

Муниципальное автономное учреждение  
дополнительного образования  
«Центр развития творчества детей и юношества»  
муниципального образования Кандалакшский район

Утверждена приказом директора  
МАУ ДО ЦРТДиЮ  
от 18 марта 2025 года №30-А

/Е.С. Соколова



Возраст обучающихся: 9 – 15 лет  
Срок реализации программы: 3 года

Составитель:  
педагог дополнительного образования  
Ансифорова Валерия Андреевна

г.п. Зеленоборский  
2025 год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа **«Народно-сценический танец» художественной направленности** составлена на основе:

- дополнительной общеразвивающей программы по учебному предмету «Основы хореографии»;
- дополнительной общеразвивающей программы по учебному предмету «Основы актерского мастерства», автор программы Малахова Е.Л.;
- образовательной программы дополнительного образования детей «Современные народные танцы», автор программы Козлова Анна Алексеевна.

Программа разработана с учетом:

- Федерального Закона Российской Федерации от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
- постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»»;
- письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».

**Новизна программы** заключается в том, что увлечение народным танцем знакомит детей с сокровищницей народного творчества, прививает любовь к Родине, своему народу и его культурным ценностям.

**Актуальность программы** состоит в том, что изучение народно-сценического танца развивает художественную одарённость детей, помогает усвоению технических особенностей танца, его выразительной национальной манеры, расширяет кругозор, ориентирует на мотивацию познавательной

деятельности. Занятия по программе развивают физические данные детей, укрепляют мышцы и увеличивают подвижность суставно-связочного аппарата, формируют основы правильной постановки корпуса, координацию и танцевальность.

**Педагогическая целесообразность** обусловлена важностью художественного образования, использования познавательных и воспитательных возможностей хореографических занятий, формирующих у обучающихся творческие способности.

В процессе обучения продолжают развиваться физические данные обучающихся, формироваться необходимые технические навыки, накапливаться определенный запас лексики, появляются новые знания об исторических танцах. Хореография хороша тем, что требует форсированных нагрузок. Она очень хорошо развивает координацию движений, помогает выработать хорошую осанку и красивую походку, развивает дыхательную систему.

**Цель программы:** развитие гармоничной личности обучающегося в процессе изучения хореографии.

В результате изучения курса программы реализуются следующие **задачи:**

*Обучающие:*

- знакомство с партерной гимнастикой;
- обучение ритмическим упражнениям;
- изучение основ русского танца и танцев народов мира;
- изучение основ современного танца и синтеза народного и современного танца (фолк);
- формирование необходимых исполнительских знаний, умений и навыков.

*Развивающие:*

- развитие физических качеств (силы, выносливости, ловкости);
- развитие танцевальных данных (выворотности, гибкости, прыжка, шага, устойчивости, координации);
- развитие ритмичности, музыкальности, артистичности и эмоциональной выразительности;
- развитие творческих способностей обучающихся;
- развитие умений коллективной и творческой деятельности.

*Воспитательные:*

- формирование эстетического вкуса;

– воспитание внимания, дисциплинированности, умения вести себя в разных ситуациях (на занятиях, репетициях, на сцене).

**Отличительные особенности.** Акцентом программы является углубленное изучение основ народного танца, наряду с развитием артистичности и подготовки к публичным выступлениям.

**Возраст детей, участвующих в реализации программы.** Программа рассчитана для детей (девочек и мальчиков) 9 – 15 лет.

**Сроки реализации программы.**

Программа реализуется 3 года, общее количество часов – 648 часов (216 часов в год).

**Количество обучающихся в группе.**

Первый год обучения: предельная наполняемость группы - 15 человек, минимальная – 12 человек.

Второй год обучения: предельная наполняемость группы - 12 человек, минимальная – 10 человек.

Третий год обучения: наполняемость группы - 10 человек.

**Формы обучения.**

Форма обучения – очная.

Форма и тип организации деятельности учащихся – групповая, индивидуальная.

Виды занятий:

- практические занятия (*выполнение упражнений, игры, выступления*);
- теоретические занятия (*объяснение, беседа, рассказ, показ видеоматериалов*).

**Режим занятий.**

Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 академических часа с перерывом 10 минут. Продолжительность академического часа – 45 минут.

**Уровень сложности программы.**

Уровень сложности программы – базовый, так как программа предполагает наличие первоначальных знаний основ хореографии и развитие более глубоких знаний и навыков в этом виде искусства.

**Условия реализации программы.**

На программу могут зачисляться обучающиеся в возрасте 9-12 лет. Зачисление в группы проходит по предварительному просмотру. Дети могут зачисляться по окончании программы «Сценический танец для детей», а также после окончания других хореографических объединений.

После обучения по программе дети смогут заниматься по хореографической программе базового уровня «Историко-бытовой танец».

