

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
«Бичурский Дом детского творчества»

Утверждена приказом МБОУ ДО «Бичурский Дом детского творчества» от 19.05.2016 г. № 19/ДЛО  
Директор МБОУ ДО «Бичурский Дом детского творчества»  
И. В. Тимофеева

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа**

**«РИТМИКА И ТАНЕЦ»**

Направленность: художественная

Для обучающихся 6-16 лет,

3 года обучения

Составитель Утенкова Ирина Владимировна

педагог дополнительного образования

Бичура 2016

## Содержание

1. Титульный лист
2. Паспорт программы
3. Пояснительная записка
  - Цели и задачи образовательного процесса
  - Разделы программы
  - Ожидаемые результаты
  - Методические указания
  - Методические приемы
4. Учебный план образовательной программы
5. Учебно-тематический план первого года обучения
6. Учебно-тематический план второго года обучения
7. Учебно-тематический план третьего года обучения
8. Содержание образовательной программы
9. Содержание курса первого года обучения
10. Содержание курса второго года обучения
11. Содержание курса третьего года обучения
12. Материально техническое обеспечение программы
13. Методы вовлечения в объединение
14. Принципы организации творческой деятельности
15. Диагностика личностно- индивидуальных достижений кружковца
16. Литература для педагога
17. Литература для воспитанников
18. Ресурсы интернета
19. Приложение

## Паспорт программы

Образовательная программа «Ритмика и танец»

Руководитель программы Утенкова И. В.

Организация- исполнитель: МБОУ ДОД «Бичурский Дом детского творчества»

Адрес организации-исполнителя: с.Бичура , ул.Коммунистическая 55 «Б»

Телефон 8 30133 41 6 84

email:[ytenkovaipina@bk.ru](mailto:ytenkovaipina@bk.ru)

[www.proshkolu.ru/9503837977](http://www.proshkolu.ru/9503837977)

Составитель программы: Утенкова И. В, педагог дополнительного образования

Программа реализуется в МБОУ ДОД «Бичурский Дом детского творчества»;

МБОУ СОШ №3

Возраст детей: 6-16

Срок реализации-3 года

Направленность: хореография

Вид программы - модифицированный

Уровень реализации – среднеобщее образование

Уровень освоения – общекультурный

Способ освоения содержания образования - креативный

## **Пояснительная записка.**

Хореографическое искусство учит детей красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивает физическую силу, выносливость, ловкость и смелость. Благодаря систематическому хореографическому образованию и воспитанию учащиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию профессионального хореографического искусства.

**Направленность программы "Ритмика и танец"** по содержанию является художественно-эстетической: по функциональному предназначению досуговой, учебно-познавательной и общекультурной; по форме организации- групповой, кружковой, для самостоятельных коллективов, общедоступной...

**Особенность программы** состоит в том, что большая часть урока, на первом году обучения, опирается на партерный экзерсис и также предусмотрен отдельный блок сценическое движение, в котором по годам обучения расположены блоки: актерское мастерство и творческая деятельность.

**Новизна программы** состоит в том, что в ней учтены и адаптированы к возможностям детей разных возрастов основные направления танца и пластики, включающие: гимнастику, ритмику, классический, народно- сценический, балльный и современный танец. В программе суммированы особенности программ по перечисленным видам танца, что позволяет ознакомить обучающихся со многими танцевальными стилями, направлениями и народностями танца. Ознакомиться с историей жизни старообрядцев их быт и характер исполнения танца. Такой подход направлен на раскрытие творческого потенциала и темперамента детей, а также на развитие их сценической культуры.

**Актуальность программы** обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни. Укрепление психического и физического здоровья. Получение общего эстетического, морального и физического развития.

**Педагогическая целесообразность** программы объясняется основными принципами, на которых основывается вся программа, это- принцип взаимосвязи обучения и развития: принцип взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей, дает детям возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности. Эстетическое воспитание помогает становлению основных качеств личности: активности, самостоятельности, трудолюбия.

В процессе занятий двигательное чувство тренируется, движения приводятся в соответствие с музыкальным сопровождением. Привычка соотносить двигательные ощущения с музыкой приводит к осознанию и дифференциации мышечных групп. Постепенно мышечное чувство закрепляется в определенных динамических стереотипах, которые в свою очередь путём обратной связи закрепляют и слуховые. Понимание танцевального движения как музыкально двигательного вырабатывает привычку внимательно слушать музыкальные интонации и передавать их в движении.

Особенностью содержания работы по музыкально - ритмическому воспитанию учащихся является включение этого вида в стимулирование развития основных психических процессов: внимания, памяти, воли, образного мышления средствами музыки и выразительного движения.

Программа «Ритмика и танец» нацелена на общее, гармоничное, духовное и физическое развитие, а ее содержание и формы работы могут конкретизировать в зависимости от возможностей детей, от ведущих целей их воспитания (например, коррекционных). Поэтому содержание программы, практический материал могут варьироваться с учетом условий ее использования. И главное, на что должен быть нацелен педагог, это приобщение к движению под музыку всех детей - не только способных и одаренных в музыкальном и двигательном отношении, но и неловких, заторможенных, которым нужно помочь обрести чувство уверенности в своих силах путем подбора для них такого материала, в котором проявятся скрытые возможности ребенка, его «изюминки» и индивидуальность, а слабые стороны, наоборот, будут завуалированы. Ведь доказано, что занятия движениями для детей с задержкой или патологией в развитии имеют особое значение, потому что двигательные упражнения тренируют в первую очередь мозг, подвижность нервных процессов (исследование Н.А. Берштейна, И.М. Сеченова, В.М. Бехтерева, методика М. Фильденкрайза и другие). В то же время, движение под музыку является для ребенка и одним из самых привлекательных видов деятельности, игрой, возможностью выразить эмоции, реализовать свою энергию, поэтому оно в целом сказывается благотворно на его состоянии и воспитании

**Цель:** приобщение детей к искусству хореографии, развитие их художественного вкуса, потребностей и интересов, имеющих общественно значимый характер.

Используя разнообразные и доступные движения классического, народного, бального, элементы современной пластики, можно создать танцевальный репертуар, имеющий целью воспитания личности.

Развить у ребенка музыкальность; двигательных качеств и умений; умений ориентироваться в пространстве; творческие способности; тренировка психических

процессов; нравственно-коммуникативные качества личности. Укрепить психическое и физическое здоровье.

**Задача:** формирование у учащихся танцевальных знаний, умений и навыков на основе овладения и освоения программного материала.

Учить детей выразительно и непринужденно двигаться в соответствии с музыкальными образами.

Учитывая, что в танцевальный кружок часто посещают дети без специального отбора, одной из задач хореографа является исправление дефектов осанки, если они обнаружатся (кифоз, лордоз, сколиоз). Следует обращать внимание на положение всей ноги и стопы в полной и неполной выворотности чтобы не было наклона в голеностопном суставе ни снаружи, ни внутри.

Задачи первого года обучения

Образовательные:

Формирование специальных знаний, умений и навыков музыкального движения.

Воспитательные:

Приобщение детей к хореографическому искусству.

Формирование внимания, уважение к людям, терпимость к чужому мнению, культуры поведения и общения в коллективе.

Развивающие:

Пробуждение творческой активности ребенка. Расширение кругозора. Раскрытие индивидуальных способностей. Раскрепощение ребенка.

Задачи второго года обучения

Образовательные:

Формирование умения самостоятельно выполнять и ориентироваться в пространстве.

Выполнение новых сложных элементов. Формировать специальные знания по предмету.

Воспитательные:

Формирование любви к хореографии

Формирование умения проектировать свое будущее с позиции нравственно, эстетически и интеллектуального развития личности.

Развивающие:

Развитие познавательной и творческой активности, фантазии, образного и логического мышления.

### **Задачи третьего года обучения**

Образовательные:

Приобретение технических знаний и умений самостоятельно придумывание разных жанров этюдов.

Воспитательные:

Формирование умения нравственно-эстетической оценки окружающей деятельности.

Формирование потребности в самообразовании и дальнейшем развитии умений и навыков в хореографическом искусстве.

Приобщение детей к непреходящим человеческим ценностям, к бережному сохранению и продолжению традиций своего народа.

Развивающие:

Раскрытие творческих способностей детей.

Результатом работы является участие всех ребят посещающий кружок в концертах, вечерах, мероприятиях, как в районных, так и в республиканских

**Отличительные особенности:** в программу может вводиться реорганизация в содержательный компонент и учебно-тематический план. Содержание корректируется в зависимости от потребностей всех участников воспитательно-образовательного процесса: педагога, обучающихся, родителей, образовательного учреждения.

**Возраст детей:** Программа обучения предназначена для учащихся 6-16 лет

### **Сроки реализации программы:**

Занятия проводятся:

1 год обучения- 2 раза в неделю по 1 часа - 72 часа в год;

2 год обучения- 2 раза в неделю по 2 часа – 144 часов;

3 год обучения- 2 раза в неделю по 3 часа – 216 часов

Общая продолжительность реализации программы составляет 432 часов.

Занятий проходят с 15-минутными перерывами через каждые 45 минут для отдыха детей и проветривания помещения.

Продолжительность и количество групповых и индивидуальных занятий регулируется Уставом образовательного учреждения.

## **Формы организации обучающихся на занятии**

Программа предлагает следующие формы работы:

- групповая (выполнение коллективных работ (используется на практических занятиях, в самостоятельной работе учащихся и т.д.);
- индивидуальная (сольный, дуэт, трио);
- коллективная (ансамблевая).

Индивидуальные занятия обеспечивают более глубокий подход к личности каждого обучающегося и организацию его самостоятельной творческой деятельности. Обязательным в работе с детьми должен быть результат – выполнение работы и участие в различных конкурсах и концертах.

Одновременно в группе могут заниматься 10- 15 человек.

Каждое занятие по темам программы включает теоретическую и практическую часть: рассказ с целью получения знаний (теоретическая часть), познавательные беседы, практическая часть (совместная, индивидуальная, самостоятельная), выступления.

