

Дополнительная общеразвивающая программа  
«Малинки»

Направленность: художественная  
Срок реализации: 3 года  
Адресат программы:  
учащиеся 7-10 лет  
Составитель: Михальчук Наталья  
Александровна,  
педагог дополнительного образования 1  
квалификационной категории

## Содержание

1. Пояснительная записка.....	3
2. Организационно-педагогические условия .....	4
3. Учебный план.....	5
4. Содержание программы .....	7
5. Календарно-тематическое планирование.....	11
6. Оценочные материалы.....	16
7. Методические материалы.....	17

## Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Малинки» имеет художественную направленность, так как создаёт условия для формирования всестороннего развития личности обучающихся, раскрытия их способностей через хореографическое искусство, обеспечивает необходимые условия для самоопределения и творческого труда учащихся.

Нормативно-правовые документы разработки программы дополнительного образования:

- ✓ Федеральный закон от 29.12.2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- ✓ Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 года №196;
- ✓ Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 года №1726-р.

Данная программа составлена на основе программ: «Хореография» И.Э.Бриске; Образцового ансамбля танца «Надежда», авторов Н.Ю.Кудрявцевой, О.Ю.Каткиной, И.М.Глуховой.

### **Значимость (актуальность) и педагогическая целесообразность программы.**

Танец, имеет огромное значение, как средство воспитания самосознания учащихся. Хореографическое искусство всегда привлекало к себе внимание детей. Оно обеспечивает более полное развитие индивидуальных способностей детей, и поэтому обучение в хореографических коллективах должно быть доступно значительно большему кругу детей и подростков. Они любят искусство танца и посещают занятия в течение достаточно длительного времени, проявляют настойчивость и усердие в приобретении танцевальных знаний и умений. Танец, волнует исполнителей, вызывая яркие эмоциональные переживания, формирует способность чувствовать, сопереживать, проявлять своё отношение к происходящему. Используя специфические средства искусства танца, заинтересованность детей, преподаватели хореографии имеют возможность проводить большую воспитательную работу.

Программа «Малинки» направлена на всестороннее гармоничное развитие детей. Помогает овладеть основами танца, что позволяет развивать образное мышление и фантазию, память и трудолюбие, а также эстетическое восприятие детей-понимание красоты и гармонии. Всё это, в свою очередь, имеет неограниченное значение для гармоничного духовно-нравственного и физического развития детей.

Обучаясь по этой программе, дети научатся чувствовать ритм, слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения. Одновременно смогут развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия танцем помогут сформировать правильную осанку, научат основам этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дадут представление об актерском мастерстве.

Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох также необходимо, как и изучение грамоты и математики. В этом и заключается основа национального характера, любовь к своему краю, своей родине.

**Отличительные особенности программы** заключаются в её доступности, разнообразии разделов содержания, возможности индивидуального подхода в образовательном процессе. Учащимся предоставляется возможность импровизировать, развивая творческие способности, координацию и пластику в движениях, проявлять свои личностные способности, демонстрировать результаты в концертной деятельности.

Данная программа знакомит детей с многожанровостью хореографического искусства: ритмика, детский танец, народный танец, классический танец, многообразие современной хореографии (уличный танец, модерн, хип-хоп).

В программе предусмотрено знакомство со средствами музыки (темп, характер, длительность звуков, ритмический рисунок, жанр), заложены задания с последовательным усложнением.

Новизна данной программы заключается в использовании приёма импровизации с 1 года обучения, а с третьего года начинается углублённый раздел – «творческая лаборатория», где дети

принимают участие в создании номеров, как постановщики, проявляя фантазию и самостоятельность.

**Адресат программы:** школьники 7-10 лет.

**Срок освоения программы:** 3 года

**Форма обучения:** очная

Основной формой организации обучения является групповая. Наряду с групповой формой работы осуществляется индивидуализация процесса обучения и применение дифференцированного подхода к обучающимся, т.к. результативность усвоения материала каждым ребёнком может быть различной. Дифференцированный подход поддерживает мотивацию обучающихся к предмету и способствует их творческому росту.

**Режим занятий:** программа первого и второго годов обучения рассчитана на 4,5 часа в неделю для 1- 2 группы (7-8, 8-9 лет). Программа третьего года обучения рассчитана на 4,5 часов в неделю для 3 группы (9-10 лет), 153 часа в год для каждой группы. Занятие 30-40 минут, перерыв между занятиями 10 минут в соответствии с СанПиН.

Наполняемость учебной группы в соответствии с нормами СанПиНа.

**Цель программы** – создание условий для формирования танцевальной культуры, самореализации детей младшего школьного возраста в творчестве посредством изучения различных направлений в хореографии.

**Задачи:**

*Образовательные:*

- обучить основам танца;
- поэтапное овладение основам классического экзерсиса у опоры и на середине зала;
- обучить простейшим элементам классического и народного танца;
- обучить элементам музыкальной грамоты;
- познакомить учащихся с историей возникновения и развития танца.

*Развивающие:*

- формировать правильную осанку учащегося;
- развивать координацию, гибкость, пластичность, выразительности и точность движений;
- формировать интерес к танцевальному искусству;
- развивать музыкальность, выразительность и осмысленность исполнения танцевальных движений;
- способствовать развитию воображения, фантазии, умения находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки;
- развивать познавательный интерес, любознательность и умение творчески мыслить;
- развивать художественный вкус.

