разминка	30 мин. - 18 час.
2	Exercise` в народном или классическом характере	40 мин. - 24 час.
3	Упражнения на середине – изучение и отработка танцевальных движений	40 мин. - 24 час.
4	Постановочно-репетиционная работа	60 мин. - 36 час.
5	Упражнения на пластику и растяжку	50 мин. - 30 час.
6	Игры-перевоплощения, игры на развитие понятий контраста (тихо-громко, вперед-назад, лево-право, верх-низ и т.д.), ритмические игры	20 мин. - 12час.
7	Индивидуальная работа	30 мин. - 18 час.
		4,5 час. - 162 час.

У. СОДЕРЖАНИЕ ИЗУЧАЕМОГО КУРСА

1-ый год обучения (4 – 5 лет)

№	ТЕМА	ТЕОРИЯ / ПРАКТИКА	КОЛ-ВО ЧАСОВ в год (Теор. практ.)
1	2	3	4
1	Танцевально-ритмическая разминка (проводится под аккомпанемент народной или классической музыки). Руки во время разминки по	<ul style="list-style-type: none"> ✓ поклон педагогу и концертмейстеру ✓ прохлопывание музыкального размера ¼, 2/4, 4/4, 1/8 ✓ прохлопывание музыкального темпа ✓ марш на месте с высоко поднятой коленкой на ¼.2/4,4/4,1/8 ✓ повороты на право - налево ✓ марш с высоко поднятой коленкой по кругу 	9 (2 / 7)

	<p>кругу находятся на поясе. (перед построением – 3 мин.упражнения на скакалках)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ ход на полупальцах - пятках ✓ шаг с носка плавный (по тонкой дощечке) ✓ бег- перескок , поднимая прямые ноги перед собой (по лужам) ✓ бег с согнутой в коленке ногой назад ✓ бег с поднятым вперед коленом (лошадки\ паровозик – со звуковым сопровождением, цокаем копытами или гудим) ✓ подскоки высокие (со II полугодия); ✓ галоп (ножки играют в догонялки) – со II полугодия выносятся на диагонали; ✓ танцевальные ходы: шаг с носка на $\frac{1}{4}, 2/4, 4/4$ (со II полугодия) 	
2	<p>Упражнения на середине - исполняются под народную или классическую музыку. Изучаются с помощью игровых приемов. Руки во время исполнения элементов находятся на поясе (за искл.упражнения для рук)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ изучение позиций ног УІ, І («палочки-галочки») ➤ изучение позиций рук – подготовительная, І, ІІ («арбузик – шарик – отпустили полетать») ➤ маленькие приседания по УІ и І позициям («окошки открытые-закрытые») ➤ отведение ноги в заданном направлении по невыворотной І позиции («рисуем солнышко») ➤ упражнения для рук (на очередность и контрастность, на координацию, на повторение, пальчиковая гимнастика) ➤ упражнение на равновесие (цапля-ласточка) ➤ полупальцы, упражнения для стопы ➤ прыжки на месте на 4/4 со сменой характера прыжка (зайки-мишки-лягушки-петрушки-вертушки...) 	<p>18 (4 / 14)</p>
3	<p>Упражнения на растяжку и пластику – исполняются под музыку, выполняются на полу на ковриках</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Наклоны корпуса вперед, в стороны ❖ Подъем корпуса из положения лежа на животе ❖ «Лодочка» ❖ «Складочка» из положения сидя ❖ «Уголок», руки в упор сзади в пол, без упора («самолетик») ❖ «Лягушка» в положении сидя, наклоны вперед ❖ Наклоны к каждой ноге из положения сидя в разножке, наклоны вперед (дотянуться к полу подбородком, животом) ❖ «Березка» ❖ «Колечко» - «корзиночка» ❖ Подготовка к растяжке элемента «шпагат» 	<p>30 (4 / 26)</p>