Основное место на занятиях отводится практическим работам, которые являются основной формой обучения. В процессе практической работы, последовательно обучающиеся осваивают отдельные приемы и методы. Целью каждой практической работы ставится законченный значимый результат. Обучаемые получают практические навыки работы.

В основу программы положено обучение, основанное на развитии интереса и творческих возможностей обучающихся. Каждому ребенку раскрыть свои индивидуальные способности

В объединение дети принимаются по желанию. При помощи тестирования (по годам обучения) обучающиеся могут зачисляться на второй, третий год обучения и обучаться по программе зачисленного года. В программе определено количество часов на изучение тем, которые могут изменяться в зависимости от корректировки программы.

### **Программа включает в себя 7 разделов.**

#### **Раздел №1. Организационное занятие.**

Организация групп по возрастам, знакомство с вновь прибывшими.

Расписание занятий (кол-во часов, время занятий)

Оформление класса (станок, зеркала, пол)

Форма одежды (обувь, репетиционная форма, прическа)

#### **Раздел №2. Азбука музыкального движения.**

Этот раздел включает коллективно-порядковые и ритмические упражнения, имеющие целью музыкально-ритмическое развитие учащихся. На 1 -м году обучения они строятся на шаги и беги в различных рисунках, ориентируя детей в пространстве и времени, развивая музыкальность. В дальнейшем, ритмическое воспитание происходит на элементах танцевальных движений.



### **Раздел №3. партерная гимнастика.**

В этот раздел включены упражнения, способствующие развитию и укреплению определенных групп мышц (мышц спины, брюшного пояса, рук, ног), а также развивающие подвижность суставов, эластичность связок, гибкость позвоночника. Занятия партерной гимнастикой способствуют формированию правильной красивой осанки, укреплению здоровья.

### **Раздел №4. основы классического танца.**

В этот раздел входят элементы классического танца и упражнения, подготавливающие учеников к более сложным движениям и физической нагрузке.

Они укрепляют мышцы спины, рук, ног, формируют осанку, способствуют развитию координации движений.

### **Раздел №5. Основы народного танца.**

В раздел входят танцы России, а также упражнения, необходимые для усвоения техники. На этом материале необходимо дать учащимся представление о характере национальных плясок, от спокойных до темпераментных, от танца, где ведущая роль принадлежит рукам и корпусу.

### **Раздел № 6. Воспитательная работа.**

Этот раздел включает в себя беседы об искусстве, прослушивание музыки, просмотр видеокассет, посещения выступлений хореографических коллективов.

### **Раздел №7. Репертуар.**

На основе овладения программным материалом реализация танцев

## **Ожидаемые результаты**

### **За первый год обучения дети должны:**

- Научится слушать музыку, воспринимать ее характер, отражать его в движениях и пластике;
- выполнять движения в различных темпах;
- дети должны четко определять вступление, окончание вступления начало, и окончание части, периода, предложения, фразу, акцентировать конец музыкально-танцевальной фразы (притопом, хлопком, прыжком, соскоком на обе ноги и т. д.)
- освоить понятие «жест» и его значение в танце;
- правила построения в шеренгу, колонну, круг; позиции ног и рук;
- правила постановки корпуса;
- характерные особенности женской и мужской пляски;
- история возникновения русского танца;

- направления развития русского танца: хоровод, пляска, перепляс, кадрили;
- характер и манеру исполнения танцев, предлагаемых программой.
- содержание музыкальных игр и упражнений
- выполнять последовательность и расклад движения

### **За второй год обучения дети должны:**

- дети должны определять особенности танцевальных жанров (классический, вальс, полька, марш, современные, народные танцы и т. д.)
- освоить выразительность исполнения движений под музыку;
- уметь самостоятельно отобрать в движении основные средства музыкальной выразительности;
- знать правила постановки рук, группировки пальцев в классическом, народном и современном танце;
- уметь использовать препазы;
- освоить положение "стоя боком к станку"
- освоить большой объем разнообразных комбинаций и отдельных видов движений;
- уметь передавать свой опыт младшим, организовать общение с другими детьми;
- точно реагировать на изменения темпа;
- правила исполнения дробей и вращений;
- передавать характер, стиль, художественный образ танца, созданный музыкой

### **За третий год обучения дети должны:**

- способность к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений;
- точность и правильность исполнения движений в танцевальных и гимнастических композициях;
- усваивать материал: воспринять, осмыслить, применить, проверить результат
- Воспринимая - ощущай;
- Осмысливая - чувствуй;
- Запоминая - действуй, пробуй;
- Проверяя результат - показывай другому;
- выполнить дробь в такт, из-за такта, соединить их в комбинацию;
- знать технику исполнения прыжков;
- знать элементы джаз танца, современные стили танцев, а также элементы бального танца

- свободно и осознанно исполнить любой танец в соответствии с программным репертуаром.

### **Методические указания**

Занятия делятся для первого года обучения по одному академическому часу, второго года обучения два академических часа, третьего года обучения три академических часа с 15 минутными перерывами два раза в неделю, с группой по 10-15 человек. Структура занятий может варьироваться.

Знания, умения, навыки, получаемые детьми на занятиях, закрепляются:

- путем повторения одних и тех же элементов движения в одном направлении;
- путем их использования в комбинациях (переменное направление в разном ритме, сочетание с другими движениями);
- путем использования их как средства выражения в различных танцевально-музыкальных ситуациях;
- разъяснением правил и техники исполнения.

Занятия проводятся в игровой и репетиционной форме, для занятий экзерсисов вводятся дидактические музыкально-танцевальные игры. Для занятий партерной гимнастикой используются палас, соответствующий росту ребенка.

Каждое занятие начинается и заканчивается приветственным поклоном.

Художественно-творческая деятельность детей тесно связана с концертной деятельностью. Коллектив «Спектр» дает более 20 концертов в год, выступает с отдельными номерами.

Ценностно-ориентационная деятельность детей определяется социальной оценкой их творчества. Она формируется благодаря участию в праздниках, районных, республиканских и региональных конкурсах и фестивалях «Бал у Терпсихоры», современных танцев «Супер Данс» сельских праздниках, позволяющих детям демонстрировать свое мастерство. Участники ансамбля «Спектр» являются победителями районных конкурсов танцевальных коллективов.

### **Методические приемы**

Организация занятий основам хореографии обеспечивается рядом методических приемов, которые вызывают у детей желание творчества.

Для каждого упражнения, танца выбираю наиболее эффективный путь объяснения данного музыкально-двигательного задания.

**Метод показа.** Разучивание нового движения, позы предваряю точный показ. Это необходимо и потому, что в исполнении движение предстает в законченном варианте. Ребята сразу видят художественное воплощение образа, что будит воображение. В некоторых случаях, особенно в начале работы, выполняю упражнения вместе с детьми, чтобы увлечь их и усилить эмоционально-двигательный ответ на музыку.

**Словесный метод.** Методический показ не может обойтись без словесных пояснений. Разговорная речь, тесно связанной, с движением, жестом и музыкальной интонацией. Словесные объяснения краткие, точны, образны и конкретны. Детей с первых же занятий нужно познакомить со специальными терминами. В словесном методе очень важна и интонация, и то, с какой силой сказано слово. Словом можно стимулировать активность учеников, но можно и убить их веру в себя.

Музыкальное сопровождение как методический прием. Рассчитывать на то, что ребята сами научатся чувствовать музыку, вряд ли возможно. Своими пояснениями должна помочь детям приобрести умение согласовывать движения с музыкой. Правильно выбранная музыка несет в себе все те эмоции, которые затем исполнители проявляют в танце.

**Импровизационный метод.** На занятиях хореографией имеет смысл постепенно подводить детей к возможности импровизации, то есть свободного, непринужденного движения, такого, как подсказывает музыка.. И только путем различных упражнений, этюдов, может помочь детям раскрепоститься, обрести внутреннюю и внешнюю свободу и уверенность. При использовании импровизационного метода на занятии никакого предварительного прослушивания музыки не нужно. Ребята должны сами находить необходимые движения под непосредственным ее воздействием и направить внимание ребенка на подлинный характер музыки, на поиск собственных красок и оттенков в исполнении.

**Метод иллюстративной наглядности.** Занятие с детьми вовсе не исчерпывается только задачами физической и музыкальной тренировки. Полноценная творческая деятельность не может протекать без рассказа о танцевальной культуре прошлых столетий, без знакомства с репродукциями, книжными иллюстрациями, фотографиями и видеофильмами. Конечно, это не должно быть лишь пассивным созерцанием предложенного для просмотра материала. Необходимо выяснить, понятен ли он детям, понравился или нет и почему, а может быть, и помочь разобраться в увиденном.

**Игровой метод.** Суть игрового метода в том, что подбирается для детей такая игра, которая отвечает задачам и содержанию занятия, возрасту и подготовленности

занимающихся. При обучении детей движениям хорошо использовать игровые приемы, способствующие эмоционально-образному уточнению представлений о характере движений, например: («Нужно прыгать, как зайчик»; «Побежим легко и тихо, как мышки»). Игра всегда вызывает у ребят веселое настроение. И интерес у них не снижается, даже если по ходу игры преподаватель вносит те или иные изменения, усложняя или облегчая задание. Именно в игре легче всего корректировать поведение воспитанников. В одних случаях подбадривающее слово педагога вызовет положительные эмоции, в других — сдерживающее слово побуждает соотнести свое поведение с предъявляемыми требованиями.

**Концентрический метод** заключается в том, что по мере усвоения детьми определенных движений, танцевальных композиций, вновь возвращается к пройденному, но уже предлагаются все более сложные упражнения и задания.

