**ДЕПАРТАМЕНТ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ**

**АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ЛИПЕЦКА**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ**

**УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**«ГОРОДСКОЙ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР «СПОРТИВНЫЙ»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| |  |  | | --- | --- | | СОГЛАСОВАНО  Педагогическим советом  МБОУДО «ГДЮЦ «Спортивный»  (протокол от 27.05.2024 года № 5) | УТВЕРЖДЕНО  приказом МБОУДО  «ГДЮЦ «Спортивный»  от 13.08.2024 № 185 у/д | | УТВЕРЖДЕНО  приказом И. о. директора  МБОУДО «ГДЮЦ «Спортивный»  от 10.07.2020 № 42/1 у/д |

**Дополнительная общеразвивающая программа**

**«Мир танца»**

художественной направленности

Срок реализации: 3 года

Возрастная категория обучающихся: 6-18 лет

Автор составитель:

Агапова Татьяна Григорьевна, методист,

Берестнева Светлана Андреевна,

педагог дополнительного образования

г. Липецк, 2024

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

В духовной культуре человечества хореографическое искусство занимает своё особое значимое место. Являясь одним из самых древних видов искусства, появившись с рождением человечества, танец всегда неразрывно связан с жизнью. Уже в наскальных рисунках, созданных несколько тысячелетий тому назад, встречаются изображения пляшущих людей.

Изменялось общество - изменялось и танцевальное искусство. ХХI век принёс с собой новую, более сложную технику, новые специальности, и новое отношение к хореографическому искусству.

В настоящее время Танец раскрывает духовно-нравственный потенциал человека, его способность ценить красоту, совершенство мира природы и гармонично взаимодействовать с ним.

Танец пронизывает самые разнообразные области культуры и искусства. Танец - искусство многогранное, объединяющее искусство действия с музыкой, художественными образами, произведениями литературы.

**Направленность.** Даная программа является модифицированной и относится к художественной направленности.

**Актуальность программы**. Современное образование требует активной целенаправленной работы с детьми, требует использовать новые формы и методы воспитания и обучения: воспитание личности, способной действовать универсально, владеющей культурой социального самоопределения, обладающей самостоятельностью при выборе видов деятельности и умеющей выразить свой замысел в творческой деятельности.

Программа «Мир танца» сочетает в себе системы развития эстетического, нравственного, эмоционального, коммуникативного потенциала личности старшеклассника.

Данная программа позволяет решить некоторые социально значимые цели развития личности:

* раскрепощение ребенка: снятие природных зажимов, преодоление внутреннего напряжения;
* раскрытия природных способностей, творческого потенциала ребенка и его познавательного развития путем создания условий для их реализации;
* социализация ребенка как индивидуума в социуме, включая опыт межличностного взаимодействия;
* реализация досуга ребенка в определенной направленности;
* допрофессиональная ориентация и подготовка к самостоятельной взрослой жизни.

**Отличительная особенность программы.** В программу кроме традиционных занятий по хореографии включены импровизационные занятия, которые способствуют непринуждённому получению навыков, развивают самостоятельность, снимают перенапряжение и утомляемость за счёт переключения на разнообразные виды деятельности. Импровизация - один из главных элементов этой программы.

**Возраст обучающихся, участвующих в реализации программы.** Программа рассчитана на детей от 5 до 15 лет вне зависимости от их способностей, уровня физического развития.

**Формы и режим занятий.**

Форма занятий – очная. Срок реализации программы 3 года.

Количество учебных часов:

1 год обучения - 144 часа;

2 год обучения – 144 часа;

3 год обучения - 144 часа;

Продолжительность занятий в группах первого, второго, третьего года обучения 2 раза в неделю по 2 академических часа.

**Особенности организации образовательного процесса.**

Количество занимающихся в группе 15-20 человек - это обучающиеся одного возраста или разных возрастных категорий. Дети должны иметь медицинский допуск к занятиям танцами.

**Цель и задачи программы**

**Цель**: создание условий для развития творческой, одаренной личности через занятия танцами.

**Задачи:**

*Воспитательные:*

•Воспитание настойчивости, целеустремленности, находчивости, внимательности, уверенности, воли, трудолюбия, коллективизма;

• Формирование общественной активности личности, гражданской позиции, навыков здорового образа жизни, культуры общения и поведения в социуме;

*Развивающие:*

•Развитие стремления детей к самостоятельности;

•Воспитание настойчивости, целеустремленности, находчивости, внимательности, уверенности, воли, трудолюбия, коллективизма;

•Развитие умения анализировать, выбирать из множества решений единственное правильное, планировать свою деятельность;

• Осуществление всестороннего физического развития учащихся;

*Обучающие):*

•Знакомство с историей танцев;

• Обучение основам танца;

•Повышение мастерства учащихся, развитие мотивации учащихся к выполнению хореографических заданий;

**Учебный план**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Раздел | Кол-во часов | | | Форма  аттестации |
| 1г.о. | 2г.о. | 3г.о. |
| 1. 1 | Модуль 1  «Начальный уровень» | 144 |  |  | Промежуточная  аттестация (тестирование, контрольные испытания) |
|  | Модуль 2  «Базовый уровень» |  | 144 |  | Промежуточная  аттестация (тестирование, контрольные испытания) |
|  | Модуль 3  «Продвинутый уровень» |  |  | 144 | Промежуточная  аттестация (тестирование, контрольные испытания).  Итоговая аттестация (тестирование, контрольные испытания). |

**Календарный учебный график**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Элементы учебного  графика | Характеристика элемента | |
| Продолжительность учебного года, его начало и окончание | Этапы образовательного  процесса | 1 год  обучения |
|  | Начало учебного года: | 1 сентября |
| Окончание учебного года: | 31 мая |
| Сроки комплектования  учебных групп 1 года обучения | 1 сентября -  15 сентября |
| Продолжительность  учебного года | 36 недель |
| Число и продолжительность занятия в день | 1 занятие, 2 академических часа |
| Каникулы зимние | 1-9 января |
| Каникулы летние | 1 июня-31 августа |
| Учебная неделя | Продолжительность учебной недели 7 дней  Для 1-го, 2-го, 3-го года обучения: 6 часов в неделю, 2 занятия по 2 академических часа | |
| Режим работы в период летних  каникул | Расписание занятий меняется:  - формируются сводные группы из числа обучающихся;  - организуется работа с одаренными детьми;  - проводятся занятия и мероприятия по специальному расписанию в форме экскурсий, учебно-тренировочных сборов, спортивно-оздоровительных мероприятий;  - по отдельному плану ведется работа с детьми в летнем оздоровительном лагере с дневным пребыванием детей (кружковая деятельность и массовые мероприятия);  -участие в рекламной кампании по комплектованию учебных групп на новый учебный год | |

**Рабочая программа**

**Модуль 1 «Начальный уровень»**

**Цель:** создание условий для развития творческой, одаренной личности через занятия танцами.

**Задачи:**

Воспитательные:

•Воспитание настойчивости, целеустремленности, находчивости, внимательности, уверенности, воли, трудолюбия, коллективизма.

Развивающие:

•Развитие стремления детей к самостоятельности.

Обучающие:

•Знакомство с историей танцев;

•Обучение основам танца.

**Планируемые результаты:** По окончанию освоения модуля 1 «Начальный уровень» обучающиеся должны знать

-знать простейшие построения (фигуры, рисунки танца);

-знать позиции ног, рук;

-творчески подходить к выполнению движений, создавать и исполнять танцы, используя простые движения;

-**уметь**:

- ориентироваться на площадке танцевального зала;

- правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку;

- вовремя начать движение и закончить его с концом музыкального предложения.

**Содержание Модуля 1**

**1. Вводное занятие - 2 часа**

**Теория:** Вводное занятие. Беседы на тему: ПДД. Ознакомление с инструкциями по технике безопасности в танцевальном зале и на территории центра. Ознакомление воспитанников с целями и задачами на предстоящий учебный год.

**2. Ритмика и элементы музыкальной грамоты - 20 часов**

**Теория -2ч:**

- жанры музыкальных произведений (танец, марш, песня):

русский танец «Барыня», П. И. Чайковский «Марш оловянных солдатиков», С. Танеев. "Колыбельная", песни современных авторов. Отличия и характерные особенности;

- характер музыкального произведения на основе произведений Э. Грига "Шествие гномов", "Утро», А. Вивальди "Времена года", М. Мусоргский. "Картинки с выставки";

- средства музыкальной выразительности:

Контрастная музыка (быстрая, медленная, веселая, грустная), музыкальный лад, ритм, темп;

- музыкально-ритмический рисунок: хлопки, выстукивания.

**Практика:**

**-** Музыкально-пространственные упражнения (маршировка в темпе и ритме музыки; шаг на месте вокруг себя, вправо, влево; повороты на месте)

- Фигурная маршировка с перестроением (из колонны в шеренгу и обрат но; из одного круга в два; звездочка)

- танцевальные шаги: шаг на полупальцах, с носка на пятку, шаг с поднятием колена, шаг и в образах: олень, журавль, лиса, кошка, мышка, медведь, птичка;

- выделение сильной доли; - музыкально-ритмические упражнения («пружинка», боковые шаги, наклоны, упражнения с поворотом и наклоном головы, прыжки)

**3. Танцевально-игровое творчество - 18 часов**

**Теория -2ч:**

Развитие творческих способностей обучающихся, накопление опыта, формирование навыков и умения. Интенсивный тренинг.