4	Изучение танцевальных движений на середине (элементы вводятся постепенно, по мере усвоения предыдущего материала) .Все элементы вводятся в изучаемый танец.	<ul style="list-style-type: none"> ○ «Нехочуха» - 2 хлопка на $\frac{1}{4}$, 3 на $\frac{1}{8}$, 2 притопа на $\frac{1}{4}$, 3 на $\frac{1}{8}$ ○ Топотушка «Ай-яй-яй» - 3 притопа, пауза на 4-ый (со II полугодия выносятся на диагонали с продвижением вперед) ○ «Иголочки» (пальцы) ○ Перескоки на 4\4, 2\4 (со II полугодия выносятся на диагонали с продвижением вперед) ○ «молоточки»(подушечка-каблук) на месте ○ «Пружинка» с выносом ноги в сторону на каблук 	18 (4 / 14)
5	<p>Постановочно-репетиционная работа</p> <p>Работа над новым номером:</p> <p>изучение музыки и темы танца;</p> <p>изучение рисунка танца;</p> <p>изучение элементов и связок;</p> <p>сбор номера и отработка его в целом.</p> <p>Работа над готовым репертуаром:</p> <p>-отработка элементов и связок танца;</p> <p>- отработка рисунка танца;</p> <p>- работа над номером в целом.</p>	<p>Сентябрь – октябрь:</p> <p>- «Маленькие утята»</p> <p>Ноябрь-декабрь:</p> <p>- «Колыбельная»</p> <p>Январь-февраль:</p> <p>- «Дружба», «Ягодка-малинка»</p> <p>Март-апрель:</p> <p>Отработка изученного материала</p> <p>Май:</p> <p>подготовка к отчетному концерту</p>	24 (4 / 20)
6	Игры-перевоплощения, игры на развитие понятий контраста (тихо-громко, вперед-назад, лево-право, верх-низ и т.д.), ритмические игры	<p>На уроке дается несколько игр-перевоплощений. Можно предложить этюд на тему «снеговик тает», «цветок растет» и т.д. – это упражнения на умение контролировать различные группы мышц в определенном порядке. Над этюдами дети могут работать под руководством педагога, так и самостоятельно.</p> <p>Упражнение «зеркало» дает возможность детям поработать в паре. Упражнения «маски» - умение управлять своими эмоциями и развитие сценической выразительности. Упражнения на</p>	9 (2 / 7)

		<p>ориентацию в пространстве: «легкий – сильный дождик», «место под солнцем», «построй геометрическую фигуру». Упражнения на характер исполнения, перевоплощение – «танцуем как...», «снежинки», «опавшие листья» . «Кашка – малашка» - тихо-громко, «Дом оленя» - повторение, реакция и др.</p>	
7	Индивидуальная работа	<p>Проводится по мере необходимости для отработки техники танца, номера, растяжки и т. д. Обычно проводится с 1 – 3 детьми.</p>	18 (2 / 16)
8	Прогнозируемый результат	<p>К окончанию учебного года малыши должны уметь приветствовать всех педагогов центра при встрече, общаться в группе со всеми детьми, уметь вести себя во время занятий, открытых уроков, концертов. Ориентироваться в зале, на сцене. Освоить построение в круг, по линейкам, смену линеек, по парам, держать интервалы. На слух определять, какая звучит мелодия (марш, полька, вальс, плясовая, хороводная), уметь прохлопать (протопать) музыкальный размер (1/8, 1/4, 2/4, 4/4) , пройти-пробежать под него. Знать базовые позиции ног, положение рук на корпусе. Знать названия элементов и исполнять их (на разминке, на середине , на гимнастике). Выучить 4 танца (2 из них выставляются на отчетный концерт), принять участие в открытых уроках в течение года и отчетном концерте коллектива. По итогам 1-го года обучающиеся допускаются к следующему этапу обучения.</p>	

2-ой год обучения (5 – 6 лет)

№	ТЕМА	ТЕОРИЯ / ПРАКТИКА	КОЛ-ВО ЧАСОВ (теор. практ)
1	2	3	4
1	Танцевально-ритмическая разминка (проводится под аккомпанемент народной или классической музыки). Руки во	<ul style="list-style-type: none"> ✓ поклон педагогу и концертмейстеру ✓ прохлопывание музыкального размера 1/4, 2/4, 4/4, 1/8 ✓ прохлопывание музыкального темпа ✓ марш на месте с высоко поднятой коленкой на 1/4.2/4,1/8 ✓ повороты на право - налево ✓ марш с высоко поднятой коленкой по 	9 (2 / 7)

	<p>время разминки по кругу находятся на поясе. (перед построением – 5 мин.упражнения на скакалках)</p>	<p>кругу</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ ход на полупальцах-пятках ✓ шаг с носка плавный ✓ бег с согнутой в коленке ногой назад ✓ бег с поднятым вперед коленом ✓ бег «ножницы» ✓ танцевальные ходы: шаг с носка на $\frac{1}{4}, 2/4, 4/4$, шаг-пассе на $4/4$ в свободной I позиции 	
2	<p>Подготовка к исполнению Exercise` в народном или классическом характере на середине. Руки перед исполнением каждого элемента открываются и убираются на пояс.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ повторение (в начале года) позиций ног YI , I ➤ изучение II позиции ног, во II полугодии изучение III и Y позиций ➤ повторение позиций рук – подготовительная, I, II, изучение III позиции ➤ маленькие приседания по YI , I и II позициям, со II полугодия по III и Y позициям ➤ отведение ноги в заданном направлении по невыворотной I позиции с переносом стопы на каблук и обратно ➤ подготовка к изучению маленьких бросков (Battement tendu jete`) по невыворотной I позиции ➤ упражнения для рук (на очередность и контрастность, на координацию, на повторение, пальчиковая гимнастика), подготовка к изучению I Port de bras ➤ полупальцы, ➤ упражнение на равновесие (цапля-ласточка) ➤ прыжки на месте на $4/4$, с поворотом на $\frac{1}{4}$ круга с поворотом головы 	<p>18 (4 14) /</p>
3	<p>Упражнения на растяжку и пластику – исполняются под музыку, выполняются на полу на ковриках, у станка. Количество выполнения одного элемента увеличивается в 2 раза. В работе используется скакалка, сложенная в 4 раза</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Наклоны корпуса вперед, в стороны, в руках скакалка ❖ Подъем корпуса из положения лежа на животе, в руках скакалка ❖ «Складочка» из положения сидя ❖ «Уголок», руки в упор сзади в пол, без упора («самолетик») ❖ «Лягушка» в положении сидя, наклоны вперед ❖ Наклоны к каждой ноге из положения сидя в разножке, наклоны вперед (дотянуться к полу подбородком, животом) ❖ «Березка» ❖ «Колечко» - «корзиночка» ❖ «Лягушка» из положения лежа на животе, пишем букву «П», проходы 	<p>30 (4 26) /</p>

