Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа № 155 г. Челябинска»

Утверждаю

Директор «МАОУ СОШ №155 г.Челябинска»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ М.В.Грищук

Приказ №\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

От « »\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2017г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ**

**ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

художественно-эстетической направленности

**«Хореография как средство эстетического и физического
воспитания в школе»**

возраст учащихся: 7-11 лет,

Срок реализации: 4 года

Усова Влада Вячеславовна

 педагог дополнительного образования

г. Челябинск

2021 г.

Оглавление

1. Целевой раздел

Информационная карта…………………………………………….…………….3

Пояснительная записка………………………………………………….………..4

Характеристика средств, применяемых на уроках хореографии

Задачи уроков различные периоды обучения

Подготовка и проведение урока по хореографии

2. Содержательный раздел

Основное содержание программы

3. Организационный раздел

Методическое обеспечение программы

Перечень используемых информационных ресурсов

Перечень используемого учебного оборудования

**Информационная карта**

1. Направленность: художественно-эстетическая.
2. Вид образовательной деятельности: дополнительное образование.
3. Тип программы: авторская.
4. Цель обучения программы: одноцелевая.
5. Уровень освоение программы: специализированный.
6. Уровень реализации программы: среднее общее образование.
7. Форма реализации программы: групповая.
8. Форма организации содержания и процесса педагогической деятельности: модульная.
9. Возрастная категория: 7-11 лет.
10. Продолжительность реализации программы: 4 года.

**1. Пояснительная записка**

**Направленность программы: Художественно-эстетическа.**

Задачей современной образовательной школы является формирование творческой личности школьника, развитие его художественной деятельности.

Путь интенсивного обновления учебно-воспитательного процесса создает сегодня оптимальные условия для развития творческих способностей личности школьника.

Сущность творчества многие исследователи рассматривают как через личность, ее характеристики, так и через процессы, имеющие место в творческой деятельности.

Значительное место в воспитательном процессе сегодня занимает танец. Включение предмета хореографии в программу обучения школьников на картине мира, в которой танец – одна из существенных и неограниченных возможностей ученика.

На занятиях по хореографии осуществляется не только приобретение умений и навыков, но и проходит формирование отношений личности школьника к реальной действительности по законам красоты.

Таким образом, развивается интеллект формируется поведение, отношение личности к миру, к людям, к природе, к результатам своего труда и к себе.

Хореография имеет образную природу, истоки ее коренятся в пластических мотивах и интонациях, характерно-выразительных элементах.

Хореография – искусство изначально синтетическое, поскольку музыка усиливает выразительность танцевальной пластики, дает ей эмоциональную и ритмическую основу.

Ученики постигают законы ритмики и движения, развивают в себе чувство времени и пространства. Через искусство хореографии происходит самовыражение и самореализация личности ученика.

В основе программы лежит изучение русского уральского народного танца и первая цель привить детям любовь к народному танцу.

Хореографическое искусство учит детей красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивает физическую силу, выносливость, ловкость, смелость.

Занимаясь этим видом искусства, ученики приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, учатся понимать профессиональное хореографическое искусство.

Основная цель дисциплины:

1. Расширить кругозор учащихся;
2. Углубить гуманитарное образование;
3. Стимулировать личностное развитие через формирование интереса к танцевальной культуре и потребности в ней как неотъемлемой части духовной культуры в целом.

Основными задачами являются:

1. Активизация интереса учащихся к танцевальному искусству;
2. Развитие умения быть зрителем;
3. Развитие самостоятельности творческой работы;
4. Участие в фестивалях, конкурсах, концертных мероприятиях;
5. Формирование знаний, умений и навыков хореографического искусства;
6. Стимулирование творческой активности учащихся;
7. Привить любовь к русскому уральскому танцу.

Кроме учебно-профессиональных задач программа выполняет социальные задачи:

1. Обеспечение досуга ребенка;
2. Воспитание творческой личности;
3. Корректировка характера коллективом;
4. Укрепление и восстановление здоровья;
5. Воспитание чувства коллективизма и ответственности.

Программа рассчитана на 2 периода обучения:

Первый период – начальный. Это 1-й и 2-й год обучения.

Второй период включает в себя обучение 3-го, 4-го, года занятий хореографией.