**Практика:**

Музыкальные игры

- игра «Зайцы и волк» (придумать танец Зайчик на лесной полянке)

- игра «Лягушки и Аист» (изобразить Лягушку на болоте)

- игра «Фотограф» (создать образ, заданный ведущим, останавливаясь

в придуманную фигуру),

- игра «Ворона и воробьи» (на быстроту реакции);

- игра – хоровод «Плетень », «Ручеек», «Гусеница ».

**4. Основы хореографии - 42 часа**

**Теория-6ч:**

Основные сведения о классическом танце. Классический танец –

основа балетного спектакля. Постановка корпуса, ног, рук, правила азбуки

классического танца.

**Практика:**

Постановка корпуса, общеразвивающие упражнения на укрепление мышц корпуса;

- знакомство с позициями ног и рук (позиции ног –I,II, III,VI;

- позиция рук – подготовительная, первая, вторая, третья;

- положение рук за платье у девочек;

- полуприседания (деми–плие) – по 1 позиции;

- подъем на полупальцы обеих ног (релеве) в I; IV позициях;

- ориентирование на сценической площадке: точки зала (по методике А.Я. Вагановой).

**5. Партерная гимнастика - 48 часов**

**Теория -4ч:** Партерная гимнастика. Знакомство с понятием «Танцевальный шаг». Техника безопасности при выполнении упражнений.

**Практика:**

-упражнения для развития и укрепления голеностопного сустава;

-сокращение и вытягивание стоп обеих ног с поворотами головы;

- упражнения для растягивания ахиллового сухожилия**:** «Чемоданчик»;

- упражнения для развития паховой выворотности: «Бабочка», «Гармошка»;

-выработка выворотности и танцевального шага, развитие гибкости корпуса

-выполнение базовых упражнений на полу.

**Комплекс упражнений лёжа на спине:** - упражнения на пресс: поднятие ног, «велосипед»;

**Комплекс упражнений лёжа на животе:**

- упражнения для развития гибкости: «Окошечко», «Змейка», «корзинка»;

**Комплекс упражнений для растягивания мышц ног**

**-** «Чемоданчик» в парах, «Бабочка» в парах, полушпагат, шпагат.

**6. Танцевальные этюды - 12 часов**

**Теория-2ч:**

Постановка танцевальных композиций на основе выученного материала. (Изучение ритмических этюдов и сценических танцев).

**Практика: Танцевальный этюд «Маленькая полька»;**

Танцевальные этюды:

- «Кошка»

- «Дельфин»

- «Качели»

- «Корзинка»

- «Колечко»

- «Берёзка»

**7. Промежуточная аттестация (**тестирование, контрольные испытания) -**2ч.**

Тестирование- 1 час

Контрольное испытание – 1 час

**Календарно-тематическое планирование Модуля 1**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Тема занятий | Кол-во часов | | |
| Всего | Теория | Практика |
| **144** | **27** | **117** |
|  | Вводное занятие. Ознакомление с инструкциями по технике безопасности в танцевальном зале и на территории центра | 2 | 2 |  |
|  | Ритмика и элементы музыкальной грамоты. Жанры музыкальных произведений (танец, марш, песня) | 2 | 2 |  |
|  | Характер музыкального произведения на основе произведений Э. Грига «Шествие гномов», «Утро», А. Вивальди «Времена года», М. Мусоргский «Картинки с выставки» | 2 | 2 |  |
|  | Музыкально-пространственные упражнения | 2 |  | 2 |
|  | Фигурная маршировка с перестроением (из колонны в шеренгу и обратно; из одного круга в два; звездочка) | 2 |  | 2 |
|  | Танцевальные шаги | 2 |  | 2 |
|  | Выделение сильной доли; - музыкально-ритмические упражнения («пружинка», боковые шаги, наклоны, упражнения с поворотом и наклоном головы, прыжки) | 2 |  | 2 |
|  | Музыкально-пространственные упражнения (маршировка в темпе и ритме музыки; шаг на месте вокруг себя, вправо, влево; повороты на месте) | 2 |  | 2 |
|  | Фигурная маршировка с перестроением (из колонны в шеренгу и обратно; из одного круга в два; звездочка) | 2 |  | 2 |
|  | Танцевальные шаги шаг на полупальцах, с носка на пятку, шаг с поднятием колена, шаг и в образах: олень, журавль, лиса, кошка, мышка, медведь, птичка | 2 |  | 2 |
|  | Выделение сильной доли; - музыкально-ритмические упражнения («пружинка», боковые шаги, наклоны, упражнения с поворотом и наклоном головы, прыжки) | 2 |  | 2 |
|  | Танцевально-игровое творчество. Развитие творческих способностей обучающихся, накопление опыта, формирование навыков и умения | 2 | 2 |  |
|  | Танцевальные этюды. Интенсивный тренинг | 2 | 2 |  |
|  | Музыкальные игры. Игра «Зайцы и волк» | 2 |  | 2 |
|  | Игра «Лягушки и Аист» | 2 |  | 2 |
|  | Игра «Ворона и воробьи» (на быстроту реакции) | 2 |  | 2 |
|  | Игра «Фотограф» (создать образ, заданный ведущим, останавливаясь в придуманную фигуру) | 2 |  | 2 |
|  | Игра – хоровод «Плетень», «Ручеек», «Гусеница» | 2 |  | 2 |
|  | Игра «Шарик Жучку взял за ручку» игра с произношением | 2 |  | 2 |
|  | Развитие творческих способностей обучающихся. Музыкальные игры | 2 |  | 2 |
|  | Основы хореографии. Основные сведения о классическом танце. Постановка корпуса, ног, рук, правила азбуки классического танца | 2 | 2 |  |
|  | Постановка корпуса, общеразвивающие упражнения на укрепление мышц корпуса | 2 |  | 2 |
|  | Знакомство с позициями ног и рук (позиции ног –I, II, III, VI) | 2 |  | 2 |
|  | Позиция рук – подготовительная, первая, вторая, третья | 2 |  | 2 |
|  | Положение рук за платье у девочек | 2 |  | 2 |
|  | Полуприседания (деми–плие) – по 1 позиции | 2 |  | 2 |
|  | Подъем на полупальцы обеих ног (релеве) в I; IV позициях | 2 |  | 2 |
|  | Ориентирование на сценической площадке: точки зала (по методике А.Я. Вагановой) | 2 | 2 |  |
|  | Постановка корпуса, общеразвивающие упражнения на укрепление мышц корпуса | 2 |  | 2 |
|  | Постановка корпуса, общеразвивающие упражнения на укрепление мышц корпуса | 2 |  | 2 |
|  | Полуприседания (деми–плие) – по 1 позиции | 2 |  | 2 |
|  | Подъем на полупальцы обеих ног (релеве) в I; IV позициях | 2 |  | 2 |
|  | Постановка корпуса, общеразвивающие упражнения на укрепление мышц корпуса | 2 |  | 2 |
|  | Постановка корпуса, общеразвивающие упражнения на укрепление мышц корпуса | 2 | 2 |  |
|  | Позиции ног и рук (позиции ног –I,II, III,VI). | 2 |  | 2 |
|  | Позиция рук – подготовительная, первая, вторая, третья | 2 |  | 2 |
|  | Полуприседания (деми–плие) – по 1 позиции | 2 |  | 2 |
|  | Подъем на полупальцы обеих ног (релеве) в I; IV позициях | 2 |  | 2 |
|  | Постановка корпуса, общеразвивающие упражнения на укрепление мышц корпуса | 2 |  | 2 |
|  | Постановка корпуса, общеразвивающие упражнения на укрепление мышц корпуса | 2 |  | 2 |
|  | Постановка корпуса, общеразвивающие упражнения на укрепление мышц корпуса | 2 |  | 2 |
|  | Партерная гимнастика. Знакомство с понятием «Танцевальный шаг». Техника безопасности при выполнении упражнений | 2 | 2 |  |
|  | Выработка выворотности и танцевального шага, развитие гибкости корпуса. Выполнение базовых упражнений на полу | 2 |  | 2 |
|  | Упражнения для развитие и укрепление голеностопного сустава | 2 |  | 2 |
|  | Сокращение и вытягивание стоп обеих ног с поворотами головы | 2 |  | 2 |
|  | Упражнения для растягивания ахиллового сухожилия**:** «Чемоданчик» | 2 |  | 2 |
|  | Упражнения для развития паховой выворотности: «Бабочка», «Гармошка» | 2 |  | 2 |
|  | Выработка выворотности и танцевального шага, развитие гибкости корпуса | 2 |  | 2 |
|  | Выполнение базовых упражнений на полу | 2 |  | 2 |
|  | Выработка выворотности и танцевального шага, развитие гибкости корпуса | 2 |  | 2 |
|  | Комплекс упражнений лёжа на спине:  упражнения на пресс: поднятие ног, «велосипед» | 2 | 2 |  |
|  | **Комплекс упражнений лёжа на животе:**  **упражнения для развития гибкости: «Окошечко», «Змейка», «корзинка»** | 2 |  | 2 |
|  | Комплекс упражнений для растягивания мышц ног:«Чемоданчик» в парах, «Бабочка» в парах, полушпагат, шпагат | 2 |  | 2 |
|  | Выработка выворотности и танцевального шага, развитие гибкости корпуса. Выполнение базовых упражнений на полу | 2 | 2 |  |
|  | Упражнения для развитие и укрепление голеностопного сустава | 2 |  | 2 |
|  | Сокращение и вытягивание стоп обеих ног с поворотами головы | 2 |  | 2 |
|  | Упражнения для растягивания ахиллового сухожилия**:** «Чемоданчик»; | 2 |  | 2 |
|  | Упражнения для развития паховой выворотности: «Бабочка», «Гармошка» | 2 | 2 |  |
|  | Выработка выворотности и танцевального шага, развитие гибкости корпуса | 2 |  | 2 |
|  | Выполнение базовых упражнений на полу | 2 |  | 2 |
|  | Выработка выворотности и танцевального шага, развитие гибкости корпуса | 2 |  | 2 |
|  | Партерная гимнастика. | 2 |  | 2 |
|  | Комплекс упражнений лёжа на спине:упражнения на пресс: поднятие ног, «велосипед» | 2 |  | 2 |
|  | Комплекс упражнений лёжа на спине:упражнения на пресс: поднятие ног, «велосипед» | 2 |  | 2 |
|  | Комплекс упражнений лёжа на спине:упражнения на пресс: поднятие ног, «велосипед» | 2 |  | 2 |
|  | Танцевальный этюд «Маленькая полька» | 2 | 2 | 2 |
|  | Танцевальные этюды «Кошка» | 2 |  | 2 |
|  | Танцевальный этюд ««Дельфин»» | 2 |  | 2 |
|  | Танцевальный этюд ««Колечко»» | 2 |  | 2 |
|  | Танцевальные этюды «Берёзка» | 2 |  | 2 |
|  | Танцевальный этюд «Корзинка» | 2 |  | 2 |
|  | Промежуточная аттестация | 2 | 1 | 1 |