И еще очень важное для нас правило: Общение с детьми на занятии должно проходить в атмосфере радости и это самое главное, т.к. радость - могущественное и наиболее благотворное воздействие на ребенка. Из всех чувств радость - всего лучше влияет на жизнь ребенка, развитие его способностей. В атмосфере радости душа ребенка легче всего открывается навстречу прекрасному. Положительные эмоции при обучении, похвала активизируют работу сердца, нервной системы ребенка. Ни в коем случае нельзя вести занятие на фоне отрицательных эмоций. Необходимо увлекать, заинтересовать - только тогда обучение будет эффективно.

### Учебно-тематический план программы

	Тема	1 год	2 год	3 год	Всего
	Организационное занятие	1	2	3	4
	Азбука музыкального движения	15	20	27	62
	Партерная гимнастика	15	20	30	65
	Азбука классического танца	7	30	30	67
	Азбука народного танца	10	30	60	100
	Постановочная работа	20	30	60	110
	Воспитательная работа	4	12	6	22
	Всего:	72	144	216	432

### Учебно-тематический план 1-го года обучения

№	Название раздела и тем	Теория	Практика	Общее кол - во часов	Формы аттестации (контроля)
1	2	3	4	5	6
1	Организационное занятие.	<b>30 мин</b>	<b>30 мин</b>	1	
1.1	Введение в предмет, знакомство с детьми, вводная диагностика.	30 мин	30 мин	1	«Правила техники безопасности». Беседа
2	Азбука музыкального движения.	<b>5</b>	<b>10</b>	<b>15</b>	
2.1	Поклон.				Прослушивание
2.2	Характеры музыкальных произведений	30 мин	30 мин	1	музыкальных произведений, викторина
	Темп в музыке и движении: быстро, умеренно, медленно.	30 мин	30 мин	1	Наблюдение
2.3	Динамические оттенки: громко, умеренно, тихо.	30 мин	30 мин	1	
2.4	Понятия легато, стакато в музыке и движении	30 мин	30 мин	1	
2.5	Длительности: целые, половинные, четвертные.	30 мин	30 мин	1	
2.6	Сильные и слабые доли. Ориентация в пространстве.	30 мин	30 мин	1	Самооценка
2.7	Ритмический рисунок. Исполнение ритмического рисунка хлопками, шагами и бегом.		1	1	
	Музыкальные размеры 2/4,	30 мин	30 мин	1	

	Уа, 4/4. Перестроение.				
2,9	Музыкально-ритмические навыки.	30 мин	1, 30 мин	2	Игры
2.10	Задания на развитие в танцевальной технике. Навыки выразительного движения.	1	4	5	Игры
3	Партерная гимнастика.	<b>5</b>	<b>10</b>	<b>15</b>	
3.1	Упр-ия на середине зала. Упр-ия на напряжение и расслабление мышц тела.	30 мин	30 мин	1	Наблюдение
3.2	Упр-ия для улучшения эласт-ти мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого суставов.	1	1	2	
	Упр-ия для развития гибкости плечевого и поясного суставов.	30 мин	30 мин	1	
3.4	Упр-ия на укр-ие мышц брюшного пресса, на улучшение гибкости позвоночника.	30 мин	30 мин	1	Эстафеты
3.5	Упр-ия для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра, на улучшение гибкости коленных суставов,.	1	1	2	Наблюдение
3.6	Упр-ия для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц	30 мин	1.30	2	Самооценка



	голен и стопы.				
3.7	Упр-ия для развития выворотности ног и танц-ого шага.	30 мин	3.30	4	Открытый урок
3.8	Упр-ия на исправление осанки.	30 мин	1.30	2	
4	Азбука классического танца	3	4	7	
4.1	Постановка корпуса, позиции ног-6, 1,2, 3, Позиции рук-1,2,подгот-ая.	30 мин	1,30 мин	2	Наблюдение
4.2.	Демиплие	30 мин	30 мин	1	
4.3.	Баттменттендю	30 мин	30 мин	1	Викторина
4.4.	Релевэ	30 мин	30 мин	1	
4.5	Порт де брас	30 мин	30 мин	1	
4.6	Прыжки-соте.	30 мин	30 мин	1	Самооценка
5	Азбука народного танца	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>10</b>	
5.1	На середине зала: Позиции ног-6, 1,2,3 Положение рук за юбку, наталии, за спиной перед грудью.	1	1	2	Открытый урок
5.2	Демиплие 6,1. 2,3.1 Подъем на полупальцах Подъем на полупальцах в сочетании с приседанием.	1	1	2	
5.3	Выдвижение ноги на носок во все направления по 6-ой позиции ног с переводом стопы на «каблук-носок».	1	1	2	Участие в районном и республиканских конкурсах танцевальных коллективов в

5.4	Выдвижение ноги с приседанием, шаги носка, шаги на полупальцах, шаги на каблук.	1	1	2	
5.5	Прыжки с прямыми и поджатыми ногами,		2	2	Отчетный концерт в с. Бичура- ДДТ.
6	Постановочная работа	5	15	20	Праздник «День защиты детей», участие. Выступление
6.1	«Танцуйте с нами», «Прогулка», Чебурашка», «Антошка», «Дружба», «Гармонист Тимошка», Русс.нар. т-ц «Выдуль я на реченьку».	5	15	20	
7	Воспитательная работа	2	2	4	
7.1	Экскурсия в музей с. Бичура. Поход в природу. Посещение концертов художественных коллективов.	2	2	4	Поход
	Итого:	24,30 мин	47,30 мин	72	

**Учебно-тематический план 2-го года обучения**

№	Название раздела и тем	Теория	Практика	Общее кол - во часов	Формы аттестации (контроля)
1	2	3	4	5	6
1	Организационное занятие	1	1	2	
1.2	Вводное занятие. Знакомство с детьми.	1	1	2	Беседа
2	Азбука музыкального движения	5	15	20	
2.1	Ритмические упр-ия, ходьба разного характера бег, галоп, подскоки.	1	6	8	
2.2	Задание на развитие танцевального и игрового творчества.	3	9	12	Игры
3	Партерная гимнастика	5	15	20	
3.1	Закрепление пройденного материала с увеличением нагрузки на отдельные группы мышц.	5	15	20	Эстафеты
4	Азбука классического движения	10	20	30	
4.1	Поклон Позиции ног 1,2,3, 5 Позиции рук 1,2, 3.	1	1	2	Наблюдение
4.2	Постановка корпуса.	1	1	2	
4.3	Упр-ие деми-плие.	1	1	2	
4.4	Упр-ие батман-тандю	1	1	2	

4.5	Упр-ие батман-танцюжете.	1	1	2	
4.6	Упр-ие релевэ	1	1	2	
4.7	Пассе пар terre	1	1	2	
4.8	Порт де брас	1	1	2	
4.9	Аллегро: соте и т.д. Закрепление пройд-го материала.	2	12	14	Контрольный урок
5	Азбука народного танца	10	20	30	
5.1	Положение ног 1,2, 3.6. Положение рук русского нар-го т-ца; Изучение элементов танцев Поволжья	2	2	4	Открытый урок
5.2	Основные движения русс-го нар-го т-ца перемен-ый ход вперед, -перемен-ый ход назад, -русский ход с каблука.	2	2	4	Наблюдение
5.3	Основные движ-ия - припадание; - присядка; - упадание; - положение рук	2	2	4	
5.4	Основные движения - переменный ход; - дробные ходы; - «трилистник»; - «гармошка»; - «молоточки»;	1	3	4	Выступление
5.5	Танцевальные комбинации русского	1	2	3	

	нар-го т-ца.				
5.6	Подготовка к верчениям;	1	2	3	
5.7	Элементы танца модерн - сжатие, сокращение; - изолирование, изоляция; - вращение тела; - положения рук в танце модерн	1	7	8	Наблюдение
6	Постановочная работа:	5	25	30	
6.1	Русский нар-ый т-ц: «Подружки» «Семейский перепляс»; «Веретенце» Бур-ий нар-ый т-ц: «Ехор», «Торж- ый», «Соврем- ыеритмы», «Колокольчик» , «Домисолька».	5	25	30	Выступления
7	Воспитательная работа.	2	10	12	
7.1	Поход в природу, Экскурсия в музей г. Улан-Удэ. Посещение концертных программ художественных коллективов.	2	10	12	Поход
	Итого:	38	106	144	

**Учебно-тематический план 3-го года обучения**

№	Название раздела и тем	Теория	Практика	Общее кол-во часов	Формы аттестации (контроля)
1	2	3	4	5	6
1	Организационное занятие. Вводное занятие, знакомство с детьми.	1	2	3	Беседа
2	Азбука музыкального движения	7	20	27	
2.1	Закрепление пройденного материала с увеличением нагрузки	7	20	27	
3	Партерная гимнастика	10	20	30	Наблюдение
3.1	Закрепление пройденного материала с увеличением нагрузки на отдельные группы мышц.	10	20	20	
4	Азбука классического танца	10	20	30	
4.1	Повторение пройденного материала, Позиции ног 1,2,5.	1	2	3	Опрос
4.2	Упр-иедеми-плие 1,2,5	1	2	3	
4.3	Упр-ие батман тандю, Батман тандю жете.	1	2	3	
4.4	Повторение пройденного мат-ла с увел-ем нагрузки.	1	2	3	Опрос

4.5	Ронт де жам пар тер и его направления.	1	2	3	Викторина
4.6	Аллегро: па эшапэ; Фуете, аттитюд, бадман фондю, арабеск.	5	10	15	Контрольный урок
5	Азбука народного танца	20	40	60	
5.1	Позиции ног: 1, 2, 3, 4, 5, 6. Положение стопы и подъема.	2	4	6	
5.2	Позиции и положения рук	2	4	6	
5.3	Движение кисти.				
	Повторение пройденного материала с увеличением нагрузки.	3	6	9	
5.4	Характерный бадман тандю	1	2	3	Открытый урок
5.5.	Упр-ия на выстукивания.	2	4	6	
5.6	Дробь; обратная дробь.	1	2	3	
5.7	Вращательные движения. Круговращение ног.	1	2	3	
5.8	Подготовка к веревочке	1	2	3	Наблюдение
5.9	Элементы народных танцев.	3	4	7	
5.10.	Элементы современной пластики.	3	4	7	
5.11	Элементы бального танца		34	7	
6	Постановочная работа: Русск. нар. т-ц «За	24	36	60	Выступления

	околицей»; «Семейский перепляс», «Вальс-встреча»; «Современные ритмы»; «Джаз-фанк».				
7	Воспитательная работа. Поход в природу. Экскурсия в музей г. Улан-Удэ. Посещение концертных программ художественных коллективов.	2	4	6	Поход
	Итого:	74	142	216	

## Содержание программы

### Раздел 1.

Вводное занятие.

