

Департамент образования Администрации города Омска  
Бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного образования города Омска  
«Центр творческого развития и гуманитарного образования «Перспектива»

Принята на заседании  
научно-методического совета  
Протокол № 5 от 28.05 2024 г.

Утверждаю:  
И.о. директора БОУ ДО г. Омска  
«ЦТР и ГО «Перспектива»  
Н.М.Бабич  
«04» 06 2024 г.



Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа

**«Основы танца»**

направленность программы: художественная

возраст обучающихся: 5-11 лет

срок реализации: 3 года

трудоемкость: 648 часов

Автор – составитель:

Муромцева Ю.С.,

педагог дополнительного образования

Омск, 2024

## Пояснительная записка

Программа «Основы танцы» реализуется в рамках художественной направленности.

Данная программа – это начальный этап освоения хореографии для детей 5-11 лет. Ее спецификой является не подготовка профессиональных танцоров, а предоставление ребенку возможности наиболее полно выразить через музыку и движения свои творческие способности, освободиться от физических и психических «зажимов»; научиться воспринимать окружающий мир как общий «дом», увидеть его многообразие, научиться сочувствовать и сопереживать тем, кто творит рядом. Программа имеет базовый уровень

Программа имеет базовый уровень. В данной программе главным является не только изучение основ танца, но и формирования у ребенка определенного мироощущения, отношения к себе как к части этого мира, прежде всего мы должны помнить, что танец - это выражение чувств и эмоций человека посредством «пластических и ритмических» движений тела.

**Актуальность программы.** Программа рассчитана на детей дошкольного возраста (5-11 лет). Дошкольный возраст - один из наиболее важных периодов в жизни каждого человека. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребенка, формируется личность человека. В этот период ребенок интенсивно растет и развивается. Двигательная активность и игра как ведущий вид деятельности особенно важны в этом возрастном периоде, поэтому физическому воспитанию должно уделяться как можно больше времени и внимания.

Развитие ребенка - дошкольника отличается необычайным разнообразием и динамичностью. Для развития двигательных способностей дошкольника важно своевременно овладеть основными танцевальными и ритмическими движениями: различные виды шагов, подскоки, галоп, хлопки и притопы, кружение и бег. Занятия танцами способствуют формированию правильной осанки, красивой походке, развивают музыкальный слух и память, чувства ритма, активизируют процессы восприятия. У детей укрепляются мышцы, улучшается работа органов дыхания, кровообращения, совершенствуются двигательные навыки.

Разнообразие и вариации музыкально- ритмических движений, дают возможность ребенку совершенствоваться за счет постепенного усложнения материала. Вначале детям дается общее представление о движении и музыке, затем у детей при выполнении заданий развивается и формируется навык исполнения танцевального движения и танца в целом.

Действия музыкальных игр, сюжеты и образы на занятиях хореографии способствуют лучшему пониманию содержания музыкального произведения. Занятия построены таким образом, что в них предусматривается взаимодействие детей, связанные с распределением

ролей и отдельных образных действий, используются способы самостоятельного и парного взаимодействия, осуществляется взаимосвязь с другими предметами (развитие речи, оздоровительная гимнастика, музыкальный час).

Так как программа является начальным этапом хореографии очень важно именно в раннем детстве привить ребенку любовь к движению, к танцу, поскольку это раннее выражение его творчества может быть использовано для развития и сохранения его творческого импульса, чтобы они в старшем возрасте проявлялись с еще большей силой.

Программа направлена на то, чтобы всесторонне способствовать творческому началу детей развивать их фантазию и инициативу, сохранять и укреплять здоровье детей через занятия хореографией. Программа дает возможность осуществлять развитие эмоционального восприятия музыки посредством отображения в движениях характера, темпа, динамики и других средств музыкальной выразительности.

Благодаря систематическому хореографическому образованию и воспитанию, обучающиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию хореографического искусства.

### **Форма обучения**

- групповая
- в малых группах
- всем составом
- индивидуальная

Основная форма работы - групповая, но предусматривается работа в малых группах (это могут быть воспитанники одной группы или с разных групп), всем составом коллектива и индивидуальная. Выбор форм занятий обусловлен возрастным, психологическими и физиологическими особенностями детей, санитарно-гигиеническими нормами, уровнем подготовки, навыками и способностями, а также количеством детей в группах. Важную роль в выборе формы работы играет репертуар. Это могут быть как массовые танцы, так и номера, рассчитанные на исполнение несколькими парами, и вообще сольные постановки или постановки, содержащие сольные партии исполнителей.

Индивидуальные занятия необходимы для разучивания сольных номеров, где есть сольная партия. Также индивидуальные занятия могут проводиться по мере необходимости с детьми, которые пропустили занятия или нуждаются в дополнительной отработке материала.

На втором и третьем году обучения необходимо более тщательно оттачивать и отрабатывать новый материал, так как он технически усложняется, для этого необходимы индивидуальные занятия.

**Срок реализации программы:** 3 года.

**Отличительной особенностью** организации образовательного процесса данной программы является изучение нескольких танцевальных направлений : классический танец, народный танец, эстрадный танец , стилизованный танец. Такое обучение отличается чрезвычайным разнообразием и динамичностью занятий.

Особенностью проведения занятий хореографией является то, что уроки нацелены на воспитание музыкальности и естественной двигательной реакции через принятие и переживание музыки, что может возникнуть лишь в случае не созерцательного, а действенного ее восприятия.