**Оценочные материалы к Модулю 1**

**I (тестирование)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Вопрос | Варианты ответов | Правильный ответ |
|  | 1. Назовите приспособление, служащее опорой танцовщикам: | а) станок;  б) палка;  в) обруч. | а) станок |
|  | 2. Обувь балерины? | а) балетки;  б) джазовки;  в) пуанты. | в) пуанты |
|  | 3. Международный день танца? | а) 30 декабря;  б) 29 апреля;  в) 28 мая. | б) 29 апреля; |
|  | 4. Первая позиция ног: | а) пятки сомкнуты вместе, носочки разведены и направлены в разные стороны;  б) стопы расположены на расстоянии одной стопы друг от друга, пяточки направлены друг к другу, носочки разведены разные стороны;  в) стопы вместе. | а) пятки сомкнуты вместе, носочки разведены и направлены в разные стороны; |
|  | 5. Как называется балетная юбка? | а) пачка;  б) зонтик;  в) карандаш. | а) пачка; |
|  | 6. Ноги расположены на расстоянии одной стопы друг от друга, пяточки направлены друг к другу, носочки разведены в разные стороны. | а) первая позиция;  б) вторая позиция;  в) третья позиция. | б) вторая позиция |
|  | 7.Что значит ан фас? | а) лицом к зрителю;  б) задом к зрителям. | а) лицом к зрителю |
|  | 8. Сколько позиций ног в классическом танце? | а) 2;  б) 3;  в) 5 | в) первая, вторая, третья, четвертая, пятая позиции |
|  | Что означает термин «релеве» | а) подъем на полупальцы;  б) ходьба на пяточках | а) подъем на полупальцы |

**II (контрольные испытания)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Содержание контрольных упражнений | Результат |
|  | 1. Показать позиции рук и ног. | Отлично, хорошо, удовлетворительно |
|  | 1. Показать движения ног (« крест»). | Отлично, хорошо, удовлетворительно |
|  | 1. Показать «мостик». | Отлично, хорошо, удовлетворительно |
|  | 1. Показать «колесо». | Отлично, хорошо, удовлетворительно |
|  | 1. Показать «Коробочку» | Отлично, хорошо, удовлетворительно |
|  | 1. Показать позиции ног(1,2,3,4,5) | Отлично, хорошо, удовлетворительно |
|  | 1. Показать «Бабочку» | Отлично, хорошо, удовлетворительно |
|  | 1. Показать «шпагат» (продольный и поперечный). | Отлично, хорошо, удовлетворительно |

**Рабочая программа**

**Модуль 2 «Базовый уровень»**

**Цель:** создание условий для развития творческой, одаренной личности через занятия танцами.

**Задачи:**

*Воспитательные:*

• Формирование общественной активности личности, гражданской позиции, навыков здорового образа жизни, культуры общения и поведения в социуме;

*Развивающие:*

• Воспитание настойчивости, целеустремленности, находчивости, внимательности, уверенности, воли, трудолюбия, коллективизма;

*Обучающие:*

• Повышение мастерства учащихся, развитие мотивации учащихся к выполнению хореографических заданий;

**Планируемые (ожидаемые) результаты:** По окончанию освоения модуля 2 «Базовый уровень» обучающиеся должны знать:

-знать основные правила и законы исполнения танцев;

-правильно и грамотно исполнять движения, комбинации.

-**уметь**:

- Хорошо исполнять танцевальные композиции;

- Пытаться самостоятельно составлять этюды;

- импровизировать, начинать движения и заканчивать их с окончание музыкального предложения.

**Содержание Модуля 2**

1. **Введение – 2 часа**

Теория: Вводное занятие. Знакомство с инструкциями по ТБ, ППБ, ПДД, правилами поведения в учреждении

**II. Ритмика и музыкальная грамота – 20 часов**

Теория: 2 часа.

Восприятие и понимание основ танца и движения. Беседы об искусстве.

Практика – 18 часов

Изучение комплекса упражнений, построенных на основе взаимосвязи движений и музыки. Танцевальная музыка: марши, польки, вальсы. Музыкальный размер. Сильная доля. Музыкальное прослушивание, создание ритмического и танцевального образа. Ходьба разного характера. Правила и логика построений из одних рисунков в другие. Танцевальные шаги в образах. Значение музыки в хореографическом искусстве. Упражнения, развивающие музыкальное чувство:

1.Элементы партерной гимнастики (выполняются лежа на спине, на животе и сидя на полу).

2.Упражнения для укрепления мышц спины, живота, выворотности ног.

3.Pas польки.

4.Галоп.

5.Ритмический бег.

6.Подскоки.

**III. Азбука классического танца – 47 часов**

Теория- 4 часа

Классический танец. Основы классического танца. Правила постановки тела, понятия: «опорная нога», «работающая нога», «вытягивание пальцев ноги».

Практика- 43 часа

Экзерсиз у станка

1. Plie по всем позициям - Plie разогревает связки ног для нагрузок
2. Battements tendus- Battements tendusи Battements tendusjetes вырабатывает силу ног, развивает стопу
3. Ronds de jambe par terre (в конце комбинации port de bras)- Ronds de jambe par terre развивает вращательную способность тазобедренного сустава
4. Battementsfondus- Battementsfondus вырабатывает мягкость и эластичность, необходимую для прыжка
5. Battementsfondus - Battementsfondus вырабатывает мягкость и эластичность, необходимую для прыжка
6. Battementsfrappes и doublesfrappes - Battementsfrappes и doublesfrappes приучает мышцы действовать быстро и четко, контрастно (стакатто)
7. Petitsbattementssurlecoup-de-pied (можно сочетать с вращениями у станка) - Petitsbattementssurlecoup-de-pied развивает стопу, улучшает общую координацию, точку баланса
8. Rondsdejambeenl’air - Rondsdejambeenl’air разрабатывает подвижность коленного сустава.
9. Упражнения на тренировку суставно-мышечного аппарата ребенка.

Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов. Правильная постановка отдельных частей: кисти, пальцев, локтя, плеча.

**IV. Музыкально-ритмические игры-23 часа**

Теория -4 часа

Влияние музыкально-ритмических игр на воспитание творческой, всесторонне развитой личности, приобщение ребенка к миру прекрасного, воспитание художественного вкуса.

Практика - 19 часов

Игра «Музыкальная шкатулка», «Самолетики - вертолетики», «Мыши и мышеловка», «Подружимся – поссоримся», «Ворона и воробьи» (на быстроту реакции)

Игры на развитие координации движений, умение ориентироваться в пространстве, формирование рисунка танца – круг, коллективная работа, музыкальность.

Игры на развитие чувства ритма, реакции, координации движений.

**V. Постановки, репетиции, концертная деятельность-50 часов**

**Теория – 10 часов**

Постановка номера. Массовые и сольные композиции. Процесс создания хореографического произведения. Презентация танцевальных композиций.

**Практика – 40 часов**

Демонстрация движений, его музыкальная раскладка, особенности исполнения. Изучение сложных элементов. Исполнение в медленном, а затем обычном темпе.

Репетиция – отработка техники исполнения движения (темп, ритм, повторяемость). Отработка и детальный разбор номера. Работа над эмоциональной передачей. Работа над синхронностью исполнения танца. Отработка всего номера. Разминка на середине зала, разогрев стоп: - танцевальный шаг с носочка по кругу, переход на пяточки; на ребро стопы, внешнюю часть стопы, перекат на внутреннюю часть стопы (эти упражнения помогают предупредить деформацию стоп – плоскостопие). Разминка - выполнение движения «ножницы»;

- бег по кругу с высоким подниманием голени ног вперед;

- «русский бег», сгибание ноги поочередно назад в подскоке;

- выполнение шагов на полупальцах поочередно, переходя на пятки;

- восстановление дыхания: шаг по кругу с подниманием рук на вдохе и опускание на выдохе.