Занятия проводятся в хореографическом классе.

На занятия дети приходят в специальной форме (девочки – на выбор: гимнастический купальник, комплект юбочка-футболка, футболка-лосины, мальчики – футболка-шорты) и в сменной обуви.

### **Ожидаемые результаты:**

#### *Предметные результаты:*

Обучающиеся по окончании первого года обучения *будут знать:*

- правила техники безопасности на занятиях;
- понятие такт и затакт;
- правила коллективной и самостоятельной творческой деятельности;
- анатомические и физиологические основы растяжки;
- основные ошибки и травмы при растяжке;
- физиологические основы координации и равновесия;
- правила работы у станка и в центре зала;
- основы русско-народного танца.

По окончании первого года обучения обучающиеся *будут уметь:*

- исполнять различные комбинации на ритм и координацию;
- соотносить свои движения с услышанной музыкой;
- создавать простые музыкально-двигательные образы и сюжетно-тематические картины;
- анализировать работу коллектива и каждого обучающегося;
- взаимодействовать в коллективе;
- самовыражаться в творческом процессе;
- самостоятельно исполнять упражнения у станка и на середине зала;
- выполнять основные движения, применяемые в русском народном танце;
- сопоставлять, сравнивать, анализировать и творчески подходить к выполнению задач и упражнений.

Обучающиеся по окончании второго года обучения *будут знать:*

- региональные особенности (географическое положение, быт, условия труда, вероисповедания, традиционных праздников, обычаев) различных стран мира;
- правила безопасности на уроках акробатики;
- основы акробатики.

По окончании второго года обучения обучающиеся *будут уметь:*

- исполнять орнаментальные и игровые хороводы;
- исполнять танцы в испанском и итальянском характере;
- исполнять этюды в стиле цыганского танца;

- исполнять основные движения и этюд в характере татарского танца;
- исполнять лирические этюды на базе русской лексики.
- исполнять основные акробатические элементы: кувырки, мостик, колесо.

Обучающиеся по окончании третьего года обучения *будут знать*:

- краткую историю современного танца – зарубежное развитие;
- классификацию основных направлений современного танца в России;
- история развития современного танца в России;
- основные элементы современного танца;
- историю развития современного танца в России; Принципы стилизации танца.

По окончании третьего года обучения обучающиеся *будут уметь*:

- исполнять усложненные акробатические элементы;
- исполнять элементы баланса;
- исполнять основные элементы современного танца: roll down/up и flat back, swing;
- работа с принципами «wave» и «hook»;
- исполнять танцевальные этюды на основе современного, эстрадного и русского танца;
- исполнять танцевальные этюды в характере белорусского, латышского и армянского танца;
- исполнять танцевальные этюды в характере болгарского и немецкого танцев.

*Метапредметные результаты:*

- развитие гибкости, пластики, артистизма, музыкального слуха, творческого воображения, физической выносливости.

*Личностные результаты:*

- понимание ценности хореографического искусства в жизни человека и общества;
- приобщение к искусству танца;
- воспитание чувства ответственности, организованности, активности, внимания;
- коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками в коллективе;
- владение основами самоконтроля, самооценки.

### Способы определения результативности обучения.

Выступления, участие в концертных программах, фестивалях, конкурсах, отчетных мероприятиях («Зимний бал», фестиваль детского творчества «Созвездие» и т.п.).

### Формы подведение итогов реализации программы.

Тестирование в конце учебного года в соответствии с приложением № 1 – первый год обучения, № 2 и 3 – второй и третий год обучения соответственно. Лист диагностики, заполняемый по результатам итогового тестирования и прохождения практической части указан в приложении №4 и подходит для каждого года обучения.

### Сведения о документе, предоставляемом по результатам освоения образовательной программы.

При успешном завершении обучения обучающемуся выдается свидетельство установленного образца по заявлению родителя несовершеннолетнего обучающегося (законного представителя).

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

### Первый год обучения

№ п/п	Тема	Кол-во часов			Формы контроля
		Теор.	Практ.	Всего	
1.	Вводное занятие	2	2	<b>4</b>	Опрос
2.	Ритм и координация	2	22	<b>24</b>	Опрос. Индивидуальный и групповой показ.
3.	Тренаж	6	44	<b>50</b>	Опрос. Индивидуальный и групповой показ. Зачет
4.	Особенности народного танца. Русский танец	4	86	<b>90</b>	Опрос. Индивидуальный и групповой показ. Открытое занятие
5.	Постановочно-репетиционная работа	-	46	<b>46</b>	Индивидуальный и групповой показ. Выступление
6.	Итоговое занятие	2	-	<b>2</b>	Тестирование
	Итого:	<b>16</b>	<b>200</b>	<b>216</b>	

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ПЕРВОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

### **1. Вводное занятие – 4 часа.**

#### *Теоретические занятия – 2 часа*

Введение в курс программы. Задачи и цели на учебный год. Правила поведения и техники безопасности на занятиях.