Реализация программы происходит с детьми младшего и среднего школьного возраста **7-11 лет**. Набор детей осуществляется путём набора в специализированный хореографический класс, а также наличием медицинской справки об общем состоянии ребенка и разрешение на усиленную физическую нагрузку. Общий цикл программы **4 года**.

Формы и режим занятий:

 Основной формой организации образовательного процесса является групповое учебное занятие в виде урока. Кроме того, предполагаются открытые занятия для родителей, участие в школьных мероприятиях, участие в концертной деятельности, участие в конкурсах и фестивалях.

Оценка эффективности реализации программы:

 Эффективность оценивается педагогом в соответствии с образовательной программой, исходя из того, освоил ли воспитанник за год все то, что должен был освоить. В повседневных занятиях самостоятельная отработка учениками танцевальных движений позволяет педагогу оценить, насколько понятен учебный материал, внести соответствующие изменения.

 Важным параметром успешного обучения является устойчивый интерес к занятиям, который проявляется в регулярном посещении занятий каждым воспитанником, стабильном составе коллектива. Эти показатели постоянно анализируются педагогом и позволяют корректировать работу.

В конечном итоге, успех обучения характеризуются участием в различных конкурсах, фестивалях и концертах, где они могут показать уровень профессиональной обученности.

**Характеристика средств, применяемых на уроках хореографии**

Основное содержание обучения составляет движения классического, народного танца, ритмика, ритмопластическая гимнастика.

**РИТМИКА**

Умение согласовать свои действия с музыкальным ритмом определяет музыкальность. Это умение приходит в процессе освоения хореографических упражнений, однако с целью более успешного, осознанного освоения музыкальных ритмов в занятиях хореографией, применяются специальные упражнения, музыкальные игры.

Ритмические упражнения воспитывают чувства ритма, ощущение сильных и слабых долей такта, умение ритмично исполнить движения.

Можно выделить несколько групп ритмических упражнений:

* хлопки на каждую четверть, на первую четверть такта, на каждую долю такта с паузой;
* разновидность шагов и бега в различном темпе, с хлопками;
* музыкальные игры.

Применение ходьбы и бега в занятиях способствует развитию силы мышц ног, воспитанию правильной осанки. Часто применяются следующие виды ходьбы: на полупальцах, на пятках, в полуприсяди, острым шагом, пружинным шагом.

В отличие ходьбы бег имеет безопорную фазу, и выполняется интенсивнее шага. Например: острый, пружинный, высокий. Движения рук при выполнении ходьбы и бега могут быть различными. Характер шага или бега следует подчинять характеру музыки.

Движения с расслаблением применяются для устранения излишней координациональной и тонической напряженности, воспитание свободных, не закрепощенных движений, а также для снятия нервного напряжения, и стимуляции процессов восстановления.

Для развития гибкости помимо упражнений на растягивание необходимо выполнять комплексы специальных упражнений:

* лицом к опоре, наклон назад;
* боком к опоре;
* пружинистые наклоны вперед;
* шпагаты в трех направлениях.

Для развития прыгучести применяются упражнения общей и специальной скоростно-силовой направленности:

* прыжки со скакалкой;
* прыжки через скамейку;
* прыжки в продвижении;
* затяжные.

Все уроки хореографии проводятся с музыкальным сопровождением.

Музыка обладает огромной силой непосредственного эмоционального воздействия и способствует повышению продуктивности любой сфере деятельности человека. Музыка является не только фоном, создающим эмоциональный настрой занятий, но и средством формирования умения выполнять движения в согласовании с ритмом, динамикой, характером произведения.

Большое значение для успешного урока хореографии имеет мастерство концертмейстера, обладающего чувством меры, художественным вкусом, он должен уметь подбирать произведения, которые точно согласовались бы с учебными заданиями и в то же время не были монотонными и примитивными.

Общими канонами для подбора музыкальных произведений являются танцевальность, образность, оптимистический характер, завершенность мелодии.

**КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ**

Классический танец является одной из старейших систем, всесторонне готовящих учащихся к исполнению любого вида хореографии. Таким образом, изучение данного предмета дает достаточную физическую подготовку и основу для восприятия учащихся различных видов хореографии. Основой основ в системе обучения остается академический стиль. Именно он позволяет сохранить чистоту, пластику, мастерство танца.

Классический экзерсис вырабатывает:

* выворотность;
* развернуть ног и бедра;
* силу и гибкость, балетную осанку;
* грациозность, элегантность, свободу движений;
* повышает физическую работоспособность.