**Режим занятий:**

**Первый год обучения** (144 часа): 2 занятия по 2 часа в неделю (30 минут + 10 перерыв +30 минут)

**Второй год обучения** (216 часов): 3 занятия по 2 часа в неделю (30 минут + 10 перерыв + 30 минут)

**Третий год обучения** (288 часов): 4 занятия по 2 часа в неделю (30 минут + 10 перерыв + 30 минут) или 2 занятия по 3 часа в неделю (30 минут + 10 перерыв +30 минут + 10 перерыв +30 минут) и 1 занятие по 2 часа в неделю (30 минут + 10 перерыв + 30 минут)

**Условия набора и добора обучающихся** производится свободно, для всех желающих, на основании просмотра, входной диагностики дети распределяются по группам. Возможен прием детей в течение учебного года в группы первого и второго и третьего года обучения при наличии у ребенка соответствующей танцевальной подготовки на основании предварительной диагностики.

**Цель программы:**

Создание условий для социализации, личностного развития, развития инициативы и творческих способностей ребенка через овладение основами хореографии.

### **Задачи:**

- формировать представление об основах и хореографии;
- развивать произвольность, координацию движений, ориентировку в пространстве;
- развивать умение двигаться в соответствии с различным характером музыки и образами;
- способствовать развитию чувства ритма;
- развивать силу, выворотность и натянутость ног, гибкость и растяжку
- формирование творческих способностей и потенциала, эмоциональной выразительности, образного мышления
- содействовать развитию коммуникативных способностей, взаимодействию в совместной деятельности с педагогом и сверстниками
- дать представление о социальных нормах, правилах поведения в танцевальном классе на занятии и социуме
- воспитание эстетически-нравственного восприятия детей любви к прекрасному, трудолюбию,самостоятельности,аккуратности,целеустремленности оценивании себя в достижении поставленной цели

### **Планируемые результаты:**

В результате освоения программы дети должны

- знать специфику классического танца и его основные движения, термины;
- сочетать и комбинировать движения одного характера , перестраиваться из одного рисунка в другой.
- уметь передать образ и характер танца;
- музыкально двигаться осознавая свои движения, чувствовать ритм, достижение гармонии в музыке и движении;
- развитие силы, выносливости и контроля над мышцами своего тела;

- умение применять, осознанно выбирать и использовать полученные знания и умения при выполнении задания, эмоционально выражаться, использовать свои творческие способности, образное мышление (метапр)

-применять опыт конструктивного взаимодействия в команде и в коллективе в форме коллективных и творческих дел, в групповой и парной работе на занятиях и вне , в частности во время выступлений и конкурсов(метапр)

- уметь сознательно регулировать поведение на занятиях и вне их, понимают смысл дисциплины и самоорганизации, умеют самостоятельно организовать и оценить свою деятельность сообразно возрасту(личн.)

-формирование устойчивой мотивации к личной самоорганизации ,саморазвитию, творческому труду, оценки своих действий и достижений(личн.)

### **Планируемые результаты 1 года обучения:**

-освоить правильную постановку корпуса

- воспитание ритмичности и музыкальности исполнения движений под разный характер музыки

- уметь реагировать на команды педагога, повторять за ним движения

-развитие гибкости, растяжки и пластики тела

- уметь распознавать образы природы на основе музыки и темы

-иметь представление о правилах и нормах поведения, в танцевальном классе и на занятии, в общении и сотрудничестве со сверстниками и педагогом, осознанно выбирать линию поведения, анализировать свои поступки опираясь на моральные нормы и общепринятые социокультурные ценности.

### Учебный план

Название раздела	1 год	2 год	3 год
Вводное занятие	1ч.	1ч.	1ч.
Техника безопасности	2ч.	2ч.	2ч.
Ритмика	32ч.	40ч.	50 ч.
Партерная гимнастика	24ч.	40ч.	50 ч.
Образ танца	12ч.	20ч.	20 ч.
Детский танец	20ч.	20ч.	20 ч.
Постановочная и репетиционная работа	20ч.	50ч.	70 ч.
Индивидуальная работа	30ч.	20ч.	70ч.
Диагностика	2ч.	2ч.	3ч.
Итоговое занятие	1ч.	1ч.	2ч.
Итого	144ч.	216ч.	288 ч.

### Учебно – тематическое планирование первого года обучения

<i>Тема и содержание</i>	<i>всего</i>	<i>теория</i>	<i>практика</i>
Вводное занятие.	1ч.	1ч.	
Техника безопасности	1 ч.	1 ч.	
Ритмика	32 ч.		
- постановка корпуса на середине зала		0,5 ч.	1,5 ч.
- положение рук на поясе		0,5 ч.	1,5 ч.
- положение головы		0,5 ч.	1,5 ч.
- изучение позиций ног (6,1,2)		0,5 ч.	1,5 ч.
Игровое занятие «Угадайка»			
- сочетание движений ног - рук - головы - корпуса		0,5 ч.	2,5 ч.
- изучение позиций рук (подготовительной, I, II, III)		0,5 ч.	1,5 ч.
Игровое занятие «Кто первый»			
- упражнения по I, VI, II позициям ног		0,5ч.	2,5ч.
- изучение простых ритмических упражнений: ходьба, бег, хлопки, притопы, прыжки		1ч.	3 ч.
Занятие-развлечение «Прогулка у пруда»			
-упражнения классического танца (releve, demi plie, battement tendu)		1ч.	3ч.
- работа над координацией движений			4ч.
- работа над методичностью исполнения			4ч.
4. Партерная гимнастика	24 ч.		
- постановка корпуса сидя на полу		0,5ч.	1,5ч.
- поза «лотос»		0,5ч.	1,5ч.
- упражнения стопой (натянуть, сократить, вращать внутрь и наружу)		0,5ч.	1,5ч.
- низкие броски ног		0,5 ч.	2,5ч.
- повороты и наклоны головы, корпуса из разных исходных положений		1 ч.	3ч.
- упражнения для гибкости спины «лягушка», «лодочка», «кошка», «корзиночка», «качели» Занятие-развлечение «Кто я?»		1 ч.	3 ч.
- растяжка мышц всего тела		1 ч.	3ч.