#### *Практические занятия – 2 часа*

Определение умения двигаться под музыку, выполнять упражнения, определение физических данных детей.

### **2. Ритм и координация – 24 часа.**

#### *Теоретические занятия – 2 часа*

Разбор понятий такт и затакт, разбор музыкальных примеров.

#### *Практические занятия – 22 часа*

Ритм и координация: схема в руках и цикличная работа ног; касания руками тела, прыжки в ногах, добавление вращения; схема в руках, циклические прожимания через полупальцы в ногах, добавление шагов; пауза в движении; разучивание «Танца с колокольчиками».

### **3. Тренаж – 50 часов.**

#### *Теоретические занятия – 6 часов*

Анатомические и физиологические основы растяжки. Развитие выворотности и гибкости. Основные ошибки и травмы при растяжке. Физиологические основы координации и равновесия.

#### *Практические занятия – 44 часа*

Развитие данных: упражнения на развитие гибкости и растяжку плечевого пояса и подвижности суставов. Упражнения на развитие эластичности мышц. Упражнения на развитие и укрепление стопы. Упражнения на постановку шага и выворотности. Упражнения для исправления осанки. Растяжка – продольный шпагат. Растяжка – поперечный шпагат. Силовая подготовка.

Упражнения и разучивание комбинаций на координацию и равновесие.

### **4. Особенности народного танца. Русский танец – 90 часов.**

#### *Теоретические занятия – 4 часа*

История народного танца: Основные движения народного танца (постановка позиции рук, ног, положение головы и корпуса в народно-сценическом танце), поклоны мужские и женские.



*Практические занятия – 86 часов*

Экзерсис у станка (лицом к станку): demi plié и grand plié, battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe par terre, подготовка к веревочке, adagio, grand battment jete, подготовка к прыжкам, подготовка к присядке.

Экзерсис на середине зала: поклон, проработка позиций рук, demi и grand plié, шаги, проходки, постановка хлопков, подготовка к хлопушкам, прыжки на середине, присядочные комбинации на середине, переступания на месте с прыжками, проучивание «топотушек», одинарной и двойной дроби, вращения.

**5. Постановочно-репетиционная работа – 46 часов.**

*Практические занятия – 46 часов*

Постановка композиции танца. Соединение ранее изученных движений в танцевальные композиции. Танцевальные этюды. Развитие исполнительского мастерства и артистизма. Работа над эмоциональной выразительностью во время исполнения танца. Отработка сольных, парных движений в группах и коллективом.

Отработка композиций танца. Повышение уровня исполнительского мастерства. Работа над четкостью исполнения движений. Работа над синхронностью исполнения движений.

**6. Итоговое занятие – 2 часа.**

*Теоретическое занятие – 2 часа*

Тестирование в соответствии с контролирующими материалами.

**Второй год обучения**

№ п/п	Тема	Кол-во часов			Формы контроля/аттестации
		Теор.	Практ.	Всего	
1.	Вводное занятие	2	2	<b>4</b>	Опрос
2.	Русский народный танец	-	38	<b>38</b>	Индивидуальный и групповой показ. Открытое занятие
3.	Танцы народов мира	4	52	<b>56</b>	Опрос. Индивидуальный и групповой показ. Открытое занятие
4.	Акробатические элементы	2	60	<b>62</b>	Опрос. Индивидуальный и групповой показ. Зачет
5.	Постановочно-репетиционная работа	-	54	<b>54</b>	Наблюдение. Выступление

6.	Итоговое занятие	2	-	2	Тестирование
	Итого:	10	206	216	

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ВТОРОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

### 1. Вводное занятие – 4 часа.

*Теоретические занятия – 2 часа*

Введение в курс программы. Задачи и цели на учебный год. Правила поведения и техники безопасности на занятиях.

*Практические занятия – 2 часа*

Повторение пройденного материала за первый год обучения.

### 2. Русский народный танец – 38 часов.

*Практические занятия – 38 часов*

Экзерсис у станка (боком к станку): demi plié и grand plié, battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe par terre, battement fondu, подготовка к веревочке, каблучные упражнения, adagio, grand battment jete.

Упражнения по диагоналям: проходки, бег, подскоки, прыжки, присядочные элементы, вращения.

Орнаментальные и игровые хороводы

### 3. Танцы народов мира – 56 часов.

*Теоретические занятия – 4 часа*

Изучение региональных особенностей (географическое положение, быт, условия труда, вероисповедания, традиционных праздников, обычаев) различных стран мира.