*Воспитательные:*

- заложить основы правил этикета;
  - воспитать умение работать в паре и в коллективе;
  - предоставить возможность учащимся импровизировать, изменять, творчески переделывать;
  - воспитывать любовь к своей Родине;
  - воспитывать чувство ответственности и трудолюбия;
  - воспитывать музыкальный и эстетический вкус, культуру поведения и общения учащихся;
- Объём программы: всего 459 часов, 153 часа на каждый год обучения

### **Планируемые результаты:**

**Знать:**

- знать, как правильно пройти в такт музыке сохраняя красивую осанку;
- знать позиции рук и ног классического танца;
- знать правила постановки ног у станка;
- знать характер музыки;
- знать о истории возникновения танца.

**Уметь:**

- показать все позиции ног;
- показать все позиции рук;

- двигаться в такт музыке;
- держать правильную постановку корпуса;
- исполнять движения в характере с музыкальным размером.

Успешность реализации данной Программы зависит от рационального использования следующих принципов обучения: научности, наглядности, связи теории с практикой, доступности и последовательности.

### Организационно-педагогические условия:

Занятия хореографией должны проходить в просторном, проветренном классе. Прикрепляемая вдоль стены палка (станок) должна соответствовать росту, находиться на уровне талии или чуть выше. Опоры устанавливаются напротив зеркал. При занятиях зеркало помогает проверить правильность выполнения упражнений, стройности, осанки, красоту позы. Оно отмечает и ошибки, и достижения. Обувь должна быть легкой, облегчающей свободу движений (балетки). Форма для занятий должна быть удобной и не стеснять движений (ласины и купальник). Волосы аккуратно причесаны и собраны в пучок. Занятие рекомендовано проводить под аккомпанемент, что способствует музыкальному образованию детей.

Для эффективной работы необходимо использовать пример педагога, использование фонотеки, диски с записью музыкальных инструментов, видеоматериал, наглядные пособия в виде стендов с рисунками, изображающими позиции ног и рук, использование интернет технологий (работа с музыкальными сайтами, подготовка презентаций, информация о конкурсах и концертах, поиск литературы по программе обучения).

### Учебный план на три года обучения

№ п/п	Наименование разделов	Количество часов			формы промежуточной аттестации	
		всего	теория	практика	теория	практика
<b>Первый год обучения</b>						
1	Введение	12	12			
2	«От ритмики к танцу»	16		16		
3	Партерная гимнастика	12		12		комплекс контрольных упражнений № 1
4	Музыкально-танцевальные игры	10		10		
5	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	12		12		комплекс контрольных упражнений № 2
6						
7	Основные элементы акробатики	14		14		комплекс контрольных упражнений № 3
8	«Азбука классического танца»: Подготовительный комплекс на ковриках	16		16	Тест №1	комплекс контрольных упражнений № 4
9	Основы классического танца (занятия лицом к станку)	22		22	Тест №2	
10	Детский эстрадный танец	28		28		комплекс контрольных упражнений № 5
11	«Танцевальная мозаика»	10	1	9		
	Показательное выступление.	1		1		

	Итого	153	15	138		
<b>Второй год обучения</b>						
1	Введение	12	12			
2	«От ритмики к танцу»	16		16		комплекс контрольных упражнений № 1
3	Партерная гимнастика	12		12		
4	Музыкально-танцевальные игры	10	1	9		комплекс контрольных упражнений № 2
5	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса					
6	Основные элементы акробатики	14		14		комплекс контрольных упражнений № 3
7	«Азбука классического танца»: Подготовит. комплекс на ковриках	16		16		комплекс контрольных упражнений № 4
8	Основы классического танца	22		22	Тест №1	комплекс контрольных упражнений №5
9	Русский народный танец	25		25	Тест №2	комплекс контр.упр. №6
10	Танцевальная мозаика	13	-	13	-	
11	Показательное выступление	1		1		Концертное выступление
	Итого	153	11	142		
<b>Третий год обучения</b>						
1	Введение	10	10			
2	«От ритмики к танцу»	14		14		комплекс контрольных упражнений № 1
3	Музыкально-танцевальные игры	8	1	7		комплекс контрольных упражнений № 2
	Образно-игровая партерная гимнастика. «Игровой стретчинг»	11		11		
6	Основные элементы акробатики	4		4	Тест №1	комплекс контрольных упражнений № 3
7	«Азбука классического танца»: подготовительный комплекс на ковриках	8		8		комплекс контрольных упражнений № 4
8	Основы классического танца	30		30	Тест №2	комплекс контрольных упражнений №5
9	Основы современного танца	36		36	Тест №3	комплекс контрольных упражнений № 6
10	Постановка танцевального номера	30	-	30	-	

11	Показательное выступление	2		2		Концертное выступление
	<b>Итого</b>	153	11	142		

## Содержание программы 1 года обучения

### Введение (12ч.)

Набор детей в хореографический кружок «Малинки».

Правила техники безопасности в зале. Организационная часть. Знакомство с программой.

Проведение инструктажа по технике безопасности (правила поведения на занятиях, переменах, ПДД, противопожарная защита, антитеррористическая безопасность, массовые мероприятия).