Беседа с детьми о целях и задачах занятии танцевального кружка, о правилах поведения на занятиях, о форме одежды, о конкурсах, практический показ. Беседа о правилах поведения в обществе, друг с другом. Беседы: «Танец- это радость»; «Первые танцы».

### Раздел 2.

Элементы музыкальной грамоты.

Изучения раздела способствует формированию умения слушать музыку, определять её характер, отражать в движении разнообразные оттенки характера музыкальной пьесы. Раздел знакомит с различными видами темпа /медленно, уверенно, быстро/, формирует умение выполнять движения в различных темпах, переключаться из одного темпа в другой, постепенно ускорять или замедлять движение, различать динамические оттенки музыки/ громко, умеренно, тихо/, выполнять движения с различной амплитудой и силой в зависимости от характера музыки. Знакомит с понятиями легато, стакато в музыке и движении, формирует знания о длительностях/ целые, половинные, четвертные, восьмые/, ритмическом рисунке, сильных и слабых долях,



музыкальном размере, такте, строении музыкального произведения. Усвоение материала раздела формирует умение давать полную характеристику музыкального произведения. Задачи: воспитание интереса и любви к музыке, потребности в ее слушании, двигаться под музыку.

Тема 1. Характеры музыкальных произведений.

Обратить внимание на характер музыки. -А. Гречанинов «Моя лошадка» -И. Дунаевский «Весёлый ветер» -Б. Асафьев Отрывок из балета «Белая лилия»

Тема 2. Темп в музыке и движении: быстро, умеренно, медленно.

Дети исполняют танцевальный шаг с носка в темпе, заданном преподавателем.

Звучит 1.Русская народная песня «По малину в сад пойду» в умеренном темпе.

2. Б.Сметана Полька в быстром темпе.

3. А. Гладковский «Маленькая танцовщица»

Тема 3. Динамические оттенки: громко, умеренно, тихо.

Дети слушают в исполнении аккомпаниатора русскую народную песню «Пойду ль я, выйду ль я», которая звучит громко, умеренно, тихо. Затем детям предлагается исполнить притопы на месте в соответствии с этими динамическими оттенками.

Тема 4. Понятие легато, стакато в музыке и движении.

Звучит мелодия «Бубенцы» В. Витлина стакато отрывисто. Детям предлагается попрыгать легко, отрывисто, исполнить бег на месте, в продвижении.

Па мелодию Б. Бартока «Детская пьеса» дети исполняют приседания и 1но /легато/ опускаясь вниз и поднимаясь вверх в исходное положение.

***На мелодию «Колыбельная» Р. Гризэра дети убаюкивают куклу.***

Тема 5. Длительности: целые, половинные, четвертные, восьмые.

Дети прихлопывают в ладоши длительности: целые, половинные, четвертные, восьмые. Затем в соответствии с этими длительностями исполняют танцевальный шаг с носка, двигаясь по кругу, исполняя бег на восьмые доли.

Тема б. Сильные и слабые доли.

Дети выстраиваются в линию или круг лицом к центру. Упражнения исполняются поочередно: первый на сильную долю делает притоп правой ногой рядом с левой, на слабую долю передаёт предмет стоящему справа ученику. Движение повторяет второй, третий и т. д.

**Тема7. Ритмический рисунок.**

Детям предлагается прохлопать в ладоши, а затем протопать ритмический рисунок.

-два хлопка на <sup>1/4</sup> каждый, затем 4 хлопка на 1/8 каждый.

Этот ритмический рисунок можно прохлопать в обратном направлении.

-два хлопка на 2/4 каждый, выделяя сильную долю, два хлопка на 1/4 каждый, 4 хлопка на 1/8 каждый.

### **Тема 8. Музыкальный размер 2/4, %, 4/4.**

Детям предлагается прослушать музыкальные произведения и определить музыкальные размеры.

И.А. Грибоедов «Вальс».

З.А. Гурулев. «Галоп».

З. Марш.

Затем исполнить шаги на полупальцах по кругу в музыкальном размере! подскоки в музыкальном размере 2/4, марш на месте и в повороте на 90\* вправо в музыкальном размере 4/4.

### **Тема 9. Такт, а такт.**

Детям объясняется понятия такт, затакт. Дети слушают музыку и хлопком в ладоши выделяют сильную долю каждого такта. Понятие затакта об вменяется на примере произведения «Конькобежцы» Э. Жув.

### **Тема 10. Строеение музыкального произведения.**

Детям объясняются понятия: вступление, части, музыкальная фраза на примере произведения.

Построение в шеренгу, круг. Понятие об интервалах. Шаги и упражнения по 6-й позиции: шаги вперед, назад, в сторону.

Ритмо-пластические упражнения на координацию: для ног, рук, корпуса, головы.

### **Раздел 3. Партерная гимнастика.**

В этот раздел включены упражнения способствующие развитию и укреплению определённых групп мышц /мышц спины, брюшного пояса, рук, ног/, а также развивающие подвижность суставов, эластичность связок, гибкость позвоночника. Занятия партерной гимнастикой способствуют формированию правильной, красивой осанки, укреплению здоровья.

### **Тема 1. Упражнение, развивающие эластичность стопы, подвижность плюснофаланговых и голеностопных суставов.**

Упр-ие 1:

Сесть на пол, ноги прямые, вместе, стопы сокращены. Медленно натянуть стопыпальцами к полу, затем сократить.

Упр-ие 2:

Исходное положение как для упражнения 1. стопы натянуть, развернуть мизинцами к полу/ пятки вместе, носки врозь/, сократить носками в стороны/ позиция ног/, соединить стопы в сокращённом положении.

### **Тема 2. Упр-ие развивающие коленные суставы.**

Исходное положение: сесть на пол, ноги прямые вместе, руки чуть в стороне от корпуса, ладонями на полу. Согнуть правую ногу коленом вверх, поставив её на натянутый носок, затем выпрямить скользя по полу, вернув в исходное положение. То же самое сделать левой ногой, затем обе ноги одновременно.

### **Тема 3. Упражнения, развивающие тазобедренные суставы.**

Упр-ие 1.

Исх. полож.: лечь на пол на спину, ноги натянуты, пятки вместе, носки врозь. Правая нога, сгибаясь коленом в сторону, скользит носком натянутым по левой ноге до уровня колена. Затем возвращается в исходное положение.

Упр-ие 2.

Исх.полож.: как в упр-ие 1. Правая нога, скользя по полу, поднимается вправо под углом 90°

Тема 4. Упр-ия, способствующие укреплению мышц спины.

Упр-ие 1. Исход.полож.: лечь на пол на живот. Руки согнуты в локтях и положить одна на другую кистями, ладонями вниз, подбородок на руки опустить. Натянутые ноги поднять над полом, как можно выше, корпус неподвижен, выдержать позу несколько секунд и опустить в исходное положение.

Упр-ие 2. «Лодочка». Исх. пол. как для упражнения 1, но руки выпрямлены вперёд. Одновременно поднять ноги и руки, прогнувшись в поясничном отделе позвоночника, приподняв над полом грудную клетку. Выдержать позу «лодочка» несколько секунд и вернуться в исходное положение.

### **Тема 5. Упр-ия, способствующие укреплению мышц брюшного пояса.**

Упр-ие 1. Исход, полож. лечь на спину, ноги прямые, стопы натянуты, руки разведены в стороны, ладонями на полу. Поднять обе ноги над полом на высоту 35-40°

Выдержать позу несколько секунд, вернуть в исходное положение. Затем сделать то же самое на высоту 90°

Упр-ие 2. «Ножницы». Лёжа на спине приподнять ноги над полом на 45°, развести в стороны, скрестить их на этом же уровне, вновь развести. Так повторить несколько раз.

Тема 6. Упр-ия, способствующие развитию гибкости позвоночника.

Упр-ие 1. Исход. полож.: встать на колени, сесть ягодицами на пятки, положить корпус на ноги грудью, руки прямые вперёд на пол, расслабиться. К медленному темпу растягивает позвоночник. Руки и верхняя часть корпуса о! поясницы тянется назад, расслабиться. Упр-ие повторить несколько раз.

Тема 7. Упр-ие, развивающие силу мышц и подвижность суставов рук.

Упр-ие 1. Исход. полож.: встать на середине зала, ноги вместе, руки опущены вдоль корпуса и напряжены. Руки постепенно поднимаются через стороны до уровня плеч, мелко влорировав вверх, вниз поочередно. Правая рука, сгибаясь в локте описывает круг по направлению к себе, затем от себя. Затем левая рука исполняет круг.

Упр-ие 2. Правая рука резко поднимается вверх- назад, левая остается внизу и отводится назад. Затем идет резкая смена рук. Упражнение выполнить несколько раз, затем обе руки исполняют круговые вращения в плечевых суставах сначала вперед, затем назад.

Тема 8. Упр-ие, укрепляющие шею и развивающие подвижность шейного отдела позвоночника.

Упр. 1. Исх. полож.: встать на середине зала, ноги вместе, руки вдоль корпуса. Наклонить голову вниз, потянув подбородок к груди, вернуть голову в исходное положение. Наклонить голову затылком назад, вернуть в исходное положение. Повернуть голову вправо, вернуть в исходное положение. Повернуть голову вправо, вернуть в исходное положение, влево, в исходное положение. Далее выполняем круговые вращения головой вправо, в лево.