*Практические занятия – 52 часа*

Испанский и итальянский танец: Основы испанского танца в экзерсисе. Выстукивания у станка на середине в характере испанского танца. Port de bras в испанском характере. Танцевальный этюд на основе port de bras. Pas de basque, pas balance, glissade в испанском характере – изучение и применение в комбинациях. Положения рук в испанском танце. Port de bras в экзерсисе на середине и в комбинации. Основные ходы в испанском сценическом танце. Танцевальные комбинации у станка в испанском и итальянском характере. Танцевальные комбинации grand battement у станка в испанском и итальянском характере. Танцевальные комбинации на середине зала в испанском характере. Основные движения и танцевальные комбинации в

характере итальянского танца «Тарантелла». Класс-концерт в испанском и итальянском характере.

Цыганский танец: основные женские и мужские движения цыганского танца русских цыган. Танцевальный этюд на основе движений цыганского танца русских цыган. Характерные движения цыганского танца района Бессарабии. Отличия цыганского танца в разных районах. Танцевальный этюд в характере бессарабских цыган.

Основные движения и этюд в характере мужского калмыцкого танца.

Основные движения и этюд в характере татарского танца.

Лирические этюды на базе русской лексики.

#### **4. Акробатические элементы – 62 часа.**

*Теоретические занятия – 2 часа*

Правила безопасности на уроках акробатики. Основы акробатики. Крепатура – что такое и как правильно работать с этим явлением.

*Практические занятия – 60 часов*

Техническая разминка на уроках акробатики: разминка мышц шеи, плеч, кистей рук, стоп, боковых мышц и мышц спины. Разминка тазобедренных суставов и отработка правильного положения бедер. Развитие силы ног и работа с балансом. Растяжка паховых мышц. Растяжка подколенных структур. Развитие силы ног, пресса и спины. Растяжка передней поверхности бедра. Развитие гибкости верхнего отдела спины. Растяжка на продольный шпагат. Растяжка на поперечный шпагат. Работа над силой рук.

Кувырки: кувырки через бок – «сосиска», кувырки через бок – «котлета», кувырок вперед, кувырок назад.

Мостик: table top (столик), baby мостик, мостик, подготовка к выходу в мостик сверху.

Колесо: упражнение «руки вниз, ноги вверх», упрощенный вариант колеса, упражнение «колесо».

Стойка на руках: упражнения для укрепления мышц рук, упражнение «мишкин бег», прыжок «Ослик», разучивание стойки на руках с отрывом одной ноги, выход в стойку, разучивание стойки на руках с отрывом обеих ног.

#### **5. Постановочно-репетиционная работа – 54 часа.**

*Практические занятия – 54 часа*

Постановка композиции танца. Соединение ранее изученных движений в танцевальные композиции. Танцевальные этюды. Развитие исполнительского мастерства и артистизма. Работа над эмоциональной

выразительностью во время исполнения танца. Отработка сольных, парных движений в группах и коллективом.

Отработка композиций танца. Повышение уровня исполнительского мастерства. Работа над четкостью исполнения движений. Работа над синхронностью исполнения движений.

## **6. Итоговое занятие – 2 часа.**

*Теоретические занятия – 2 часа*

Тестирование в соответствии с контролирующими материалами.

### **Третий год обучения**

№ п/ п	Тема	Кол-во часов			Формы контроля
		Теор.	Практ.	Всего	
1.	Вводное занятие	2	2	<b>4</b>	Опрос
2.	Акробатические элементы	-	52	<b>52</b>	Индивидуальный и групповой показ. Зачет
3.	Основы современного танца	2	64	<b>66</b>	Опрос. Индивидуальный и групповой показ. Зачет
4.	Фолк (стилизация)	2	48	<b>50</b>	Опрос. Индивидуальный и групповой показ. Открытое занятие
5.	Постановочно-репетиционная работа	-	42	<b>42</b>	Индивидуальный и групповой показ. Выступление
6.	Итоговое занятие	2	-	<b>2</b>	Тестирование
	Итого:	<b>8</b>	<b>208</b>	<b>216</b>	

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ТРЕТЬЕГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ**

### **1. Вводное занятие – 4 часа.**

*Теоретические занятия – 2 часа*

Введение в курс программы. Задачи и цели на учебный год. Правила поведения и техники безопасности на занятиях.

*Практические занятия – 2 часа*

Повторение пройденного материала за второй год обучения.

## **2. Акробатические элементы – 52 часа.**

### *Практические занятия – 52 часа*

Основные акробатические позиции: позиции “tuck”, позиция “pike” сидя и стоя, позиция “staddle”, позиции головы (открытая и закрытая), позиция первая, вторая, третья, четвертая, пятая.

Стойка на руках: упражнения для тренировки правильного положения тела во время исполнения стойки на руках, стойка на руках с использованием стены, упражнения на баланс в стойке на руках, стойка на руках на середине зала, ходьба на руках, вариации выполнения стойки на руках.