		<ul style="list-style-type: none"> на разножку и обратно. ❖ «Шпагат» ❖ Подъем ноги в сторону и назад с помощью руки 	
4	Изучение и отработка танцевальных движений на середине и по диагоналям	<ul style="list-style-type: none"> ○ Шаг с высоко поднятой коленкой на 2/4, подъем рабочей ноги сильно дотянуть к опорной коленке ○ Соскок на две ноги - соскок на одну ногу, рабочую ногу согнуть в коленке, высоко поднять, стопа сильно сокращена, пятка у коленки опорной ноги – на 2/4 ○ Подскоки в паре ○ Польшка в паре ○ Галопы с разных ног ○ Топотушка с продвижением вперед ○ Шаг с поворотом, голова поворачивается в «точку» вдоль станка ○ «Нехочуха» - 2 хлопка на ¼, 3 на 1/8, 2 притопа на ¼, 3 на 1/8 (увеличивается темп исполнения) ○ Топотушка «Ай-яй-яй» - 3 притопа, пауза на 4-ый (увеличивается темп исполнения) ○ «молоточки» - «каблочки» (подушечка-каблочки) на месте с использованием соскока в пол на опорной ноге ○ «Пружинка» с выносом ноги в сторону на кублук ○ «Ковырялочка» ○ Приставной шаг в сторону с выносом ноги на каблук 	18 (4 / 14)
5	Игры-перевоплощения, игры на развитие понятий контраста (тихо-громко, вперед-назад, лево-право, верх-низ и т.д.), ритмические игры	<p>На уроке дается несколько игр-перевоплощений. Можно предложить этюд на тему «снеговик тает», «цветок растет» и т.д. – это упражнения на умение контролировать различные группы мышц в определенном порядке. Над этюдами дети могут работать под руководством педагога, так и самостоятельно.</p> <p>Упражнение «зеркало» дает возможность детям поработать в паре. Упражнения «маски» - умение управлять своими эмоциями и развитие сценической выразительности. Упражнения на ориентацию в пространстве: «легкий – сильный дождик», «место под солнцем», «построй геометрическую фигуру».</p> <p>Упражнения на характер исполнения,</p>	24 (4 / 20)

		перевоплощение – «танцуем как...» . «Кашка – малашка» - тихо-громко, «Дом оленя» - повторение, реакция и др.	
6	<p>Постановочно-репетиционная работа.</p> <p>Работа над готовым репертуаром: - отработка элементов и связок танца; отработка рисунка танца; работа над номером в целом.</p> <p>Работа над новым номером: изучение музыки и темы танца; изучение рисунка танца; изучение элементов и связок; сбор номера и отработка его в целом.</p>	<p>Сентябрь-октябрь: - «Божья коровка» - постановка; - «Колыбельная» - повторение</p> <p>Ноябрь-декабрь: - «Самовар» - постановка; - «Дружба» - повторение</p> <p>Январь-февраль: - «Про дружбу» - постановка; - «Аэробика для Бобика»</p> <p>Март-апрель: повторение изученного материала</p> <p>Май: Подготовка к отчетному концерту</p>	9 (2 / 7)
7	Индивидуальная работа	<p>Проводится по мере необходимости для отработки техники танца, номера, растяжки и т. д.</p> <p>Обычно проводится с 1 – 3 детьми.</p>	18 (2 / 16)
8	Прогнозируемый результат	<p>К окончанию учебного года обучающиеся должны усовершенствовать приобретенные в прошлом учебном году навыки: поведение в центре, на занятиях и открытых уроках (концертах), ориентация в зале, на сцене, перестроения в ходе урока, на слух определять, какая звучит мелодия, узнавать музыкальный рамер (1/8, 1/4, 2/4, 4/4) , умение пройти-пробежать под него, знать базовые позиции ног, положение рук на корпусе, знать названия элементов и исполнять их (на разминке, на середине , на гимнастике); получить новые теоретические и практические знания по основам хореографии, теории музыки, народному и классическому танцу.</p> <p>Выучить 2 новых танца, отработать ранее разученные. Принять участие в открытых уроках в течение года и отчетном концерте коллектива.</p> <p>По итогам учебного года обучающиеся допускаются к следующему этапу обучения</p>	