Тема 9. Упр-ие, развивающие силу и эластичность мышц ног.

Упр-ие 1. Исход. пол.: лечь на спину, ноги вместе носки натянуты, руки вдоль корпуса

Ладонями на полу. Медленно поднять правую ногу вверх, затем медленно опустить вниз. Далее упражнение повторить левой ногой.

Упр-ие 2. Исход. пол.: встать на середине зала ноги вместе, руки на поясе. Сделать широкий шаг вперед правой ногой и медленно присесть на ней поднимая пятки. Левая нога сзади прямая. Вернуться в исходное положение. Упражнение повторить несколько раз с правой ноги, затем с левой.

Раздел 4.

Элементы классического танца.

Знания, навыки. Специфика танцевального шага и бега, начало тренировки суставно-мышечного аппарата ребенка. Выработка осанки, опоры, выворотности,

эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов. Позиции и положения ног и рук. Ознакомление учащихся с искусством хореографии.

Движения экзерсиса исполняются сначала у станка, затем на середине зала. Движения экзерсиса у станка исполняются в четырех положениях: стоя лицом к станку и придерживаясь двумя руками за палку станка; стоя спиной к станку, открыв руки в стороны и положив их на палку; стоя за станком, лицом в зал; придерживаясь двумя руками за станок; стоя боком ( левым, правым ), придерживаясь за палку станка одной рукой. Беседы: «История мирового балета»;

«Богатство русской хореографии»;

«Балеты П. Чайковского. «Щелкунчик» и «Спящая красавица». «Майя Плисецкая».

### **Тема 1. Позиции ног.**

Поз.ног являются точной пропорцией, которая определяет расположение выворотных ног. В классическом танце пять позиций ног и они изучаются в следующем порядке: первая, вторая, третья, пятая, четвертая.

#### Тема 2. Постановка тела.

Корпус находится в вертикальном положении, позвоночник вытянут, талия удлинена. Плечи и грудная клетка раскрыты, лопатки несколько оттянуты вниз к пояснице. Голова следует держать прямо.

Бедра подтянуты вверх, соответственно подтягивают коленные чашечки, ягодичные мышцы собраны. Стопы всей подошвой свободно расположены на полу, соприкасаясь с ним тремя точками: мизинцем, пяткой и большим пальцем.

- Опорная нога-это нога, на которую в момент исполнения движения приходится тяжесть тела.

- Работающая нога- нога, которая находится в движении.

- Вытягивание пальцев ноги (носка). Это работа всей стопы, когда при вытянутых пальцах мышц свода стопы сокращены, щиколотка напряжена.

#### Тема 3. Позиции рук.

В постановке рук большое значение имеет правильная постановка отдельных частей: кисти, пальцев, локтя, плеча.

Существуют три основные позиции рук, подготовительное положение и исходное положение.

Поз.рук исходят из четырех направлений:

-подгот-ое полож. Рук- руки опущены вниз;

-первая позиция- руки направлены вперед;

-вторая позиция-руки направлены в стороны;

-третья позиция- руки направлены вверх.

Исходное положение рук, когда они опущены вниз по линии бедер и находятся на небольшом расстоянии от корпуса( не прижаты к корпусу).

#### **Тема 4. Приседание.**

Полуприседание выполняется на пяти позициях; сначала оно делается как полуприседание, а затем переходят на большое приседание. При выполнении приседания необходимо соблюдать: распределение тяжести тела, не поднимая пятки от пола, усиленно раскрываются бедра и колени, принимая выворотное положение, корпус является как бы противовесом ног, находящихся в пружинистом состоянии.

#### **Тема 5. Бадман тандю.**

Бадман тандю означает отведение и приведение ноги. Он характеризуется скользящим отведением и приведением выворотной ноги из 1, 2 и 5 позиций. Мышцы ноги и колено напряжены, и вся нога выворотна от маха.

Тема 6. Понятие андэор и андэдан.

Понятие андэор определяются вращательные движения, направляющиеся «наружу».

Обратное понятие андэдан- вращение внутрь.

#### **Тема 7. Деми ран же жамб пар тер.**

Движение начинается с 1 позиции. Следует это упражнение выполнять особенно точно, не позволяя ноге «встряхиваться» в коленном суставе.

#### **Тема 8. Бадмантандю жете.**

Бадман гандю жете - натянутые движения с броском из 1 -й позиции, развивают упругость ног в воздухе, легкость и подвижность тазобедренного сустава.

#### **Тема 9. Перегибы корпуса «Порде бра».**

Наклоны корпуса назад, вправо, влево стоя лицом к станку в 1-й позиции.

#### **Тема 10. Гран плие по 1, 2, 3-й позициям.**

По два такта на движение (с переходом в другую позицию через бадмантандю).

Тема 11. Гран бадман тандю жете.

Большой бросок ноги стопой на 90°

## Раздел 5.

### Элементы народного и бального танцев.

Этот раздел предусматривает изучение позиций ног, рук принятых в бальном и народном танце, выполнение комплекса упражнений для разогрева мышц и суставов на середине зала- тренаж, а также изучение элементов русского народного танца, польки, вальса, упражнения на ориентировку в пространстве.

Тема 1. Упражнения на середине зала.

-Поклон в характере русского танца, вальса

-Позиции ног 1, 2, 3, 1 прямая

-Позиции 1,2,3 и положение рук за юбочку, на талии, за спиной, передгрудью, за голову

Приседания по 1, 2, 3 полувыворотным позициям и 1 прямой

-Выдвижение ноги во все направления из 1, 3 позиций

-Выдвижение ноги с переводом стопы на «каблук-носок»

-Выдвижение ноги с приседанием

-Маленькие броски натянутой ногой

-Подъем на полупальцы

- Подъем на полупальцы в сочетании с приседанием

- Прыжки с прямыми и поджатыми ногами

- Шаги с носка

- Шаги на полупальцах

- Шаги на каблучках

- Бег

Тема 2. Развитие способности ориентироваться в пространстве и на **сценической площадке.**

- Различие правой и левой руки, ноги

- Поворот вправо, влево

- Движение лицом по линии танца, против, к центру, от центра

- Движение по диагонали, кругу, в колонне, линии

- Перестроения по различным рисункам, фигур, круг, звездочка, причес, плетень.

Тема 3. Движение русского танца.

Переменный шаг

- Шаг с притопом

- Шаг с каблука
- Припадание
- Елочка
- гармошка
- припляс
- «ковырялочка»
- дробные выстукивания
- приставные шаги
- перескок с ноги на ногу
- хлопушки, присядки для мальчиков.
- присядки, ползунок

#### **Тема 4. Элементы бального и современного танцев.**

- Поклон в ритме вальса
- Вальсовая дорожка вперед, назад
- Вальсовая дорожка в повороте
- Вальсовая дорожка в паре
- Обвод дамы
- поклон в ритме польки
- галоп
- подскоки вперед, назад
- подскоки в повороте на 90 , 180
- разучивание различных комбинации в стиле хип-хоп, брейк-данс, джаз
- на развитие резкости, координации, амплитуды движений
- понятие изоляции

#### **Раздел 6. Танцы.**

В раздел включаются танцы, построенные на движениях, проученных в предыдущих разделах.



### Содержание программы первого года обучения

Возраст. группа	Партерная гимнастика	Основа класс, танца	Элементы народ.танца	Танцевальный образ
Младшая группа	<p>Сокращ. Стопы(поочередно); перваяпозиция ног сидя на полу(сокращ. стопы разводятсяв стороны); тоже свытянутыми стопами;опора на локти нога на 25гр. вращения стопой; ногитакже и лечь на спину;ноги также лежа наживоте; лягушка -прогнуться, ноги к голове;рыбка - и.п. лежа наживоте, одновременноподнимать ноги и руки;кораблик - и.п. тоже,взять руками ноги,прогнуться, качаться;солдатик - и.п. встать наколени, наклон назад спрямым корпусом -прогнуться; встать намостик; ноги шире плеч,достать ухом правоеколени, левое колениперед подбородка;кошечка -</p>	<p>Поклон пошестойпозицииног иподготов.Позициинурук; -постанов.корпуса;- релевэ поб;1 Позицииног; - плие по 6;1 позицииног; - баттеманттандюкрест ом поб позиции -аллегро:- соте.</p>	<p>Танцевальныешаги наматериалерусского ибурятских танцев. Основныеположенияко рпуса, рук наоснове народнойтанцевальной культуры.Упражнение: положение рук впарных имассовых танцах- раскрытие всторону;-движение сплатком;- скрещивание заспиной.Ходы и основныедвижения:- простой ход сноска- переменный шаги т.д.</p>	<p>Использование элементов импровизации в передаче детьми своегоиндивидуальногоотнош ения кмузыкальному образу танца. Импровизация мимических сценок (танцевальные и изобразительные движения) под музыку,включающих: - абстрактные звуковыеэлементы; - символистические (динамика, высота звучания) звуковые</p>

	<p>и.п. встать на правое колено, левая нога на пятку в сторону; руки за голову - растяжка ; и.п. лежа на спине; двумя руками взять правую ногу и тянуть к голове, левая нога сильно прижата к полу; пчелка;. шпагаты</p>			<p>элементы; - конкретные, отражающие содержание этюда</p>
--	--	--	--	--