Мост: мост из положения стоя, ходьба на мостке.

Кувырок: кувырок назад через плечо с раскрытым шпагатом, кувырок вперед из положения «шпагат».

Колесо: базовое колесо в закрытой позиции, вариации исполнения колеса в закрытой позиции, колесо в открытой позиции.

Элементы баланса: стойка на голове, стойка на локтях, вариации стойки на локтях: мексиканская, двойной аттитюд, продольный шпагат со сменой ноги.

## **3. Основы современного танца – 66 часов.**

### *Теоретические занятия – 2 часа*

Краткая история современного танца – зарубежное развитие. Классификация основных направлений современного танца в России. История развития современного танца в России.

### *Практические занятия – 64 часа*

Roll down/up; опускание на спину (прямой, через положение «эмбриона»); кувырок через плечо назад; перекат через колени, передача веса в руки; подъем наверх (через flat back, стойку на руках).

Работа с принципами «wave» для поиска новых движенческих форм. Разминка в уроке современного танца: импровизационная часть («хлопки» и работа с волной в теле) и техническая часть (разучивание различных комбинаций). Силовой блок в уроке современного танца – партнеринг. Работа с импульсами движения. Работа с предметами в уроке современного танца. Система Fighting Monkey – работа с брусками для игры «Дженга». Базовые кроссы. Прыжки. Работа с принципом «hook» для поиска новых движенческих форм: прием «hook» во взаимодействии, прием «hook» в теле. Работа с принципами движения, основанными на поиске равновесия. Партерная техника. Кроссы в партере. Перевернутые положения в современном танце – подготовка и отработка базовых элементов. Работа в парах – принцип избегания. Swing как базовое движение в современном танце. Кроссы для развития баланса.

#### **4. Фолк (стилизация) – 50 часов.**

*Теоретические занятия – 2 часа*

История развития современного танца в России. Принципы стилизации танца.

*Практические занятия – 48 часов*

Танцевальный этюд на основе современного и русского танца.

Танцевальный этюд на основе эстрадного и русского народного танца.

Танцевальный этюд в характере белорусского танца.

Танцевальный этюд в характере армянского танца.

Танцевальный этюд в характере латышского танца.

Танцевальный этюд в характере болгарского и немецкого танцев.

Народно-сценический танец: Беларусь, Прибалтика.

Folk: Китай, Эстония, Тайланд.

#### **5. Постановочно-репетиционная работа – 42 часа.**

*Практические занятия – 42 часа*

Постановка композиции танца. Соединение ранее изученных движений в танцевальные композиции. Танцевальные этюды. Развитие исполнительского мастерства и артистизма. Работа над эмоциональной выразительностью во время исполнения танца. Отработка сольных, парных движений в группах и коллективом.

Отработка композиций танца. Повышение уровня исполнительского мастерства. Работа над четкостью исполнения движений. Работа над синхронностью исполнения движений.

#### **7. Итоговое занятие – 2 часа.**

*Теоретическое занятие – 2 часа*

Тестирование в соответствии с контролирующими материалами.

## Первый год обучения

[illegible]

4	Ноябрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Ноябрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Ноябрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Ноябрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Ноябрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Ноябрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Ноябрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Ноябрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Ноябрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Ноябрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Ноябрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Ноябрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Ноябрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Ноябрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Декабрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Декабрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Декабрь	-	-	Практика	2			Зачет
	Декабрь	-	-	Теория	2	Особенности народного танца. Русский танец - 90 часов	МАУ ДО ЦРТДиЮ	Опрос
	Декабрь	-	-	Теория	2			Опрос
	Декабрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Декабрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Декабрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Декабрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Декабрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Декабрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Декабрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Декабрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Январь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Январь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ







	Май	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Май	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Май	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Май	-	-	Практика	2			Выступление
6	Май	-	-	Теория	2	Итоговое занятие – 2 часа	МАУ ДО ЦРТДиЮ	Тестирование

## КАЛЕНДАРНО-УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

### Второй год обучения

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь	-	-	Теория	2	Вводное занятие – 4 часа.	МАУ ДО ЦРТДиЮ	Опрос
	Сентябрь	-	-	Практика	2			
2	Сентябрь	-	-	Теория	2	Русский народный танец - 38 часов.	МАУ ДО ЦРТДиЮ	Опрос
	Сентябрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Сентябрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Сентябрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Сентябрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Сентябрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Сентябрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Сентябрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Сентябрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Сентябрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Сентябрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Сентябрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Сентябрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Октябрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Октябрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Октябрь	-	-	Теория	2			Индивидуальный и групповой показ
	Октябрь	-	-	Теория	2			Индивидуальный и групповой показ
	Октябрь	-	-	Теория	2			Индивидуальный и групповой показ
	Октябрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ

