

**Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
«Дом детского творчества Новооскольского района  
Белгородской области»**



**УТВЕРЖДАЮ:**  
Директор МБУДО «ДДТ»  
Т.В. Пуль.

Приказ от «31» августа 2018 г. № 54

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по хореографии**

**Второго года обучения  
Возраст обучающихся: 14-15 лет**

**Педагог дополнительного образования:  
Головко Оксана Викторовна.**

**г. Новый Оскол, 2018 г.**

**Дополнительная образовательная программа:** «Народный танец»

**Направленность:** художественная

**Вид образовательной деятельности:** хореография

**Автор дополнительной модифицированной программы** – Головки Оксана Викторовна - педагог дополнительного образования МБУДО «Дом детского творчества Новооскольского района Белгородской области»

**Программа рассмотрена на заседании педагогического совета** МБУДО «ДДТ» от «30» августа 2018 г., протокол № 1.

**Рабочая программа рассмотрена на заседании педагогического совета** МБУДО «ДДТ» от «30» августа 2018 г., протокол № 1

Председатель \_\_\_\_\_



Пуль Т.В.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная рабочая программа разработана на основе модифицированной программы дополнительного образования «Народный танец» художественной направленности, утвержденной на заседании педагогического совета МБУДО «ДДТ» от «30» августа 2018 г., протокол № 1.

**Цель:** сохранение культурных традиций Белгородского края через обучение детей народному хореографическому искусству.

**Задачи:**

- формирование художественного вкуса, трудолюбия, творческой дисциплины, организованности и самостоятельности;
- способствовать эстетическому развитию ребенка;
- воспитание культуры поведения и общения;
- развитие творческих способностей детей;
- приобщение обучающихся к хореографическому искусству.

Данная рабочая программа ориентирована на сохранение культурных традиций Белгородского края. Она позволяет формировать художественно-творческие способности, актерское мастерство. Рабочая программа рассчитана на 144 часа. Из них на теоретическую подготовку отводится 43 часа, на практическую работу – 101 час.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа. Занятия проводятся в различных формах: учебное занятие, практическое занятие, репетиция, выступление или концерт, на которых осуществляется творческий отчет воспитанников.

### ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

*По окончании обучения по данной рабочей программе обучающиеся должны:*

- Знать танцевальные термины: названия упражнений, адажио, арабеск, прелюдия, аллегро и т. д.;
- Знать правила исполнения упражнений народного танца и их названия;
- Знать положения и позы ног и рук в народно – сценическом танце;
- Знать положения стопы, колена, бедра – открытое, закрытое;
- Освоить танцевальные движения, основанные на лексике Белгородского края: танцевальный шаг, переменный и бытовой шаг, галоп, подскоки, припадание, шаг с притопом, элементы русского танца «ковырялочка», «моталочка», «молоточек», «маятник», «гармошечка».
- Уметь исполнять простейшие дроби русского танца;
- Уметь исполнять основные движения русского танца: хороводный шаг, переменный ход (виды) – вращения на месте и в движении, дроби простые, синкопированные, ключ, веревочка, присядки простые, с хлопучкой, на полном приседе и с прыжком.
- Уметь ориентироваться в пространстве, передвигаясь в определенном рисунке.

В конце 2 года обучения обучающиеся должны уметь исполнять: танцевальный репертуар, построенный на изученных характерных элементах и движениях народного танца и историко-бытового танца.

Отслеживается личностный рост воспитанников по следующим показателям:

- высокая двигательная активность;
- развитие легкости, гибкости, быстроты исполнения;
- повторение несложных упражнений за педагогом.

Результаты усвоения содержания программы определяются по трем уровням:

- высокий;
- достаточный;
- низкий

Формами подведения итогов реализации рабочей программы являются:

- открытые занятия;
- концерты для родителей внутри коллектива;
- участие в районных и областных мероприятиях;
- проведение отчетных концертов в конце года.

### КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Дата	Тема учебного занятия	Всего часов	Содержание деятельности		Воспитательная работа
				Теория	Практика	
1.	01.09.2018	Разминка на середине	2	Беседа: Инструктаж по технике безопасности	Разминка на середине	Работа над формированием коллектива
2.	03.09.2018	Разминка на середине	2		Разминка на середине	Работа над развитием интереса к танцевальному искусству.
3.	08.09.2018	Разминка на середине	2		Разминка на середине	Работа над формированием коллектива .
4.	10.09.2018	Разминка на середине	2		Разминка на середине	Работа над формированием коллектива
5.	15.09.2018	Разминка у станка	2	Подготовка к поклону, поклон на середине.	Разминка у станка	Работа над формированием коллектива
6.	17.09.2018	Разминка у станка	2		Учебное занятие: Разминка у станка. Разминка на полу.	Работа над формированием коллектива.
7.	22.09.2018	Разминка у станка	2		Учебное занятие: Разминка у станка. Разминка на полу.	Работа над формированием коллектива.
8.	24.09.2018	Разминка у станка	2	Беседа: Термины и условные обозначения	Учебное занятие: Разминка у станка. Разминка на полу. Изучение позиций ног.	Формировать умение работать самостоятельно.
9.	29.09.2018	Общеразвивающие упражнения	2		Учебное занятие: Разминка у станка. Разминка на полу.	Формировать умение работать самостоятельно.
10	01.10.2018	Общеразвивающие	2	Подготовка к поклону,	Учебное занятие: Разминка у станка.	Формировать умение работать

		упражнения		поклон на середине.	Разминка на полу. Разучивание поклона в русском характере.	самостоятельно.
11	06.10.2018	Общеразвивающие упражнения	2	Беседа: Логика построения и перестроения рисунков танца.	Учебное занятие: Разминка у станка. Разминка на полу. Перестроение в линии, шеренгу, колонну по одному..	Формировать умение работать в команде.
12	08.10.2018	Общеразвивающие упражнения	2		Учебное занятие: Разминка у станка. Разминка на полу. Перестроение в линии, шеренгу, колонну по одному.	Формировать умение работать в команде.
13	13.10.2018	Русский танец «Оскольская тараторочка».	2	Раскрывание и закрывание рук с рушниками	Разминка у станка. Разминка на полу. Раскрывание и закрывание рук с рушниками	Формировать умение работать в команде.
14	15.10.2018	Русский танец «Оскольская тараторочка».	2	Бытовой шаг с притопом	Разминка у станка. Разминка на полу. Бытовой шаг с притопом	Формировать умение работать в команде.
15	20.10.2018	Русский танец «Оскольская тараторочка».	2	Тройной шаг с ударом	Разминка у станка. Разминка на полу. Тройной шаг с ударом	Работа над формированием коллектива.
16	22.10.2018	Русский танец «Оскольская тараторочка».	2	Переменный шаг	Разминка у станка. Разминка на полу. Переменный шаг	Работа над формированием коллектива.
17	27.10.2018	Русский танец «Оскольская тараторочка».	2	Девичий ход с двойным ударом	Разминка у станка. Разминка на полу. Девичий ход с двойным ударом	Работа над формированием коллектива.
18	29.10.2018	Русский танец «Оскольская тараторочка».	2	Припадание с поворотом плеч	Разминка у станка. Разминка на полу. Припадание с поворотом плеч	Работа над формированием культуры поведения, танцевальной этики.
19	03.11.2018	Русский танец «Оскольская тараторочка».	2	Тройные удары с хлопками	Разминка у станка. Разминка на полу. Тройные удары с хлопками	Работа над формированием культуры поведения, танцевальной этики.

20	10.11.2018	Русский танец «Оскольская тараторочка».	2	Соскоки по 4 позиции ног	Разминка у станка. Разминка на полу. Соскоки по 4 позиции ног	Работа по воспитанию трудолюбия.
21	12.11.2018	Русский танец «Оскольская тараторочка».	2	Удары в линии с соскоком ноги вперёд на каблук	Разминка у станка. Разминка на полу. Удары в линии с соскоком ноги вперёд на каблук	Работа по воспитанию трудолюбия.
22	17.11.2018	Русский танец «Оскольская тараторочка».	2	Удары в линии с соскоком ноги вперёд на каблук	Разминка у станка. Разминка на полу. Удары в линии с соскоком ноги вперёд на каблук	Работа по воспитанию трудолюбия.
23	19.11.2018	Русский танец «Оскольская тараторочка».	2	Переступание с ударом	Разминка у станка. Разминка на полу. Переступание с ударом	Работа по воспитанию трудолюбия.
24	24.11.2018	Русский танец «Оскольская тараторочка».	2	«Ключ» двойной и тройной	Разминка у станка. Разминка на полу. «Ключ» двойной и тройной	Работа по воспитанию трудолюбия.
25	26.11.2018	Русский танец «Оскольская тараторочка».	2	Дробные движения	Разминка у станка. Разминка на полу. Дробные движения	Работа по воспитанию трудолюбия.
26	01.12.2018	Русский танец «Оскольская тараторочка».	2	Хлопушка по бёдрам и груди	Разминка у станка. Разминка на полу. Хлопушка по бёдрам и груди	Работа по воспитанию трудолюбия.
27	03.12.2018	Русский танец «Оскольская тараторочка».	2	Работа с рушниками (завязывание на груди)	Разминка у станка. Разминка на полу. Работа с рушниками (завязывание на груди)	Работа по воспитанию трудолюбия.
28	08.12.2018	Русский танец «Оскольская тараторочка».	2	Прочесы по линиям	Разминка у станка. Разминка на полу. Прочесы по линиям	Работа по воспитанию трудолюбия.
29	10.12.2018	Русский танец «Оскольская тараторочка».	2		Разминка у станка. Разминка на полу. Прочесы по линиям	Работа по воспитанию трудолюбия.
30	15.12.2018	Русский танец «Оскольская тараторочка».	2	Отрабатывание танца	Разминка у станка. Разминка на полу.	Работа по воспитанию