3-ий год обучения (6 – 7 лет)

№	ТЕМА	ТЕОРИЯ / ПРАКТИКА	КОЛ-ВО ЧАСОВ (Теор. практ.)
1	2	3	4
1	Танцевально-ритмическая разминка в характере классического танца (по кругу) (перед построением – 5 мин. упражнения на скакалках)	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Поклон педагогу и концертмейстеру ✓ марш с высоко поднятой коленкой ✓ шаг с носка плавный ✓ ход на полупальцах - пятках ✓ бег с поднятым вперед коленом ✓ бег с согнутой в коленке ногой назад ✓ подскоки высокие, низкие (на plie), с поворотом со II полугодия ✓ танцевальные ходы: шаг с паузой на ¼, 2/4, 4/4, ¾- переменный шаг с носка, шаг-пассе ✓ вальсовый шаг по кругу ✓ перестроение по диагоналям 	9 (2 / 7)
2	Танцевально-ритмическая разминка в характере народного танца (музыкальное сопровождение – «Смоленский гусачок») (по кругу) (перед построением – 10 мин. упражнения на скакалках)	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Поклон педагогу и концертмейстеру ✓ 3 шага – притоп и смена ноги ✓ переменный ход на полупальцах - пятках ✓ перескоки с согнутой в коленке ногой назад на 2/, ¼, 1/8 ✓ перескоки с согнутой в коленке ногой в перед на 2/, ¼, 1/8 ✓ шаг-«решеточка» с обеих ног ✓ комбинация: 2 переменных шага с каблука – 4 шага с высоко поднятой коленкой 	9 (2 / 7)
3	EXERCISE`: <u>Характере классического танца:</u> изучается и отрабатывается лицом к станку, за исключением упражнения для рук. Перед исполнением каждого элемента руки открываются на 4/4 из подготовительного положения и кладутся на станок (элементы сознаком * - изучаются со II	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Упражнение для рук (Port de bras` I) ➤ Demi-plie` по I, II, Y позициям; ➤ Battement tendu с I позиции по 4 крестом; ➤ Battement tendu jete` с I позиции по 4 крестом через точку; ➤ Battement releves lent – 45, (90)*; ➤ Releve sur demi-pointes по YI, I позициям; ➤ Passes par` terre` по I позиции*; ➤ Rond de jambe par` terres` по четвертям, с остановкой по точкам *; ➤ Перегибы корпуса; 	12 (3 / 9)

	полугодия)		
4	<p>EXERCICE`: - в характере народного танца: изучается и отрабатывается лицом к станку, за исключением упражнения для рук. Перед исполнением каждого элемента руки открываются на 4/4 из подготовительного положения и кладутся на станок</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Упражнение для рук (Portdebras` I) в характере русской плясовой ➤ Demi-plie` по I, II, Y позициям в характере русского лирического танца; ➤ Battement tendu из I позиции с переносом стопы с носка на каблук и обратно по 4 крестом в характере украинского танца; ➤ Battement tendu jete` с I позиции по 3 крестом в характере белорусского танца через точку; ➤ Подготовка к исполнению «Веровочки»; ➤ Battement releve lent – 45, (90)* в характере белорусского танца «Перепелочка»; ➤ Releve sur demi-pointes по YI, I позициям в характере закарпатского танца, подготовка к вращениям с отработкой точки; ➤ Подготовка к исполнению каблучного Battement tendu * в характере русского танца; ➤ Перегибы корпуса в характере украинского лирического танца 	<p>12 (3 / 9)</p>
5	<p>Классический танец Элементы изучаются и отрабатываются на середине, у станка, по диагоналям. По мере усвоения вводятся новые элементы или усложняется исполнение уже изученных. Отработанные элементы собираются в танцевальные композиции.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Изучение выворотных (открытых) позиций ног, рук; ▪ Port de bras` I, II (упражнения для рук и корпуса); ▪ Temps` leve` (трамплинные прыжки) по I и II позициям *; ▪ Templie` (исполнение элементов слитно); * ▪ Pas de bourre без перемены ног *; ▪ Повороты на п\п на 1\4; 1\2; целый круг* ▪ Изучение вальсового шага * по кругу ▪ Шаг с поворотом по диагонали ▪ Подскоки с поворотом ▪ Прыжки с продвижением вперед по Y позиции* ▪ Исполнение комбинаций польки по диагоналям: <ul style="list-style-type: none"> - простая; - батман-полька; - полька, исполняемая назад; - 2 польки – 4 подскока; - галопы; 	<p>12 (3 / 9)</p>
6	<p>Народный танец Элементы изучаются и</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ Шаги с поворотом по диагонали ○ Перескоки с поворотом по 	<p>12 (3 / 9)</p>