Уроки классического танца строятся таким образом, чтобы движения чередовались правильно и гармонично, переключал нагрузку с одних мышц и связок на другие.

Поэтому в процессе обучения нужно строго придерживаться:

* принципа последовательности;
* принципа возрастания от простого к сложному;
* принципа учета физической нагрузки.

Хореографическая подготовка начинается с элементов классического танца у станка, затем на середине.

В классическом танце можно условно выделить две группы движения:

1. Подготовительные.

Деми плие, гран плие, батман тандю, рон де жамб пар терр, рон де жамб ан лер, гран батман жэте, девлоппэ.

2. К основным упражнениям хореографии относятся движения, разучивание которых связано с формированием сложного двигательного навыка, развитие специальных физических качеств.

К ним относятся равновесия (позы), повороты, прыжки.

Классический танец решает одну из основных и наиболее сложных задач – становление мастерства и воспитания выразительности движений. Выразительность движения проявляется в хорошей осанке, красивом повороте головы, в умении принять правильное положение тела, в точных устойчивых положениях равновесия, слитно и мягко выполнять движения, парить в прыжке. Следовательно, выразительность – это качество, проявляющееся в хорошей технике, в правильной школе исполнения, это хороший «апломб» и темп во время вращений, элегантность.

**НАРОДНО – СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ**

 Урок народно-сценического танца должен стать основой совершенствования техники исполнения движения, помочь овладеть стилистической народной хореографией, уметь передать ее национальные особенности и характерную манеру исполнения.

Хореограф должен хорошо разбираться в особенностях народных танцев, не допускать смешений стилей, которые приводят к утрате национального колорита.

Народные танцы складывались на основе национальных особенностей быта, труда, религиозных и семейных праздников, учитывая географические, климатические, жизненные и бытовые условия. разучивание хороводов, плясок и отдельных движений должно идти в сопровождении лучших образцов народной песни и танцевальной музыки. Музыкальное сопровождение уроков должно воспитывать у учащихся вкус и знакомит их с лучшими произведениями. Большую помощь при выборе музыкального сопровождения уроков может оказать «Хрестоматия русского народного танца».

Русский народный танец – явление синкретическое, он органически связан с пением и игрой, музыкой и костюмом, лексикой и рисунком. Танец – это движение, а движение – это жизнь. В нем воплощаются все действия человека от рождения до смерти.

Он организует тело человека, благородно влияет на все функции организма, нервную систему, делает человека собранным, внутренне ритмичным, свободным, воспитывает волю и внимание, обостряет восприятие, эмоциональность.

Для тренировки тела, приобретения «школы» умений и навыков необходим «тренаж», который включает в себя занятия у станка и на середине. Учебный процесс является основой, помогающей воспитанию мышц, координации, культуры и манеры исполнения к предупреждению травм.

Жесты, мимика, позы, движения ног, рук, головы, корпуса составляют Танцевальную лексику. По лексике можно определить, какому региону, области, району принадлежит танец.

Лексика в танце бывает образная, подражательная, естественно-пластическая.

**Образная** – создает ассоциацию с определенным образом (гусь, олень, петух), ее называют эмоционально-подражательной.

**Естественно-пластическая** – подсказанная самим действием, развивающемся в танце.

**Традиционная** – выработанная веками и находится в постоянном развитии, о чем свидетельствуют танцы, созданные в наши дни, отличающиеся от старинных танцев не только выразительностью, но и богатством танцевальных движений, которые можно разделить на десять групп:

1. «Ходовые движения, построенные на шагах».
2. «Веревочки».
3. «Ковырялочки».
4. «Прыжковые движения».
5. «Подбивочные движения».
6. «Маталочные движения».
7. «Дробные движения».
8. «Хлопушки».
9. «Приседания».
10. «Вращения».

Сочетание нескольких движений есть танцевальная комбинация, которая стоится по законам развития от простого к сложному, имеет начало и завершение. Танцевальная комбинация, как и вся лексика, должна возникнуть из самого развития танца и быть подчинена смыслу танца.

Любое движение должно работать на образ танца.

Механическое включение в русский народный танец движений из танцев других народов, элементов спорта может привести к тому, что русский народный танец потеряет связь с основой, которая его породила, может привести к стиранию его национальных черт.