- работа над методичностью исполнения			3 ч.
5. Образ танца	12 ч.		
- характер музыки (грустный и веселый)		0,5ч.	1,5ч.
- темп музыки (медленный и быстрый)		0,5ч.	1,5ч.
- подражательные упражнения «смена погоды» Занятие-путешествие по временам года		0,5ч.	1,5ч.
- игра «ветер дует»		0,5ч.	1,5ч.
- произвольные упражнения под музыку индивидуально и в группах		0,5ч.	1,5ч.
- изображение музыкального образа через танец		0,5	1,5ч.
6. Техника безопасности	1ч.	1ч.	
7. Детский танец	20ч.		
- основные движения из серии развивающих танцев на середине зала		0,5ч.	3,5ч.
- основные движения в парах		0,5ч.	3,5ч.
- соединение движений на середине зала с работой в парах		0,5ч.	3,5ч.
- соединение всех движений в единую композицию		0,5ч.	3,5ч.
- отработка танцев		0,5ч.	3,5ч.
8. Постановочно- репетиционная работа	20ч.		
- изучение основных движений		0,5ч.	3,5ч.
- постановка I, II, III части танца		0,5ч.	3,5ч.
- отработка рисунков танца		0,5ч.	3,5ч.
- репетиция танца		0,5ч.	3,5ч.
-индивидуальные занятия	30ч.	4ч.	26ч.
10. Диагностика	2ч.	1ч.	1ч.
11. Итоговое занятие	1ч.		1ч.
итого	144 ч	26,5ч.	117,5ч

## Содержание программы первого года обучения

### 1. Вводное занятие.

#### Профилактическая беседа

Теория. «Занятие хореографией в условиях дополнительного образования». Построение перспектив работы мотивация к развитию инициативности на занятиях.

### 2. Техника безопасности.

Теория. Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения в танцевальном зале.

### 3. Ритмика.

Теория. Основы общехореографической подготовки. Понятия - натянуть стопу, сократить, вращать. Методика движений. Критерии достаточной и безопасной физической нагрузки.

Практика. Упражнения для правильной осанки, мышечного развития, физическое совершенствование, освоение пластики движений. Задания на само и взаимооценку.

Развивающие игры. Рефлексия.

- постановка корпуса на середине зала
- положение рук на поясе
- положение головы
- позиции ног
- упражнения по I, VI, II позициям ног
- изучение простых ритмических упражнений: ходьба, бег, хлопки, притопы, прыжки
- упражнения классического танца (relevé, demi plié, battement tendu)
- координация движений
- методика исполнения
- игровые занятия

### 4. Партерная гимнастика

Теория. Понятия - натянуть стопу, сократить, вращать. Методика движений. Критерии достаточной и безопасной физической нагрузки.

Практика. Упражнения на развитие правильной осанки, выворотности, гибкости, развитие стопы, растяжки. Задания на само и взаимооценку. Занятия развлечения на развитие памяти.

Рефлексия.

- постановка корпуса сидя в партере
- поза «лотос»
- упражнения стопой
- низкие броски ногой
- повороты и наклоны головы, корпуса
- упражнения для гибкости спины
- растяжка
- методика исполнения
- занятия развлечения

### 5. Образ танца

Теория. Понятия грустный - веселый, быстрый - медленный

Практика. Анализ музыки. Работа над образами природы. Понимание особенностей образности как предпосылки формирования познавательных компетенций. Музыкально-танцевальные игры.

- характер музыки
- темп музыки

- образы природы
- подражательные упражнения
- музыкально-танцевальные игры

#### 6. Детский танец.

Теория. Методика исполнения движений и комбинаций танца. Мотивация к занятиям и критерии самооценки как предпосылки формирования регулятивных компетенций.

Практика. Отработка движений, комбинаций, рисунков и переходов танца. Музыкальность, координация, выразительность исполнения.

- основные движения
- комбинации танца
- работа в парах
- отработка музыкальности
- рисунки танца
- методика исполнения

#### 7. Постановочно- репетиционная работа.

Теория. Методика исполнения движений и комбинаций танца. Мотивация к занятиям и критерии самооценки как предпосылки формирования регулятивных компетенций. Основы группового взаимодействия в процессе репетиции и отработки танца.

Практика. Отработка движений, комбинаций, рисунков и переходов танца. Работа над музыкальностью, координацией, выразительностью исполнения. Отработка сольных партий и танцев. Понимание особенностей образности, характера исполнения и танцевальных рисунков как предпосылки формирования познавательных компетенций. Рефлексия группового взаимодействия (ансамбль). Управление коммуникативными процессами в репетиционной работе.

- основные движения
- комбинации танца
- постановка танца
- рисунки танца
- индивидуальные занятия
- отработка
- репетиции

### **Планируемые результаты 2 года обучения:**

- 1- знают позиции рук и ног
- 2- методически и музыкально исполнять движения по кругу, диагонали
- 3- освоить методику и музыкальность исполнения развивающих движений и комбинаций, в том числе движений классического танца на середине зала
- 4- развитие физических данных (правильной осанки, выворотности, гибкости, танцевального шага)
- 5- умение изображать заданный художественный образ с применением ранее полученных знаний и жизненного опыта

б-иметь представление о правилах и нормах поведения на сцене, за кулисами, в общественных местах