**VI. Промежуточная аттестация -2 часа**

тестирование **-1 час**

контрольные испытания – 1 час

**Календарно-тематическое планирование Модуля 2**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Тема занятий | Кол-во часов | | |
| Всего | Теория | Практика |
| **144** | **23** | **121** |
|  | Вводное занятие. Знакомство с инструкциями по ТБ, ППБ, ПДД, правилами поведения в учреждении | 2 | 2 |  |
|  | Ритмика и музыкальная грамота. Восприятие и понимание основ танца и движения. Беседы об искусстве | 2 | 2 |  |
|  | Ритмика и музыкальная грамота. Изучение комплекса упражнений, построенных на основе взаимосвязи движений и музыки | 2 |  | 2 |
|  | Ритмика и музыкальная грамота. Танцевальная музыка: марши, польки, вальсы | 2 |  | 2 |
|  | Ритмика и музыкальная грамота. Музыкальный размер. Сильная доля | 2 |  | 2 |
|  | Ритмика и музыкальная грамота. Танцевальные шаги в образах | 2 |  | 2 |
|  | Ритмика и музыкальная грамота. Ходьба разного характера | 2 |  | 2 |
|  | Ритмика и музыкальная грамота. Упражнения, развивающие музыкальное чувство. | 2 |  | 2 |
|  | Ритмика и музыкальная грамота. Упражнения, развивающие музыкальное чувство. | 2 |  | 2 |
|  | Ритмика и музыкальная грамота. Ритмический бег. | 2 |  | 2 |
|  | Ритмика и музыкальная грамота. Танцевальные шаги. Галоп, подскоки | 2 |  | 2 |
|  | Азбука классического танца. Основы классического танца | 2 | 2 |  |
|  | Азбука классического танца. Экзерсис у станка | 2 | 1 | 1 |
|  | Азбука классического танца. Упражнения на тренировку суставно-мышечного аппарата ребенка. | 2 | 1 | 1 |
|  | Азбука классического танца. Экзерсиз у станка. Plie по всем позициям - Plie разогревает связки ног для нагрузок | 2 |  | 2 |
|  | Азбука классического танца. Экзерсиз у станка. Battements tendus- Battements tendusи Battements tendusjetes вырабатывает силу ног, развивает стопу | 2 |  | 2 |
|  | Азбука классического танца. Экзерсиз у станка. Ronds de jambe par terre (в конце комбинации port de bras)- Ronds de jambe par terre развивает вращательную способность тазобедренного сустава | 2 |  | 2 |
|  | Азбука классического танца. Экзерсиз у станка. Battementsfondus- Battementsfondus вырабатывает мягкость и эластичность, необходимую для прыжка | 2 |  | 2 |
|  | Азбука классического танца. Экзерсиз у станка. Battementsfondus - Battementsfondus вырабатывает мягкость и эластичность, необходимую для прыжка | 2 |  | 2 |
|  | Азбука классического танца. Экзерсиз у станка. Petitsbattementssurlecoup-de-pied (можно сочетать с вращениями у станка) - Petitsbattementssurlecoup-de-pied развивает стопу, улучшает общую координацию, точку баланса | 2 |  | 2 |
|  | Азбука классического танца. Экзерсиз у станка. Rondsdejambeenl’air - Rondsdejambeenl’air разрабатывает подвижность коленного сустава. | 2 |  | 2 |
|  | Азбука классического танца. Экзерсиз у станка. Plie по всем позициям - Plie разогревает связки ног для нагрузок | 2 |  | 2 |
|  | Азбука классического танца. Battements tendus- Battements tendusи Battements tendusjetes вырабатывает силу ног, развивает стопу | 2 |  | 2 |
|  | Азбука классического танца. Экзерсиз у станка. Ronds de jambe par terre (в конце комбинации port de bras)- Ronds de jambe par terre развивает вращательную способность тазобедренного сустава | 2 |  | 2 |
|  | Азбука классического танца. Экзерсиз у станка. Battementsfondus- Battementsfondus вырабатывает мягкость и эластичность, необходимую для прыжка | 2 |  | 2 |
|  | Азбука классического танца. Экзерсиз у станка. Battementsfondus - Battementsfondus вырабатывает мягкость и эластичность, необходимую для прыжка | 2 |  | 2 |
|  | Азбука классического танца. Экзерсиз у станка. Petitsbattementssurlecoup-de-pied (можно сочетать с вращениями у станка) - Petitsbattementssurlecoup-de-pied развивает стопу, улучшает общую координацию, точку баланса | 2 |  | 2 |
|  | Азбука классического танца. Экзерсиз у станка. Rondsdejambeenl’air - Rondsdejambeenl’air разрабатывает подвижность коленного сустава. | 2 |  | 2 |
|  | Азбука классического танца. Упражнения на тренировку суставно-мышечного аппарата | 2 |  | 2 |
|  | Азбука классического танца. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов. | 2 |  | 2 |
|  | Азбука классического танца. Упражнения на тренировку суставно-мышечного аппарата | 2 |  | 2 |
|  | Азбука классического танца. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов. | 2 |  | 2 |
|  | Азбука классического танца. Упражнения на тренировку суставно-мышечного аппарата | 2 |  | 2 |
|  | Музыкально-ритмические игры. Влияние музыкально-ритмических игр на воспитание художественного вкуса | 2 | 2 |  |
|  | Музыкально-ритмические игры. Игры на развитие координации движений | 2 | 1 | 1 |
|  | Музыкально-ритмические игры. Игра «Музыкальная шкатулка» | 2 | 1 | 1 |
|  | Музыкально-ритмические игры. Игра «Самолетики - вертолетики» | 2 |  | 2 |
|  | Музыкально-ритмические игры. Игра «Мыши и мышеловка» | 2 |  | 2 |
|  | Музыкально-ритмические игры. Игра «Подружимся – поссоримся» | 2 |  | 2 |
|  | Музыкально-ритмические игры. Формирование рисунка танца. | 2 |  | 2 |
|  | Музыкально-ритмические игры. Игра на развитие координации движений | 2 |  | 2 |
|  | Музыкально-ритмические игры. Игра «Музыкальная шкатулка» | 2 |  | 2 |
|  | Музыкально-ритмические игры. Игра «Самолетики - вертолетики» | 2 |  | 2 |
|  | Музыкально-ритмические игры. Игра «Мыши и мышеловка» | 2 |  | 2 |
|  | Музыкально-ритмические игры. Игра «Подружимся – поссоримся» | 2 |  | 2 |
|  | Музыкально-ритмические игры. Игра «Ворона и воробьи» (на быстроту реакции) | 2 |  | 2 |
|  | Постановки хореографической композиции. Процесс создания хореографического произведения. Демонстрация номера. | 2 | 1 | 1 |
|  | Постановки хореографической композиции Массовые и сольные композиции. Демонстрация движений, его музыкальная раскладка, особенности исполнения | 2 | 1 | 1 |
|  | Постановки хореографической композиции Демонстрация движений, его музыкальная раскладка, особенности исполнения | 2 | 1 | 1 |
|  | Постановки хореографической композиции Демонстрация движений, его музыкальная раскладка, особенности исполнения | 2 | 1 | 1 |
|  | Постановки хореографической композиции Демонстрация движений, его музыкальная раскладка, особенности исполнения | 2 | 1 | 1 |
|  | Постановки хореографической композиции Отработка и детальный разбор номера | 2 | 1 | 1 |
|  | Постановки хореографической композиции Отработка и детальный разбор номера | 2 | 1 | 1 |
|  | Постановки хореографической композиции Отработка и детальный разбор номера | 2 | 1 | 1 |
|  | Постановки хореографической композиции Отработка и детальный разбор номера | 2 | 1 | 1 |
|  | Постановки хореографической композиции Работа над синхронностью исполнения номера | 2 | 1 | 1 |
|  | Постановки хореографической композиции. Работа над синхронностью исполнения номера | 2 |  | 2 |
|  | Постановки хореографической композиции Работа над синхронностью исполнения номера | 2 |  | 2 |
|  | Постановки хореографической композиции. Работа над синхронностью исполнения номера, эмоциональной передачей | 2 |  | 2 |
|  | Постановки хореографической композиции. Работа над синхронностью исполнения номера, эмоциональной передачей | 2 |  | 2 |
|  | Постановки хореографической композиции. Работа над синхронностью исполнения номера, эмоциональной передачей | 2 |  | 2 |
|  | Постановки хореографической композиции. Работа над сложными элементами | 2 |  | 2 |
|  | Постановки хореографической композиции. Работа над сложными элементами | 2 |  | 2 |
|  | Постановки хореографической композиции. Работа над сложными элементами | 2 |  | 2 |
|  | Постановки хореографической композиции. Работа над сложными элементами | 2 |  | 2 |
|  | Постановки хореографической композиции. Работа над сложными элементами | 2 |  | 2 |
|  | Постановки хореографической композиции. Работа над синхронностью исполнения номера, эмоциональной передачей | 2 |  | 2 |
|  | Постановки хореографической композиции. Работа над синхронностью исполнения номера, эмоциональной передачей | 2 |  | 2 |
|  | Постановки хореографической композиции. Работа над синхронностью исполнения номера, эмоциональной передачей | 2 |  | 2 |
|  | Постановки хореографической композиции. Работа над синхронностью исполнения номера, эмоциональной передачей | 2 |  | 2 |
|  | Постановки хореографической композиции. Отработка техники исполнения движения (темп, ритм, повторяемость). | 2 |  | 2 |
|  | Промежуточная аттестация | 2 | 1 | 1 |