	<p>отрабатываются на середине , у станка, по диагоналям. По мере усвоения вводятся новые элементы или усложняется исполнение уже изученных. Отработанные элементы собираются в танцевальные композиции.</p>	<p>диагонали*</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Ковырялочка с продвижением вперед ○ Подскоки с поворотом ○ «Мячики» (у мальчиков) ○ Топотушка с продвижением вперед ○ «Молоточки-каблучки» ○ Белорусский ход («Крыжачок», «Бульба») ○ Синкопированный удар с продвижением вперед ○ Изучение позиций рук и ног в народном танце; ○ Ковырялочка ; ○ Прыжки (соскоки) «в пол» на месте и с поворотами на $1\frac{1}{4}$, $1\frac{1}{2}$ круга *; ○ Подготовка к исполнению вращения, отработка «точки» ○ Припадание *; ○ Синкопированные удары, простой «ключ» *; ○ «Елочка», «Гармошка» * ○ Прыжки «поджатые» с поворотом на $\frac{1}{4}$ круга ○ 	
7	<p>Упражнения на растяжку и пластику – исполняются под музыку, выполняются на полу на ковриках, у станка.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Наклоны корпуса вперед, в стороны ❖ Подъем корпуса из положения лежа на животе ❖ Упражнения на пресс ❖ «Складочка» из положения сидя ❖ «Уголок» без упора («самолетик») ❖ «Лягушка» в положении сидя, наклоны вперед ❖ Наклоны к каждой ноге из положения сидя в разножке, наклоны вперед (дотянуться к полу подбородком, животом) ❖ «Березка»- «складочка» ❖ «Колечко» - «корзиночка»- «коробочка» ❖ «Лягушка» из положения лежа на животе, пишем букву «П», проходы на разножку и обратно. ❖ «Шпагат» <p>Подъем ноги в сторону (alesgon) и назад (bilman) с помощью руки</p>	<p>30 (4 / 26)</p>
7	<p>Игры-перевоплощения, игры</p>	<p>На уроке дается несколько игр-перевоплощений. Можно предложить</p>	<p>12 (2 / 10)</p>

	на развитие понятий контраста (тихо-громко, вперед-назад, лево-право, верх-низ и т.д.), ритмические игры	этюды на тему «снеговик тает», «цветок растет» и т.д. – это упражнения на умение контролировать различные группы мышц в определенном порядке. Над этюдами дети могут работать под руководством педагога, так и самостоятельно. Упражнение «зеркало» дает возможность детям поработать в паре. Упражнения «маски» - умение управлять своими эмоциями и развитие сценической выразительности. Упражнения на ориентацию в пространстве («место под солнцем», «построй геометрическую фигуру»), упражнения на характер исполнения, перевоплощение – импровизация.	
8	Постановочно-репетиционная работа Работа над готовым репертуаром:- отработка элементов и связок танца; отработка рисунка танца; работа над номером в целом. Работа над новым номером: изучение музыки и темы танца; изучение рисунка танца; изучение элементов и связок; сбор номера и отработка его в целом.	Сентябрь-октябрь: - «Одинцовский гусачок» - пост.; -«Про дружбу» -повторение - «Колыбельная» - повторение Ноябрь-декабрь: - «Яблоки-веники» - пост.; - «Аэробика для Бобика» - повт. - «Колыбельная» - повт. Январь-февраль: - «Шире круг» - постановка; - «Самовар» - повторение; - «Божья коровка» - повторение	36 (6 / 30)
9	Индивидуальная работа	Проводится по мере необходимости для отработки техники танца, номера, растяжки и т. д. Обычно проводится с 1 – 3 детьми.	18 (2 / 16)
10	Прогнозируемый результат	К окончанию учебного года обучающиеся должны усовершенствовать приобретенные в прошлом учебном году навыки и получить новые теоретические и практические знания по основам хореографии, теории музыки, народному и классическому танцу. Выучить 2 новых танца, отработать ранее разученные. Принять участие в открытых уроках в течение года.	

		<p>Принять активное участие в отчетном концерте коллектива. Возможно участие в конкурсной программе, согласно концертно-конкурсного плана объединения.</p> <p>По итогам учебного года обучающиеся допускаются к следующему этапу обучения</p>	
--	--	---	--

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА К СОДЕРЖАНИЮ ИЗУЧАЕМОГО КУРСА

ТАНЦЕВАЛЬНАЯ РАЗМИНКА (ТР) необходима для разогрева мышц ног, корпуса, рук перед работой у станка. Во время разминки воспитанники «заряжаются» настроением, характером предстоящего урока, так как разминка проходит в определенном характере: народном или классическом. Также, разминка удобна для закрепления и отработки уже изученных элементов, используемых в танцах, возможность придать сухим элементам легкий, веселый характер. ТР – это движения из повседневной жизни детей, но исполняемые под музыку, это работа над координацией слуховых и двигательных навыков. Во время ТР воспитанники учатся владеть корпусом во время движения, приучаются красиво держать руки, голову, вырабатывают красивый танцевальный шаг.