### Учебно – тематическое планирование второго года обучения

Тема и содержание	всего	теория	практика
1. Вводное занятие	1ч.	1ч.	
2. Техника безопасности	1ч.	1ч.	
3. Ритмика	40ч.		
- упражнения по VI,I, II позициям ног		1ч.	3ч.
- первое pordebras		0,5ч.	1,5ч.
- свободные вариации на тему pordebras		0,5ч.	1,5ч.
- соединение позиций рук и ног		0,5ч.	1,5ч.
- изучение ходов по диагонали (шаг с носочка, полупальцы, подскок, галоп, шаг польки и т.д.)		1ч.	3ч.
- упражнения классического танца: releve, demi plie, battement tendu, jete, releve lent, grand battement		1ч.	3ч.
- сочетание ходов по диагонали с руками, головой, движение с движением		1ч.	3ч.
- изучение рисунков (круг, полукруг, линия, колонна, диагональ)		1ч.	3ч.
- перестроение по залу в заданном движении из одного рисунка в другой		1ч.	4ч.
- исполнение танцевальных ходов по рисункам		0,5ч.	2,5ч.
- работа над координацией движений			3ч.
- работа над ритмичностью и музыкальностью исполнения			3ч.
4. Партерная гимнастика	40ч.		
- упражнения «березка», «мостик»		0,5ч.	3,5ч.

- упражнения классического танца releve lent, grand battement		1ч.	5ч.
- упражнения сидя на полу из разных исходных положений		1ч.	5ч.
- работа над выворотностью и силой ног		0,5ч.	3,5ч.
- работа над методикой и координацией движений		0,5ч.	3,5ч.
- работа над ритмичностью и музыкальностью исполнения		0,5ч.	3,5ч.
- изучение комбинаций		1ч.	5ч.
- растяжка, шпагат		1ч.	5ч.
5. Образ танца	20ч.		
- ритм в музыке		0,5ч.	1,5ч.
- упражнения «хлопки»		0,5ч.	1,5ч.
- образы птиц и зверей		0,5ч.	1,5ч.
- прослушивание музыки		0,5ч.	1,5ч.
- анализ музыки (характер, темп)		0,5ч.	1,5ч.
- создание образа в массовых и сольных танцах на основе музыкального материала		0,5ч.	2,5ч.
- создание образа на основе темы танца		0,5ч.	2,5ч.
- сюжетные игры		0,5ч.	3,5ч.
6. Техника безопасности	1ч.	1ч.	
7. Детский танец	20ч.		
- основные движения из серии развивающих танцев		0,5ч.	3,5ч.
- сочетание движений в комбинации		0,5ч.	3,5ч.
- работа в парах		0,5ч.	3,5ч.
- отработка рисунков танца		0,5ч.	3,5ч.

- отработка музыкальности и техничности исполнения		0,5ч.	3,5ч.
8. Постановочная и репетиционная работа	50ч.		
- основные движения		0,5ч.	4,5ч.
- комбинации		0,5ч.	4,5ч.
- постановка I, II, III частей танца		0,5ч.	5,5ч.
- отработка рисунков танца		0,5ч.	4,5ч.
- пластика и техника исполнения		0,5ч.	5,5ч.
- музыкальность исполнения		0,5ч.	5,5ч.
- работа над образом в танце		0,5ч.	5,5ч.
- репетиция танца		0,5ч.	5,5ч.
- отработка танца в костюмах		0,5ч.	4,5ч.
9. Индивидуальные занятия	40ч.	4ч.	16ч.
10. Диагностика	2ч.	1ч.	1ч.
11. Итоговое занятие	1ч.		1ч.
Итого за год	216ч.	33ч.	183ч.

### **Содержание программы второго года обучения**

#### 1. Вводное занятие

Теория. Профилактическая беседа «Занятие хореографией в условиях дополнительного образования». Построение перспектив работы мотивация к развитию инициативности на занятиях и в жизни коллектива.

#### 2. Техника безопасности

Теория. Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения в танцевальном зале.

#### 3. Ритмика

Теория. Методика исполнения новых движений. Критерии достаточной и безопасной физической нагрузки. Мотивация к занятиям и критерии самооценки как предпосылки формирования регулятивных компетенций.

Практика. Совместная с педагогом постановка цели и задач. Выполнение упражнений по освоению раздела, работа над методикой, координацией и музыкальностью исполнения. Задания на само и взаимооценку, рефлексия.

- упражнения по VI, I, II позициям ног
- первое pordebras, (вариации)
- позиции рук и ног
- движения по кругу и диагонали
- упражнения классического танца: releve, demi plie, battement tendu, jete, releve lent, grand battement
- сочетание ходов по диагонали с руками, головой, движение с движением
- рисунки танца (круг, полукруг, линия, колонна, диагональ), перестроения
- координацией движений
- ритмичностью и музыкальностью исполнения

#### 4. Партерная гимнастика

Теория. Понятия выворотность, взъем, осанка. Мотивация к занятиям и критерии самооценки как предпосылки формирования регулятивных компетенций.

Практика. Упражнения для развития, укрепления, выворотности и силы ног, исправления осанки, гибкости, танцевальный шаг. Совместная с педагогом постановка цели и задач. Задания на само и взаимооценку, рефлексия.

- упражнения «березка», «мостик»
- упражнения классического танца releve lent, grand battement
- упражнения сидя на полу из разных исходных положений
- упражнения лежа на полу из разных исходных положений спине
- изучение комбинаций
- растяжка

#### 5. Образ танца

Теория. Понятия ритм и темп. Тема танца.

Практика. Прослушивание и анализ музыкального материала. Выполнение упражнений по освоению раздела. Понимание особенностей образности (птиц, зверей, темы танца) как предпосылки формирования познавательных компетенций.

- ритм в музыке
- упражнение «хлопки»
- образы птиц и зверей
- анализ музыки (характер темп)
- создание образа на основе музыки и темы танца
- сюжетные игры

#### 6. Детский танец

Теория. Методика исполнения движений и комбинаций танца. Мотивация к занятиям и критерии самооценки как предпосылки формирования регулятивных компетенций.