**Оценочный материал к Модулю 2**

**I (тестирование)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Вопрос | Варианты ответов | Правильный ответ |
|  | 1. По какому принципу выстраивается порядок исполнения движений классического экзерсиса у станка? | а) от простого к сложному;  б) по принципу чередования упражнений в быстром и медленном темпе;  в) по принципу чередования упражнений на целой стопе и на полупальцах; | а |
|  | Release – это…? | а) высвобождение, раскрытие;  б) сжатие;  в) расслабление;  г) растяжка. | а |
|  | 3. Международный день танца? | а) 30 декабря;  б) 29 апреля;  в) 28 мая. | б |
|  | Какие танцы мы называем историко-бытовыми? | а) Народные танцы прошлых веков;  б) Танцы, исполняемые на балах в светском обществе и в бытовой среде;  в) Ритуальные танцы;  г) Танцы, исполняемые на рыцарских турнирах. | б |
|  | Главное правило выполнения техники вращений: | а) устойчивость;  б) самовыражение;  в) «держать точку»; | в |
|  | Что значит «кульминация»? | а) развитие действия;  б) композиция танца;  в) наивысшая точка композиции;  г) композиционный план. | в |
|  | Повторяемость движений экзерсиса является доминирующим фактором при составлении комбинаций у станка? | а) да;  б) не всегда;  в) нет;  г) на усмотрение преподавателя. | б |
|  | В какой стране зародилось искусство пантомимы? | а) Греция;  б) Рим;  в) Китай;  г) Франция. | а |
|  | Как называется умение выполнять целенаправленные действия в результате сознательного многократного повторения одних и тех же задач? | а)  приём;  б) упражнение;  в)  исполнение;  г)  навык. | б |

**II (контрольные испытания)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Содержание контрольных упражнений | Результат |
|  | 1. Показать позиции рук и ног. | Отлично, хорошо, удовлетворительно |
|  | Показать движения ног (« крест»). | Отлично, хорошо, удовлетворительно |
|  | Показать «мостик». | Отлично, хорошо, удовлетворительно |
|  | Показать «колесо». | Отлично, хорошо, удовлетворительно |
|  | Показать «Коробочку» | Отлично, хорошо, удовлетворительно |
|  | Показать позиции ног(1,2,3,4,5) | Отлично, хорошо, удовлетворительно |
|  | Показать «Бабочку» | Отлично, хорошо, удовлетворительно |
|  | Показать «шпагат» (продольный и поперечный). | Отлично, хорошо, удовлетворительно |

**Рабочая программа**

**Модуль 3 «Базовый уровень»**

**Цель:** создание условий для развития творческой, одаренной личности через занятия танцами.

**Задачи:**

*Воспитательные:*

• Формирование общественной активности личности, гражданской позиции, навыков здорового образа жизни, культуры общения и поведения в социуме;

*Развивающие:*

• Воспитание настойчивости, целеустремленности, находчивости, внимательности, уверенности, воли, трудолюбия, коллективизма;

*Обучающие:*

• Повышение мастерства учащихся, развитие мотивации учащихся к выполнению хореографических заданий;

**Планируемые (ожидаемые) результаты:** По окончанию освоения модуля 2 «Базовый уровень» обучающиеся должны знать:

-знать основные правила и законы исполнения танцев;

-правильно и грамотно исполнять движения, комбинации.

-**уметь**:

- Хорошо исполнять танцевальные композиции;

- Пытаться самостоятельно составлять этюды;

- импровизировать, начинать движения и заканчивать их с окончание музыкального предложения.

**Содержание Модуля 3**

**1. Введение –2часа**

**Теория**: Вводное занятие. Знакомство с инструкциями по ТБ, ППБ, ПДД, правилами поведения в учреждении. Игра «Урок дорожной азбуки». Знакомство с целями и задачами объединения. Перспективы и требования. Выбор родительского комитета. Обсуждение и решение проблем: оформление и оборудование кабинета, подготовка костюмов.

**2.** **Ритмика и музыкальная грамота. Разминка –** **38 часов**

**Теория** – 2 часа. Восприятие и понимание основ танца и движения. Слушание музыки и определение ее характера. Значение музыки в хореографическом искусстве. Беседы об искусстве. Идея добра и зла, персонажи – носители идей спектаклей. Прослушивание музыкальных произведений.

**Практика:** Изучение комплекса упражнений, построенных на основе взаимосвязи движений и музыки. Танцевальная музыка: марши, польки, вальсы. Музыкальный размер. Сильная доля. Музыкальное прослушивание для создания ритмического и танцевального образа. Ходьба разного характера. Правила и логика построений из одних рисунков в другие. Танцевальные шаги в образах.

Упражнения, развивающие музыкальное чувство:

1.Элементы партерной гимнастики (выполняются лежа на спине, на животе и сидя на полу).

2.Упражнения для укрепления мышц спины, живота, выворотности ног.

3.Pas польки.

4.Галоп.

5.Ритмический бег.

6.Подскоки.

**Теория:** Разминка, подготовка к спортивной тренировке или растяжке.

**3.Музыкально-ритмические игры- 30ч.**

**Теория -2 часа.** Влияние музыкально-ритмических игр на воспитание творческой, всесторонне развитой личности, приобщение ребенка к миру прекрасного, воспитание художественного вкуса.

**Практика:** Игра **«Тик-так» и др.**

**4. Классический танец. Постановки, репетиции, концертная деятельность – 28 часов**

**Теория – 2 часа.** Классический танец. Основы классического танца. Правила постановки тела, понятия: «опорная нога», «работающая нога», «вытягивание пальцев ноги».

**Практика:** Упражнения на тренировку суставно-мышечного аппарата ребенка. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов. Правильная постановка отдельных частей: кисти, пальцев, локтя, плеча. Экзерсиз у станка

1.Plie по всем позициям - Plie разогревает связки ног для нагрузок

2.Battements tendus- Battements tendusи Battements tendusjetes вырабатывает силу ног, развивает стопу.

3.Ronds de jambe par terre (в конце комбинации port de bras)- Ronds de jambe par terre развивает вращательную способность тазобедренного сустава

4.Battementsfondus-Battementsfondus вырабатывает мягкость и эластичность, необходимую для прыжка

5.Battementsfondus-Battementsfondus вырабатывает мягкость и эластичность, необходимую для прыжка

6.Battementsfrappes и doublesfrappes - Battementsfrappes и doublesfrappes приучает мышцы действовать быстро и четко, контрастно (стакатто)

7.Petitsbattementssurlecoup-de-pied (можно сочетать с вращениями у станка) - Petitsbattementssurlecoup-de-pied развивает стопу, улучшает общую координацию, точку баланса

8.Rondsdejambeenl’air - Rondsdejambeenl’air разрабатывает подвижность коленного сустава

**5.Особенности спортивных танцев -2 часа**

**Теория – 2 часа.** [Парные танцы](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D0%B0%D1%80%D0%BD%D1%8B%D0%B9_%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B5%D1%86). Бальные танцы, их происхождение.

**Практика:** Изоляция

**6. Постановка хореографических композиций-40 часов**

**Теория -4 часов.**

**Трюк** - технический приём. Подготовка трюка, успешное выполнение.

**Практика: Колесо** - техника выполнения, боковая стойка, боковой наклон. Поочередный подъем ног, с опорой на одну руку, перемещение веса тела на противоположную сторону. Поочередность выполнения упражнения, возвращение в исходное положение.

**Кульбиты** - техника выполнения. Кульбит из положения стоя. Совершение переката через голову с касанием подбородка груди, коленей-плеча.

**Мостик -** техника выполнения: с помощью гимнастического шара, с опорой у стены.

**Промежуточная аттестация -2часа**

Тестирование- 1 час

Контрольные испытания -1 час

промежуточная аттестация (тестирование, контрольные испытания).

