

Департамент образования администрации города Липецка  
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
средняя школа № 60 г.Липецка

ул. Осканова, д.4, тел. 72-73-63, sc60lipetsk@mail.ru

**Рассмотрено**

на заседании педагогического совета  
Протокол № 1 от 28.09.2019



**Утверждаю**

Директор МАОУ СШ № 60 г.Липецка  
Борискина С.А.

Приказ № 335 от 02.10.2019

*Дополнительная  
общеразвивающая программа  
художественной направленности  
студия народного танца «Солнышко»,  
рассчитанная на детей в возрасте от 6 до 10 лет  
Срок реализации: 1 год*



**Составители:**

Педагог дополнительного образования:  
Терляков Лев Евгеньевич,

## Содержание

1.Пояснительная записка	<b>3</b>
2.Цели и задачи программы	<b>3-4</b>
3.Планируемые результаты освоения программы.	<b>4-5</b>
4.Учебный план. Формы промежуточной аттестации	<b>5-6</b>
5.Календарный учебный график	<b>6</b>
6. .Содержание программы	<b>6-7</b>
7. Оценочные и методические материалы	<b>7-9</b>
8.Организационно-педагогические условия	<b>9-10</b>
9.Система оценки деятельности Программы	<b>10-11</b>
10.Рабочая программа курса «Студия народного танца « Солнышко»»	<b>11-15</b>

«Истоки способностей и дарований детей находятся внутри каждого.

От пальцев, образно говоря, идут тончайшие ручейки,  
которые питают источники творческой мысли.  
Другими словами, чем больше мастерства в детской руке,  
тем умнее ребенок».  
**В.А. Сухомлинский**

## **1. Пояснительная записка**

### **Направленность Программы**

Данная дополнительная общеразвивающая программа имеет художественную направленность.

### **Концептуальная основа Программы (новизна, актуальность)**

«Есть только один исторический путь к достижению высшей всечеловечности, к единству человечества - путь национального роста и развития национального творчества».

Залогом социально-экономической и политической стабильности не в последнюю очередь является сохранение и совершенствование народной культуры.

Обращение к культуре многонационального российского народа, испытавшего в своей истории не одно потрясение, необходимо с точки зрения многих наук: философии, культурологи, искусства. В современных условиях глобализации на первое место выступает новая угроза - как не раствориться многим национальным культурам из-за стирания этнической самобытности, сохранить свою самобытную культуру, часть богатства духовной жизни, накапливавшейся веками со времен своего появления, и не растворится в среде других.

Танец - это душа народа. Собрание, фиксация, изучение танцевального фольклора являются в наше время актуальнейшей задачей потому, что его богатства нередко очень быстро уходят со своими носителями, и мы должны торопиться, чтобы успеть собрать их как можно полнее.

Будучи одним из стабилизирующих фактов общественной жизни, устойчивые традиции национальной культуры способны, как показывают исследования, помочь человеку адаптироваться к стремительно меняющемуся миру, особенно детям и подросткам. Отражая жизненный опыт народа, творчески обобщая и осмысливая его, фольклор является ярким выражением художественно-исторической памяти нации, важным фактором социальной экологии и в этом качестве может способствовать культурному «выживанию» человека.

Усиливается значение фольклора в наши дни и для собственно хореографического искусства, не только как арсенал выразительных средств, но и как своеобразного источника «живой воды», оплодотворяющей фантазию художника. Знакомство с богатством танцевального творчества народов и сейчас служит действенным средством идейно-эстетического воспитания подрастающего поколения. Сохранение богатств и традиций народного танца является важнейшей практической и теоретической задачей для всех работающих в этой сфере фольклористов, балетмейстеров, искусствоведов.

Сущность цели и задач обучения народно-сценическому танцу как фактора сохранения и развития традиций национальной хореографической культуры часто интерпретируется столь многозначно и противоречиво, что выбор средств обучения народно-сценического танца часто является задачей крайне сложной, а признание какой-либо методики единственно правильной - достаточно проблемной. Малоизученными являются и педагогические, культурологические и искусствоведческие аспекты роли народно-сценического танца в сохранении и развитии традиций в условиях системы дополнительного образования.

Исходя из актуальности вышеназванных проблем, разработана программа объединения студия народного танца «Солнышко».

### **2. Цели и задачи Программы**

Цель программы: обеспечить социальное, физическое, эмоционально-психологическое развитие и ценностную ориентацию обучающихся в процессе освоения ими танцевальной культуры различных народов.