Истинная красота танца зависит не от количества движений и степени их сложности, а от глубины и правдивости чувств и мыслей, выраженных понятным, убедительным, естественным танцевальным языком.

**Задача уроков в различные периоды обучения**

Особенности построения урока хореографии зависят от конкретных педагогических задач.

Большое внимание хореографической подготовке уделяется на начальных этапах обучения. Правильная постановка задач определяет содержание урока, способствует лучшей организации и проведению его.

В зависимости от педагогических задач уроки можно классифицировать следующим образом:

* обучающий урок;
* тренировочный урок;
* контрольный урок;
* разминочный урок;
* показательный урок.

**Обучающий**: основная задача – освоение отдельных элементов и соединений.

**Тренировочный** – подготовка организма к предстоящей работе, а также сохранение достигнутого уровня.

**Контрольный** – подытоживать освоение очередного раздела, хореографической подготовки, выставляя оценки.

**Разминочный** – в период подготовки к концертной деятельности выполнять стабильный комплекс упражнений, цель которого – разогревание организма и снятие излишней психологической напряженности.

**Показательный** – главное здесь – это зрелищность, которая будет определяться оригинальностью подобранных комбинаций и этюдов, сменой темпа, характера движений, согласованностью работы и высоким индивидуальным мастерством учащихся.

**Подготовка и проведение урока хореографии**

Готовясь к уроку, хореограф должен определить его направленность. Начинающему хореографу необходимо иметь подробный план – конспект урока. С приобретением педагогического опыта можно не записывать урок, но тщательно продумывать его обязательно, не забывая при этом следующие правила:

1. Все движения выполнять и правой, и левой ногой.
2. Все движения и классического, и народного танцев изучаются сначала у станка, затем на середине.
3. Необходимо требовать от занимающихся четкого начала и завершения упражнений;
4. это дисциплинирует, приучает к точности и законченности в работе.

Во время проведения урока преподаватель должен разумно сочетать показ упражнения с объяснением, особенно при освоении нового движения. Показ должен быть технически грамотным и четким с определенной выразительной окраской. Каждому возрасту свойственна своя манера исполнения движений.

Особенно важно это учитывать при работе с маленькими детьми.

Показ не должен заменять собой те указания и замечания, которые педагог может сделать лаконичнее, образнее устно.

Хореографу нужно не только увидеть ошибку, сделать замечание, но и добиться от учащихся выполнения своих указаний, проявляя строгость, взыскательность и вместе с тем доброжелательность.

Программа первого периода состоит из двух разделов:

1. Ритмика и ритмопластическая гимнастика – коллективно-порядковые, ритмические упражнения. Это ориентация детей в пространстве и времени, развитие музыкальности.
2. Танец – равномерное развитие координации рук, ног, корпуса, знакомство и изучение основных движений танцев «Полька» и «Вальс».
	* Элементы народного танца, понятие о диапазоне народных танцев.
	* Подготовка учеников к более сложным движениям и физическим нагрузкам.

Цель первого периода:

* развитие творческих способностей учащихся;
* приобщение их к миру искусства на уроках хореографии.

В процессе обучения у ребят формируется:

* чувство ритма;
* выразительность движения;
* внимание и дисциплина на уроках;
* развитие опорно-двигательного аппарата;
* выработка балетной осанки.

В конце каждого года обучения проводятся открытые уроки для родителей, чтобы показать уровень подготовки ребят в процессе обучения на уроках хореографии.

Программа второго периода обучение включает в себя:

1. Классический танец.
2. Народно-сценический танец.

 Основы классического танца – составляют элементы классического экзерсиса, исполняют сначала у станка, затем на середине.

Классический экзерсис вырабатывает:

* выворотность;
* развернутость ног и бедер;
* балетную осанку;
* понятие о сгибаниях, приседаниях, выпячиваниях, подъемах, о прыжках и вращениях.

Основы классического танца прочны и неизменны.

Народно-сценический танец.

Урок народно-сценического танца должен стать основой совершенствования техники исполнения движений, помочь овладеть стилистической народной хореографией, умением передать ее национальные особенности и характерную манеру исполнения.

Уроки классического и народно-сценического танца строятся таким образом, чтобы движения чередовались правильно и гармонично, переключая нагрузку с одних групп мышц и связок на другие.

Поэтому в процессе обучения нужно строго придерживаться:

* принципа последовательности;
* принципа возрастания от простого к сложному;
* принципа учета физической нагрузки.