**Итоговое аттестация -2 часа**

Тестирование – 1 час

Контрольные испытания – 1 час

**Календарно-тематическое планирование Модуль 3**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Тема занятий | Количество  часов | | |
| Всего | Теория | Практика |
| **144** | **16** | **128** |
|  | Введение. Знакомство с инструкциями по ТБ, ППБ, ПДД, правилами поведения в учреждении | 2 | 2 |  |
|  | Ритмика и музыкальная грамота. Восприятие и понимание основ танца и движения. Слушание музыки и определение ее характера | 2 | 2 |  |
|  | Изучение комплекса упражнений, построенных на основе взаимосвязи движений и музыки. Восприятие и понимание основ танца и движения | 2 |  | 2 |
|  | Ритмика и музыкальная грамота. Танцевальная музыка: марши, польки, вальсы. | 2 |  | 2 |
|  | Музыкальное прослушивание, создание ритмического и танцевального образа | 2 |  | 2 |
|  | Танцевальные шаги в образах | 2 |  | 2 |
|  | Упражнения, развивающие музыкальное чувство. Элементы партерной гимнастики (выполнение лежа на спине, на животе и сидя на полу) | 2 |  | 2 |
|  | Упражнения для укрепления мышц спины, живота, выворотности ног | 2 |  | 2 |
|  | Ритмика и музыкальная грамота. Pas польки | 2 |  | 2 |
|  | Ритмика и музыкальная грамота. Ритмический бег | 2 |  | 2 |
|  | Ритмика и музыкальная грамота. Галоп | 2 |  | 2 |
|  | Ритмика и музыкальная грамота. Подскоки | 2 |  | 2 |
|  | Упражнения, развивающие музыкальное чувство. Элементы партерной гимнастики (выполнение лежа на спине, на животе и сидя на полу) | 2 |  | 2 |
|  | Упражнения для укрепления мышц спины, живота, выворотности ног | 2 |  | 2 |
|  | Танцевальные шаги в образах | 2 |  | 2 |
|  | Подскоки. Ритмический бег | 2 |  | 2 |
|  | Упражнения для укрепления мышц спины, живота, выворотности ног | 2 |  | 2 |
|  | Упражнения для укрепления мышц спины, живота, выворотности ног | 2 |  | 2 |
|  | Ритмика и музыкальная грамота | 2 |  | 2 |
|  | Изучение комплекса упражнений, построенных на основе взаимосвязи движений и музыки. Восприятие и понимание основ танца и движения | 2 |  | 2 |
|  | Музыкально-ритмические игры. Влияние музыкально-ритмических игр на воспитание творческой, всесторонне развитой личности, приобщение ребенка к миру прекрасного, воспитание художественного вкуса | 2 |  | 2 |
|  | Игры на развитие координации движений | 2 |  | 2 |
|  | Игра «Музыкальная шкатулка», Игра «Самолетики - вертолетики» | 2 |  | 2 |
|  | Игра «Мыши и мышеловка», Игра «Подружимся – поссоримся» | 2 |  | 2 |
|  | Формирование рисунка танца | 2 |  | 2 |
|  | Игра на развитие координации движений | 2 |  |  |
|  | Игра «Самолетики - вертолетики» | 2 |  | 2 |
|  | Игра «Мыши и мышеловка» | 2 |  | 2 |
|  | Игра «Подружимся – поссоримся» | 2 |  | 2 |
|  | Игра «Ворона и воробьи» (на быстроту реакции) | 2 |  | 2 |
|  | Игра на развитие координации движений | 2 |  | 2 |
|  | Классический танец. Основы классического танца | 2 |  | 2 |
|  | Игра на развитие координации движений | 2 |  | 2 |
|  | Упражнения на тренировку суставно-мышечного аппарата ребенка. Правила постановки тела, понятия: «опорная нога», «работающая нога», «вытягивание пальцев ноги» | 2 |  | 2 |
|  | Упражнения на тренировку суставно-мышечного аппарата | 2 |  | 2 |
|  | Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов | 2 |  | 2 |
|  | Правильная постановка отдельных частей: кисти, пальцев, локтя, плеча | 2 |  | 2 |
|  | Экзерсиз у станка.  Plie по всем позициям - Plie разогревает связки ног для нагрузок | 2 |  | 2 |
|  | Экзерсиз у станка.  Battements tendus- Battements tendusи Battements tendusjetes вырабатывает силу ног, развивает стопу | 2 |  | 2 |
|  | Экзерсиз у станка.  Ronds de jambe par terre (в конце комбинации port de bras)- Ronds de jambe par terre развивает вращательную способность тазобедренного сустава | 2 | 2 | 2 |
|  | Экзерсиз у станка.  Battementsfondus- Battementsfondus вырабатывает мягкость и эластичность, необходимую для прыжка | 2 |  | 2 |
|  | Экзерсиз у станка.  Petitsbattementssurlecoup-de-pied (можно сочетать с вращениями у станка) - Petitsbattementssurlecoup-de-pied развивает стопу, улучшает общую координацию, точку баланса | 2 |  | 2 |
|  | Экзерсиз у станка.  Rondsdejambeenl’air - Rondsdejambeenl’air разрабатывает подвижность коленного сустава | 2 |  | 2 |
|  | Упражнения на тренировку суставно-мышечного аппарата | 2 |  | 2 |
|  | Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов | 2 |  | 2 |
|  | Правильная постановка отдельных частей: кисти, пальцев, локтя, плеча | 2 |  | 2 |
|  | Особенности спортивных танцев. [Парные танцы](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D0%B0%D1%80%D0%BD%D1%8B%D0%B9_%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B5%D1%86). Бальные танцы, их происхождение | 2 |  | 2 |
|  | Трюковые занятия. Трюк - технический приём. Подготовка трюка | 2 | 2 | 2 |
|  | Трюк. Технический приём. Подготовка трюка, успешное выполнение | 2 |  | 2 |
|  | Колесо. Техника выполнения. | 2 |  | 2 |
|  | Техника выполнения трюка «Колесо», боковая стойка | 2 |  | 2 |
|  | Техника выполнения трюка «Колесо», боковой наклон | 2 |  | 2 |
|  | Техника выполнения трюка «Колесо», поочередный подъем ног, с опорой на одну руку | 2 |  | 2 |
|  | Техника выполнения трюка «Колесо», перемещение веса тела на противоположную сторону | 2 |  | 2 |
|  | Техника выполнения трюка «Колесо», поочередность выполнения упражнения, возвращение в исходное положение | 2 |  | 2 |
|  | Кульбиты - техника выполнения. Совершение переката через голову с касанием подбородка, груди, коленей-плеча | 2 | 2 |  |
|  | Кульбит из положения стоя | 2 |  | 2 |
|  | Совершение переката через голову с касанием подбородка | 2 |  | 2 |
|  | Мостик. Техника выполнения | 2 | 2 | 2 |
|  | Мостик.Техника выполнения с опорой у стены | 2 |  | 2 |
|  | Колесо. Техника выполнения | 2 | 2 | 2 |
|  | Техника выполнения трюка «Колесо», боковая стойка, боковой наклон | 2 |  | 2 |
|  | Техника выполнения трюка «Колесо», поочередный подъем ног, с опорой на одну руку | 2 |  | 2 |
|  | Техника выполнения трюка «Колесо», перемещение веса тела на противоположную сторону | 2 |  | 2 |
|  | Показательные выступления (выступление на мероприятиях различного уровня) | 2 |  | 2 |
|  | Концертная деятельность – участие в мероприятиях учреждения | 2 |  | 2 |
|  | Трюковые занятия. Повторение пройденного | 2 |  | 2 |
|  | Трюковые занятия. Повторение пройденного | 2 |  | 2 |
|  | Трюковые занятия. Повторение пройденного | 2 |  | 2 |
|  | Промежуточная аттестация | 2 | 1 | 1 |
|  | Итоговая аттестация | 2 | 1 | 1 |
|  | Показательные выступления (выступление на мероприятиях различного уровня) | 2 |  | 2 |

**Оценочные материалы промежуточной аттестации к Модулю 3**:

**I (тестирование)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Вопрос | Варианты ответов | Правильный ответ |
| 1. | Определи позиции ног: ступни, плотно прилегая, закрывают друг друга. Пятка одной ноги соприкасается с носком другой. | а) 2  б) 5  в) 6 | б) 5 |
| 2. | Какая позиция рук является подготовительной? | а) руки полукругом внизу;  б) руки полукругом впереди;  в) руки разведены в стороны. | а) руки полукругом внизу. |
| 3. | Общепринятое французское название для движения ног, которое по-русски обозначается словом «приседание» | а) Plie (Плие)  б) Battement tendu (Батман тандю)  в) Arabesques (Арабеск) | а) Plie (Плие) |
| 4. | Название приспособления, служащее опорой танцовщикам: | а) мяч;  б) станок;  в) скамейка. | б) станок. |
| 5. | Что значит термин батман? | а) группа движений работающей ноги;  б) группа движений работающей руки;  в) поворот. | а) группа движений работающей ноги; |
| 6. | 5. Что значит «шанэ»? | а) Цепной поворот, исполняемый сериями;  б) Поднимание ног;  в) постановка в позицию. | а) Цепной поворот, исполняемый сериями; |
| 7. | В каком году открылась первая в России профессиональная балетная школа «Собственная ее величества танцевальная школа», ныне «Академия русского балета» им. А. Я. Вагановой. | а) 1738  б) 1932  в) 2000 | а) 1738 |
| 8. | Главное правило выполнения техники вращений. | а) устойчивость;  б) «держать точку»;  в) самовыражение | б) «держать точку». |
| 9. | От чего зависит ритмический рисунок и темп танца? | а) От характера музыки  б) От инструментов, которые звучат в мелодии  в) От названия мелодии | а) от характера музыки |
| 10. | Что называется танцевальной связкой? | а) одно движение;  б) несколько одинаковых поворотов;  в) набор из нескольких движений. | в) набор из нескольких движений. |

**II (контрольный испытания)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Содержание контрольных упражнений | Результат |
| 1. | Показать основные позиции ног | Отлично, хорошо, удовлетворительно |
| 2. | Показать поворот с удержанием точки | Отлично, хорошо, удовлетворительно |
| 3. | Показать основные положения рук | Отлично, хорошо, удовлетворительно |
| 4. | Показать «берёзку» | Отлично, хорошо, удовлетворительно |
| 5. | Показать «мостик» с положения стоя | Отлично, хорошо, удовлетворительно |
| 6. | Показать «Лягушку». | Отлично, хорошо, удовлетворительно |
| 7. | Показать «Коробочку» | Отлично, хорошо, удовлетворительно |
| 8. | Показать продольный шпагат | Отлично, хорошо, удовлетворительно |
| 9. | Показать поперечный шпагат | Отлично, хорошо, удовлетворительно |
| 10. | Показать изучаемый танец | Отлично, хорошо, удовлетворительно |