### «От ритмики к танцу»- (16ч.)

Теория. Понятие «Хореография». Танец и его виды. Основные выразительные средства музыки (темп, характер, длительность звуков, ритмический рисунок, жанр). Знание музыкального размера 2/2; 3/4; 4/4. Понятие «танцевальное движение» – его длительность, характер, настроение, темп. «От простого хлопка – к притопу». Координация движений. Умение скоординировать движения с музыкой. Определение и передача характера музыки в движении. Простейшие виды хлопков-притопов в различных метроритмических сочетаниях.

### Партерная гимнастика (12ч.)

Партерная гимнастика или партерный экзерсис. Экзерсис в хореографии как фундамент танца.

Правила выполнения силовых упражнений, партерной гимнастики.

Партерная гимнастика:

- упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стоп;
- упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага;
- упражнения для улучшения гибкости позвоночника;
- упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра;
- упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава;
- упражнения для исправления осанки;
- упражнения на укрепление мышц брюшного пресса

Основы образно-игровой партерной гимнастики. Элементарные формы растяжек, наклонов и слитных движений. «Игровой стретчинг»- система растяжек. Игровые упражнения.

### Музыкально-танцевальные игры (10)

Игры: «Рассыпуха», «Гуси у бабуся», «Музыкальный оркестр», «Перетанцовки», «Волшебный остров», «Гусеница», «Сделай сам- покажи другим», «Паровозики», «Весёлый поход», «Морская фигура», «Зеркало».

### Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса (12ч.)

Упражнения партерного тренажа включают в себя упражнения, направленные на растягивание и силу мышц спины, ног, пресса.

### Основные элементы акробатики (14ч.)

Упражнения на эластичность мышц, подвижность суставов, формирование мышц брюшного пояса, гибкость. Растяжка. Шпагаты. Акробатические упражнения: «кувырки» (вперёд и назад), «колесо», «стойка на лопатках», «мостик».

### Азбука классического танца.

### Подготовительный комплекс на ковриках (16ч.)

Комплекс упражнений на напряжение и расслабление мышц. Упражнения на улучшение выворотности. Упражнения по исправлению недостатков осанки. Подводящие упражнения к экзерсису (хореографические упражнения в установленной последовательности у опоры или на середине)

## **Основы классического танца (занятия лицом к станку) (22ч.)**

Упражнения у станка (разучиваются лицом к станку).

Терминология классического танца. Понятие опорной и работающей ноги.

1. Постановка корпуса (отработка, стоя лицом к станку).
2. Позиции ног (I, II, III, V, IV). Смена позиций у станка.
3. Полуприседание (деми-плие) в I, II позициях ног.
4. Позиции рук (подготовительное положение, 1, 2, 3 позиции). Движения рук в основных позициях с поворотом или наклоном головы, а также перегибом корпуса у станка - portdebras.

### **Детский эстрадный танец (28ч.)**

Основы детского эстрадного танца. Художественный образ. Сюжет. Прослушивание музыки. Основные положения рук, ног, головы. Формы позиций и положений рук и ног. Ритм, темп в исполнении движений. Основные комбинации движений. Рисунки в детском эстрадном танце «Полька». Композиционное построение танца. Показательное выступление.

### **«Танцевальная мозаика»(10ч.)**

Композиция. Танцевальные фантазии. Понятие «Музыкальный характер» в танце. Танцевальные комбинации движений на основе детского эстрадного танца. Показательное выступление.

## **Планируемые результаты по итогам первого года обучения.**

**Должны знать:**

- правила постановки корпуса;
- правила поведения на занятиях.

**Должны уметь:**

- передавать в движении музыкальный размер и ритмический рисунок, акцентировать шаг на первую долю;
- распознавать характер танцевальной музыки;
- правильно пройти в такт музыки, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носочка;
- строить отношения со сверстниками.

**Иметь навыки:**

1. Коллективно-порядковые навыки и умения:

- принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- организованно строиться (быстро, точно), сохранять правильные дистанции в колонке парами;
- наблюдать темп движений, обращая внимание на музыку.

2. Музыкально-ритмические навыки и умения:

- отмечать в движении сильную долю такта;
- реагировать сменой движений на смену характера музыки;
- самостоятельно ускорять и замедлять темп разнообразных движений;
- самостоятельно отмечать в движении метр, ритмический рисунок, акцент;
- реагировать на темповые и динамические изменения в музыке.

3. Навыки и умения выразительного движения:

- легко, естественно и непринужденно выполнять танцевальные движения;
- ритмично двигаться в соответствии с различным характером и динамикой музыки.

## **Содержание программы 2 года обучения**

### **Введение (12 ч.)**

Набор детей в хореографический кружок «Малинки».

Правила техники безопасности в зале. Организационная часть. Знакомство с программой.

Проведение инструктажа по технике безопасности (правила поведения на занятиях, переменах, ПДД, противопожарная защита, антитеррористическая безопасность, массовые мероприятия).

### **«От ритмики к танцу» - (16ч.)**



Теория. Понятие «Хореография». Танец и его виды. Основные выразительные средства музыки (темп, характер, длительность звуков, ритмический рисунок, жанр). Знание музыкального размера 2/2; 3/4; 4/4. Понятие «танцевальное движение» – его длительность, характер, настроение, темп. «От простого хлопка – к притопу». Координация движений. Умение скоординировать движения с музыкой. Простейшие виды хлопков-притопов в различных метроритмических сочетаниях.