[illegible]

[illegible]

Март	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
Март	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
Март	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
Март	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
Март	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
Март	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
Март	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
Март	-	-	Практика	2			Зачет
Март	-	-	Практика	2	Постановочно-репетиционная работа - 54 часа	МАУ ДО ЦРТДиЮ	Индивидуальный и групповой показ
Март	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
Март	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
Март	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
Апрель	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
Апрель	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
Апрель	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
Апрель	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
Апрель	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
Апрель	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
Апрель	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
Апрель	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
Апрель	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
Апрель	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
Апрель	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
Апрель	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
Май	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ

[illegible]

[illegible]



	Декабрь	-	-	Теория	2			Индивидуальный и групповой показ			
	Декабрь	-	-	Теория	2			Индивидуальный и групповой показ			
	Декабрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ			
	Декабрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ			
	Декабрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ			
	Декабрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ			
	Декабрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ			
	Декабрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ			
	Декабрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ			
	Декабрь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ			
	Январь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ			
	Январь	-	-	Теория	2			Индивидуальный и групповой показ			
	Январь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ			
	Январь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ			
	Январь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ			
	Январь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ			
	Январь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ			
	Январь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ			
	Январь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ			
	Январь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ			
	Январь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ			
	Январь	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ			
	Февраль	-	-	Практика	2			Зачет			
	4	Февраль	-	-	Практика			2	Фолк (стилизация) - 50 часов	МАУ ДО ЦРТДиЮ	Опрос
		Февраль	-	-	Практика			2			Индивидуальный и групповой показ
Февраль		-	-	Практика	2	Индивидуальный и групповой показ					
Февраль		-	-	Практика	2	Индивидуальный и групповой показ					

	Февраль	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Февраль	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Февраль	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Февраль	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Февраль	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Февраль	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Февраль	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Март	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Март	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Март	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Март	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Март	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Март	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Март	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Март	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Март	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Март	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Март	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Март	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Март	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Март	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Апрель	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Апрель	-	-	Практика	2			Открытое занятие
5	Апрель	-	-	Практика	2	Постановочно-репетиционная работа - 42 часа.	МАУ ДО ЦРТДиЮ	Индивидуальный и групповой показ
	Апрель	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Апрель	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Апрель	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ

	Апрель	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Апрель	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Апрель	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Апрель	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Апрель	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Апрель	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Май	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Май	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Май	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Май	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Май	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Май	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Май	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Май	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Май	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Май	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Май	-	-	Практика	2			Индивидуальный и групповой показ
	Май	-	-	Практика	2			Выступление
6	Май	-	-	Теория	2	Итоговое занятие – 2 часа	МАУ ДО ЦРТДиЮ	Тестирование

## МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Для организации образовательного процесса по программе используются следующие методы обучения, в основе которых лежит способ организации занятия:

- словесные (объяснение, рассказ, беседа, инструкция, анализ и обсуждение, словесный комментарий педагога по ходу исполнения);
- наглядные (показ видеоматериалов, иллюстраций, показ педагогом приемов исполнения, эталонный образец-показ движения лучшим исполнителем);
- практические (игры, «сотворчество» с педагогом, импровизация, упражнения, тренинги, репетиции, выступления).

Методы воспитания: убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация.

Используются образовательные технологии дифференцированного и индивидуального обучения, направленные на организацию образовательного процесса для детей с различными результатами освоения программы; игровые технологии для активизации деятельности обучающихся, информационно-коммуникационные технологии для обеспечения устойчивой мотивации к выбранному виду деятельности, здоровые берегающие технологии - позволяют во время занятий перераспределять нагрузку детям, чередовать виды деятельности. Особое внимание уделяется рефлексии.

Основные средства хореографического воспитания – физические упражнения. Они формируют двигательные умения и навыки, способствуют развитию двигательного аппарата, улучшают кровообращение и обмен веществ, благотворно влияют на дыхание.

Данная программа предполагает использование общеразвивающих упражнений, упражнений на растяжку, упражнений специальной направленности, движения и комбинации сценического танца, что способствует развитию танцевальности обучающихся.

Структура занятий:

1. Вводная часть урока. Поклон (5 минут).
2. Разминочные упражнения в центре зала (15 минут).
3. Элементы партерной гимнастики (20 минут).
4. Упражнения у палки (20 минут).
5. Танцевальная часть: постановка либо отработка номеров (30 минут).
6. Поклон. Организованный выход из зала.

Программой предусмотрена смена деятельности для физической и эмоциональной разгрузки, развития актерских способностей, сравнения и оценки достигнутых результатов в выполнении отдельных элементов.

## МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Занятия проводятся в просторном зале, оборудованном зеркалами и станком.