		тараторочка».		«Оскольская тараторочка»	Отрабатывание танца «Оскольская тараторочка»	трудолюбия.
31	17.12.2018	Русский танец «Оскольская тараторочка».	2		Разминка у станка. Разминка на полу. Отрабатывание танца «Оскольская тараторочка»	Работа по воспитанию трудолюбия.
32	22.12.2018	Русский танец «Оскольская тараторочка».	2		Разминка у станка. Разминка на полу. Отрабатывание танца «Оскольская тараторочка» Промежуточная аттестация.	Работа по воспитанию трудолюбия.
33	24.12.2018	Шуточный танец «Волшебные башмачки»	2	Положение рук в массовом и парном танце	Разминка у станка. Разминка на полу. Положение рук в массовом и парном танце	Работа по воспитанию трудолюбия.
34	29.12.2018	Шуточный танец «Волшебные башмачки»	2	Простые поклоны на месте без рук и с руками	Разминка у станка. Разминка на полу. Простые поклоны на месте без рук и с руками	Работа по воспитанию трудолюбия, умения работать в коллективе.
35	31.12.2018	Шуточный танец «Волшебные башмачки»	2	Притопы (одинарные и двойные)	Разминка у станка. Разминка на полу. Притопы (одинарные и двойные)	Работа по воспитанию трудолюбия, умения работать в коллективе.
36	12.01.2019	Шуточный танец «Волшебные башмачки»	2	«Верёвочка» двойная с перестукиваниями в повороте	Разминка у станка. Разминка на полу. «Верёвочка» двойная с перестукиваниями в повороте	Работа по воспитанию трудолюбия, умения работать в коллективе.
37	14.01.2019	Шуточный танец «Волшебные башмачки»	2	Галопы вправо, влево, в парах с наклонам корпуса	Разминка у станка. Разминка на полу. Галопы вправо, влево, в парах с наклонам корпуса	Работа над формированием интереса к танцевальному искусству.
38	19.01.2019	Шуточный танец «Волшебные башмачки»	2	«Выхлястик» (ковырялочка) на месте. Бег вправо, влево с ковырялочкой	Разминка у станка. Разминка на полу. «Выхлястик» (ковырялочка) на месте. Бег вправо, влево с ковырялочкой	Способствовать воспитанию художественно-эстетического вкуса.
39	21.01.2019	Шуточный танец	2		Разминка у станка. Разминка на полу.	Способствовать воспитанию