Практика. Отработка движений, комбинаций, рисунков и переходов танца. Выполнение упражнений на освоение элементов танца. Музыкальность, координация, выразительность исполнения. Артистизм исполнения. Совместная с педагогом постановка цели и задач. Задания на само и взаимооценку, рефлексия.

- основные движения
- комбинации танца
- работа в парах

- отработка музыкальности
- рисунки танца
- методика исполнения

#### 7. Постановочная и репетиционная работа

Теория. Методика исполнения движений, комбинаций и актерское мастерство в работе над танцевальными номерами. Мотивация к занятиям и критерии самооценки как предпосылки формирования регулятивных компетенций. Основы группового взаимодействия в процессе репетиции и отработки танца.

Практика. Отработка с педагогом и самостоятельно движений, комбинаций, рисунков и переходов танца. Работа над музыкальностью, координацией, выразительностью исполнения.

Отработка сольных партий и танцев. Понимание особенностей образности, характера исполнения и танцевальных рисунков как предпосылки формирования познавательных компетенций. Рефлексия группового взаимодействия (ансамбль). Управление коммуникативными процессами в репетиционной работе.

- основные движения
- комбинации танца
- постановка танца
- рисунки танца
- индивидуальные занятия
- отработка
- репетиции

#### Планируемые результаты 3 года обучения:

- уметь самостоятельно показывать танцевальные движения, знать их названия
- уметь ориентироваться в пространстве, перестраиваться в разные рисунки
- Уметь самостоятельно по памяти выразительно, музыкально, методично исполнять танцевальные постановки. Свободно и непринужденно чувствовать себя на сцене перед зрителем
- Знать и уметь методично исполнять гимнастические упражнения, уметь владеть мышцами своего тела.
- умение самостоятельно создавать и изображать художественный образ, с применением ранее полученных знаний, умений, жизненного опыта, применения ИКТ, выбора информации. использовать свои творческие способности, эмоциональную выразительность, образное мышление
- принимать активное участие в процессе занятия, концертной и творческой жизни коллектива, уметь адекватно оценивать свои и чужие результаты

#### Учебно – тематическое планирование третьего года обучения

Название раздела	всего	теория	практика
1.Вводное занятие.	1		
2. Техника безопасности.	2		
3.Ритмика	50		
упражнения по VI,I, II позициям ног			3
комбинации по VI,I, II позициям ног			3
Повторение подготовительной, I,II,III позиций рук.			1
Изучение 2 pordebras.			2
вариации pordebras			4

Координация движений и комбинаций.			5
Музыкальность исполнения движений и комбинаций			5
Методика исполнения движений и комбинаций			5
«моталочка» по диагонали			2
Точки класса			1
тройные шаги			2
тройного подскока			2
Повторение движений и комбинаций классического танца releve,demi plie,battement tendu.			4
Изучение комбинаций battement tendu iete,releve lent,grand battement.(методика исполнения)			4
Рисунок «шахматный порядок», сложный рисунок танца			7
4.Партерная гимнастика	50		
Упражнения и комбинации на осанку (постановка корпуса)			8
Повторение releve lent(классический танец)			5
Повторение grand bateement(классический танец)			5
движения и комбинации классического танца из I ,2 позиции ног и позы «лотос»			8
Упражнения и комбинации на гибкость			8
Упражнения и комбинации на растяжку			8
Методика и музыкальность исполнения движений и комбинаций			8
5.Образ танца	20		
ритм в музыке			2
Счет ритмического рисунка			2
Упражнение «хлопки»			2
Прослушивание музыкального материала			2
Анализ музыки .Темп музыки.			2
образ в сольных и массовых танцах на основе музыки и темы танца.			4
положения тела			2
позы			2
импровизация			
6.Детский танец	20		
Изучение основных движений развивающего танца.			2
Изучение связок движений танца.			2
Методикой и музыкальность исполнения основных движений.			2
комбинации танца.			2
движения в парах			2
рисунки танца			2
Переходы по рисункам			4
Отработка движений и комбинаций			4
Постановочная и репетиционная работа.			
групповая работа	70		
индивидуальная работа	70		70
Основные движения танца			14
Комбинации танца			14
Постановка танца			6

рисунки танца			6
Отработка танца			14
Музыкальность и методика			12
репетиция			4
Диагностика.	3ч.		
Итоговое занятие.	2ч.		

### Содержание программы третьего года обучения

#### 1. Вводное занятие.

Теория. Профилактическая беседа «Занятие хореографией в условиях дополнительного образования». Построение перспектив работы мотивация к развитию инициативности в жизни коллектива и концертной деятельности.

#### 2. Техника безопасности.

Теория. Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения в танцевальном зале, на сценических площадках.

#### 3. Ритмика

Теория. Методика исполнения новых движений и комбинаций. Понятие точки класса и равновесие, основные названия движений и рисунков. Критерии достаточной и безопасной физической нагрузки. Мотивация к занятиям и критерии самооценки как предпосылки формирования регулятивных компетенций.

Практика. Выполнение движений по освоению раздела. Самостоятельный показ движений и рисунков. Совместная с педагогом постановка цели и задач. Задания на само и взаимооценку, рефлексия.

- движения и комбинации на координацию и технику исполнения

- 2 pordebras

- моталочка

- тройные шаги

- тройного подскока

- точки класса

- движения и комбинации классического танца

- рисунки танца

#### 4. Партерная гимнастика

Теория. Понятия танцевальный шаг, напрягать- расслаблять, плавно- резко. Мотивация к занятиям и критерии самооценки как предпосылки формирования регулятивных компетенций.

Практика. Упражнения для подвижности и гибкости суставов позвоночника, тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра, развитие выворотности ног и танцевального шага.