Для реализации образовательной программы имеется:

- музыкальная аппаратура, аудио записи;
- аудио и видео материалы;
- компьютер;
- проектор;

- экран;
- костюмы для выступлений;
- станки;
- гимнастические коврики;
- гимнастические палки;
- теннисные мячики;
- фитболы;
- трубчатые эспандеры;
- мячики.

### **Программное обеспечение**

1. Дополнительная общеразвивающая программа по учебному предмету «Основы хореографии», программа опубликована на сайте <http://art-idea.muzkult.ru>
2. Дополнительная общеразвивающая программа по учебному предмету «Основы актерского мастерства», автор программы Малахова Е.Л., программа опубликована на сайте <http://art-idea.muzkult.ru>
3. Образовательная программа дополнительного образования детей «Современные народные танцы», автор программы Козлова Анна Алексеевна, программа опубликована на сайте [nsportal.ru](http://nsportal.ru)
4. Программа дополнительного образования по хореографии. Общеобразовательная программа по хореографии «Детское танцевальное творчество» <https://jmedi.ru/exercises/the-program-of-additional-education-in-choreography-general-education-program-on-choreography-childrens-dance-creativity.html>
5. Лицензионные интернет-ресурсы <http://dancehelp.ru/> Хореографу в помощь

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПЕДАГОГА

1. Актерский тренинг: Мастерство актера в терминах Станиславского. – Москва АСТ, 2016. – (Золотой фонд актерского мастерства).
2. Базарова Н.П., Мэй В.П. Азбука классического танца. Первые три года обучения. – СПб: Планета музыки Лань, 2018 – 32с.
3. Гусев Г.П. «Методика преподавания народного танца. Упражнения у станка». - М.: «Владос» 2013г.
4. Гусев Г.П. «Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала». - М.: «Владос» 2015г.
5. Гусев Г.П. «Методика преподавания народного танца. Этюды». - М.: «Владос» 2015г.
6. Зацепина К., Климов А., Рихтер К., Толстая Н., «Народно-сценический танец» - М, 2013г.
7. Нечаев М.П «Адаптированная воспитательная система в современной школе» М. 2018г.
8. Организация ученического самоуправления - изд. «Учитель», Волгоград 2012.

## ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ ДЕТЕЙ И РОДИТЕЛЕЙ

1. Барышникова Т. Азбука хореографии – М.: Рольф, 2011.
2. Браиловская Л. Самоучитель балльных танцев- изд. Феникс, 2015г.
3. Иванникова О.В. Народные танцы – М.: АСТ; Н30 Донецк: Сталкер, 2017г.

**Тестирование обучающихся объединения  
«Народно-сценический танец»**

**Тест по хореографии  
Первый год обучения**

**1. Теоретические задания:**

1. Хореография это:

- А) вокальное искусство
- Б) танцевальное искусство
- В) изобразительное искусство

2. Сколько позиций рук в русском народном танце:

- А) 1
- Б) 3
- В) 5

3. Урок хореографии начинается и заканчивается:

- А) Ритмическими упражнениями
- Б) Поклоном
- В) Музыкальными заданиями

4. Позиция рук, в которой руки подняты вверх, образуя овал над головой, пальцы сгруппированы, ладони обращены вниз:

- А) IV
- Б) III
- В) Подготовительное положение

5. В I позиции ног:

- А) Ступни находятся на одной линии, но между пятками расстояние, равное длине ступни
- Б) Ступни соединены пятками, образуя одну линию
- В) Ступни выворотно примыкают одна к другой, носок одной ноги соприкасается с пяткой другой

6. В III позиции ног:

- А) Ступни находятся на одной линии, но между пятками расстояние, равное длине ступни
- Б) Ступни соединены пятками, образуя одну линию
- В) Ступни соприкасаются, закрывая друг друга на половину своей длины

7. Экзерсис у станка – одна из составляющих урока:

- А) Хореографии
- Б) Литературы
- В) Физкультуры

8. Demi (в уроке классического танца):

- А) Термин, указывающий, что исполняется половина движения
- Б) Термин, определяющий максимальную величину движения
- В) Термин, указывающий, что движение исполняется по полу

9. Grand (в уроке классического танца):

- А) Термин, указывающий, что исполняется половина движения
- Б) Термин, определяющий максимальную величину движения
- В) Термин, указывающий, что движение исполняется по полу

10. Stretch (стрейч) – это:

- А) выпад
- Б) растяжка
- В) наклон

### Оценочные критерии

9-10 правильных ответов	Результат высокий
8-6 правильных ответов	Результат средний
5 и менее правильных ответов	Результат допустимый

**2. Практические задания** (результаты выполнения заданий фиксируется в диагностическую карту из приложения № 4):

- показать позиции рук и ног;
- показать движения рук (из 1 позиции во 2 и т. д.);
- показать проходки в русско-народном стиле;
- показать одинарную и двойную дробь в русско-народном стиле.