**Оценочные материалы** **итоговой аттестации**

**I-я часть (тестирование)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Вопрос | Варианты ответов | Правильный ответ |
| 1. | Определи позиции ног: ступни, плотно прилегая, закрывают друг друга. Пятка одной ноги соприкасается с носком другой. | а) 2  б) 5  в) 6 | б) 5 |
| 2. | Какая позиция рук является подготовительной? | а) руки полукругом внизу;  б) руки полукругом впереди;  в) руки разведены в стороны. | а) руки полукругом внизу. |
| 3. | Общепринятое французское название для движения ног, которое по-русски обозначается словом «приседание» | а) Plie (Плие)  б) Battement tendu (Батман тандю)  в) Arabesques (Арабеск) | а) Plie (Плие) |
| 4. | Название приспособления, служащее опорой танцовщикам: | а) мяч;  б) станок;  в) скамейка. | б) станок. |
| 5. | Что значит термин батман? | а) группа движений работающей ноги;  б) группа движений работающей руки;  в) поворот. | а) группа движений работающей ноги; |
| 6. | 5. Что значит «шанэ»? | а) цепной поворот, исполняемый сериями;  б) поднимание ног;  в) постановка в позицию. | а) цепной поворот, исполняемый сериями; |
| 7. | В каком году открылась первая в России профессиональная балетная школа «Собственная ее величества танцевальная школа», ныне «Академия русского балета» им. А. Я. Вагановой. | а) 1738  б) 1932  в) 2000 | а) 1738 |
| 8. | Главное правило выполнения техники вращений. | а) устойчивость;  б) «держать точку»;  в) самовыражение | б) «держать точку». |
| 9. | От чего зависит ритмический рисунок и темп танца? | а) от характера музыки  б) от инструментов, которые звучат в мелодии  в) от названия мелодии | а) от характера музыки |
| 10. | Что называется танцевальной связкой? | а) одно движение;  б) несколько одинаковых поворотов;  в) набор из нескольких движений. | в) набор из нескольких движений. |

**II (контрольные испытания)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Содержание контрольных упражнений | Результат |
| 1. | Показать основные позиции ног | Отлично, хорошо, удовлетворительно |
| 2. | Показать поворот с удержанием точки | Отлично, хорошо, удовлетворительно |
| 3. | Показать основные положения рук | Отлично, хорошо, удовлетворительно |
| 4. | Показать «берёзку» | Отлично, хорошо, удовлетворительно |
| 5. | Показать «мостик» с положения стоя | Отлично, хорошо, удовлетворительно |
| 6. | Показать «Лягушку». | Отлично, хорошо, удовлетворительно |
| 7. | Показать «Коробочку» | Отлично, хорошо, удовлетворительно |
| 8. | Показать продольный шпагат | Отлично, хорошо, удовлетворительно |
| 9. | Показать поперечный шпагат | Отлично, хорошо, удовлетворительно |
| 10. | Показать изучаемый танец | Отлично, хорошо, удовлетворительно |

**Методические материалы**

**Танцевальный этюд «Маленькая полька»**

Описание. Участники разделены на тройки; по краям - девочки, в центре - мальчики. Девочки придерживают руками юбочки, свободные руки соединяют за спиной мальчика, а мальчик кладёт руки на талию девочек.

Фигура 1

Такт 1. Выставить на носок правую ногу, затем приставить к левой ноге.

Такт 2. Выставить на носок левую ногу, затем приставить к правой ноге.

Такт 3-4 . Два шага польки по кругу, начиная с правой ноги.

Такт 5-8 . Повторить движение тактов 1-4.

Такт 9-12. Из троек образовать маленькие кружочки, выполнить шесть движений бокового галопа вправо (против часовой стрелки0 и перейти на Такт 12 (правой, левой, правой ногой).

Такт 13-16 выполнить шесть движений бокового галопа по маленьким кружочкам и перетоп на такте 16.

Фигура 2 (музыка повторяется сначала).

Такт 1--2 . Танцоры перестраиваются; встают друг за другом в тройках лицом к центру круга, положив руки друг другу на плечи (у ведущего руки на поясе)

Выполняют движения тактов 1--2 к центру круга.

Такт 3--4 . Два шага польки по направлению к центру круга.

Такт 5--6 . Быстро поворачиваются в тройках спиной к центру круга через правое плечо, снова положив руки друг другу на плечи

(меняется ведущий ) и выставляют ноги на носок .

Такт 7--8 . Выполняют два шага польки по направлению от центра круга.

Такт 9--12 . В маленьких кружочках выполняют шесть галопа вправо и притоп.

Такт 13--16 . Движение бокового галопа по кружочкам влево и притоп.

**Танцевальные этюды:**

- «Кошка»

Стоя на четвереньках, прогибаем спину вниз- добрая кошка, вверх- злая кошка.

-«Дельфин»

Лёжа на животе, руки в опоре перед грудью, выныривают дельфины- прогибаем спину, руки выпрямляем.

- «Качели»

Лёжа на животе, поочередно ноги вверх- руки вниз, руки вверх- ноги вниз.

- «Корзинка»

Лёжа на животе прогибаем спину назад, ноги согнуты, нужно достать головой до ног.

- «Колечко»

Лёжа на животе, ноги согнуть в коленях, обхватить ноги руками, прогнуть спину.

-«Берёзка»

Лёжа на спине, поднимаем ноги вверх, вытягиваем их, руки держат спину.

Применяемые **методы и формы** работы с обучающимися:

**Образовательные методы**:

­ словесный (рассказ, объяснение, лекция, беседа, анализ и обсуждение своих действий и действий соперника и др.);

­ наглядность упражнений (показ упражнений и др.);

­ методы практических упражнений

­ метод контроля: врачебный, самоконтроль, контроль успеваемости и качества усвоения программы, динамики показателей физического и личностного развития;

­ метод самореализации через участие в соревнованиях, турнирах.

**Методы организации занятий:**

­ фронтальный;

­ групповой;

­ индивидуальный.

**Педагогический контроль.**

Педагогический контрольосуществляется для проверки и оценки уровня физической подготовки, приобретенных навыков и освоения умений и тактик индивидуального действия воспитанников, через систему контрольных тренировок, тестов, показательных выступлений, спортивных соревнований, а также сдачи квалификационных экзаменов (очередной аттестации) на соответствующий уровень подготовленности обучающихся

**Подходы к образовательному процессу основаны на педагогических принципах обучения и воспитания.**

1. Принцип добровольности (зачисление ребёнка в группу возможно только по его желанию).

2. Принцип адекватности (учёт возрастных особенностей детей и связанное с этим формирование разновозрастных и разноуровневых учебных групп обучающихся).

3. Принцип системности и последовательности в освоении знаний и умений.

4. Принцип доступности (весь предлагаемый материал должен быть доступен пониманию ребёнка).

5. Принцип обратной связи (педагога интересуют впечатления детей от занятия).

6. Принцип ориентации на успех.

7. Принцип взаимоуважения.

8. Принцип индивидуально-личностной ориентации воспитания (индивидуальный подход, система поощрений, опора на семью).

9. Принцип связи обучения с жизнью.

10. Принцип сознательности, творческой активности и самостоятельности учащихся.

11. Принцип научности содержания и методов образовательного процесса.

12. Принцип опоры на интерес (все занятия интересны ребёнку).

1. Игра «Музыкальная шкатулка»

Описание: дети стоят спиной в круг, в центре круга – один из детей, у которого в руках музыкальный инструмент. По указанию преподавателя он начинает играть на инструменте, а остальные дети слушают его. Затем определяют, что за инструмент прозвучал. Кто угадал, становится в круг, преподаватель дает ему новый инструмент и игра продолжается заново.

Игра развивает: музыкальный слух, чувство ритма, быстроту мышления.

2) «Самолетики - вертолетики»

Описание: дети делятся на две команды с одноименными игре названиями. Каждой команде определяется свой музыкальный фрагмент, и когда музыка той или иной команды звучит, они начинают хаотично двигаться по залу и по окончании должны вернуться на исходное место и выполнить задания преподавателя. Например, прыжки на месте, полуприседания, исполнить хлопки или притопы. Если звучит музыка другой команды, то команда, чья музыка не звучит, стоит на месте (на «аэродроме»).

Игра развивает: умение владеть танцевальной площадкой, быстроту движений, реакцию, музыкальный слух, память.

3) «Мыши и мышеловка»

Описание: дети становятся в один общий круг, держась за руки. Далее по команде преподавателя они производят расчет на «первый», «второй» (для определения, кто будет являться «мышками», а кто – «мышеловкой»). Далее все участники, являющиеся «первыми», делают шаг в круг и смыкают его, взяв друг друга за руки, образовывая замкнутую «мышеловку». А «вторые», то есть «мышки» становятся за пределы «мышеловки. Звучит музыка. На вступление «мыши» еще не двигаются и только потом, когда зазвучит основная мелодия, «мыши» пробегают посередине «мышеловки» и проскакивают в воротца, которые образуют игроки «мышеловки», подняв сцепленные руки вверх. Как только музыка обрывается, игроки «мышеловки» опускают руки. Оставшиеся «мышки» внутри, считаются пойманными. Они становятся в общий круг, присоединяясь к «мышеловке». Игра продолжается. Можно провести игру 3-4 раза. А затем поменять игроков местами. «Вторые» становятся «мышеловкой», а «первые» - «мышками».

Игра развивает: координацию движений, умение ориентироваться в пространстве, формировать рисунок танца – круг, коллективную работу, музыкальность.