Задачи:

*Обучающие:*

- дать первоначальную хореографическую подготовку;
- сформировать основные двигательные навыки;
- освоить элементы актерского мастерства на практике через выступления в спектаклях и мероприятиях;

*Развивающие:*

- развивать у детей воображение и музыкальную фантазию, эмоциональность в исполнении, а также двигательную культуру и артистизм;
- развивать общую музыкальность и чувство ритма;

*Воспитательные:*

- формировать личностные качества у обучающихся: гражданственность, патриотизм, бережного отношения к природе, любви к Родине; вовлекать в художественно-творческую деятельность;
- формировать партнерские отношения в группе, общения друг с другом, взаимного уважения, взаимопонимания;
- воспитывать самодисциплину, умение организовывать себя и свое время;
- формировать и развивать эстетического вкус;
- развивать способности полноценного восприятия и правильного понимания прекрасного в искусстве и жизни;
- способствовать удовлетворению ребенка в самовыражении;

### **3. Планируемые результаты освоения Программы.**

Успехи реализации программы возможны:

- если будет реализована теоретическая и практическая часть программы на 100%
- если учитываются возрастные и личностные особенности обучающихся, мотивация их деятельности,
- если используется разнообразный методический материал по программе учебного курса,
- если есть необходимые технические средства и информационные ресурсы, отвечающие требованиям занятий различным видам деятельности.

**Уровень реализации:** программы: начальное общее образование.

**Возраст:** 6-10 лет.

**Срок реализации:** 2019 -2020 учебный год, с 01.10.2019-31.05.2020

**Форма занятий:** объединение дополнительного образования «Студия народного танца «Солнышко»»

#### **Ожидаемые результаты:**

Минимум содержания программы направлен на обеспечение развития значимых для образования, социализации, самореализации подрастающего поколения интеллектуальных и художественно - творческих способностей ребенка, его личностных и духовных качеств. Результатом освоения общеразвивающей программы в области хореографического искусства является приобретение учащимися следующих знаний, умений и навыков:

➤ **в области исполнительской подготовки:**

- умения исполнять различные виды танца: классический, народный, сценический;
- умения определять средства музыкальной выразительности в контексте хореографического образа;

- умения выполнять комплексы специальных хореографических упражнений, способствующих развитию профессионально необходимых физических качеств;
- умения соблюдать требования к безопасности при выполнении танцевальных движений;
- умения осваивать и преодолевать технические трудности при тренаже классического танца и разучивании хореографического произведения;
  - *в области навыков музыкально-пластического интонирования;*
- сохранение и поддержка собственной физической формы;
  - *в области историко - теоретической подготовки:*
- знания музыкальной грамоты;
- знания основных этапов жизненного и творческого пути отечественных и зарубежных композиторов;
- знания и слуховых представлений программного минимума произведений симфонического, балетного и других жанров музыкального искусства;
- знания основных элементов музыкального языка;
- первичных знаний в области строения классических музыкальных форм;
  - *области предмета по выбору:*
- развитие художественно-эстетического вкуса;
- умение передавать стилевые и жанровые особенности;
- развитие чувства ансамбля;
- развитие артистизма;
- умение правильно распределить сценическую площадку, сохраняя рисунок танца.

#### 4. Учебный план объединения «Студия народного танца «Солнышко»» ( платное объединение)

Наименование объединения дополнительного образования	Кол-во часов за курс обучения	Форма годовой промежуточной аттестации
«Студия народного танца «Солнышко»»	60 часов	Участие в концертах, конкурсах и фестивалях на разных уровнях (городской, региональный, Всероссийский, Международный). Основными принципами проведения и организации всех видов контроля успеваемости являются: систематичность и учет индивидуальных особенностей обучающегося, их творческие и показательные выступления. Каждый из видов контроля освоения общеобразовательной программы обучающимся имеет свои цели, задачи и формы, что позволяет отследить уровень усвоения теоретических и практических знаний, умений и навыков, уровень развития физических и творческих качеств личности обучающихся, их эмоциональное состояние.
Итого:	60 часов	