**Тестирование обучающихся объединения  
«Народно-сценический танец»**

**Тест по хореографии  
Второй год обучения**

**1. Теоретические задания:**

1. Движение «веревочка» характерно для:

- А) Литовского танца
- Б) Русского танца
- В) Узбекского танца

2. «Мостик», «кувырок», «колесо» - эти упражнения относятся к:

- А) растяжке
- Б) акробатике
- В) классическому танцу

3. Сколько точек направления движения в танцевальном зале, на сцене:

- А) 6
- Б) 7
- В) 8

4. Какие из перечисленных характеристик характерны для народно-сценического танца?

- а) Требуется высокой физической подготовки танцоров
- б) Основывается на элементах классического балета
- в) Передает особенности и национальный колорит разных народов

5. Какой из следующих видов танца характеризуется воспроизведением исторических событий, быта и обычаев?

- а) Классический танец
- б) Современный танец
- в) Народно-сценический танец

6. Движение «ковырялочка» характерно для:

- а) Эстонского танца
- б) Русского танца
- в) Белорусского танца

7. Итальянским танцем является:

- а) Барыня
- б) Тарантелла
- в) Мазурка

8. Выстукивания каблуками наиболее характерны для:

- а) Польского танца
- б) Испанского танца
- в) Индийского танца

### Оценочные критерии

8-7 правильных ответов	Результат высокий.
6-5 правильных ответов	Результат средний
4 и менее правильных ответов	Результат допустимый

**2. Практические задания** (результаты выполнения заданий фиксируется в диагностическую карту из приложения № 4):

- показать упражнение «мостик» и «колесо»;
- показать «шпагат» (продольный и поперечный);
- показать ранее изученный этюд в испанском стиле.

**Тестирование обучающихся объединения  
«Народно-сценический танец»**

**Тест по хореографии  
Третий год обучения**

**1. Теоретические задания:**

1. Открытые, прямые, свободные и закрытые позиции ног характерны для:

- а) Бального танца
- б) Классического танца
- в) Современного танца

2. Какой из нижеперечисленных танцевальных стилей представляет собой сочетание народных и элементов сценического танца?

- а) вальс
- б) полька
- в) танго

3. Новый танцевальный стиль (направление) XXI в:

- а) Рок-н-ролл
- б) Вальс
- в) Тектоник

4. Одним из современных уличных танцев является:

- а) Пасодобль
- б) Румба
- в) Хип-хоп

5. Современное направление развития русского танца:

- а) Джаз
- б) Модерн
- в) Фолк

6. Основной принцип современного танцевального искусства:

- а) импровизация и свободная хореография;
- б) пластика и акробатика;
- в) техника и пластика

7. Что означает в танцевальной терминологии «работа партере»:

- а) работа с партнером
- б) работа на полу
- в) танец в зрительном зале

8. В каком стиле танца можно встретить такие базовые элементы, как «wave» и «Hook»

- а) современный танец
- б) классический танец
- в) народный танец

### Оценочные критерии

8-7 правильных ответов	Результат высокий.
6-5 правильных ответов	Результат средний
4 и менее правильных ответов	Результат допустимый

**2. Практические задания** (результаты выполнения заданий фиксируется в диагностическую карту из приложения № 4):

- показать упражнение «мостик» из положения стоя;
- показать кросс на развитие баланса;
- показать ранее изученный этюд в стиле фолк.

### Диагностика по программе «Народно-сценический танец»

дата проведения \_\_\_\_\_

ФИО педагога \_\_\_\_\_

Группа \_\_\_\_\_

«5» баллов (высокий уровень):

- знание методики исполнения танцевальных движений;
- грамотное исполнение движений, согласно методике;
- умение двигаться в соответствии с разнообразным ритмом и характером музыкального сопровождения;
- умение различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальной фразы и всего музыкального произведения;
- эмоциональное исполнение танцевальных комбинаций и этюдов.

«4» балла (средний уровень):

- знание методики исполнения танцевальных движений;
- не совсем точное исполнение движений, согласно методике;
- умение двигаться в соответствии с разнообразным ритмом и характером музыкального сопровождения;
- умение различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальной фразы и всего музыкального произведения;
- недостаточно эмоциональное исполнение танцевальных комбинаций и этюдов.

«3» балла (низкий уровень):

- слабое знание методики исполнения танцевальных движений;
- неграмотное исполнение движений, согласно методике;
- слабое умение двигаться в соответствии с разнообразным ритмом и характером музыкального сопровождения;
- слабое умение различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальной фразы и всего музыкального произведения;
- неэмоциональное исполнение танцевальных комбинаций и этюдов.

п/п	ФИО	Количество баллов