Цель второго периода обучения

* расширить и углубить знание хореографии;
* воспитание музыкальности, профессиональной памяти и внимания;
* повышение технического уровня танца, то есть умение выполнять все движения, из которых состоит танец, овладевать танцевальной выразительностью, то есть не только научиться хорошо танцевать, но и уметь правдиво играть на сцене, создавая образ – актерское мастерство.

В процессе обучения уже со второго года занятий хореографией ребята начинают принимать участие в школьных мероприятиях. Концертные номера посвящены таким датам, как 1 сентября, День учителя, Новый год, 8е Марта, 23 февраля, День рождения школы, а также в городском школьном конкурсе «Хрустальная капель». Ребята старших классов принимают активное участие не только в школьных мероприятиях, но и в конкретных выступлениях района и города. Участвуют в районной новогодней кампании, где танцуют и поют в вокально-хореографических спектаклях.

Создание танцевальных классов в школе осуществляет базовую подготовку для ансамбля «Самоцветы».

Одна из главных профессиональных задач студии:

* вырастить новое поколение на традициях прославленного коллектива;
* привить любовь к русскому уральскому танцу через Золотой фонд программы;
* продолжить историческую веху созданием новых произведений и сохранением школы ансамбля.

**Объем программы**

Занятия проводятся в форме кружковой работы, группой 25-30 человек.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Год обучения | Кол-во часов в неделю | Всего часов за год |
| I | 5 | 178 |
| II | 4 | 140 |
| III | 4 | 140 |
| IV | 5 | 178 |
|  |  | 636 |

Форма обучения: очная

Вид занятий: групповой

Срок освоения программы: 4 года

Режим занятий:

I-III года обучения: 140 часов в год, 4 часа в неделю, продолжительность занятий 40 мин

II-IV года обучения: 178 часов в год, 5 часов в неделю, продолжительность занятий 40 мин

**Планируемые результаты освоения программы**

**План учебной работы**

**I год обучения**

ритмика – 100 часов

танец – 78 часов

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Содержание | Всего | Теория | Практика |
| Ритмика  |
| 1 | Организационное собрание. Образная беседа. | 2 | 2 |  |
| 2 | Ритмические движения в соответствии с характером музыки. | 8 | 2 | 6 |
| 3 | Гимнастические комплексы, гимнастические упражнения. | 12 | 2 | 10 |
| 4 | Музыкально-ритмические навыки. | 12 | 2 | 10 |
| 5 | Навыки выразительных движений (н.в.д.) | 12 | 2 | 10 |
| 6 | Ритмические построения. | 13 | 1 | 12 |
| 7 | Прыжки с хлопками, музыкально-ритмические прыжки (м.р.п.) | 11 | 1 | 10 |
| 8 | Метроритм и его выразительность. | 12 | 1 | 11 |
| 9 | Знакомство с рисунком танца. | 18 | 3 | 15 |
| Танец |
| 10 | Постановка корпуса. | 7 | 1 | 6 |
| 11 | Этюдная работа (с хлопками, на образы). | 7 | 1 | 6 |
| 12 | Виды ходьбы с перестроениями, этюд «Солдатики». | 9 | 1 | 8 |
| 13 | Танцевальные шаги. | 13 | 1 | 12 |
| 14 | Музыкально-выразительные движения (этюд – игра «Оркестр») | 8 | 2 | 6 |
| 15 | Игры на развитие прыжков. | 12 | 2 | 10 |
| 16 | Работа ног (позиции ног, вскоки на полупальцы). | 11 | 1 | 10 |
| 17 | Виды бега. | 11 | 2 | 9 |
| Итого за год | 178 | 27 | 151 |