		«Волшебные башмачки»			«Выхлястик» (ковырялочка) на месте. Бег вправо, влево с ковырялочкой	художественно-эстетического вкуса.
40	26.01.2019	Шуточный танец «Волшебные башмачки»	2	Падебаск в паре с переходом	Разминка у станка. Разминка на полу. Падебаск в паре с переходом	Способствовать воспитанию художественно-эстетического вкуса.
41	28.01.2019	Шуточный танец «Волшебные башмачки»	2		Разминка у станка. Разминка на полу. Падебаск в паре с переходом	Способствовать воспитанию художественно-эстетического вкуса.
42	02.02.2019	Шуточный танец «Волшебные башмачки»	2	Полька в паре с наклонам корпуса в повороте девочка под рукой	Разминка у станка. Разминка на полу. Полька в паре с наклонам корпуса в повороте девочка под рукой	Способствовать воспитанию художественно-эстетического вкуса.
43	04.02.2019	Шуточный танец «Волшебные башмачки»	2		Разминка у станка. Разминка на полу. Полька в паре с наклонам корпуса в повороте девочка под рукой	Способствовать воспитанию художественно-эстетического вкуса.
44	09.02.2019	Шуточный танец «Волшебные башмачки»	2	Перемены в линиях	Разминка у станка. Разминка на полу. Перемены в линиях	Способствовать воспитанию художественно-эстетического вкуса.
45	11.02.2019	Шуточный танец «Волшебные башмачки»	2	Выпады в стороны с чередованием с галопами	Разминка у станка. Разминка на полу. Выпады в стороны с чередованием с галопами	Способствовать воспитанию художественно-эстетического вкуса.
46	16.02.2019	Шуточный танец «Волшебные башмачки»	2	Покачивание в парах (маятник)	Разминка у станка. Разминка на полу. Покачивание в парах (маятник)	Способствовать воспитанию художественно-эстетического вкуса.
47	18.02.2019	Шуточный танец «Волшебные башмачки»	2	Переворот девочки через спину мальчика	Разминка у станка. Разминка на полу. Переворот девочки через спину мальчика	Способствовать воспитанию художественно-эстетического вкуса.
48	25.02.2019	Шуточный танец «Волшебные башмачки»	2	«Колесо»	Разминка у станка. Разминка на полу. «Колесо»	Способствовать воспитанию художественно-эстетического



						вкуса.
49	02.03. 2019	Шуточный танец «Волшебные башмачки»	2	Шпагат	Разминка у станка. Разминка на полу. Шпагат	Способствовать воспитанию художественно-эстетического вкуса.
50	04.03. 2019	Шуточный танец «Волшебные башмачки»	2	Отрабатывание танца «Волшебные башмачки»	Отрабатывание танца «Волшебные башмачки»	Способствовать воспитанию художественно-эстетического вкуса.
51	09.03. 2019	Шуточный танец «Волшебные башмачки»	2		Отрабатывание танца «Волшебные башмачки»	Способствовать воспитанию интереса к танцевальному искусству.
52	11.03. 2019	Шуточный танец «Волшебные башмачки»	2		Отрабатывание танца «Волшебные башмачки»	Способствовать воспитанию интереса к танцевальному искусству.
53	16.03. 2019	Детский танец «Солнечный зайчик»	2	Тройной ход с подскоками с руками и наклоном корпуса	Разминка у станка. Разминка на полу. Тройной ход с подскоками с руками и наклоном корпуса	Способствовать воспитанию интереса к танцевальному искусству.
54	18.03. 2019	Детский танец «Солнечный зайчик»	2		Разминка у станка. Разминка на полу. Тройной ход с подскоками с руками и наклоном корпуса	Способствовать воспитанию интереса к танцевальному искусству.
55	23.03. 2019	Детский танец «Солнечный зайчик»	2	Выпады из стороны в сторону с хлопками	Разминка у станка. Разминка на полу. Выпады из стороны в сторону с хлопками	Способствовать воспитанию художественно-эстетического вкуса.
56	25.03. 2019	Детский танец «Солнечный зайчик»	2		Разминка у станка. Разминка на полу. Выпады из стороны в сторону с хлопками	Способствовать воспитанию художественно-эстетического вкуса.
57	30.03. 2019	Детский танец «Солнечный зайчик»	2	Подскоки в линиях	Разминка у станка. Разминка на полу. Подскоки в линиях	Способствовать воспитанию художественно-эстетического вкуса.
58	01.04. 2019	Детский танец «Солнечный зайчик»	2	Повороты корпуса в парах с	Разминка у станка. Разминка на полу. Повороты корпуса в	Способствовать воспитанию художественно-