EXERCISE, исполняемый в КЛАССИЧЕСКОМ ИЛИ НАРОДНОМ характере.

Элементы изучаются от простого к сложному. Первое представление об элементе идет не под музыку, а под счет педагога. Впоследствии, работа идет под музыку, но также сопровождается «помощью» педагога, т. е. счет под музыку. Усложнение в программе идет за счет увеличения количества изучаемых элементов, ускорением темпа исполнения, увеличения количества повторений элемента во время тренажа, слитности исполнения движений, включение изученного элемента в танцевальную композицию. У малышей успех при освоении и отработке элемента обеспечивает «оживление» каждого элемента, придание игровой ситуации:

- Demi-plie` (приседания в открытой или закрытой позиции) может быть и «качелями», «прятками за ...», «катание на тучке» и т.д.;

- battement` tendus` (движение ноги по полу с оттягиванием подъема) – «рисует что-то на полу», «отодвигаем носочком листья (камни)» и т.д.

Перед исполнением каждого элемента проверяется правильность подготовительного положения рук и ног, аккуратного исполнения preparations`. Элементы исполняются по одному, без связок (изучение tempslie`, т.е. слитного исполнения изучается только на третьем году обучения), медленно (на 2 такта – 1 такт). Обязательно надо вводить название элемента на «родном» французском языке и тут же объяснять это название на русском языке. Дети этого возраста очень любят все необычное и «взрослое». Перед исполнением элемента под музыку проверяется правильно ли учащиеся поняли задание.

Первые 2 года обучения учащиеся работают на середине, по линиям. Линии обязательно надо менять местами, чтобы дети разного роста периодически работали и в первой и в последней линии. Малыши выполняют элементы по невыворотной I, II, III позициям и по YI (или закрытой I). Выворотные позиции (открытые) отрабатываются на третьем году обучения у станка.

На третьем году обучения дети начинают работать у станка, стоя лицом к нему или, стоя между станком и стеной при изучении *plie`* и *battement tendu`* в сторону – это дисциплинирует корпус и не дает возможность расслабить ноги между исполнениями элемента. Количество повторений элемента колеблется от 2-х до 4-х раз, т.к. однообразная работа быстро утомляет малышей и эффект может быть не достигнут.

УПРАЖНЕНИЯ НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА, ВЫПОЛНЯЕМЫЕ В КЛАССИЧЕСКОМ ИЛИ НАРОДНОМ ХАРАКТЕРЕ.

На I, стартовом этапе, на середине идет работа над координацией в пространстве, устойчивостью. Отрабатываются элементы и связки, которые используются в танцах. Отрабатывается исполнительское мастерство.

УПРАЖНЕНИЯ ПО ПЛАСТИКЕ И РАСТЯЖКЕ (PAR` TERRES`).

У малышей еще не утрачена подвижность и гибкость суставов и мышц. Задача на данном этапе – не потерять эту способность к растяжке и развить ее для дальнейшей, более сложной, работы. Необходимо научить воспитанников контролировать работу мышц и связок (натянутость колена, подъема, выворотности стоп, зажатости спины в области поясницы, опущенности плеч и лопаток). Подход очень индивидуальный, т.к. у детей разные физические данные, связки и суставы очень слабые – при неосторожной работе возможна травма.

ИГРЫ, КАК УПРАЖНЕНИЯ ПО АКТЕРСКОМУ МАСТЕРСТВУ.

Дети этого возраста достаточно открыты, раскрепощены и обладают достаточной фантазией, чтоб найти возможность изобразить разные вещи, события, обладающие конкретными данными. Сложнее с абстрактными понятиями. Во время исполнения игровых заданий самостоятельно или с подсказкой педагога воспитанники учатся владеть своими эмоциями и вносить их в исполнении танцевальных композиций. Мимика лица у малышей подвижна, но иногда хаотична – необходимо приучить их владеть своим лицом так же, как и жестами. Работая перед зеркалом в зале, дети самостоятельно находят индивидуальную манеру исполнения одинаковых для всех элементов.

ПОСТАНОВОЧНО-РЕПЕТИЦИОННАЯ РАБОТА.

В этом возрасте дети, в основном, играют. Следовательно, и танцы лучше усваиваются у них с игровым содержанием – сюжетные.