**II год обучения**

ритмика – 60 часов

танец – 80 часов

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Содержание | Всего | Теория | Практика |
| Ритмика  |
| 1 | Повторение и закрепление пройденного материала:* метро-ритм и его выразительность 2/4 полька;
* 3/4 вальс, 4/4 марш;
* гимнастические упражнения;
* прыжки.
 | 7 | 2 | 5 |
| 2 | Элементы портретного тренажа. | 9 | 1 | 8 |
| 3 | Перестроения рисунка с комбинированными ритмическими упражнениями. | 11 | 1 | 10 |
| 4 | Прыжки. Бег. Ритмические навыки. | 8 | 1 | 7 |
| 5 | Самостоятельные задания на ритмический рисунок. | 5 | 1 | 4 |
| 6 | Упражнения на развитие координации. | 8 | 1 | 7 |
| 7 | «Вальсовая дорожка» - шаги. | 4 | 1 | 3 |
| 8 | Движения на развитие выворотности. | 6 | 1 | 5 |
| Танец |
| 9 | Повторение и закрепление пройденного материала:* позиции ног;
* шаг с подскоком, галоп, приставные шаги, ковырялочка;
* этюды.
 | 4 |  | 4 |
| 10 | Основные положения рук в народном танце. | 9 | 1 | 8 |
| 11 | Белорусские движения. Белорусская «Полька – шутка». | 13 | 1 | 12 |
| 12 | Основные шаги и движения русского танца:* ковырялка, гармошка, присядка «мячики», веревочка в подскоке, подбивка, моталочка, этюд «Матрешки».
 | 21 | 1 | 20 |
| 13 | Финский танец – движения и комбинации. | 20 | 2 | 18 |
| 14 | Этюд на основе финского танца. | 8 |  | 8 |
| 15 | Подготовка к вращению. | 7 | 1 | 6 |
| Итого за год | 140 | 15 | 125 |

**III год обучения**

классический танец – 80 часов

народный танец – 60 часов

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Содержание | Всего | Теория | Практика |
| Классический танец – все движения проучиваются лицом к станку. |
| 1 | Позиции ног у станка. | 6 | 1 | 5 |
| 2 | Постановка корпуса. Перегибы корпуса. | 6 | 1 | 5 |
| 3 | Позиции рук. I port de bras, II port de bras. | 6 | 1 | 5 |
| 4 | Demi plie, grand plie. | 5 | 1 | 4 |
| 5 | Releve. | 5 | 1 | 4 |
| 6 | Battement tendu. | 5 | 1 | 4 |
| 7 | Прыжки: soute, echappe. | 6 | 1 | 5 |
| 8 | * Rond de jambe par terre.
* Passé par terre.
* Понятие en dehors и en dedans.
 | 11 | 2 | 9 |
| 9 | Battement tendu jete. | 5 | 1 | 4 |
| 10 | Понятие epaulement на середине зала. | 6 | 2 | 4 |
| 11 | Pass couruu (бег вперед, назад). | 8 | 2 | 6 |
| 12 | Cou-de-peied (положение ноги). | 6 | 1 | 5 |
| 13 | Pas de bourre, balanse. Комбинации. | 5 | 1 | 4 |
| Народный танец |
| 14 | Основные ходы. Шаги русского танца. | 8 | 1 | 7 |
| 15 | Подготовка к дробям. Дроби. | 7 | 1 | 6 |
| 16 | Одинарные хлопки и удары фиксирующие. Хлопки. | 6 | 1 | 5 |
| 17 | Полуприсядка. Присядка. | 6 | 1 | 5 |
| 18 | Поклоны. Комбинация на поклон. | 8 |  | 8 |
| 19 | Движения русского танца: - па де баск;- припадания;- веревочка;- разножка. | 9 | 1 | 8 |
| 20 | Вращения. | 7 | 1 | 6 |
| 21 | Русский этюд (на основе проученного материала). | 9 |  | 9 |
| Итого за год | 140 | 22 | 118 |