### **Партерная гимнастика (12ч.)**

Основы образно-игровой партерной гимнастики. Элементарные формы растяжек, наклонов и слитных движений. «Игровой стретчинг»- система растяжек. Игровые упражнения.

### **Музыкально-танцевальные игры (10)**

Игры: «Рассыпуха», «Гуси у бабуся», «Музыкальный оркестр», «Перетанцовки», «Волшебный остров», «Гусеница», «Сделай сам- покажи другим», «Паровозики», «Весёлый поход», «Морская фигура», «Зеркало».

### **Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса (12ч.)**

Упражнения партерного тренажа включают в себя упражнения, направленные на растягивание и силу мышц спины, ног, пресса.

### **Основные элементы акробатики (14ч.)**

Упражнения на эластичность мышц, подвижность суставов, формирование мышц брюшного пояса, гибкость. Растяжка. Шапагаты. Акробатические упражнения: «кувырки» (вперёд и назад), «колесо», «стойка на лопатках», «мостик».

### **Азбука классического танца.**

### **Подготовительный комплекс на ковриках (16ч.)**

Комплекс упражнений на напряжение и расслабление мышц. Упражнения на улучшение выворотности. Упражнения по исправлению недостатков осанки. Подводящие упражнения к экзерсису (хореографические упражнения в установленной последовательности у опоры или на середине)

### **Основы классического танца (занятия лицом к станку) (22ч.)**

Упражнения у станка (разучиваются лицом к станку).

Терминология классического танца. Понятие опорной и работающей ноги.

1. Постановка корпуса (отработка, стоя лицом к станку).
2. Позиции ног (I, II, III, V, IV). Смена позиций у станка.
3. Полуприседание (деми-плие) в I, II позициях ног.
4. Позиции рук (подготовительное положение, 1, 2, 3 позиции). Движения рук в основных позициях с поворотом или наклоном головы, а также перегибом корпуса у станка - portdebras.

### **Русский народный танец (25ч.)**

Основы русского народного танца. Прослушивание музыки в разных жанрах (хоровод, кадрили и др.). Художественный образ в русском танце. Формы позиций и положений рук и ног. Поклоны в русском танце. Хлопки. Шаги: простой танцевальный шаг, шаг с подскоком, приставной шаг, топающий шаг. Притопы. Ходы. Присядки. Комбинации движений- «ковьярлочка», «моталочка», «гармошечка», «ёлочка». Показательное выступление.

### **«Танцевальная мозаика»(14ч.)**

Композиция, постановка этюда на основе русского танца. Рисунки в этюдах на основе русского танца. Исполнительское мастерство. Показательное выступление.

### **Планируемые результаты по итогам второго года обучения.**

Должны **знать**:

- простейшие элементы партерной гимнастики;
- навыки выворотного положения ног, устойчивости, координации движений;

Должны **уметь**:

- творчески мыслить и фантазировать в соответствии с музыкальным материалом;
- чувствовать характер музыки;
- выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами.

Иметь **навыки**:

### 1. Коллективно-порядковые навыки и умения:

- самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковому и музыкальному сигналам;
- наблюдать темп движений, обращая внимание на музыку.

### 2. Музыкально-ритмические навыки и умения:

- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями;
- самостоятельно отмечать в движении метр, ритмический рисунок, акцент.

### 3. Навыки и умения выразительного движения:

- ритмично двигаться в соответствии с различным характером и динамикой музыки;
- самостоятельно менять движения в соответствии с трехчастной формой музыкального произведения и музыкальными фразами;
- самостоятельно искать способы передачи в движении музыкального образа.

## Содержание курса 3 года обучения

### Введение (10ч.)

Набор детей в хореографический кружок «Малинки». Работа с программами. Правила техники безопасности в зале. Организационная часть. Знакомство с программой. Проведение инструктажа по технике безопасности (правила поведения на занятиях, переменах, ПДД, противопожарная защита, антитеррористическая безопасность, массовые мероприятия).

### «От ритмики к танцу» (14ч.)

Хлопки громкие и тихие, в темпе музыки. Понятие «ритмический рисунок»: длительность, акцент, строение музыкального произведения: вступление, части, музыкальные фразы. Особенности танцевальных жанров: вальс, полька, марш. Элементы ритмики и музыкальной грамоты.

Комбинации из подскоков, галопа, прыжков, хлопков, шагов и бега.

### Музыкально-сценические игры (8ч.)

«Музыкальный оркестр», «Перетанцовки», «Волшебный остров», «Сделай сам - покажи другим», «Зеркало», «Солнце, воздух и вода», «Ручеёк».

### Образно-игровая партнерная гимнастика. «Игровой стретчинг» (11ч.)

Элементарные формы растяжек, наклонов и слитных движений. Игровые упражнения «Кошка», «Собачка», «Лягушка», «Лодочка», «Змея», «Бабочка», «Неваляшка», «Циркуль».

### Основные элементы акробатики (4ч.)

Техника безопасности при выполнении акробатических элементов. Упражнения: «Мост», колесо, кувырок, стойка на лопатках - «Берёзка», шпагат.