### Содержание программы второго года обучения

Возраст. группа	Партерная гимнастика	Основа класс. танца	Элементы народ.танца	Танцевальный образ
Средняя группа	<p>- гранд батман</p> <p>- и.п. лежа на спине;</p> <p>- увеличение физической нагрузки при выполнении элементов гимнастики</p>	<p>Поклон из 3позиции ног,подготовительнаяпозиция рукпереход во 2позицию рук.</p> <p>Лицом к опоре:</p> <p>-релевэ 1,2,3позиция</p> <p>- плие,гранд плие по 1,2,3позиции ног</p> <p>- бадмантандюпоиз 1 в сторону,вперед, назад;</p> <p>- пассэ пар тэр</p> <p>- порт дэ бра вперед,в сторону, назад.</p> <p>- бадмантандюжетэна 25 гр.</p> <p>- гранд бадманжетэна 90 гр.</p> <p>- растяжки мышцног, переход</p>	<p>Ходы иосновные движения:</p> <p>всевиды проходов, боковые ходы (припадание, гармошечка, елочка и др.)</p> <p>- шаг приставка</p> <p>- подготовкадроби</p> <p>-молоточки</p> <p>- ковырялочка</p> <p>- подготовка к верчениям (полупальцев, поворот на /4круга)</p> <p>- подготовка к верчению изугла</p>	<p>Усложнениеимпровизационныхзаданий,</p> <p>внесениеотработанныххореографических приемов в создании музыкального образа.</p> <p>На основекомбинированияизвестныхдетямтанцевальных этюдов. Создании новых комбинаций</p>

		<p>кисполнениюдвижений у</p> <p>опоры -одной рукой.</p> <p>Переход насередину зала:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- плие по 1,2,3позиции ног</li><li>-</li></ul> <p>бадмантандювсторонусразво</p> <p>ртом корпуса</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- порт дэ бра</li><li>- аллегра: сотэ по1,2,3,</li></ul> <p>позиции</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- вращения: шенэ</li><li>- танцевальныешаги</li></ul>		
--	--	---	--	--

### Содержание программы третьего года обучения

Возраст. группа	Бальный танец	Основа класс. танца	Элементы народ. танца	Танцевальный образ
Старшая группа	<p>-поклон в ритме вальса,</p> <p>- вальсовая дорожка вперед назад,</p> <p>-вальсовая дорожка в повороте</p> <p>- вальсовая дорожка в паре</p> <p>- обводка дамы</p> <p>- балансье</p>	<p>Экзерсис у станка.</p> <p>Исполнение движений у опоры одной рукой:</p> <p>- плие 1,2,5 позиция ног;</p> <p>- бадмантандю из 1,5 позиции ног;</p> <p>-бадмантандю жетэ из 5 позиции ног;</p> <p>- Рон дэ жамбартэр</p> <p>- рэлевэлям</p> <p>- пор дэ бра</p> <p>- гран бадманжетэ</p> <p>Тоже самое на середине зала</p> <p>Аллегро:</p> <p>- сотэ</p>	<p>Более сложные элементы:</p> <p>-характерные бадмантандю,</p> <p>-подготовка веревочки</p> <p>- веревочка</p> <p>- двойная веревочка</p> <p>- моталочка</p> <p>- дробные выстукивания</p> <p>- вращения по 2 позиции</p> <p>- бег</p> <p>- перескок на месте на 1 ноге</p> <p>Вращения:</p> <p>-шенэ</p> <p>-поджатые</p> <p>Танцевальные комбинации движения на основе русского бурятского и др.</p> <p>Народных танцев</p>	<p>Работа над танцевальными образами.</p> <p>Творческие задания – сочинить танцевальное упражнение, импровизация этюдов</p>

		<ul style="list-style-type: none"><li>- па эшапэ</li><li>-тур</li></ul> Позы классическоготанца, аттитюд,арабэск	Движения длямальчиков: <ul style="list-style-type: none"><li>- хлопушки</li><li>- присядки длямальчиков</li></ul> Трюки <ul style="list-style-type: none"><li>- подсечка</li><li>- ползунок- голубец и т.д.</li></ul>	
--	--	---	---	--



## **Материально техническое обеспечение программы**

1. Специальное помещение - кабинет;
2. Станок;
3. Зеркала;
4. Одежда (форма занимающегося в кружке);
5. Раздевалка;
6. Ноутбук;
7. Музыкальный центр,
8. Телевизор;
9. USB- носитель;
10. Музыкальные сборники.

### **Методы вовлечения в хореографическое объединение.**

1. Объявления о приеме в объединение в учреждении;
2. Выступление хореографического коллектива.

Индивидуальная работа. На 1-х занятиях объединения провести анкетирование детей и родителей с целью изучения мотивов к деятельности. В начале года выявить наиболее способных детей и к их обучению подходить индивидуально. Провести работу с целью выявления детей из неблагополучных, неполных, малообеспеченных семей и оказать таким детям помощь при посещении занятий.



## Принципы организации творческой деятельности.

Деятельность кружка строится на основе коллективного творчества, сотрудничества, самоопределения и самореализации воспитанников и педагога.

1) *Принцип гуманистической ориентации обучения:* рассматривает ребёнка как главную ценность в системе человеческих отношений, сохраняет приоритеты физического, социального и психологического здоровья и состояния ребёнка в коллективе.

Условия реализации данного принципа:

- добровольность включение ребёнка в художественную деятельность,
  - вера в возможности и перспективы развития личности ученика,
  - оптимистическая стратегия в определении образовательных задач,
  - предупреждение негативных последствий в процессе педагогического воздействия.
- Учёт интересов учащихся их индивидуальных вкусов, предпочтений, пробуждение новых интересов.

2) *Принцип социальной адекватности педагогического процесса:*

Обуславливает соответствие содержания и средств учебно-воспитательного процесса и социальной ситуации.

*Условия реализации данного принципа:*

- координация воздействий семьи и педагогического коллектива, оказывающих влияние на активность ребёнка,
- обеспечение комплекса педагогической помощи ребёнку в его творческом становлении,
- учёт разнообразных факторов влияющих на воспитание и становление ребёнка: национальных, семейных и институциональных,
- коррекция воспринимаемой детьми разнообразной художественной информации, в том числе из средств массовой коммуникации.

3) *Принцип индивидуализации обучения и воспитания учащихся:*

Предполагает определение индивида от траектории развития каждого ребёнка, соответствующий особенностям его творческого развития и интересов.

Условия реализации данного принципа:

- выделение доминирующей цели коллектива объединяющей педагога, детей и родителей;

- определение эффективности влияния фронтальных подходов на индивидуальность ребёнка,

- выбор специальных средств и способов индивидуальной работы с детьми,  
-- предоставление детям возможности самостоятельного выбора способов участия во внеурочной деятельности.

#### 4) Принцип создания воспитывающей среды:

Требует создания атмосферы сотрудничества и единства творческого коллектива, педагога, детей, родителей; сплочение коллектива создание психологически комфортной атмосферы.

Условия реализации данного принципа:

- выделение доминирующей цели коллектива объединяющей педагога, детей и родителей,

- определение перспективной деятельности являющейся значимой для всех членов коллектива,

- развитие детского самоуправления, инициативы и самостоятельности детей,

- формирование позитивного отношения к творчеству

### Репертуар объединения «Спектр»

#### Принципы формирования репертуара:

Для одной возвратной группы необходимо создавать танцы разного профиля.

- игрового, сюжетного, танцевального

- использовать разные виды танцевальной образности: танец действия, танец переживания, психологический танец

- при выборе музыкального материала исходит из возможности его воплощения в танцевальных образах, соответствующих возрастным особенностям детей

- учитывать необходимость приобщения учащихся к разнообразной музыке, воспитывающей хороший вкус

- при решении номера его содержания и образность должны исходить из темы

- учитывать учебно-тренировочные цели.

#### Репертуар 1-го года обучения

«Танцуйте с нами»; «Прогулка»; «Чебурашка»;  
«Антошка»; «Дружба»; «Я самый самый»; «Ложкари»  
«Гармонист Тимошка»; Русский народный танец: «Выйду ль я  
на реченьку».

#### Репертуар 2-го года обучения

Русские народные танцы: «Подружки»; «Веретенце»; «Семейский перепляс»;  
«Богатыри» «Барбарики»; «Современные ритмы»; «Домисолька»; «Рок-н-ролл»

#### Репертуар 3-го года обучения

Русский народный танец «За околицей»; «Посею лебеду на берегу» «Вальс-  
Встреча»; «Современные ритмы»; «Джаз-фанк»; «Фламенко»;  
народные танцы.

### **Диагностика личностно-индивидуальных достижений кружковца.**

Успех художественно-педагогического труда во многом определяется тем, насколько грамотно понимает руководитель внутренний мир своего воспитанника, состояние и свойства личности детей, успешность саморазвития и самореализации ребенка, уровень развития коллектива и др. Для выявления этих особенностей необходима психолого-педагогическая диагностика. Под этим феноменом мною понимается обследование ребенка с целью установления индивидуальных особенностей личности, и социально-психологических проявлений, характеризующих взаимодействие людей в творческой деятельности, каковой является искусство танца.

Для проведения диагностики мной используются следующие группы методов:

1. Методы получения факторов, которые подлежат дальнейшему анализу (наблюдение, беседы, опросы);
2. Методы, изучающие признаки развивающегося качества (воли, трудолюбия, честности и др.) и условия их протекания и др. (специальные методики, тесты, программы, самооценки и экспертные оценки);
3. Методы, позволяющие отследить развитие специальных хореографических способностей (методика М.С.Богоявленской).

Методика отслеживания уровня развития способностей к танцу у детей.

В коллектив приходят дети четырех категорий.

1. Способные легко схватывать и запоминать предложенный материал, но не имеющие специальных хореографических данных.
2. С частично развитыми специальными способностями (шаг, подъем, прыжок, гибкость), но, как правило, плохо схватывающие материал и слабо его запоминающие;
3. Не обнаруживающие ни способностей, ни специальных данных, но страстно любящие танцевать;
4. Имеющие и данные, и способности, и любовь к танцам.

Чтобы выровнять возможности детей, иметь возможность вовлечения их в концертно-творческую деятельность, я провожу постоянное диагностическое наблюдение за детьми, выбирая средства коррекционно-педагогической работы. Метод наблюдения используется широко в разных аспектах; на его основе составлены характеристики на каждого ребенка, составлена диагностическая карта способностей кружковца.

Метод наблюдения распространяется на быстроту и прочность усвоения детьми того или иного материала; сложность или легкость восприятия ими комбинаций движений, преодоления силовых и темповых нагрузок.