4)«Подружимся – поссоримся»

Описание: дети стоят лицом в круг на расстояние вытянутой руки. Под музыкальное сопровождение первый обучающийся протягивает правую  руку второму обучающемуся. Второй кладет левую руку в «замок» и протягивает правую руку третьему обучающемуся. И так по очереди все обучающиеся образовывают круг. Затем вместе машут руками, не отпуская рук до конца музыкальной фразы. На начало новой музыкальной части первый обучающийся закрывает правую руку на пояс, потом второй обучающийся закрывает сначала левую руку, затем правую руку. И схема продолжается пока все дети не закроют руки на пояс. До конца музыкальной фразы танцуют корпусом вправо – влево, держа руки на поясе.

В зависимости от музыкального сопровождения работа рук может быть в различных темпах (на такт, на разные доли такта и т. д). По аналогии может быть игра « Каблучок». Нога открывается на каблук, затем закрывается с притопом в исходную позицию.

Разминка, подготовка к спортивной тренировке или растяжке.

1. Ножки на ширине плеч, ручки на талии. Голова поочередно наклоняется влево, вправо, вперед, назад.

2. Голова ребенка как бы рисует полукруг от левого плеча к правому и от правого к левому.

3. Ножки на ширине плеч, руки параллельно полу. «Рисовать» круги руками сначала вперед, потом назад. Можно изобразить мельницу: одна рука по кругу вниз, вторая по кругу вниз. Одна рука по кругу вверх, вторая рука по кругу вверх.

4. Ножки на ширине плеч, ручки на талии. Ребенок делает повороты туловища вправо и влево.

5. То же исходное положение. Наклоны поочередно влево и вправо, вперед и назад.

6. Исходное положение все такое же. Поочередно поднимать согнутые в коленке ноги.

7. Из этого же исходного положения совершать махи ровными ногами: правой ногой вправо, левой — влево.

8. Последнее, завершающее упражнение. Ноги на ширине плеч, руки подняты над головой. Вдох. Руки опускаем, наклонившись вперед всем туловищем. Выдох. Так несколько раз, пока дыхание нормализуется.

Разминка, разогрев стоп: - танцевальный шаг с носочка по кругу, затем переход на пяточки; с ребра стопы на внешнюю часть стопы, и медленный перекат на внутреннюю часть стопы (эти упражнения помогают предупредить деформацию стоп – плоскостопие). Выполнение движений в размере круга, продолжение разминки: - выполнение движения «ножницы», ноги поднимаются в подскоке перед собой вверх на 30-45%; - затем переход на бег по кругу с высоким подниманием голени ног вперед; - «русский бег», сгибание ноги поочередно назад в подскоке; - выполнение шага на полупальцах поочередно, переходя на пятки; - восстановление дыхания: шаг по кругу с подниманием рук на

Игра **«Тик-так»** Участники игры встают в круг, по считалке выбирают кошку и мышку. Мышка становится в центре круга, а кошка выходит из круга, дети в кругу держатся за руки.

Кошка: Тук-тук!

Дети: Кто там?

Кошка: Это я, Кошка!

Дети: Что тебе нужно?

Кошка: Мышку повидать!

Дети: Во сколько часов?

Кошка: В (от 1 до 12) часов!

Дети поворачиваются по/против линии танца, ритмично топают, приговаривая:

-Один час, тик-так!

-Два часа, тик-так! и т.д., на цифре, названной Кошкой, дети останавливаются и поднимают руки. Кошка забегает в «норку» и догоняет Мышку.

**«Изоляция**»

1.Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, sundari. Исполнение движения вперёд- назад и из стороны в сторону, диагонально, крестом и квадратом.

2.Плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмёрка», твист, шейк.

3.Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперёд-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты. Начинать кресты и квадраты с разных точек.

4. Пелвис: крест, квадрат, круги, полукруги, «восьмёрка» shimmi, Ielly roll.

5.Движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции и их варианты.

6.Ноги: движения изолированных ареалов (стопа, голеностоп). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение. Исполнение всех движений как по параллельным, так и по выворотным позициям. Ротация бедра, исполнение движений выворотной и не выворотной ногой.

**Подвижная игра «Мыши и мышеловка»**

Играющие делятся на две неравные группы. Меньшая (примерно треть играющих) образует круг — мышеловку. Остальные изображают мышей и находятся вне круга.

Дети, изображающие мышеловку, берутся за руки и начинают ходить по кругу то влево, то вправо, приговаривая:

«Ах, как мыши надоели,

Развелось их просто страсть.

Все погрызли, все поели,

Всюду лезут – вот напасть.

Берегитесь же, плутовки.

Доберемся мы до вас.

Вот поставим мышеловки,

Переловим всех за раз!»

По окончании стихотворения дети останавливаются и поднимают сцепленные руки вверх. Мыши вбегают в мышеловку и тут же выбегают с другой стороны. По сигналу: «Хлоп!» дети, стоящие по кругу, опускают руки и приседают — мышеловка захлопнута. Мыши, не успевшие выбежать из круга, считаются пойманными. Они тоже становятся в круг (и размер мышеловки увеличивается). Когда большая часть мышей будет поймана, дети меняются ролями, и игра возобновляется.

В конце игры отмечает наиболее ловкие мыши, которые ни разу не остались в мышеловке.

**Правила игры «Вороны и Воробьи»**

Для игры требуется две команды, потребуются два вида разных предметов - например, мячики и кубики. Предметы раскладываются по разные стороны от команд. Игроки по командам водящего-взрослого выполняют несложные задания (приседают, наклоняются, поднимают руку или ногу). Водящий может неожиданно произнести слово «воробьи» (тогда все бегут и хватают по мячику) или «вороны» (тогда все должны схватить по кубику). За каждый принесённый правильный предмет команда получает по очку. Побеждает та команда, которая по итогам нескольких раундов заработает большее число очков.

**«Колесо»-**техника выполнения трюка. Отработка его в различных вариациях и с усложнением техники.

* Колесо возле стены (отлично выпрямляет ноги).
* Колесо с упором на одну руку.
* Колесо на различных поверхностях - ладони не должны вращаться на поверхности и менять своего положения во время всего элемента.
* Колесо с разворотом или **кульбит** - выполнение номера не из боковой стойки, а из прямой, разворот корпуса в противоположную сторону. Начало трюка «Колесо» вперед лицом, завершение его вперед затылком.

**«Мостик»**

* Разминка — разогрев шеи, спины, паха. Подводящие упражнения — садимся на ноги так, чтобы одна была согнута, а другая прямая так, чтобы верхняя часть ноги касалась икры, угол должен быть 130 — 140 градусов, плавный переход из стороны в сторону.
* Усложнение упражнения - перекаты с поворотом корпуса. Посидеть 15 секунд на одной ноге, потом — на другую. Не нужно боятся боли, это растягиваются мышцы.
* Сначала садимся, выпрямляем ноги и натягиваем носки, наклоняемся руками к ногам. Это нужно для того, чтобы спина была более растянутой.
* Потом ложимся на спину и поднимаем одновременно руки и ноги, держим так 10 — 15 секунд. Это упражнение поможет накачать спину.
* Ложимся на спину, поднимаем одновременно руки и ноги, держим так 10 — 15 секунд. Это упражнение поможет накачать спину.

Занятия детей в хореографическом коллективе являются

прекрасным средством их воспитания, так как: занятия организуют и воспитывают детей, расширяют их художественно-эстетический кругозор, приучают к аккуратности, подтянутости. Воспитание должно проходить так, чтобы ребенок чувствовал себя искателем и открывателем знаний.

**- *Метод практического обучения***, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения. В основе лежит следующий способ организации занятия: словесный, наглядный, практический;

**- *Метод использования слова*.** С его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, танцевальной терминологии, исторические справки;

**- *Метод слушания музыки,***где происходит переживание интонаций в образных представлениях, дается характеристика музыкальных произведений;

**- *Метод наглядного восприятия*,** который способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы. Используются видео с выступлениями известных танцевальных коллективов, балетных спектаклей, фото выдающихся деятелей культуры и искусства;

Широко используется ***игровой метод***обучения с учетом возраста детей (6-10 лет). Наряду с тренировочными движениями, включаются изобразительные и выразительные, близкие детям и способные настроить их на исполнительскую деятельность. Движения сравниваются с движениями животных, птиц, сказочных персонажей.

**Организационно-педагогические условия**

**Материально-техническое обеспечение**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Средства обучения** | **Кол-во единиц на группу** | **Степень использования в %** |
| Скакалка | 10 | 100% |
| Гимнастический коврик | 20 | 100% |
| Музыкальный центр | 1 | 100% |

**Кадровое обеспечение.** Руководитель кружка – педагог дополнительного образования, который имеет высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю детского объединения без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу работу.

**Список литературы.**

1. 1.Балетмейстер и коллектив: учебное пособие.-3-е изд. / Л.В. Бухвостова, Н.И. Заикин, С.А. Щекотихина - Орел: ООО «Горизонт», 2014.-250 с
2. Методика преподавания движений русского танца: учебное пособие для бакалавров/ И.В. Степанченко. – Орел: Орловский государственный институт искусств и культуры, 2014.-210с.
3. Русский народный танец/ Орел: Орловский государственный институт искусств и культуры, 2014. Ч.1 Хороводы/ Н.И. Заикин, Н.А. Заикина. – 95 с., илл.
4. Русский народный танец/ Орел: Орловский государственный институт искусств и культуры, 2014 Ч.4: Танцевальное искусство Свердловской области/ Н.И. Заикин, Т.В. Шашкова. – 119с., илл.