### Азбука классического танца.

### Подготовительный комплекс на ковриках(8ч.)

Комплекс упражнений на напряжение и расслабление мышц. Упражнения на улучшение выворотности. Упражнения по исправлению недостатков осанки. Упражнения, подводящие к экзерсису.

### Основы классического танца(30ч.)

Терминология классического танца. Понятие опорной и работающей ноги. Экзерсис у станка. Показ положений корпуса, руки, головы у палки (лицом к палке). Постановка корпуса и положение руки на палке, одной рукой держась за палку. Показ позиций ног (I, II, III, IV, V) лицом к палке. Раскрытие руки из I позиции во вторую, держась за палку одной рукой. Движения рук в основных позициях с поворотом или наклоном головы, а также перегибом корпуса у станка - portdebras. Battements tendus из I позиции в сторону лицом к палке. Battements tendus из I позиции вперед лицом к палке. Battements tendus из I позиции назад лицом к палке. Третья позиция рук, держась одной рукой за палку. Раскрытие руки из второй позиции в третью, держась за палку одной рукой. Demi plie в I, во II, V и IV позициях лицом к палке. Battementstendus в сторону и demi plie в I позиции лицом к палке. Battementstendus вперёд и demi plie в I позиции лицом к палке. Battementstendus назад и demi plie в I позиции лицом к палке. Показательное выступление.

## Современный танец (36ч.)

Основы современного танца.

Движения по кругу (бег, шаги, подскоки, галоп и т.д.);

Движения на середине (работа с пространством, шаги, прыжки т.д.).

В разделе изоляция изучаются следующие движения:

- голова: наклоны, повороты, круги, zundari (движение головы, заключающиеся в смещении шейных позвонков вправо-влево вперед и назад)

- плечи: прямые направления одним и двумя плечами, полукруги и круги;

- грудная клетка: вперед-назад; в стороны, крест, квадрат;

- таз: из стороны в сторону, вперед-назад, крест, квадрат;

- руки: основные позиции и их варианты, переводы из положения в положение, круги кистью.

- ноги: переводы стоп из параллельного в выворотное положение, исполнение основных движений, как по параллельным, так и по выворотным позициям.

Работа в партере: разогрев, изоляция, перекаты, простые элементы «книжечка».

В ходе реализации образовательной программы применяются следующие формы контроля:

- текущий (осуществляемый в ходе повседневной работы): наблюдение за группой и каждым ребёнком в отдельности;

- периодический (проводимый после изучения логически законченной части программы): самостоятельные творческие работы, зачётные занятия;

- итоговый (в конце учебного года): открытые занятия, конкурсы.

### Постановка танцевального номера (30ч.)

Постановка танца. Понятия «Завязка», «Развитие», «Кульминация», «Развязка». Понятие «сценический образ». Создание сценического образа в современном танце. Комбинации движений. Переходы. Показательное выступление.

### Планируемые результаты по итогам третьего года обучения.

Должны **знать**:

- основные термины классического экзерсиса;
- знать точки плана класса, их расположение;
- правила постановки корпуса;
- позиции рук, ног, головы в классическом танце.

Должны **уметь**:

- выполнять по заданию педагога упражнения;
- различать музыкальные темпы, соединяя их с элементами упражнений;
- выполнять танцевальные шаги по инструкции педагога.

Иметь **навыки**:

- выполнения классического экзерсиса.

### Календарно-тематическое планирование для группы первого года обучения

№ п/п	Дата	Тема раздела, урока	Кол-во часов
		<b>Введение</b>	12
1-8		Набор детей в хореографический кружок «Малинки».	8
9-10		Правила техники безопасности в зале. Организационная часть. Знакомство с программой.	2
11-12		Проведение инструктажа по технике безопасности (правила поведения на занятиях, переменах, ПДД, противопожарная защита, антитеррористическая безопасность, массовые мероприятия).	2
		<b>«От ритмики к танцу»</b>	16
13-14		Теория. Понятие «Хореография». Танец и его виды.	2
15-16		Основные выразительные средства музыки (темп, характер, длительность звуков, ритмический рисунок, жанр).	2