	( 2 часа в неделю)	
--	--------------------	--

## 5. Календарный учебный график занятий в объединении «Солнышко»

Календарный период	Количество учебных недель в указанный период	Количество учебных часов в указанный период
02.09.2019-08.10.2019	5 недель и 2 дня	2
<b>09.10.2019 – 13.10.2019 – каникулы</b>		
14.10.2019-19.11.2019	5 недель 1 один	10
<b>20.11.2019- 24.12.2019 – каникулы</b>		
25.11.2019-31.12.2019	5 недель и 2 дня	10
<b>01.01.2020-08.01.2020 – каникулы</b>		
09.01.2020-21.02.2020	6 недель и 2 дня	14
<b>22.02.2020-01.03.2020– каникулы</b>		
02.03.2020 – 15.04.2020	6 недель и 2 дня	12
<b>16.04.2020 – 19.04.2020 – каникулы</b>		
20.04.2020-31.05.2020	5 недель 1 день	12
Итого:	<b>30</b>	<b>60 часов</b>

Начало занятий 01.10.2019 года, окончание 31.05.2019 года.

Учебный год - 7 месяцев.

Количество учебных занятий – 30 занятий по 2 часа , итого 60 часов

### Расписание занятий: 01.10.2019 - 31.05.2019

Четверг
11.30-12.10 –группа № 1 12.20-13.00

## 6. Содержание дополнительной общеразвивающей программы «Солнышко»

### 1. Введение в программу.

Беседа с детьми о целях и задачах, о содержании и форме занятий в объединении. Внешний вид и форма одежды для занятий. Инструкция по технике безопасности. Практика. Разминка. Основные упражнения разминки.

### 2. Азбука музыкального движения

Теория. Мелодия и движение. Темп. Музыкальные размеры. Контрастная музыка: быстрая - медленная, веселая - грустная. Правила и логика построений из одних рисунков в другие, логика поворота вправо и влево. Соотнесение пространственных построений с музыкой. Такт и затакт. Практика. Музыкально – пространственные упражнения: маршировка в темпе и ритме музыки; шаг на месте, вокруг себя, вправо, влево. Пространственные музыкальные упражнения: повороты на месте (строевые), продвижение на углах, с прыжком (вправо и влево). Фигурная маршировка с перестроениями: из колонны в шеренгу и обратно; из одного круга в два и обратно; продвижения по кругу (внешнему и внутреннему), звездочка, конверт.

Танцевальные шаги (с носка на пятку) с фигурной маршировкой. Танцевальные шаги в образах (оленья, журавля, лисы, кошки, мышки, медведя, птички).

### **3. Элементы классического танца**

Теория. Знания и навыки. Специфика танцевального шага и бега. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата ребенка. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов. Положение ног и рук. Практика. Упражнения у станка. Постановка корпуса (в выворотной позиции, лицом к станку, со второго полугодия – держась одной рукой за станок). Позиции ног – 1, 2, 3. Позиции рук – подготовительная, 1, 2, 3 (разучивается на середине, при неполной выворотности ног), затем держась одной рукой, стоя боком к станку. ДЕМИ ПЛИЕ – складывание, сгибание, приседание, развивает выворотность бедра, эластичность и силу ног; изучается лицом к станку по 1, 2, 3-й позициям. БАТМАН ТАНДЮ – движения, вырабатывающие натянутость всей ноги в колене, подъеме, пальцах, развивающие силу и эластичность ног (изучается лицом к станку по 1, 3-й позициям, вначале в сторону, вперед, в конце года – назад).

### **4. Основы народного танца**

Теория. Сюжеты и темы некоторых танцев. Особенности народных движений. Характерные положения рук в сольном, групповом танце, в хороводах, рисунки хороводов. Практика. Русский танец. Положение рук – 1, 2, 3 – на талии. Шаги танцевальные, с носка: простой шаг вперед; переменный шаг вперед. Притоп – удар всей стопой; шаг с притопом в сторону; тройной притоп. Припадания на месте с продвижением в сторону: исходная, свободная 3-я позиция; подтянувшись на полупальцы поставленной назад ноги, упасть на другую ногу в полуприседание, затем опять подняться на полупальцы. То же с продвижением в сторону. Выведение ноги на каблук из свободной 1-й позиции, затем приведение ее в исходную позицию. «Веребочка», «Гармошка», «Ковырялочка» - поочередные удары в сторону одной ногой носком в закрытом положении и ребром каблука в открытом положении, без подскоков.

**5. Репетиционная работа.** Отработка танцевальных движений. Постановка народных танцев. Танцевальная импровизация. Концертные выступления.