- упражнения и комбинации на осанку

- упражнения и комбинации на гибкость

- упражнения и комбинации на растяжку

- движения и комбинации классического танца

#### 5. Образ танца

Теория. Совместная с педагогом постановка цели и задач. Задания по поиску материалов их презентации как предпосылки формирования познавательных компетенций. Понятие поза танца.

Практика. Прослушивание и анализ музыкального материала. Выполнение упражнений по освоению раздела. Самостоятельное решение поставленной задачи, анализ и самооценка собственного результата. Рефлексия.

Счет ритмического рисунка

Прослушивание и беседа музыкального материала

Анализ и темп музыки.

образ в сольных и массовых танцах на основе музыки и темы танца

положения тела и позы образа

импровизация

6. Детский танец

Теория. Методика исполнения новых движений и комбинаций.

Практика. Отработка движений, комбинаций, рисунков, связок и переходов танца. Выполнение упражнений на освоение элементов танца. Музыкальность, координация, выразительность исполнения. Артистизм исполнения. Совместная с педагогом постановка цели и задач. Задания на само и взаимооценку, рефлексия.

-основные движения

-комбинации танца

-работа в парах

-отработка музыкальности

-рисунки танца

-переходы по рисункам

-связки танца

-методика исполнения

7. Постановочно-репетиционная работа

Теория. Основы взаимодействия в репетиционном процессе и во время выступлений на сцене.

Мотивация к занятиям и критерии самооценки как предпосылки формирования регулятивных компетенций. Методика исполнения движений, комбинаций и актерское мастерство в работе над танцевальными номерами.

Практика. Методика исполнения движений и актерское мастерство в работе над танцевальными номерами. Разбор танца по рисунку. Соединение движений и комбинаций в танцевальную композицию, работа с солистами. Работа над техникой, координацией, музыкальностью, выразительностью исполнения. Понимание особенностей образности, характера исполнения и танцевальных рисунков как предпосылки формирования познавательных компетенций.

Рефлексия группового взаимодействия (ансамбль). Управление коммуникативными процессами в репетиционной работе.

-основные движения

-комбинации танца

-постановка танца

-рисунки танца

-индивидуальные занятия

-отработка

-репетиции

## **Контрольно - оценочные средства.**

Оценочная система представляет собой комплекс разработанных критериев и показателей оценки. Оценочные критерии и показатели ориентированы на результаты учащихся трех видов: предметные, метапредметные умения и личностные качества.

Педагог проводит занятие на проверку теоретических знаний, выполнение практических заданий. В соответствии с оценочными показателями педагог ведет наблюдение за действиями и поступками обучающихся в течение года, в процессе занятия, концертных и конкурсных выступлений, событий, коллективных и творческих дел, проводимых в детском объединении. После проведения контрольно-аттестационных форм педагог выставляет баллы в картах экспертных оценок в соответствии с оценочной шкалой.

1 балл - низкий уровень

2 балла - базовый уровень

3 балла – высокий уровень

В результате определяется средний балл от суммы баллов по предметной подготовке, метапредметному и личностному развитию, который характеризует уровень освоения программы в целом, за учебный год.

Что соответствует:

6-9 балла - низкий уровень.

10-14 баллов - базовый уровень.

15-18 баллов – высокий уровень

Эти результаты используются для коррекции образовательного маршрута каждого учащегося и в работе над программой.

## Оценочная карта эксперта

№ обучающегося	Предметные знания и умения				Метопредметное развитие	Личностное и социальное-коммуникативное развитие	Общее количество баллов
	Задание 1	Задание 2	Задание 3	Задание 4	Задание 5	Задание 6	
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
низкий уровень							%
средний уровень							%
высокий уровень							%
6-9 балла - низкий уровень 10-14 баллов - средний уровень 15-18 баллов – высокий уровень				<b>Итого:</b> низкий уровень средний уровень высокий уровень			

### **Проверяемые элементы содержания 1г. об.**

1. Постановка корпуса, осанка.
2. Ритмичность и музыкальность.
3. Команды педагога
4. Гибкость и растяжка
5. Творческое задание «Образ в танце»
6. Правила поведения в танцевальном классе и на уроке хореографии

### **Критерий № 1. Постановка корпуса, осанка.**

#### **Задание. Исполнение движений на месте и в продвижении по залу.**

- 1 балл - не держит осанку, как в статическом положении, так и при движении вперед.
- 2 балла - держит осанку недостаточно крепко или только в статическом положении, а при движении теряет постановку корпуса.
- 3 балла - хорошо держит осанку при исполнении движения на месте и в продвижении по залу.

### **Критерий № 2. Ритмичность и музыкальность.**

#### **Задание. Игра «Хлопки»**

- 1 балл – не попадает в ритм и темп.
- 2 балла - попадает в ритм но не сохраняет темп (или наоборот)
- 3 балла – попадает в ритм сохраняет темп

### **Критерий №3 реакция на команды**

- 1 балл – не слышит и не слушает команды педагога, обижается на замечания или не пытается их исправить
- 2 балла - старается выполнять команды или задания педагога, исправить неточности в исполнении, но не всегда внимательно слушает педагога, может обидеться на замечания
- 3 балла- всегда внимательно слушает и слышит педагога, быстро реагирует на команды, адекватно реагирует на замечания, старается исправить ошибки

### **Критерий № 4. Гибкость и растяжка**

#### **Задание. Упражнения из серии «Партерная гимнастика» «лягушка», «лодочка», «кошка»**

- 1 балл – не исполняет задание вообще, исполняет методически неправильно или исполняет не музыкально.
- 2 балла – неуверенно с небольшими ошибками в методике иногда сбиваясь с ритма или не до конца, точно исполняет задания.
- 3 балла – ребенок грамотно, уверенно, четко, методично, и музыкально справляется с заданием.