17-18		Знание музыкального размера 2/2; 3/4; 4/4.	2
19-22		Понятие «танцевальное движение» – его длительность, характер, настроение, темп.	4
23-24		«От простого хлопка – к притопу». Простейшие виды хлопков-притопов в различных метроритмических сочетаниях.	2
25-28		Координация движений. Умение скоординировать движения с музыкой.	4
		<b>Партерная гимнастика</b>	12
29-32		Основы образно-игровой партерной гимнастики	4
33-36		Элементарные формы растяжек, наклонов и слитных движений.	4
37-40		«Игровой стретчинг»- система растяжек. Игровые упражнения.	4
		<b>Музыкально-танцевальные игры</b>	10
41-43		Игры: «Рассыпуха», «Гуси у бабуси», «Музыкальный оркестр».	3
44-46		Игры: «Перетанцовки», «Волшебный остров».	3
47-48		Игры: «Гусеница», «Сделай сам- покажи другим».	2
49-50		Игры: «Паровозики», «Весёлый поход», «Морская фигура», «Зеркало».	2
		<b>Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса</b>	12
51-62		Упражнения партерного тренажа: упражнения, направленные на растягивание и силу мышц спины, ног, пресса.	12
		<b>Основные элементы акробатики</b>	14
63-70		Упражнения на эластичность мышц, подвижность суставов, формирование мышц брюшного пояса, гибкость. Растяжка. Шпагаты.	8
71-76		Акробатические упражнения: «кувырки» (вперёд и назад), «колесо», «стоечка на лопатках», «мостик».	6
		<b>Азбука классического танца Подготовительный комплекс на ковриках</b>	16
77-80		Комплекс упражнений на напряжение и расслабление мышц.	4
81-84		Упражнения на улучшение выворотности.	4
		Упражнения по исправлению недостатков осанки.	
85-92		Подводящие упражнения к экзерсису (хореографические упражнения в установленной последовательности у опоры или на середине)	8
		<b>Основы классического танца (занятия лицом к станку)</b>	22
93-96		Упражнения у станка (разучиваются лицом к станку). Терминология классического танца. Понятие опорной и работающей ноги.	4
97-100		Постановка корпуса (отработка, стоя лицом к станку).	4
101-104		Позиции ног (I, II, III, V, IV). Смена позиций у станка.	4
105-108		Полуприседание (деми-плие) в I, II позициях ног.	4
109-114		Позиции рук (подготовительное положение, 1, 2, 3 позиции). Движения рук в основных позициях с поворотом или наклоном головы, а также перегибом корпуса у станка - portdebras.	6
		<b>Детский эстрадный танец.</b>	28
115-118		Основы детского эстрадного танца. Танец «Полька», история возникновения. Художественный образ. Сюжет.	4
119-		Прослушивание музыки. Основные положения рук, ног, головы.	4

122		Формы позиций и положений рук и ног.	
123-128		Ритм, темп в исполнении движений. Основные комбинации движений.	6
129-132		Рисунки в детском эстрадном танце танце «Полька».	4
133-140		Композиционное построение танца.	8
141-142		Показательное выступление.	2
		<b>«Танцевальная мозаика»</b>	<b>10</b>
143-146		Танцевальные фантазии. Понятие «Музыкальный характер» в танце.	6
147-152		Танцевальные комбинации движений на основе детского эстрадного танца.	6
153		Показательное выступление.	1

**Календарно-тематическое планирование  
для группы второго года обучения**

№ п/п	Дата	Тема раздела, урока	Кол-во часов
		<b>Введение</b>	<b>12</b>
1-8		Набор детей в хореографический кружок «Малинки».	8
9-10		Правила техники безопасности в зале. Организационная часть. Знакомство с программой.	2
11-12		Проведение инструктажа по технике безопасности (правила поведения на занятиях, переменах, ПДД, противопожарная защита, антитеррористическая безопасность, массовые мероприятия).	2
		<b>«От ритмики к танцу»</b>	<b>16</b>
13-14		Теория. Понятие «Хореография». Танец и его виды.	2
15-16		Основные выразительные средства музыки (темп, характер, длительность звуков, ритмический рисунок, жанр).	2
17-18		Знание музыкального размера 2/2; 3/4; 4/4.	2
19-22		Понятие «танцевальное движение» – его длительность, характер, настроение, темп.	4
23-24		«От простого хлопка – к притопу». Простейшие виды хлопков-притопов в различных метроритмических сочетаниях.	2
25-28		Координация движений. Умение скоординировать движения с музыкой.	4
		<b>Партерная гимнастика</b>	<b>12</b>
29-32		Основы образно-игровой партерной гимнастики	4
33-36		Элементарные формы растяжек, наклонов и слитных движений.	4
37-40		«Игровой стретчинг»- система растяжек. Игровые упражнения.	4
		<b>Музыкально-танцевальные игры</b>	<b>10</b>
41-43		Игры: «Рассыпуха», «Гуси у бабуся», «Музыкальный оркестр».	3
44-46		Игры: «Перетанцовки», «Волшебный остров».	3
47-48		Игры: «Гусеница», «Сделай сам- покажи другим».	2
49-50		Игры: «Паровозики», «Весёлый поход», «Морская фигура», «Зеркало».	2
		<b>Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса</b>	<b>12</b>
51-62		Упражнения партерного тренажа: упражнения, направленные на растягивание и силу мышц спины, ног, пресса.	12

		<b>Основные элементы акробатики</b>	<b>14</b>
63-70		Упражнения на эластичность мышц, подвижность суставов, формирование мышц брюшного пояса, гибкость. Растяжка. Шпагаты.	8
71-76		Акробатические упражнения: «кувырки» (вперёд и назад), «колесо», «стоечка на лопатках», «мостик».	6
		<b>Азбука классического танца Подготовительный комплекс на ковриках</b>	<b>16</b>
77-80		Комплекс упражнений на напряжение и расслабление мышц.	4
81-84		Упражнения на улучшение выворотности.	4
		Упражнения по исправлению недостатков осанки.	
85-92		Подводящие упражнения к экзерсису (хореографические упражнения в установленной последовательности у опоры или на середине)	8
		<b>Основы классического танца (занятия лицом к станку)</b>	<b>22</b>
93-96		Упражнения у станка (разучиваются лицом к станку). Терминология классического танца. Понятие опорной и работающей ноги.	4
97-100		Постановка корпуса (отработка, стоя лицом к станку).	4
101-104		Позиции ног (I, II, III, V, IV). Смена позиций у станка.	4
105-108		Полуприседание (деми-плие) в I, II позициях ног.	4
109-114		Позиции рук (подготовительное положение, 1, 2, 3 позиции). Движения рук в основных позициях с поворотом или наклоном головы, а также перегибом корпуса у станка - portdebras.	6
		<b>Русский народный танец</b>	<b>25</b>
115-118		Основы русского народного танца. Прослушивание музыки в разных жанрах (хоровод, кадрили и др.). художественный образ в русском танце. Формы позиций и положений рук и ног.	4
119-122		Поклоны в русском танце. Хлопки. Шаги: простой танцевальный шаг, шаг с подскоком, приставной шаг, топающий шаг.	4
123-126		Притопы. Ходы. Присядки.	4
127-134		Комбинации движений- «ковырялочка», «моталочка», «гармошечка», «ёлочка».	8
135-136		Показательное выступление.	2
		<b>«Танцевальная мозаика»</b>	<b>17</b>
137-146		Композиция, постановка этюда на основе русского танца.	10
147-150		Рисунки в этюдах на основе русского танца.	4
151-152		Исполнительское мастерство.	2
153		Показательное выступление.	1