Другим методом диагностики является метод создания проблемной ситуации, в процессе постановочной и репетиционной работы, когда в связи с созданием танцевального образа учащиеся должны проявить: природную фантазию, способность к художественным ассоциациям, умение переносить полученные знания и навыки на решение новых задач.

## Литература для педагога:

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. - М.: Рольф, 1999, - 272с, с илл.- (Внимание: дети!).
2. Буренина. А.И. Ритмическая мозаика: (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста). 2-е изд., испр. И доп.- СПб.: ЛОИРО, 2000- 220с.
3. Колодницкий Г.А. Кузнецов В.С. Физическая культура. Ритмические упражнения, хореография и игры. Метод. Пособие -М. Дрофа, 2003- 96 с:ил.
4. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Светная О.В. Учите детей танцевать-М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003.- 256с
5. Караковский В.А., Новикова Л.И, Селиванова Н.Л. Воспитание? Воспитание... Воспитание!: Теория и практика школьных систем.-М. Новая школа, 1996.- 160с
6. Слуцкая С. Л. Танцевальная мозаика. ЛИНКА-ПРЕСС, 2006.

## Литература для детей:

2. Хелен Идом и Николя Кэтрэк Хочу танцевать. Перевод на русский язык, Изд-во «Махаон». 1998. Отпечатано в Бельгии. 32с.

3. Смит Люси Танцы. Начальный курс/Л.Смит; Пер. с англ. Е. Опрышко; Оформ. Дизайн-студии «Дикобраз». М.:ООО «Изд. Астрель»: ООО «Изд. АСТ», 2001.- 48с.:ил.

4. Пасютинская В. М Волшебный мир танца-М.: Просвящение, 1985.- 223с.

5. Барышникова Т. Азбука хореографии.- М.: Рольф, 1999.- 272с., с и л л.- (Внимание: дети!).

6. Журнал иллюстрированный СОВЕТСКИЙ БАЛЕТ.

7. Газета ПАНОРАМА ИСКУССТВА и КУЛЬТУРЫ.

8. Аудио и видеокассеты для прослушивания и просмотра детьми.

### *Видеокассеты:*

Учебно-методический видеофильм «Ритмическая мозаика»;

Комплекс упр-ий для похудения «Танцевальная аэробика»;

Учимся танцевать «Латина» базовые движения;

Молодежное кино «Лапочка»;

Концертная программа «Бал у Терпсихоры»- 2002г.;

Концертная программа ансамбля Забава» и т. д.

### *Аудиокассеты:*

Детская дискотека «Мамонтенок»; Лучшие детские песни;

Популярные танцы для детей и взрослых от «Калинки» до«Лезгинки»;

Развивающая музыка для малышей «Классическая музыка»;

Танцы для детей «Вокруг света»;

Ритмическая музыка для детей 7-10 лет «Ладушки»;

Веселые танцы для детей;

Приложение к программе А.И.Бурениной - «Ритмическая мозаика»-4 кассеты;

Русское радио российскому солдату 2003; Бурятская народная музыка; Русская народная музыка и т. д.

### *Диск CD:*

Зарубежная детская дискотека;

Музыка- «джаз-фанк»; Караоке для детей;

Популярная советская и зарубежная музыка и т. д.

## **Интернет-ресурсы:**

1. [music.ipboard.info\\viewtopic.php?id=24](http://music.ipboard.info/viewtopic.php?id=24)
2. [fiziolive.ru](http://fiziolive.ru)
3. [BiblioFond.ru](http://BiblioFond.ru)
4. [narod-tanez.com\\tanec-chat-narodoi-kulturi/21](http://narod-tanez.com/tanec-chat-narodoi-kulturi/21)
5. [contemporarydance.ru/about](http://contemporarydance.ru/about)
6. [video-dance.ru/sovremennie](http://video-dance.ru/sovremennie)
7. [m.vk.com/to\\_letto\\_2014](http://m.vk.com/to_letto_2014)
8. [m.vk.com/star\\_wave](http://m.vk.com/star_wave)
9. [m.vk.com/horeograf\\_club](http://m.vk.com/horeograf_club)



Утверждаю:

Директор школы: \_\_\_\_\_ Ткачев К.Н.

### План воспитательной работы

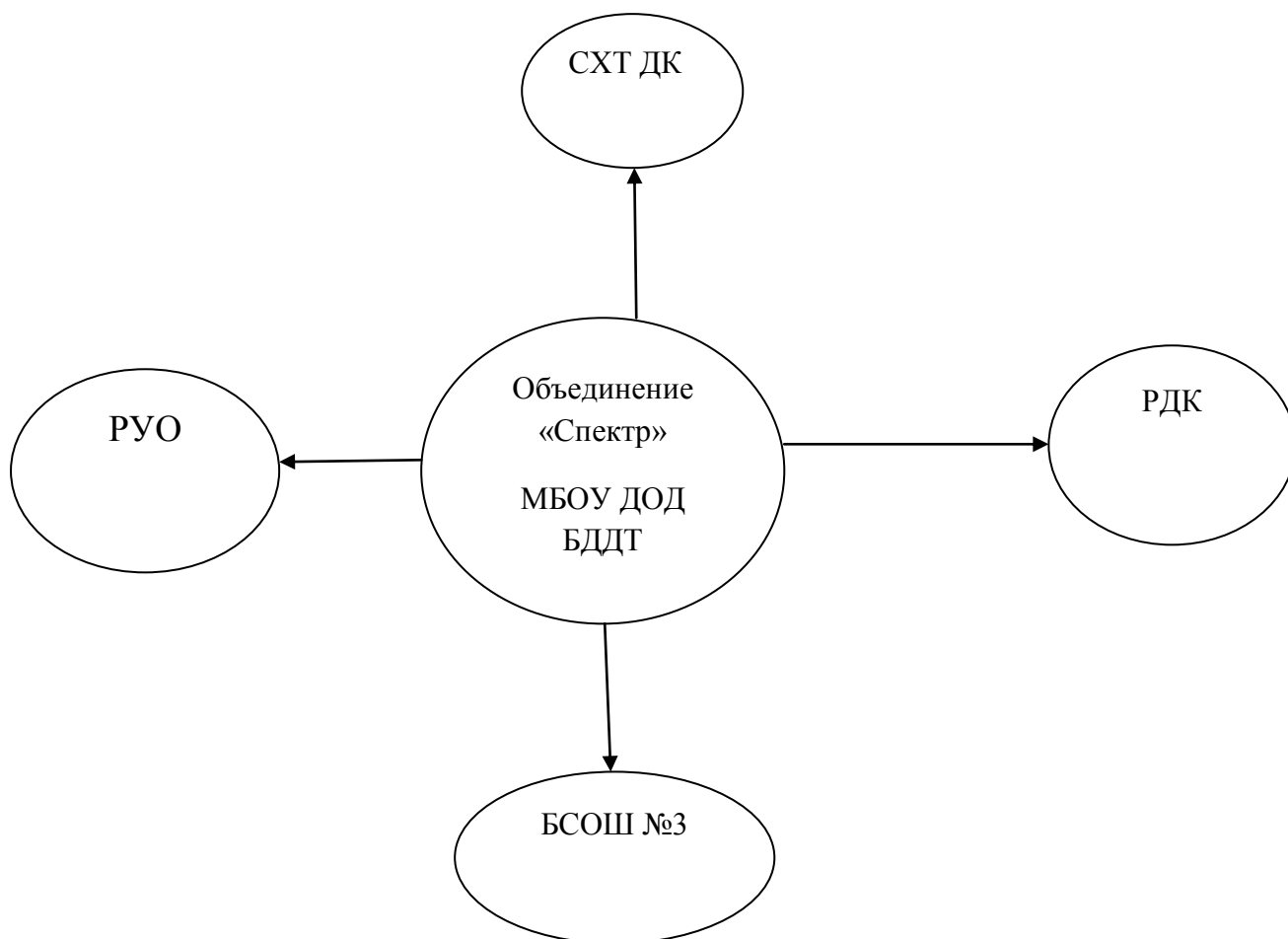
№	Мероприятия	Ответственный	Сроки
1	День знаний	Администрация БСОШ№3	1.09.2015
2	Инструктаж по технике безопасности	Утенкова И.В.	1.09.2015 2.09.2015
3	Бал цветов	Завуч по восп. работе	9.09.2015
4	День учителя	Завуч, по восп. работе, уч-ся 11 кл., Утенкова И.В.	5.10.2015
5	Праздник урожая	Завуч, по восп. работе, уч-ся, кл. рук-ли, Утенкова И.В.	12.10.2015
6	День матери	Админ. ДКСХТ, зав. по восп. работе, Утенкова И.В.	25.11.2015
7	Новогодний утренник	Зав. по восп. работе, Утенкова И.В.	29.12.2015
8	Бал-маскарад	Завуч, по восп. работе, уч-ся, кл. рук-ли, Утенкова И.В.	30.12.2015
9	Открытое занятие	Утенкова И.В.	14.03.2016
10	Праздник «Масленица»	Зав. по восп. работе, Утенкова И.В.	27.02.2016
11	День защитника Отечества	Завуч, по восп. работе, уч-ся, кл. рук-ли, Утенкова И.В.	23.02.2016
12	А ну-ка девушки!	Завуч, по восп. работе, уч-ся, кл. рук-ли, Утенкова И.В.	07.03.2016
13	Районный конкурс танцевальных коллективов	РУО	15.03.2016
14	«День Победы»	Районная культура	09.05.2016
15	«Последний звонок»	Администрация БСОШ№3	25.05.2016
16	Отчетный концерт	ДДТ	31.05.2016
17	День защиты детей	Районная культура	01.06.2016
18	Выход в природу	Утенкова И.В.	05.06.2016
19	Выездной концерт	ДДТ	07.06.2016