### **6. Промежуточная аттестация. Тестирование.**

Беседа о пройденном материале, показать, какие приобрели навыки танцевальной деятельности на середине зала. Репетиция изученных танцев.

**7. Итоговое занятие Отчётный концерт коллектива «Солнышко».** Выступление перед родителями.

### **7. Оценочные и методические материалы Программы.**

Успехи реализации программы возможны:

- если будет реализована теоретическая и практическая часть программы в полном объеме.
- если учитываются возрастные и личностные особенности обучающихся, мотивация их деятельности,
- если используется разнообразный методический материал по программе учебного курса,
- если есть необходимые технические средства и информационные ресурсы, отвечающие требованиям занятий различными видами деятельности.

**Формы подведения итогов реализации программы:**

**Педагогический контроль** предполагает такие виды как: систематический, периодический, промежуточный, итоговой годовой.

**Систематический контроль** (по итогам занятия) осуществляется для выявления уровня освоения материала, при этом объектом контроля являются: правильность исполнения, техничность, активность, уровень физической нагрузки, формами контроля являются: просмотр, анализ выполненного задания.

**Периодический контроль** проводится по окончании темы, здесь решается такая же задача – проверить, как освоена тема, внимание обращается на правильность исполнения, техничность, активность, знания теоретической и практической части.

**Промежуточный контроль** осуществляется по итогам первого полугодия, задачами являются:

- выявить уровень освоения учащимися программы,
- определить изменения в уровне развития творческих способностей за данный период обучения.

Форма контроля - дифференцированный зачет, отчетные концерты.

**Итоговой годовой контроль** проходит в конце учебного года (апрель – май) служит для выявления уровня освоения учащимися программы за год. В ходе итогового годового контроля оценивается: правильность исполнения; техничность; активность; уровень физической нагрузки; знание теоретической и практической части; творческий подход, артистичность.

Формой контроля являются: просмотр и анализ, тестирование, участие в конкурсах и фестивалях, в отчетных концертах объединения и учреждения.

*Критерии оценки достижений воспитанников в ходе освоения дополнительной общеразвивающей программы:*

Освоение программы

1. Качество самостоятельной работы:

0-очень низкий уровень

1-уровень ниже среднего

2-средний уровень

3-уровень выше среднего

4-высокий уровень

2. Устойчивость интереса к предмету:

0-не устойчивый

1-слабо устойчивый

2-средний

3-устойчивый

4-очень устойчивый

3. Точность и грамотность выполнения задания:

0-очень низкая

1-низкая

2-средняя

3-высокая

4-очень высокая

Творческая активность

1. Активность на занятии:

0-очень низкая

1-низкая

2-средняя

3-высокая

4-очень высокая

2. Творческий подход к выполнению заданий:

0-очень низкий

1-низкий

2-средний

3-высокий

4-очень высокий



3. Умение прогнозировать результаты своей деятельности:

0-нет

1-скорее нет

2- иногда

3-скорее да

4-да

### *Методическое обеспечение дополнительной общеразвивающей программы «Солнышко»*

**Методы, в основе которых лежит форма организации деятельности воспитанников на занятиях:**

- 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;
- метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям;
- 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.
- метод стимулирования деятельности и поведения - соревнование, поощрение, создание ситуации успеха;
- метод рефлексии – основан на индивидуальном переживании, самоанализе и осознании собственной ценности в реальной действительности;
- метод сенсорного восприятия - просмотры видеofilьмов о лучших народных коллективах России, прослушивание аудиозаписей.
- метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы.
- игровой метод - включение элементов игры, которые создают хорошее эмоциональное настроение и отвечают задачам и содержанию занятий, возрасту и подготовленности детей.

В педагогической работе используется ряд приемов, которыми педагог пробуждает у детей желание к творчеству. Метод показа и словесный метод объединяются и подкрепляются методическим приемом - музыкальным сопровождением, что помогает детям согласовывать движения с музыкой.

В работе используется импровизационный и вариативный приемы, когда дети свободно и непринужденно двигаются под музыку, где каждый в движении выражает себя индивидуально. Методическое обеспечение направлено на решение программных задач, которые носят социально-значимый, общественно полезный характер и поддерживают социальные новации, воспитывают энергию коллективной творческой деятельности, чувство сопричастности к общему делу, формируют развитие личности.