**Календарно-тематическое планирование  
для группы третьего года обучения**

№ п/п	Дата	Тема раздела, урока	Кол-во часов
		<b>Введение</b>	<b>10</b>
1-6		Набор детей в хореографический кружок «Малинки».	6
7-8		Правила техники безопасности в зале. Организационная часть. Знакомство с программой.	2
9-10		Проведение инструктажа по технике безопасности (правила поведения на занятиях, переменах, ПДД, противопожарная защита, антитеррористическая безопасность, массовые мероприятия).	2
		<b>«От ритмики к танцу»</b>	<b>14</b>

11-12		Хлопки громкие и тихие, в темпе музыки. Понятие «ритмический рисунок»: длительность, акцент, строение музыкального произведения: вступление, части, музыкальные фразы.	2
13-14		Особенности танцевальных жанров: вальс, полька, марш.	2
15-18		Элементы ритмики и музыкальной грамоты.	4
19-20		Понятие «танцевальное движение» – его длительность, характер, настроение, темп.	2
21-24		Комбинации из подскоков, галопа, прыжков, хлопков, шагов и бега.	4
		<b>Музыкально-сценические игры</b>	<b>8</b>
25-28		Игры: «Музыкальный оркестр», «Перетанцовки»,	4
29-30		Игры: «Волшебный остров», «Сделай сам - покажи другим»	2
31-32		Игры: «Зеркало», «Солнце, воздух и вода», «Ручеёк».	2
		<b>Образно-игровая партерная гимнастика. «Игровой стретчинг»</b>	<b>11</b>
33-35		Элементарные формы растяжек, наклонов и слитных движений.	3
36-40		Игровые упражнения: «Кошка», «Собачка», «Лягушка», «Лодочка».	4
41-44		Игровые упражнения: «Змея», «Бабочка», «Неваляшка», «Циркуль».	4
		<b>Основные элементы акробатики</b>	<b>4</b>
45-46		Техника безопасности при выполнении акробатических элементов. Упражнения: «Мост», колесо.	2
47-48		Упражнения: кувырок, стойка на лопатках - «Берёзка», шпагат.	2
		<b>Азбука классического танца Подготовительный комплекс на ковриках</b>	<b>8</b>
49-50		Комплекс упражнений на напряжение и расслабление мышц.	2
51-52		Упражнения на улучшение выворотности.	2
53-54		Упражнения по исправлению недостатков осанки.	2
55-56		Упражнения, подводящие к экзерсису.	2
		<b>Основы классического танца</b>	<b>30</b>
57-60		Терминология классического танца. Понятие опорной и работающей ноги. Экзерсис у станка. Показ положений корпуса, руки, головы у палки (лицом к палке).	4
61-64		Постановка корпуса и положение руки на палке, одной рукой держась за палку. Показ позиций ног (I, II, III, IV, V) лицом к палке.	4
65-68		Раскрытие руки из I позиции во вторую, держась за палку одной рукой. Движения рук в основных позициях с поворотом или наклоном головы, а также перегибом корпуса у станка - portdebras.	4
69-72		Battements tendus из I позиции в сторону лицом к палке. Battements tendus из I позиции вперед лицом к палке. Battements tendus из I позиции назад лицом к палке.	4
73-76		Третья позиция рук, держась одной рукой за палку. Раскрытие руки из второй позиции в третью, держась за палку одной рукой.	4
77-78		Demi plie в I, во II, V и IV позициях лицом к палке.	2
79-80		Battementstendus в сторону и demi plie в I позиции лицом к палке.	2
81-82		Battementstendus вперёд и demi plie в I позиции лицом к палке.	2
83-84		Battementstendus назад и demi plie в I позиции лицом к палке.	2