### Работа с родителями

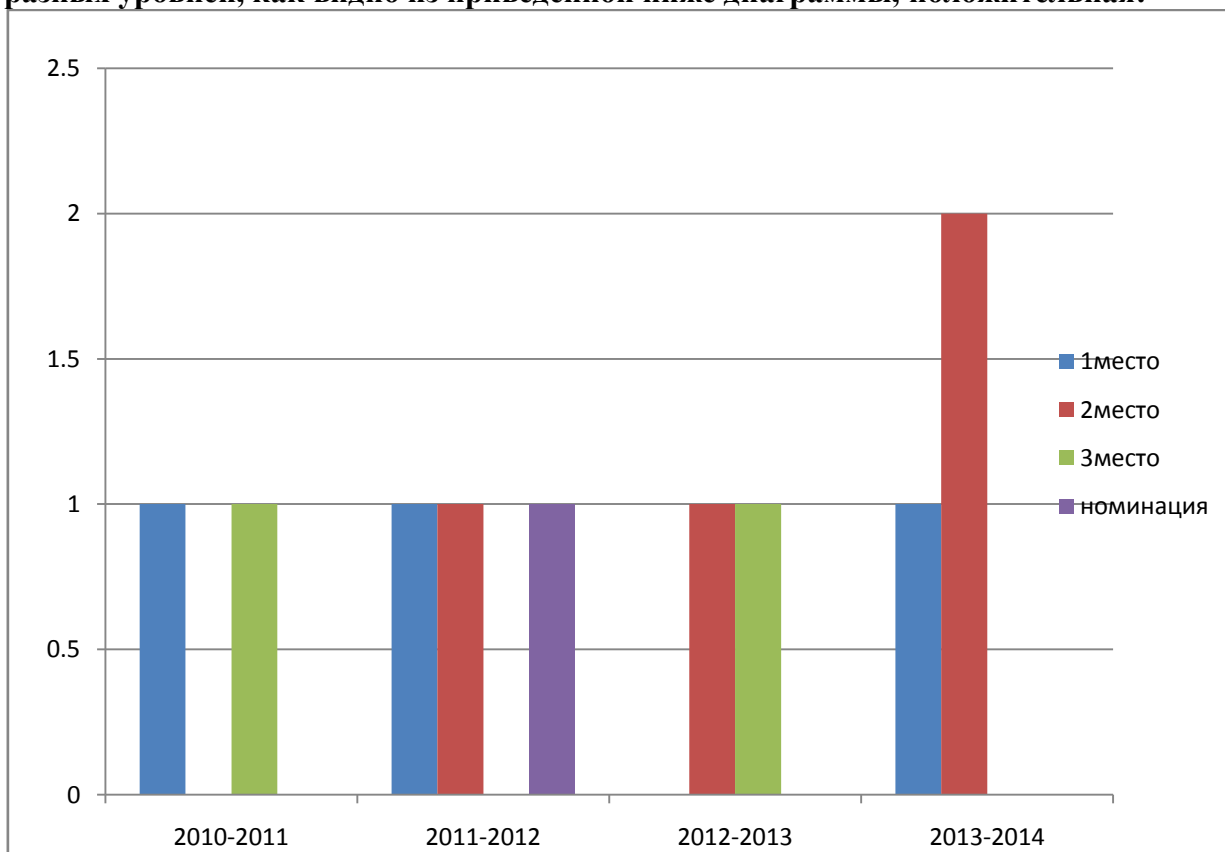
<b>№</b>	<b>Форма работы</b>	<b>Подтверждающие материалы</b>
1	Объявление о приеме в объединение в учреждение	Объявление
2	Анкетирование с целью изучения мотивов к деятельности	Анкеты
3	Заявление от родителей о приеме в объединение ребенка	Заявление
4	Выступление на общешкольном собрании с докладом: «Нужна ли в школе хореография»	Доклад
5	Собрание в объединении	

## Раздел 8

### Результативность деятельности и достижений обучающихся за последние 5 лет



**Динамика роста результативности коллективного участия в различных конкурсах разных уровней, как видно из приведенной ниже диаграммы, положительная:**



### Достижения обучающихся

год	Название конкурса	уровень конкурса	Результат участия	Подтверждающие документы
2011г.	Конкурс «Школа Терпсихоры»	Районный	1 место(стар.гр.) 3 место(сред.гр.)	Грамота Грамота
2011г.	Конкурс «Школа Терпсихоры»	Республиканский	участие	Диплом
2012г.	Конкурс «Школа Терпсихоры»	Районный	1 место	Грамота
2013г.	Конкурс «Школа Терпсихоры»	Районный	2 место(нач.ступ.) 3 место (сред.ст.)	Грамота Грамота
2014г.	Конкурс «Школа Терпсихоры»	Районный	1 место(нач.ст.) 2 место(сред.ст.) 2 место(стар.ст.)	Грамота Грамота Грамота
2014г.	Конкурс современного танца «Байкальский танцевальный марафон»	Региональный	участие	Диплом
2014г.	Фестиваль «Бичурские звездочки »	Районный	1 место	Грамота
2012г.	Конкурс «Бал у Терпсихоры»	Международный	участие	Благодарственное письмо
2014г.	Конкурс «Два языка-два родника»	Районный	2 место	Диплом

### Преимственность обучения

№	год	ФИО	Образовательное учреждение
1	2015г.	АюшеевАюша	Выпускник хореографического училища
2	2013г.	Пантелеев Никита	Участник хореографического объединения при Вузе
3	2012г.	Трупакова Наташа	Участник хореографического объединения при Вузе

**Участие в общественной социально – культурной жизни поселения, района:**

<b>Дата проведения</b>	<b>Мероприятия</b>	<b>Подтверждение</b>
2010г.	70-летие БСОШ№3	грамота
2010 2012 2013 2014	Выпускные начальных классов	Грамоты
2012	Открытие спартакиады по волейболу на приз Депутата Хурала Павлова В.А.	Благодарность
2013	Конкурс «Наранай Туя»	Благодарность
2011	Соревнования «Веселые старты»	Грамоты
2011 2012 2013 2014	Выпускные БСОШ№3	Диплом
2013	Лауреат 2 степени районного конкурса «Баатор-Дангина-2013»	Благодарность
2014	Подготовка к смотру-конкурсу 15-го отряда ГПС РБ	Благодарность
Ежегодно	Праздник Новый год	Программа
Ежегодна	День Матери	Программа
Ежегодна	День Победы	Программа
Ежегодна	Масленица	Программа
2012	Первые шаги в науку	Программа
2012 2014	Районная конференция учителей - открытие	
2014	Конкурс «Два языка – два родника»	Диплом

## Общие выводы

Реализация программы – это выход на новый уровень взаимоотношений как между обучающимися, так и между обучающимися и педагогом. Улучшение психологической атмосферы взаимопонимания – это формирование раскованного, человека, владеющего хореографической пластикой, гибкостью тела, чувством ритма. Помощь ребенку в процессе самопознания, творческого саморазвития и самореализации.

Для выявления степени удовлетворенности обучающихся организацией учебного процесса были изучены:

требования, предъявляемые к дополнительному образованию детей;

потребности учащихся и их родителей;

мнения коллег о работе кружка.

□ □ Анализ потребности учащихся в отношении хореографического кружка показал, что многие дети требуют к себе повышенного внимания, хотят иметь свои номера.

□ □ Запросы и ожидания их родителей связаны: с развитием у детей нравственных качеств (организованности, трудолюбия, культуры общения, самостоятельности, ответственности); с совершенствованием индивидуального подхода к детям.

В хореографический кружок принимаются все желающие дети, поэтому в процессе обучения учитываются их личностные особенности и применяются различные методы обучения и воспитания, соответствующие уровню развития детей, их возможностям и способностям.

□ □ Проведенный опрос мнений коллег– педагогов об актуальных проблемах и перспективах кружка позволил сделать следующие выводы: расширение методической службы; организация методического объединения педагогов дополнительного образования; существенное расширение банка образовательных программ и методической литературы.

Для выявления состояния и свойств личности ребенка, успешность его саморазвития и самореализации уровень развития коллектива проведена диагностика.

Дети, занимающиеся танцами, добиваются больших успехов в учебе, чем их сверстники, а также опережают их в общем развитии. Танец помогает формировать начальные математические и логические представления ребенка, тренирует навыки ориентирования в пространстве; развивает речь. Занятия танцами помогают развить такие качества, как целеустремленность, организованность и трудолюбие. Дети становятся более раскрепощенными, открытыми и общительными.

Поставлены приоритетные задачи:

совершенствование качества образования и воспитания, как компонент целостного процесса;

разработать собственную модель организации образовательной деятельности, направленную на разностороннее развитие детей; формирование их творческих способностей; создание условий для самореализации личности;

создать новую модель работы в системе: «Обучающиеся – родители – педагоги»;

результативность обучения;

расширить интеграцию общего и дополнительного образования;

разработка и реализация специальных программ, направленных на индивидуально-дифференцированную поддержку творческой способности обучающихся; развитие инновационной деятельности, ее координация;

поиск новых форм и содержания образования, развитие новых направлений.

**Основные концептуальные задачи:** сохранить имеющиеся социально-педагогические, психолого-педагогические, информационные, организационно-методические и материально-технические условия для уже достигнутого уровня, творческого роста детей и педагога и обеспечить их переход к более сложным формам и методам образовательного творчества, профессиональной подготовки, общественного поведения.

Сделала выводы для себя:

- успешность реализации программы во многом зависит от уровня его организованности;
- работа над самообразованием;
- данная программа позволяет ребятам найти себя и проявить свои творческие способности.

Передо мной, как педагогом, ежедневно стоят вопросы: Как заинтересовать ребенка к искусству танца? Как интересно и доступно донести до учащихся новый материал? Как создать для ребенка ситуацию успеха и веру в свои силы?...

Работы предстоит еще много. Главное, я люблю свою работу, своих детей, считаю, что еще многое могу сделать для воспитания подрастающего поколения. Все у меня впереди и все у меня должно получиться.



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575774

Владелец Тимофеева Наталья Васильевна

Действителен с 26.05.2021 по 26.05.2022