1 год обучения:

- ❖ «КОЛЫБЕЛЬНАЯ»
- ❖ «ДРУЖБА»

- ❖ «МАЛЕНЬКИЕ УТЯТА»
- ❖ «ЯГОДКА-МАЛИНКА»

(учащиеся могут подпевать во время исполнения танца, что способствует более успешному изучению связок и движений, т.к. включаются разные виды памяти и координации. Движения соответствуют словам из песенки)

2 год обучения:

В репертуаре сохраняются танцы, изученные в прошлом году и добавляются новые, в которых могут проследиваться элементы народного танца:

- ❖ «САМОВАР»
- ❖ «АЭРОБИКА ДЛЯ БОБИКА»
- ❖ «БОЖЬЯ КОРОВКА»
- ❖ «КОЛОБОК»

3 год обучения:

Номера более длинные, появляется сюжетная линия, увеличивается количество используемых элементов и связок, усложняется рисунок. Музыкальный материал так же усложняется, увеличивается темп, отсутствуют слова-опоры в песенках. В то же время, сохраняются детские танцы 2-го года обучения

- ❖ «ОДИНЦОВСКИЙ ГУСАЧОК»
- ❖ «ЯБЛОКИ-ВЕНИКИ»
- ❖ «ШИРЕ КРУГ»
- ❖ «ЛАПОТОЧКИ»

ПРИМЕРНЫЙ ПЛАН ЗАНЯТИЙ НА НЕДЕЛЮ

1 год обучения

- 1 день:**
- | | |
|---|-----------|
| 1. Построение, переключка, постановка задачи,
приветствие | - 2 мин. |
| 2. Танцевально-ритмическая разминка,
перестроение на линии (полукруг), | - 5 мин. |
| 3. Игра | - 3 мин. |
| 4. Упражнения на середине | - 10 мин. |
| 5. <u>Перерыв на размещение ковриков</u> | - 5 мин. |

6. Упражнения на пластику и растяжку	- 10 мин.
7. Изучение танцевальных элементов	- 7 мин
8. Постановочно-репетиционная работа	- 10 мин.
9. Танец-игра, этюд по актерскому мастерству	- 4 мин.
10. Построение, подведение итогов занятия, Поклон	- 2 мин.

2 день: построение урока сохраняется.

3 день: урок партерной гимнастики

1. Построение, переключка, постановка задания приветствие	- 2 мин
2. Разминка	- 10 мин
3. упражнения на растяжку и укрепление мышц, связок	- 30 мин.
4. Игровые задания	- 5 мин.
5. Постановочно-репетиционная работа	- 10 мин.
6. Построение, подведение итогов урока Поклон	- 2 мин.

Построение индивидуального занятия зависит от задачи, которую необходимо решить данным уроком: отработка элементов или постановка отдельных фрагментов номера. Поскольку индивидуальное занятие длится всего 30 минут, то вводить перерыв не обязательно. Но обязательно проводится в начале урока приветствие и разминка и поклон в конце занятия.

2 год обучения

Растяжка выносится отдельным уроком, перед началом проводится обязательная разминка.

1 день: 1. Построение, переключка, постановка задачи, приветствие	- 2 мин.
2. Танцевальная разминка	- 10 мин.
3. Перестроение на диагонали\линии, Упражнения на середине	- 15 мин.
4. Танец-игра, этюд по актерскому мастерству	- 5 мин.
5. Изучение танцевальных элементов, репетиция	- 10 мин.

- | | |
|--|-----------|
| 6. Постановка \повторение номера | - 15 мин. |
| 7. Построение, подведение итогов занятия, поклон | - 3 мин |

2 день: построение урока сохраняется.

3 день: урок партерной гимнастики

- | | |
|--|-----------|
| 7. Построение, переключка, постановка задания
приветствие | - 2 мин |
| 8. Разминка | - 10 мин |
| 9. упражнения на растяжку и укрепление
мышц, связок | - 30 мин. |
| 10. Игровые задания | - 5 мин. |
| 11. Постановочно-репетиционная работа | - 10 мин. |
| 12. Построение, подведение итогов урока
Поклон | - 2 мин. |

Построение индивидуального занятия зависит от задачи, которую необходимо решить данным уроком: отработка элементов или постановка отдельных фрагментов номера. Поскольку индивидуальное занятие длится всего 30 минут, то вводить перерыв не обязательно. Но обязательно проводится в начале урока приветствие и разминка и поклон в конце занятия.

3 год обучения

Растяжка выносится отдельным уроком, перед началом проводится обязательная разминка.

- | | | |
|----------------|--|-----------|
| 1 день: | 1. Построение, переключка, постановка задач, приветствие | - 2 мин. |
| | 2. Танцевальная разминка по кругу | - 10 мин. |
| | 3. Ехегсісе` в народном характере | - 20 мин. |
| | 4. Упражнения по актерскому мастерству,
Танец-игра-перевоплощение | - 10 мин. |
| | 5. Исполнение элементов на середине, изучение
новых элементов | -20 мин. |
| | 7. Репетиция, постановка | - 20 мин. |
| | 8. Построение, окончание занятия | - 2 мин |

2 день: построение урока сохраняется, меняется только характер исполнения танцевальной разминки и ехегсісе` с народного на классический.