### **Критерий № 5. Творческое задание «Образ в танце»**

#### **Задание. Игра-импровизация «Смена погоды» придумай образ на заданную педагогом тему**

- 1 балл – не может подобрать и исполнить движения, двигается не в соответствии с музыкой, испытывает стеснение, эмоционально зажат.

2 балла – не всегда движения уверенны, исполняются под музыку и соответствуют заданной теме; ребенок испытывает некоторое стеснение, иногда применяет знания и умения при выполнении задания.

3 балла - ребенок легко, непринужденно, без стеснения, эмоционально находит и исполняет движения, положения тела, позы в соответствии с заданной темой и музыкой, умеет применять и использовать знания и умения при выполнении задания.

### **Критерий № 6. Правила поведения в танцевальном классе и на уроке хореографии.**

#### **Задание. Игра-опрос «Правильно - неправильно»**

1 балл – не знает правила и нормы поведения в танцевальном классе и на занятии, невнимательно слушает, перебивает сверстников и педагога.

2 балла – старается выполнять правила и нормы поведения в танцевальном классе и на занятии, но может перебить, необдуманно поступить

3 балла – знает правила и нормы поведения в танцевальном классе и на занятии, доброжелателен к сверстникам, вежлив с педагогом, старается обдуманно поступить, не перебивает, а поднимает руку для ответа на вопрос

-иметь представление о правилах и нормах поведения, в танцевальном классе и на занятии, в общении и сотрудничестве со сверстниками и педагогом, осознанно выбирать линию поведения, анализировать свои поступки, опираясь на моральные нормы и

### **Проверяемые элементы содержания 2года обучения**

1. Позиции ног и рук.

2. Движения по диагонали, кругу

3. Методика и музыкальность развивающих движений и движений классического танца на середине зала. Раздел «Ритмика»

4.Уровень развития физических данных (осанки, выворотности, гибкости, танцевального шага)

5. Творческое задание «Образ в танце»

6. Правила поведения на сцене.

### **Критерий № 1. Позиции ног и рук.**

#### **Задание. Игра «Угадай позицию»**

1 балл – не может определить позиции рук и ног, или показать самостоятельно.

2 балла - путает позиции, не может показать сам, но называет (или наоборот).

3 балла – четко называет позиции ног и рук, уверенно самостоятельно показывает названные позиции.

### **Критерий № 2. Движения по диагонали, кругу**

**Задание. Исполнить движения по кругу, диагонали (шаг с носочка, шаг на полупальцах, подскок, галоп, шаг польки) .**

1 балл - не исполняет движения вообще, или исполняет методически неправильно, без характерных особенностей, не соблюдает дистанцию.

2 балла - исполняется не совсем уверенно, с небольшими ошибками в методике исполнения, сохранение дистанции не стабильно.

3 балла - уверенно, четко, методично исполняет движение, в нужном характере и темпе с соблюдением дистанции.

### **Критерий № 3. Развивающие движения и комбинации**

**Задание. Исполнение серии развивающих движений на середине зала «Ритмика»**

1 балл - не исполняет движения и комбинации вообще, или исполняет методически неправильно, без характерных особенностей или не музыкально.

2 балла - исполняется не совсем уверенно, с небольшими ошибками в методике исполнения не всегда музыкально.

3 балла - уверенно, методично исполняет движения и комбинации, четко под музыку.

### **Критерий № 4. Развитие физических данных**

**Задание. Исполнение серии развивающих движений из раздела «Партерная гимнастика»**

1 балл - не исполняет движения и комбинации вообще, или исполняет методически неправильно, без характерных особенностей или не музыкально.

2 балла - исполняется не совсем уверенно, с небольшими ошибками в методике исполнения не всегда музыкально.

3 балла - уверенно, методично исполняет движения и комбинации, четко под музыку.

### **Критерий № 5. Образ в танце**

**Задание. Игра-импровизация «Образ птиц и зверей» придумай образ на заданную педагогом тему.**

1 балл – не может подобрать и исполнить движения, двигается не в соответствии с музыкой, испытывает стеснение, эмоционально зажат.

2 балла - не всегда движения уверенны, исполняются под музыку и соответствуют заданной теме; ребенок испытывает некоторое стеснение, иногда использует полученные знания и умения, не всегда образ понятен педагогу и остальным воспитанникам.

3 балла - ребенок легко, непринужденно, без стеснения, эмоционально находит и исполняет движения, положения тела, позы в соответствии с заданной темой и музыкой, активно использует полученные знания и умения, творчески использует жизненные наблюдения. Образ понятен педагогу и остальным воспитанникам.

### **Критерий № 6. Правила поведения на сцене.**

**Задание. Игра-опрос «Что делать если?» (спали балетки, выключилась музыка, что-то перепутал и т.д.)**

1 балл – не знает, как поступить в непредвиденной ситуации

2 балла – может растеряться, подглядывает за другими, но старается быстро подстроиться

3 балла – знает, как поступить в непредвиденной ситуации; умеет взаимодействовать со сверстниками, партнёрами по танцу в процессе творческой деятельности, умеет контролировать ситуацию.

### **Проверяемые элементы содержания 3г.об.**

1. Термины
- 2.Рисунки танца
3. Внимание и память.
4. Гибкость и растяжка.
5. Творческое задание «Образ в танце»
- 6.Репетиционная и концертная деятельность

### **Критерий № 1.Термины**

**Задание. Игра «Загадки» нужно отгадать загадки и показать определенное движение, знать название движений**

- 1 балл – не может сказать названия движений, или показать самостоятельно.
- 2 балла - путает движения, не может показать сам, но называет (или наоборот).
- 3 балла – четко называет движения, уверенно самостоятельно их показывает.