## **8. Организационно-педагогические условия реализации Программы**

***В основу программы легли определенные педагогические принципы:***

- *принцип субъектности познающего сознания.* Педагог и учащийся определяются активными субъектами образования.
- *принцип дополнителности.* Монолог педагога уступает место смысловому диалогу, взаимодействию, партнерству, ориентация на реальную свободу развивающейся личности.

- *принцип открытости учебной и воспитательной информации.* Мир знаний "открывается" перед учащимся благодаря работе его сознания, как главной личной ценности. Педагог не "преподносит" знания в готовом для понимания виде, а придает им контекст открытия.
- *принцип уважения к личности ребенка* в сочетании с разумной требовательностью к нему предполагает, что требовательность является своеобразной мерой уважения к личности ребенка. Разумная требовательность всегда целесообразна если продиктована потребностями воспитательного процесса и задачами развития личности.
- *принцип сознательности и активности учащихся* предполагает создание условий для активного и сознательного отношения учащихся к занятиям в объединениях, условий для осознания учащимися правильности и практической ценности получаемых знаний, умений и навыков.
- *принцип дифференцированного и индивидуального подхода в обучении* предполагает необходимость учета индивидуальных возможностей и возрастных психофизиологических особенностей каждого учащегося при выборе темпа, методов и способа обучению различным видам творчества.
- *принцип преемственности, последовательности и систематичности* заключается в такой организации занятий, при которой каждое занятие является логическим продолжением ранее проводившейся работы, позволяет закреплять и развивать достигнутое, поднимать учащегося на более высокий уровень развития.
- *принцип доступности и пассивности* заключается в применении основного правила дидактики "от простого к сложному, от известного к неизвестному".  
Программа рассчитана для детей возраста 6-10 лет  
Срок реализации программы: 1 год.  
Форма обучения: очная.  
Формы проведения занятий: занятия в хореографическом  
Формы организации занятий: - групповая; индивидуально-групповая; тренировка  
Наполняемость –от 8 до 20 человек в группе.  
Продолжительность одного занятия 40 минут, перерыв между занятиями 10 минут, график утверждается в начале каждого текущего учебного года.  
Программой предусматриваются следующие формы занятий:
  - беседы;
  - концерты, индивидуальные выступления;
  - участие в конкурсах, акциях, смотрах хореографического направлений;
  - индивидуальная работа с учетом способностей и потребностей учащихся.

#### Материально-техническое сопровождение Программы

- музыкальные инструменты и аппаратура ( микрофоны, усилитель, микшерный пульт,);
- костюмы;
- хореографический зал;
- звуковая и световая аппаратура;
- мультимедийная аппаратура
- стол учителя
- интерактивный программно-аппаратный комплекс;

#### **Квалификационные требования к квалификации педагога, реализующем Программу**

Высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю объединения без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование.

#### **9. Система оценки программы включает:**

- - викторина –
- творческие практические показы –
- творческое задание –
- контроль за исполнением –
- педагогическое наблюдение за творческой деятельностью –
- -контрольное исполнение заданного репертуара –
- устный опрос –
- анализ творческого задания –
- педагогическое наблюдение –
- контроль за выполнением упражнений –
- свободный опрос –
- работа над ошибками –
- анализ занятия –
- анализ исполнения упражнения
- - зачет - свободный опрос - контроль за выполнением упражнения

### ➤ *Литература:*

- 1. Акопян-Шупп, Р. Глобальный танец: творческий процесс, развитие новой сферы танца / Р. Акопян-Шупп. В сб. Голос художника: проблема синтеза в современной хореографии. Материалы международной конференции. - Волгоград, 1999. - С.41-50.
- 2. Богданов Г.Ф. Урок русского народного танца / Г.Ф. Богданов. - М., 1995. - С.23.
- 3. Божович Л.И. Проблема развития мотивационной сферы ребенка / Л.И. Божович // Проблема формирования личности. - М.: Москва-Воронеж, 1997. - С. 135-172.
- 4. Бутенко Э. Сценическое перевоплощение. Теория и практика. - М.: Прикосновение, 2005. - С. 127.
- 5. Ванслов В.В. Всестороннее развитие личности и виды искусства / В.В. Ванслов. - М.: Искусство, 1963.
- 6. Васильев О.С. Семиотика этнокультуры/ О.С.Васильев // Современные эстрадные танцы, № 2 (14), 2003. - С. 30-31
- 7. Васильцова В.Н. Народная педагогика / В.Н. Васильцова -- М.: Школа-Пресс, 1996.