3 день: урок партерной гимнастики

- | | |
|--|-----------|
| 1. Построение, переключка, постановка задач, приветствие | - 2 мин |
| 2. Танцевальная разминка | - 10 мин. |
| 3. Упражнения на растяжку и укрепление мышц, связок | - 50 мин. |
| 4. Постановочно-репетиционная работа | - 20 мин. |
| 5. Построение, подведение итогов урока, поклон | - 2 мин |

Построение индивидуального занятия зависит от задачи, которую необходимо решить данным уроком: отработка элементов или постановка отдельных фрагментов номера. Поскольку индивидуальное занятие увеличилось до 1 часа, то целесообразно ввести 5-минутный перерыв (чтоб не «остыли» связки и мышцы) . Обязательно проводится в начале урока приветствие и разминка и поклон в конце занятия

Схема построения урока постоянна на весь период обучения. Отдельно составляется план на проведение открытого урока. Подробное описание занятия дается в поурочном плане. Поурочный план составляется один на несколько уроков, объединенных одной темой.

VI. ПРОСВЕТИТЕЛЬСКАЯ И ДОСУГОВАЯ РАБОТА

1. Тематические беседы о музыке, характере танцев разных народов (общее и отличное), о происхождении танцев. в теч. урока
2. Прослушивание аудио записей. Беседы о различных музыкальных произведениях, композиторах. в теч. урока
3. Посещение тематических концертов, театральных постановок в теч. года

VII. ЭТАПЫ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОНТРОЛЯ

№	Сроки	Какие знания, умения, навыки контролируются	Форма подведения итогов
1	В теч. года	Оценивается работа на уроке (прилежание), теоретические знания	Устная оценка
2	Октябрь, Апрель (со 2-го года обучения Декабрь, Апрель)	Показываются все навыки, приобретенные в ходе занятий за истекший период	Открытые уроки для родителей
3	Май	Показывается 2-3 отработанных танца	Отчетный концерт
4	С 3-го года обучения – (См. План коллектива на год)	Показывается 2-3 отработанных танца	Фестивальная программа с 3-го года обучение

--	--	--	--

УШ. МЕТОДИЧЕСКАЯ РАБОТА

Разработана общая программа на 12 лет, рассчитанная на учащихся 4 – 16 лет.
По данной возрастной группе разработана индивидуальная программа.
Составляется план на каждый год обучения.
Составляется поурочный план.
На открытые занятия составляется отдельный план.
Проводится консультационная работа для педагогов в форме открытого урока.
Выступление на методических объединениях и педсоветах.
Разработаны публикации на проблемные и актуальные темы.
Работа с сайтом.
При работе над постановкой танца используются различные источники по теории танца, аудио-видео материалы, энциклопедические данные.

ИСПОЛЬЗУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА:

- Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Рольф, 1999.
Базарова Н., Мэй В. Азбука классического танца. Изд. 2-е. – Л., 1983.
Борзов А. Танцы народов СССР. – М., 1983, 1984.
Ваганова А.Я. Основы классического танца. Изд. 7-ое. – С.-П.: Лань, 2002.
Вербицкая А. Основы сценического движения. – М., 1983.
Васильева Т.К. Секрет танца. – С.-П.: Диамант, 1997.
Воронина И. Историко-бытовой танец: учебное пособие. – М., 1980.
Горшкова Е.В. От жеста к танцу. – М.: Гном и Д, 2002.
Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Упражнения у станка. – М.: Владос, 2002.
Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала. – М.: Владос, 2004.
Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Этюды. – М.: Владос, 2004.
Звездочкин В.А. Классический танец. – Ростов н/Дону: «Феникс», 2005.
Климов А.А. Основы русской народной хореографии. – М.: МГИК, 1981.
Климов А.А. Основы русского народного танца. – М.: МГИК, 1994.
Климов А.А. Русский народный танец. – М.: Госуниверситет культуры, 1996.
Костровицкая В.С. 100 уроков классического танца. – Л.: Искусство, 1981.
Левин М.В. Гимнастика в хореографической школе. – М.: Терра-спорт, 2001.
Македонская И.В. Размышления о драматическом искусстве в классическом балете. – М.: МГАХ, 2002.
Никитин В.Ю. Модерн – методика преподавания. – М.: ВЦХТ, 2002.
Прибылов Г.Н. Методическое пособие по классическому танцу для педагогов-хореографов младших и средних классов. М.: Интермакс-ТК, 2007.
Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать. – М.: Владос, 2004.
Тарасов Н.И. Классический танец. – М., 1971.
Ткаченко Т.С. Народный танец. – М., 1954.
Устинова Т. Русские танцы. – М.: Молодая гвардия, 1955.
Устинова Т. Избранные русские народные танцы. – М., 1996.
Чурко Ю. Белорусский народный танец. – Минск, 1972.

ЛИТЕРАТУРА, РЕКОМЕНДУЕМАЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ:

- Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Рольф, 1999
- Базарова Н., Мэй В. Азбука классического танца. Изд. 2-е. – Л., 1983
- Борзов А. Танцы народов СССР. – М., 1983, 1984.
- Васильева Т.К. Секрет танца. – С.-П.: Диамант, 1997.
- Звездочкин В.А. Классический танец. – Ростов н/Дону: «Феникс», 2005.
- Устинова Т. Русские танцы. – М.: Молодая гвардия, 1955.