				работой рук	парах с работой рук	эстетического вкуса.
59	06.04.2019	Детский танец «Солнечный зайчик»	2		Разминка у станка. Разминка на полу. Повороты корпуса в парах с работой рук	Способствовать воспитанию художественно-эстетического вкуса.
60	08.04.2019	Детский танец «Солнечный зайчик»	2	Соскоки с поворотом на пятках	Разминка у станка. Разминка на полу. Соскоки с поворотом на пятках	Способствовать воспитанию художественно-эстетического вкуса.
61	13.04.2019	Детский танец «Солнечный зайчик»	2		Разминка у станка. Разминка на полу. Соскоки с поворотом на пятках	Способствовать воспитанию художественно-эстетического вкуса.
62	15.04.2019	Детский танец «Солнечный зайчик»	2	Бег с поджатыми ногами, с паузой	Разминка у станка. Разминка на полу. Бег с поджатыми ногами, с паузой	Способствовать воспитанию художественно-эстетического вкуса.
63	20.04.2019	Детский танец «Солнечный зайчик»	2		Разминка у станка. Разминка на полу. Бег с поджатыми ногами, с паузой	Способствовать воспитанию художественно-эстетического вкуса.
64	22.04.2019	Детский танец «Солнечный зайчик»	2	Маталочка	Разминка у станка. Разминка на полу. Маталочка	Работа над формированием творческого коллектива.
65	27.04.2019	Детский танец «Солнечный зайчик»	2	Тройные подскоки с поворотом ноги	Разминка у станка. Разминка на полу. Тройные подскоки с поворотом ноги	Работа над формированием творческого коллектива.
66	29.04.2019	Детский танец «Солнечный зайчик»	2		Разминка у станка. Разминка на полу. Тройные подскоки с поворотом ноги	Работа над формированием творческого коллектива.
67	04.05.2019	Детский танец «Солнечный зайчик»	2	Соскок на две ноги по 4 позиции	Разминка у станка. Разминка на полу. Соскок на две ноги по 4 позиции	Работа над формированием творческого коллектива.
68	06.05.2019	Детский танец «Солнечный зайчик»	2	До-за-до в парах	Разминка у станка. Разминка на полу. До-за-до в парах	Работа над формированием творческого коллектива.

69	11.05. 2019	Детский танец «Солнечный зайчик»	2	Приседания с наклоном корпуса	Разминка у станка. Разминка на полу. Приседания с наклоном корпуса	Работа над формированием творческого коллектива.
70	13.05. 2019	Детский танец «Солнечный зайчик»	2	Бег по кругу «змейкой» с поднятием ног, согнутых в коленях	Разминка у станка. Разминка на полу. Бег по кругу «змейкой» с поднятием ног, согнутых в коленях	Работа над формированием творческого коллектива.
71	18.05. 2019	Детский танец «Солнечный зайчик»	2	Отрабатыван ие танца «Солнечный зайчик»	Разминка у станка. Разминка на полу. Отрабатывание танца «Солнечный зайчик»	Работа над формированием творческого коллектива.
72	20.05. 2019	Детский танец «Солнечный зайчик»	2		Разминка у станка. Разминка на полу. Отрабатывание танца «Солнечный зайчик». Итоговая аттестация	Работа над формированием творческого коллектива.

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ 2-ГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ (144часа)

Второй год обучения включает в себя изучение элементов у станка, а также более сложные танцевальные движения, способствующие развитию координации движений. Изучение танца «Оскольская тараторочка», «Волшебный башмачок», «Солнечный зайчик».

### **1. Разминка на середине (8ч)**

Поклон с шагом в сторону – музыкальный размер - 4/4 темп быстрый. Поклон с отведением руки в сторону и шагами в сторону.

Марш, бег, элементы разминки.

Занятие начинается с маршеобразной музыки 4/4, её можно через некоторое время изменить, внося разнообразие в её размер 2/4 –  $\frac{3}{4}$ . Это будет способствовать лучшему музыкальному развитию учащихся.

Марш на месте – энергичный шаг на каждую четверть такта.

Марш с продвижением вперёд (ход с носка) – энергичный шаг вытянутой ногой с носка на каждую четверть такта

Марш с продвижением вперёд на полупальцах. Колени во время продвижения – вытянуты.

### **2. Упражнение у станка (8ч)**

1. Приседание по 1,2 и 3 позициям (полуприседание, полное приседание)

2. Скольжение ногой по полу по 1 поз.
3. Круг ногой по полу по 1 позиции с остановками по точкам, начиная вперёд, затем назад.
4. Маленькие броски ногой на 30-45 градусов из 1 поз в сторону
5. Большие броски ногой в воздух на 80 градусов и выше из 1 поз в сторону.
6. Поднимание на полупальцы по 6 и поз
7. Перегибание корпуса назад, вправо, влево, вперёд, круговые вращения.
8. Прыжки по 1 поз.

*Практические занятия:* музыкальность, ритмичность, координация.