## **10. Рабочая программа объединения «Студия народного танца «Солнышко»**

### **Планируемые результаты в рамках рабочей программы «Студия народного танца «Солнышко»»**

**Уровень реализации:** программы: начальное общее образование.

**Возраст:** 6-10 лет.

**Срок реализации:** 2019 -2020 учебный год, с 01.10.2019-31.05.2020

**Форма занятий:** объединение дополнительного образования «Студия народного танца «Солнышко»»

#### **Планируемые результаты:**

Минимум содержания программы направлен на обеспечение развития значимых для образования, социализации, самореализации подрастающего поколения интеллектуальных и художественно - творческих способностей

ребенка, его личностных и духовных качеств. Результатом освоения общеразвивающей программы в области хореографического искусства является приобретение учащимися следующих знаний, умений и навыков:

➤ **в области исполнительской подготовки:**

- умения исполнять различные виды танца: классический, народный, сценический;
- умения определять средства музыкальной выразительности в контексте хореографического образа;
- умения выполнять комплексы специальных хореографических упражнений, способствующих развитию профессионально необходимых физических качеств;
- умения соблюдать требования к безопасности при выполнении танцевальных движений;
- умения осваивать и преодолевать технические трудности при тренаже классического танца и разучивании хореографического произведения;

➤ **в области навыков музыкально-пластического интонирования;**

- сохранение и поддержка собственной физической формы;

➤ **в области историко - теоретической подготовки:**

- знания музыкальной грамоты;
- знания основных этапов жизненного и творческого пути отечественных и зарубежных композиторов;
- знания и слуховых представлений программного минимума произведений симфонического, балетного и других жанров музыкального искусства;
- знания основных элементов музыкального языка;
- первичных знаний в области строения классических музыкальных форм;

➤ **области предмета по выбору:**

- развитие художественно-эстетического вкуса;
- умение передавать стилевые и жанровые особенности;
- развитие чувства ансамбля;
- развитие артистизма;
- умение правильно распределить сценическую площадку, сохраняя рисунок танца.

## **Содержание дополнительной общеразвивающей программы «Солнышко»**

### **1. Введение в программу.**

Беседа с детьми о целях и задачах, о содержании и форме занятий в объединении. Внешний вид и форма одежды для занятий. Инструкция по технике безопасности. Практика. Разминка. Основные упражнения разминки.

#### **1. Азбука музыкального движения**

Теория. Мелодия и движение. Темп. Музыкальные размеры. Контрастная музыка: быстрая - медленная, веселая - грустная. Правила и логика построений из одних рисунков в другие, логика поворота вправо и влево. Соотнесение пространственных построений с музыкой. Такт и затакт. Практика. Музыкально – пространственные упражнения: маршировка в темпе и ритме музыки; шаг на месте, вокруг себя, вправо, влево. Пространственные музыкальные упражнения: повороты на месте (строевые), продвижение на углах, с прыжком (вправо и влево). Фигурная маршировка с перестроениями: из колонны в шеренгу и обратно; из одного круга в два и обратно; продвижения по кругу (внешнему и внутреннему), звездочка, конверт. Танцевальные шаги (с носка на пятку) с фигурной маршировкой. Танцевальные шаги в образах (оленья, журавля, лисы, кошки, мышки, медведя, птички).

#### **4. Элементы классического танца**

Теория. Знания и навыки. Специфика танцевального шага и бега. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата ребенка. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов. Положение ног и рук. Практика. Упражнения у станка. Постановка корпуса (в выворотной позиции,

лицом к станку, со второго полугодия – держась одной рукой за станок). Позиции ног – 1, 2, 5.. Позиции рук – подготовительная, 1, 2, 3 (разучивается на середине, при неполной выворотности ног), затем держась одной рукой, стоя боком к станку. ДЕМИ ПЛИЕ – складывание, сгибание, приседание, развивает выворотность бедра, эластичность и силу ног; изучается лицом к станку по 1, 2, 3-й позициям. БАТМАН ТАНДЮ – движения, вырабатывающие натянутость всей ноги в колене, подъеме, пальцах, развивающие силу и эластичность ног (изучается лицом к станку по 1, 3-й позициям, вначале в сторону, вперед, в конце года – назад).