**IV год обучения**

классический танец – 78 часов

народный танец – 100 часов

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Содержание | Всего | Теория | Практика |
| Классический танец |
| 1 | Повторение и закрепление пройденного материала лицом к станку. Классический экзерсис (боком к станку). | 7 | 3 | 7 |
| 2 | Demi plie, grand plie. | 6 | 1 | 5 |
| 3 | Battement tendu. | 6 | 1 | 5 |
| 4 | Battement tendu jete. | 5 | 1 | 5 |
| 5 | Rond de jambe par terre. | 5 | 1 | 5 |
| 6 | Pas jete picce. | 5 | 1 | 5 |
| 7 | Battement bondu. | 6 | 1 | 5 |
| 8 | Прыжки: sauté, ehappe, echappe battu, chagement de pied, chasse. | 11 | 3 | 10 |
| 9 | Battement frappe. | 5 | 1 | 5 |
| 10 | III port de bras. | 6 | 2 | 5 |
| 11 | Crand battement jete. | 8 | 1 | 5 |
| Народный танец |
| 12 | Веревочки. | 6 |  | 6 |
| 13 | Моталочка. | 5 |  | 5 |
| 14 | Каблучные. | 5 |  | 5 |
| 15 | Вращение. Вращения в парах (движения уральского танца). | 9 | 1 | 8 |
| 16 | Присядки. | 7 | 1 | 6 |
| 17 | Прыжки. | 6 |  | 6 |
| 18 | Колесо и шпагаты по диагонали. | 4 |  | 4 |
| 19 | Уральский бег. Бег. | 3 |  | 3 |
| 20 | Шаги. Припадание. | 4 |  | 4 |
| 21 | Ползунок. | 6 |  | 6 |
| 22 | Закладки. | 6 |  | 6 |
| 23 | Движения рук в украинском танце. | 10 | 2 | 8 |
| 24 | Основные движения украинского танца. | 11 | 1 | 10 |
| 25 | Украинский этюд. | 11 | 1 | 10 |
| 26 | Комбинации на хлопушки. Дробные комбинации. Работа в парах – движения уральского танца. | 7 | 1 | 6 |
| Итого за год | 178 | 23 | 155 |

**МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ
Приемы, принципы и методы организации образовательного процесса.**

 Для достижения цели, задач и содержания программы необходимо опираться в процессе обучения на следующие хореографические принципы:

•принцип формирования у детей художественного восприятия через пластику;
•принцип развития чувства ритма, темпа, музыкальной формы; •принцип обучения владению культурой движения: гибкость, выворотность, пластичность.

Принципы дидактики:

• принцип развивающего и воспитывающего характера обучения;
• принцип систематичности и последовательности в практическом овладении основами хореографического мастерства;
• принцип движения от простого к сложному как постепенное усложнение инструктивного материала, упражнений, элементов классического, народного, бального танца;
• принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения, показа;
• принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности учащихся;
• принцип доступности и посильности;
• принцип прочности обучения как возможность применять полученные знания  во внеурочной деятельности, в учебных целях.

Для реализации программы в работе с учащимися применяются следующие *методы*:
1. Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения – образы.
2. Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др.
3. Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям.
4. Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.

*Приемы*:
• комментирование;
• инструктирование;
• корректирование.
 **Техническое и дидактическое обеспечение занятий.**

Важным условием выполнения учебной программы является достаточный уровень материально – технического обеспечения:
- наличие специального зала, оснащенного зеркалами, тренировочными станками;
- качественное освещение в дневное и вечернее время;
- музыкальная аппаратура, аудиозаписи,
- специальная форма и обувь для занятий;
- костюмы для концертных номеров (решение подобных вопросов осуществляется совместно с родителями).

**Список использованной литературы**

1. «Азбука классического танца» В. Костровицкая. – С.-Пб.: Искусство, 1972
2. Биомеханика хореографических движений. Е. Котельникова. – С.-Пб.: Искусство, 1973
3. «Избранные русские народные танцы» Т. Устинова. – М.: Искусство, 1996
4. Методические рекомендации и приложения. Учет психолого-педагогических особенностей детей различных возрастных групп. 1-3 кл.
5. Методические рекомендации и приложения. Учет психолого-педагогических особенностей детей различных возрастных групп. 5-7кл.
6. «Музыка и движение» / упражнения, игры, пляски для детей 5-6 лет. Авторы – составители: С.И. Белкина, Е.Н. Соковина, Т.П. Ломова. – М.: Просвещение, 1983
7. «Музыка и движение» / упражнения, игры, пляски для детей 6-7 лет. Авторы – составители: С.И. Белкина, Е.Н. Соковина, Т.П. Ломова. – М.: Просвещение, 1984
8. «Областные особенности русского народного танца» Н.И. Зайкин, Н.А. Зайкина. – Орел, 1999
9. «Основы классического танца» учебное пособие. – С.-Пб.: Искусство, 1963
10. «Основы русского народного танца» А. Климов. – М.: Искусство, 1981
11. «Полная энциклопедия быта Русского народа» И. Панкреев. – Олма-Пресс, ООО СКЦ Норд, 1998
12. «Секрет танца» Т.К. Васильева. – ТОО «Диамант», ООО «Золотой век», 1997
13. «Сто уроков классического танца» В. Костровицкая. – С.-Пб.: Искусство, 1972
14. «Танцы разных народов» Т. Ткаченко. – М.: Искусство, 1967