### **Критерий № 2.Рисунки танца**

**Задание. Игра «Дисотека» перестроение из рисунка в рисунок по заданию педагога**

- 1 балл - плохо ориентируется в классе, «теряет» понятие «лицом к зрителям», не соблюдает дистанцию, «не строит» рисунки танца
- 2 балла - испытывает затруднение в «построении» рисунков танца, но держит дистанцию (или наоборот).
- 3 балла - хорошо ориентируется в классе, легко и свободно «строит» рисунки танцев, четко держит дистанцию.

### **Критерий № 3. Внимание и память.**

**Задание. Запомнить и самостоятельно показать танцевальную постановку из нескольких движений и комбинаций.**

- 1 балл - исполнил танцевальную постановку неправильно, или не исполнил совсем.
- 2 балла - затруднялся исполнить комбинацию или исполнил с ошибками.
- 3 балла - исполнил весь танец правильно уверенно и музыкально.

### **Критерий № 4. Гибкость и растяжка.**

**Задание. Исполнение серии развивающих движений из раздела «Партерная гимнастика»**

- 1 балл- не развита гибкость, растяжка, выворотность, слабые мышцы
- 2балла-развита гибкость, растяжка, но нет выворотности или наоборот, не всегда мышцы в тонусе
- 3 балла- развита гибкость, растяжка, выворотность,умеет владеть своим телом

### **Критерий № 5. Образ в танце**

**Задание. Придумать образ героев танца на основе музыки. Сравнить характер героя танца с персонажами сказок, книжными героями, героями мультфильмов**

1 балл – не может подобрать и исполнить движения, двигается не в соответствии с музыкой, испытывает стеснение, эмоционально зажат.

2 балла – не всегда движения уверенны, исполняются под музыку и соответствуют заданной теме; ребенок испытывает некоторое стеснение, находит подходящего персонажа книги, но не может создать до конца понятный всем образ.

3 балла - ребенок легко, непринужденно, без стеснения, эмоционально находит и исполняет движения, положения тела, позы в соответствии с заданной темой и музыкой, активно использует полученные знания и умения, может использовать знания из других областей, жизненных наблюдений. Высказывает свое мнение, может отстаивать свою точку зрения о музыке и образе героев танца, предлагает свои идеи, приводит примеры сравнений героев танца с персонажами книг, сказок, мультфильмов.

### **Критерий № 6.Репетиционная и концертная деятельность**

**Задание. Участие в коллективном и совместном творчестве, умение работать в коллективе, в группе, в парах**

1 балл – не умеет взаимодействовать в коллективе, не проявляет инициативу, не старается

2 балла – старается, участвует в процессе, но отвлекается, не всегда может проанализировать ошибки, не занимается стабильно на протяжении всего занятия.

3 балла – активно участвует в процессе на протяжении всего занятия, помогает другим, понимает ответственность, старается, следит за остальными участниками для синхронности исполнения, умеет находить, анализировать ошибки и исправлять их.

### **Условия реализации программы**

1.Информационно-методическое сопровождение программы: календарно-тематический план на каждый год обучения, план воспитательных мероприятий, разработки тем отдельных занятий (игровых, показательных, развлекательных), учебные видео материалы, презентации.

2.Материально-техническое обеспечение:

-танцевальный или спортивный зал

-музыкальный центр

-флеш-карты

-костюмы,обувь,реквизит

-планшетный компьютер

-методическая литература

### Список литературы:

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии», М., 1999
2. Богуславская З., Смирнова Е. «Развивающие игры», М., 1991.
3. Ваганова А.Я. «Основы классического танца», М., 1980
4. Гусев Г.П. «Методика преподавания народного танца», М., 2002
5. Дубровская Е. Ступеньки музыкального развития., М., «Просвещение» 2003
6. Железнова Е.Р. «Оздоровительная гимнастика и подвижные игры для старших дошкольников» Детство – Пресс, 2013
7. Дьяченко О. Развитие. Программа для дошкольных учреждений., - М., 2000
8. Евладова Е.Б. «Дополнительное образование детей», М., 2002
9. Звездочкин В. Классический танец. – Ростов Н/Д : «Феникс»., 2003
10. Костровицкая В. 100 уроков классического танца., - Л., 1981
11. Колодницкий Г. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. - М., 2000
12. Коваль М.Б. «Внешкольные учреждения в системе дополнительного образования», М., 1986
13. Кабалевский Д. Про трех китов и многое другое., - Н., 1979
14. Лифиц И.В. «Ритмика», М., 1999
15. Мухина В.С. «Возрастная психология» , М., 2000
16. Народное искусство в воспитании детей / Под ред. Т. С. Комаровой. М, 2005.
17. Пуртова Т. В. и др. «Учите детей танцевать» Учебное пособие, М., 2003
18. Сборник нормативных и методических материалов для дополнительного образования детей», М., 2000
19. Таченко «Народный танец», М., 1975
20. Фришман И.И. «Методика работы педагога дополнительного образования» , М., 2000

## **Нормативные документы**

1. Федеральный закон РФ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в РФ»
2. СанПиН 2.4.4 3172-14 от 20.08.2014 об утверждении "Санитарно-эпидемиологических требованиях к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей"
3. Устав и правила внутреннего распорядка БОУ ДО г. Омска «ЦТРИГО «Перспектива»
4. Конвенция ООН о правах ребенка
5. Правила и нормы охраны труда, техника безопасности и противопожарной защиты
6. Распоряжение правительства РФ от 04.09.2014 г. № 1726-р о концепции развития дополнительного образования детей.
7. Приказ от 17.10.2013 г. № 1155 об утверждении ФГОС дошкольного образования