### 5. Основы народного танца

Теория. Сюжеты и темы некоторых танцев. Особенности народных движений. Характерные положения рук в сольном, групповом танце, в хороводах, рисунки хороводов. Практика. Русский танец. Положение рук – 1, 2, 3 – на талии. Шаги танцевальные, с носка: простой шаг вперед; переменный шаг вперед. Притоп – удар всей стопой; шаг с притопом в сторону; тройной притоп. Припадания на месте с продвижением в сторону: исходная, свободная 3-я позиция; подтянувшись на полупальцы поставленной назад ноги, упасть на другую ногу в полуприседание, затем опять подняться на полупальцы. То же с продвижением в сторону. Выведение ноги на каблук из свободной 1-й позиции, затем приведение ее в исходную позицию. «Веревочка», «Гармошка», «Ковырялочка» - поочередные удары в сторону одной ногой носком в закрытом положении и ребром каблука в открытом положении, без подскоков.

**6. Репетиционная работа.** Отработка танцевальных движений. Постановка народных танцев. Танцевальная импровизация. Концертные выступления.

### 7. Промежуточная аттестация. Тестирование.

Беседа о пройденном материале, показать, какие приобрели навыки танцевальной деятельности на середине зала. Репетиция изученных танцев.

**Итоговое занятие Отчётный концерт коллектива «Солнышко».** Выступление перед родителями.

**Календарно-тематическое планирование по ДОП «Студия народного танца «Солнышко» 2019/2020 учебный год**

№ п/п	Дата проведения	Тема урока	Кол-во часов
1	03.10.2019	Введение в программу. Набор детей. Мелодия и движение	2
2	17.10.2019	Мелодия и движение Темп. Музыкальные размеры.	2
3	24.10.2019	Контрастная музыка. Правила и логика построения рисунков.	2
4	31.10.2019	Правила и логика построения рисунков. Правила и логика построения рисунков.	2
5	07.11.2019	Логика поворотов влево и вправо. Соотнесение пространственных построений с музыкой.	2
6	14.11.2019	Такт и закат. Музыкально- пространственные упражнения.	2

7	28.11.2019	Фигурная маршировка с построениями. Танцевальные шаги с фигурной маршировкой.	2
8	05.12.2019	Танцевальные шаги с фигурной маршировкой. Танцевальные шаги в образах.	2
9	12.12.2019	Танцевальные шаги в образах. Танцевальные шаги в образах.	2
10	19.12.2019	Контрольное занятие по изученному материалу. Отработка пройденного. Элементы классического танца. Общие сведения.	2
11	26.12.2019	Пять позиций ног. Начало танцевального движения.	2
12	09.01.2020	Переводы ног из позиции в позицию. Танцевальные элементы.	2
13	16.01.2020	Танцевальные элементы. Танцевальные элементы.	2
14	23.01.2020	Участие в общешкольном мероприятии. Основы народного танца. Общие понятия.	2
15	30.01.2020	Русский поклон. Основы положения рук в круге.	2
16	06.02.2020	Основные положения рук в движении рук. Основные положения рук в парах.	2
17	13.02.2020	Русские ходы и элементы русского танца. Простой сценический ход.	2
18	20.02.2020	Переменный ход. Переменный ход.	2
19	05.03.2020	Тройной шаг на полупальцах. Шаг с мазком каблуком.	2
20	12.03.2020	Композиции из основных шагов. « Припадение»	2
21	19.03.2020	Подготовка к « Веревочке». « Гармошечка».	2
22	26.03.2020	« Ковырялочка». Основы дробных выстукиваний в чередовании с приседанием.	2
23	02.04.2020	Основы дробных выстукиваний. Простой притоп.	2
24	09.04.2020	Двойной притоп. Основы дробных выстукиваний в чередовании друг с другом.	2
25	23.04.2020	Подготовка к двойной дроби. Переборы каблуками ног.	2

26	30.04.2020	Переборы каблучками ног в чередовании с притопами. Подготовка к вращениям на середине зала.	2
27	07.05.2020	Полуповороты по четвертям круга . Полуповороты по четвертям круга . Припадания по первой прямой позиции по схеме.	2
28	14.05.2020	Подскоки. « Поджатые прыжки». Этюды малых и больших форм. Отработка танцевальных движений.	2
29	21.05.2020	Постановка народного танца. Танцевальная импровизация.	2
30	28.05.2020	Постановка народного танца. Танцевальная импровизация	2
	Итого:		60