### **3.Общеразвивающие упражнения (8ч)**

Упражнения на середине:

1. Упражнения для мышц шеи.
2. Упражнение для плечевого пояса и рук.
3. Упражнение для плечевого пояса.
4. Упражнение на гибкость.
5. Упражнение для мышц ног.

*Практические задания:* ритмичность, координация движений.

### **I. Русский танец «Оскольская тараторочка» (40 ч)**

Раскрывание рук с рушниками (2ч). Бытовой шаг с притопом(2ч)

Тройной шаг с ударом по полу(2ч)

*Практические занятия:* музыкальность, ритмичность

Переменный шаг (2ч).

А) с притопом и продвижением вперёд и назад

Б) с фиксацией одной ноги и продвижением вперёд и назад

«Девичий ход» с двойным ударом (2ч)

*Практические занятия:* чёткость исполнения.

Припадание с поворотом плеч (2ч). Тройные удары с хлопками(4ч)

Соскоки по 4 позиции (2ч)

*Практические занятия:* ритмичность, музыкальность.

Удары в линии с выносом ноги вперёд на каблук (4ч)

Переступание с ударом (2ч)

*Практические занятия:* чёткость движения

Ключ двойной и тройной (2ч)

Дробные движения (2ч)

А) дроби простые на месте

Б) тройная дробь (поочерёдные выстукивания всей стопой) на месте с продвижением вперёд)

*Практические занятия:* прыгучесть, артистичность

«Хлопушка» для мальчиков хлопушка по бедрам и груди (2ч).

Работа с рушниками (завязывания на груди) (2ч)

*Практические занятия:* координация, артистичность.

Прочесы по линиям (4ч)

Отрабатывание танца «Оскольская тараторочка» (6ч).

*Практические занятия:* артистичность на сцене, координация.

## **II. Шуточный танец «Волшебные башмачки»**

Положение рук в парном и массовом танце (2ч). Простые поклоны на месте без рук и с руками (мужские и женские) (2ч). Притопы одинарные и двойные (2ч).

«Верёвочка» простая, с перестукиванием, в повороте (2ч).

Галопы вправо, влево, в парах с наклоном корпуса (2ч)

*Практические занятия:* артистизм, прыгучесть, координация.

«Выхлястик» (ковырялочка) с открыванием ноги, на месте, бег вправо, влево ковырялочкой.(4ч)

Падебекс с переходом в паре (4ч)

*Практические занятия:* прыгучесть, ритмичность.

Полька в паре с наклоном корпуса, с поворотом и с переходом под рукой) (4ч).

Перемены в линиях (2ч). Выпады в стороны с чередованиями с галопами (2ч).

Покачивание в парах (маятник) (2ч). Переворот девочки через спину мальчика (2ч). «Колесо» (2ч). «Шпагат» с предварительной растяжкой (2ч).

Отрабатывание танца «Волшебные башмачки» (6ч)

## **III. Танец «Солнечный зайчик» (40ч)**

Тройной ход с подскоком (4ч). Выпады из стороны в сторону с хлопками (4ч)

Подскоки в линиях (2ч).

*Практические занятия:* добиться ритмичности исполнения.

Повороты корпуса в парах с работой рук (4ч). Соскоки с поворотом на пятках (4ч). Бег с поджатыми ногами, с паузой (4ч). Маталочка (2ч). Тройные подскоки с поворотом ноги (4ч). Соскок на две ноги по 4 позиции (2ч). До-за-до в парах (2ч). Приседание с наклоном корпуса (2ч). Бег по кругу «змейкой» с поднятием ног, согнутых в коленях(2ч). Танец полностью: техника, выразительность, координация (4ч).

### **Методическое обеспечение программы**

**Структура занятий** включает в себя три основные части: подготовительную, основную, заключительную.

**Подготовительная часть занятия.**Общее назначение – подготовка организма к предстоящей работе. Конкретными задачами этой части является: организация группы; повышение внимания и эмоционального состояния занимающихся; умеренное разогревание организма. Основными средствами подготовительной части являются: строевые упражнения; различные формы ходьбы и бега; несложные прыжки; короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов; упражнения на связь с музыкой и др. Все упражнения выполняются в

умеренном темпе и направлены на общую подготовку опорно-двигательного аппарата, сердечнососудистой и дыхательной систем.

*Методические особенности.* Продолжительность подготовительной части определяется задачами и содержанием занятия, составом занимающихся и уровнем их подготовки. На эту часть отводится примерно 10-15% общего времени занятия.