85-86		Показательное выступление.	2
		<b>Современный танец</b>	<b>36</b>
87-92		Основы современного танца. Движения по кругу (бег, шаги, подскоки, галоп и т.д.); Движения на середине (работа с пространством, шаги, прыжки т.д.).	6
93-102		Тема «Изоляция». Движения: -голова: наклоны, повороты, круги, zundari (движение головы, заключающиеся в смещении шейных позвонков вправо-влево вперед и назад) -плечи: прямые направления одним и двумя плечами, полукруги и круги; -грудная клетка: вперед-назад; в стороны, крест, квадрат;	10
103-112		«Изоляция»: -пелвис: из стороны в сторону, вперед-назад, крест, квадрат; -руки: основные позиции и их варианты, переводы из положения в положение, круги кистью. -ноги: переводы стоп из параллельного в выворотное положение, исполнение основных движений, как по параллельным, так и по выворотным позициям.	10
113-120		Работа в партере: разогрев, изоляция, перекаты, простые элементы «книжечка».	8
121-122		Показательные выступления	2
		<b>Постановка танцевального номера</b>	<b>30</b>
123-126		Постановка танца. Понятия «Завязка», «Развитие», «Кульминация», «Развязка». Понятие «сценический образ». Создание сценического образа в современном танце.	4
127-144		Комбинации движений.	18
145-151		Переходы.	7
152-153		Показательное выступление.	2

### **Формы представления результатов деятельности хореографической студии «Малинки».**

**1. Показательное выступление.** Это первая ступень, где впервые проявляются исполнительские способности и навыки у воспитанника и педагогические и профессиональные навыки у педагога. На открытом занятии воспитанник показывает без подсказки педагога, чему научился, а педагог – как научил воспитанника определённым навыкам и смог ли раскрыть его способности.

**2. Итоговые мероприятия внутри коллектива:** зачёты, мини- концерты, праздники, где более ярко виден результат воспитанника и педагога. Здесь должны быть показаны не только способности и навыки в хореографии, но и в других видах искусства. Именно в совокупности всех видов искусства будет проявляться результат.

### **3. Выход на сцену: концерты, смотры, фестивали, конкурсы.**

Принимая участие в концерте, хореографический коллектив и каждый воспитанник показывают высокий результат своей деятельности. Воспитанник – исполнительское мастерство и умение. Педагог – педагогические, балетмейстерские, организационные навыки, знания, умения.

### **Мониторинг качества усвоения программы.**

После изучения каждого раздела программы определяются критерии оценки уровня обученности детей по дополнительной общеобразовательной программе - оптимальный, хороший или допустимый:

**оптимальный** (высокий образовательный результат, полное освоение содержания программы, имеет творческие достижения на уровне города, области, России);



**хороший** (полное освоение программы, но при выполнении заданий допускает незначительные ошибки);

**допустимый** (освоил программу, но допускает существенные ошибки в знаниях предмета и при выполнении практических заданий).

Мониторинг осуществляется ежегодно и разделяется на несколько этапов:

- **первичная диагностика** (проводится ежегодно в начале учебного года) – система тестовых заданий с учетом возрастных особенностей детей, предназначена для индивидуальной диагностики обучающихся в хореографическом коллективе «Малинки». Задания позволяют выявить их природные данные (выворотность ног, подъем стопы, балетный шаг, прыжок, гибкость), музыкальность, память на движения, творческую активность.

- **промежуточная диагностика** (проводится ежегодно в конце первого полугодия) – позволяет выявить достигнутый на данном этапе уровень освоения программы учащимися, динамику физического, творческого и личностного развития, соответствие его прогнозируемому и на этой основе оценить успешность выбранных форм и методов обучения, а также при необходимости скорректировать их;

- **итоговая диагностика** (проводится ежегодно в конце учебного года) – это определение уровня освоения учащимися программы и отслеживание динамики индивидуального развития.

**Таблица мониторинга качества усвоения программы**

Ф.И	Название раздела, темы					Уровень (оптимальный, хороший, допустимый)	Примечания

**Тест на определение хореографических способностей учащихся. Первичная диагностика.**

Ф.И	Выворотность	Гибкость корпуса	Величина шага	Прыжок	Музыкальный слух, ритм	Артистичность, эмоциональность, выразительность	Общий балл

**Материально-техническое обеспечение.**

Помещение для занятий (хореографический зал).

Техническое оснащение (ноутбук, телевизор).

Гимнастические ковры.

Аптечка.

Дидактические материалы: методические рекомендации, методические разработки авторских программ, аудио и видео материалы, специальная литература.

**Список литературы:**

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. – Л.: Искусство, 1983
2. Бриске И.Э. «Хореография» Челябинск, 1995
3. Ваганова А. Основы классического танца. – Л.: Искусство, 1980
4. Васильева Т.И. «Тем, кто хочет учиться балету». Москва, Издательство «ГИТИС» 1994
5. Джоан Ван дер Маст «Хрестоматия для преподавания современного танца», Челябинск, 2011г.
6. Ивлева Л.Д. «Джазовый танец», Учебное пособие. Челябинск, 1996г.
7. Крючек Е.С. из серии «Спорт в школе», 2008г.
8. Смирнова М.В. Методические разработки по классическому танцу. Москва, 1987. «Гимнастическая аэробика».

9. Кудрявцева Н.Ю. «Дополнительная образовательная программа Образцового ансамбля танца «Надежда». С любовью к России. г.Нижний Новгород. Издательство Век информации. Москва 2013г.
- Сидоров В. Современный танец. М., Первина, 1922г.
- 10.Суриц Е.Я. Танец модерн. Маски современной культуры. М., 2002г.
- 11.Фокин М. Против течения. Л.- М., Искусство, 1962г.
- 12.Шереметьевская Н. Танец на эстраде. М., Искусство, 1985г.
- 13.Шершнев В.Г. «От ритмики к танцу», Москва 2008