**Основная часть занятия.** Задачами основной части являются: развитие и совершенствование основных физических качеств; формирование правильной осанки; воспитание творческой активности; изучение и совершенствование движений танцев и его элементов; отработка композиций и т.д.

Средства основной части занятия: упражнения на силу, растягивание и расслабление(экзерсисы); хореографические упражнения; элементы классического, народного танца; танцевальные композиции; постановочная работа.

*Методические особенности.* На данную часть занятия отводится примерно 75-85% общего времени. Порядок решения двигательных задач в этой части строится с учетом динамики работоспособности детей. Разучивание и корректировка новых движений происходит в начале основной части, в конце – отработка знакомого материала.

**Заключительная часть занятия.** Основные задачи – постепенное снижение нагрузки; краткий анализ работы, подведение итогов. На эту часть отводится 5-10% общего времени.

### **Условия реализации программы.**

*Обеспечение учебным помещением.* Для того, чтобы обучающиеся усвоилинеобходимые знания и умения, немалую роль играет правильно оформленный кабинет, где проводятся занятия.

Для осуществления учебного процесса в кабинете имеются *инструкции по охране труда, правила поведения на занятиях, инструкция по противопожарной безопасности.* Кабинет соответствует санитарно-гигиеническим требованиям и нормам освещения и вентиляции помещения.

Инструменты и приспособления:

- хореографический станок;
- зеркальные стены;
- аудиоманитофон.

Технические средства обеспечения:

- коврики;
- аудиокассеты;
- диски.

## СРЕДСТВА КОНТРОЛЯ

### Тест 1

Теория: Определить характер музыки (быстрая - медленная, веселая – грустная).

Практика:

1. Раскрывание и закрывание рук:
  - одной руки,
  - двух рук,
  - поочередные раскрывания рук,
  - переводы рук в различные положения.
2. Поклоны:
  - на месте без рук и с руками,
  - поклон с продвижением вперед и отходом назад.
3. Притопы:
  - одинарные (женские и мужские),
  - тройные.
4. Перетопы тройные.
5. Простой (бытовой) шаг:
  - вперед с каблука,
  - с носка.

### Тест 2

Теория: Понятия: «ритм» (прохлопать музыку), «темп».

Практика:

Простой русский шаг:

- назад через пальцы на всю стопу,
- с притопом и продвижением вперед,
- с притопом и продвижением назад.

Боковой шаг на всей стопе и на полупальцах по прямой позиции.

«Переменный шаг»:

- с притопом и продвижением вперед и назад
- «Ёлочка».

Перескоки с ноги на ногу на всю стопу (подготовка к дробям).

Бег на месте с продвижением вперед и назад на полупальцах.

Подскоки на месте, с продвижением вперед, назад и вокруг себя.

«Ковырялочка»:

- с двойным притопом:
- с тройным притопом.

### Анкета

для изучения художественно-эстетического вкуса и оценочных суждений

1. Вам нравится слушать музыку? Да – Нет (нужное подчеркнуть)

2. Вам нравится смотреть танцевальные выступления? Да – Нет (нужное подчеркнуть)

3. Какие виды танцев вы знаете?

1) \_\_\_\_\_ 2) \_\_\_\_\_ 3) \_\_\_\_\_

4. Назовите ваших любимых исполнителей песни или танца?

1) \_\_\_\_\_

2) \_\_\_\_\_

3) \_\_\_\_\_

5. Назовите ваши любимые песни и танцы?

- 1) \_\_\_\_\_
- 2) \_\_\_\_\_
- 3) \_\_\_\_\_

6. Объясните, почему вы сделали тот или иной выбор?

7. Как вы думаете ваше будущее будет каким-нибудь образом связано с музыкальным или танцевальным искусством?

Спасибо за участие в опросе.

### **Учебно-методические средства обучения**

*Таблицы:* «Позиция ног», «Позиция рук», «Положение ноги», «Положение рук», «Положение корпуса», «Положение головы», «Положение кисти», «План зала» (для построения композиции танца и расположения танцующих) и др.;

*-музыкальные произведения («Народный танец»):* «Хорошенький, молоденький», «Матаня», «Акулинка», «Кадриль», «Смоленский гусачок», «Барыня», «Подай балалайку», «Белолица, круглолица»; *авторские песни:* Н.Бакалейников «Вальс «Грусть», Г. Пономоренко «Ивушка»;

*-музыкальные произведения («Классический танец»):* Чайковский «Мазурка», «Ноктюрн», Шопен Ф. «Классический танец», вальс «Семинос», «Прелюдия ля-мажор», Шуберт «музыкальный момент»;

*-видеоматериалы:* выступления Государственного Академического русского народного хора им. Пятницкого (рук. Е.А. Пермякова), Государственного Академического ансамбля «Березка» им. Н.С. Надеждиной (рук. М.М. Кольцова), Государственного Академического ансамбля народного танца им. И. Моисеева, Государственного Академического ансамбля танца Сибири им. Годенко, Воронежского Государственного Академического народного хора.



## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца [Текст]/М.П. Базарова, Б.П. Мей. – Л.: Искусство, 1983. – 199 с.
2. Бекина С.Н., Ломова Т.П. Музыка и движения [Текст]/С.Н. Бекина, Т.П. Ломова. – М. «Просвещение», 1984. – 270
3. Блок Л.Д. Классический танец. История и современность [Текст]/Л.Д. Блок. – М.: Искусство, 1987.-556 с.
4. Веретенников И.И. Белгородские карагоды [Текст]/И.И. Веретенников. – Белгород: Везелица, 1993. – 114 с.
5. Ваганова Л.Ф. Основы классического танца [Текст]/Л.Ф. Ваганова. – СПб.: Лань, 2000. – 158 с.
6. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Этюды [Текст]: учебн. пособие для вузов/ Гусев Г.П. – М.: ВЛАДОС, 2004. – 232 с.
7. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Упражнения у станка [Текст]/ Г.П. Гусев – М.: ВЛАДОС, 2002. – 207 с.
8. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Движения и комбинации танца на середине зала [Текст]/ Гусев Г.П. – М.: ВЛАДОС, 2004. – 208 с.
9. Данилюк А.Я. Духовно-нравственное развитие и воспитание младших школьников [Текст]: методические рекомендации: пособие для учителей общеобразовательных учреждений: в 2-х ч. Ч.2 / А.Я. Данилюк - М.: Просвещение, 2011. - 142 с.
10. Денисова Ф. Народные танцы [Текст]/Ф. Денисова – М.: Профиздат, 1954. – 296 с.
11. Зязюн И.О. Основы педагогического мастерства [Текст]/И.О. Зязюн – М.: Просвещение, 1989.- 302 с.
12. Закон РФ Об образовании [Текст]: офиц. текст. – М.: Эксмо, 2011. – 41 с.
13. Иванченко В.Н. Занятия в системе дополнительного образования [Текст]/ В.Н. Иванченко. - Ростов-на-Дону: Учитель, 2007.- 288с.
14. Климов А.А. Основы русского народного танца [Текст]/А.А. Климов. - М.: Искусство, 1981.- 270 с.
15. Конвенция о правах ребенка [Текст]: офиц. текст. - М.: Кнорус, 2001. – 32 с.
16. Костровицкая В.С. 100 уроков классического танца [Текст]/В.С. Костровицкая. – Л.: Искусство, 1981.-262 с.
17. Ладыгин Л.Р. Музыкальное оформление уроков танца [Текст]/Л.Р. Ладыгин. – М.: Просвещение, 1980. – 156 с.
18. Никулина В.И., Екимова Н.В. Организация внеурочной деятельности школьников [Текст]/ В.И. Никулина, Н.В. Екимова. – Белгород: Изд-во БелРИПКППС, 2010. – 63 с.
19. Прибылов В.С. Методические рекомендации и программа по классическому танцу для самодеятельных хореографических коллективов [Текст]/ В.С. Прибылов. – М.: «Просвещение», 1984. – 78 с.
20. Реан, А. А. Психология и педагогика : учеб. пособие для вузов [Текст]/ А. А. Реан, Н. В. Бордовская, С. И. Розум. - СПб. : Питер, 2008. - 432 с.
21. Селиванов В.С. Основы общей педагогики: Теория и методика воспитания: [Текст]: Учебное пособие / В.С. Селиванов – М.: Академия, 2004. – 336с.
22. Селиванов В.С. Возрастная и педагогическая психология: Детство, отрочество, юность [Текст]/В.С. Селиванов. – М.: Академия, - 2000. – 624 с.
23. Устинова Т. Русские народные танцы [Текст]/Т. Устинова. – М.: Взгляд, 1960. – 264 с.
24. Устинова Т. Беречь красоту русского народного танца [Текст]/Т. Устинова. – М.: Молодая гвардия, 1959. – 103 с.