

Министерство образования Красноярского края
Краевое государственное автономное учреждение
дополнительного образования «Центр дополнительного образования
«Честь и слава Красноярья»

РАССМОТРЕНО
Педагогическим советом КГАУ ДО «ЦДО
«Честь и слава Красноярья»

(протокол от 30.08.2024 № 1)

УТВЕРЖДАЮ
Директор КГАУ ДО «ЦДО «Честь и слава
Красноярья»

Шапкина Н.П.

(приказ от 30.08.2024 № 45у)

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Основы танца»

Художественная направленность

Стартовый уровень

Возраст обучающихся: 10-15 лет

Срок реализации: 4 года


Автор:
Педагог дополнительного образования
Лосева Елена Вадимовна

Красноярск
2024

Внутренняя экспертиза проведена.

Программа рекомендована к рассмотрению на Педагогическом совете учреждения.

Заместитель директора по УВР

 / Хорошая М.В.

Подпись

ФИО

« 30 » 08 2024 г.

Пояснительная записка

Особенность программы. разработана педагогом самостоятельно. Главной отличительной чертой программы является то, что она на 100% охватывает контингент обучающихся кадетского корпуса с 5 по 8 классы, так как является неотъемлемой частью кадетского компонента модели кадетского и женского гимназического образования Красноярского края, поэтому все кадеты обучаются в обязательном порядке.

Программа разработана с учетом действующего законодательства федерального и регионального уровня в области образования, соответствует обновленному федеральному государственному стандарту основного общего образования (ФГОС ООО), федеральной основной образовательной программе основного общего образования.

Программа содержит основы изучения танцевальной культуры XVI-XX веков, ознакомление учащихся с наиболее важными событиями указанных эпох, а также со стилевыми особенностями танцев.

Программа направлена на получение базового объема знаний, умений и навыков в области хореографии, развитие танцевальных способностей воспитанников, расширение кругозора в области хореографического искусства. На занятиях кадеты знакомятся с основами классического танца, изучают базовые движения бальной хореографии и историко-бытовые танцы.

Актуальность программы: ориентирована на духовно-нравственное и гражданско-патриотическое воспитание кадет, приобщение их к здоровому образу жизни, что отвечает целям и задачам кадетского образования. Занятия танцами повышают эмоциональное и физическое здоровье воспитанников, помогают раскрыть внутренний мир, сформировать уверенность в себе, упорство, трудолюбие, помогают оценить красоту музыки и движений. Программа является базовой площадкой для отбора воспитанников, проявляющих творческие и физические способности, для участия в других образовательных программах художественной направленности.

Адресаты программы: все обучающиеся кадетского корпуса с 5 по 8 классы.

Объем программы: 136 часов.

Форма обучения: очная, занятия проводятся в групповой форме.

Режим занятий: один раз в неделю по одному академическому часу для каждого года обучения.

Целевой раздел

Целью программы является развитие танцевально-исполнительских и художественно-эстетических способностей учащихся, на основе приобретенных знаний, умений и навыков, необходимых для исполнения танцевальных композиций различных жанров и форм, воспитание гармонично развитой личности ребенка с помощью танцевального искусства.

Задачи:

- познакомить с историей танцевального искусства;
- сформировать у обучающихся знания в области хореографической культуры;
- обучить теоретическим и практическим основам классического балетного, историко-бытового танцев;
- выработать танцевальные умения и навыки;
- развить слуховую, зрительную, мышечную память обучающихся;
- укрепить физическое и психологическое состояние обучающихся;
- обучить коллективной работе и взаимодействию в группе;
- сформировать личность кадета через усвоения этических и нравственных норм;
- развить уважение к хореографическому наследию мировой культуры и культуры своей страны;
- воспитать у обучающихся любовь к Родине, потребность в упорном труде, ответственность за судьбу Отечества;
- привить чувство чести и достоинства, гражданственности, уважение к правам и свободам человека.

Планируемые образовательные результаты

Личностные: отражают готовность и способность обучающихся руководствоваться системой ценностных ориентаций, позитивных внутренних убеждений, соответствующих традиционным ценностям российского общества, расширение опыта деятельности в процессе реализации основных направлений воспитательной деятельности, в том числе в части:

гражданского воспитания:

представление о социальных нормах и правилах межличностных отношений;

готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи;

принятие традиционных российских ценностей;

готовность вести совместную деятельность;

патриотического воспитания:

осознание российской гражданской идентичности, патриотизма, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, свой язык и культуру, прошлое и настоящее народа России;

ценностное отношение к государственным символам, символам края, образовательной организации;

духовно-нравственного воспитания:

осознание духовных ценностей российского народа;

сформированность нравственного сознания, этического поведения;

эстетического воспитания:

восприимчивость к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов, понимание эмоционального воздействия искусства; осознание важности художественной культуры как средства коммуникации и самовыражения;

эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, труда и общественных отношений;

понимание ценности и убежденность в значимости для личности и общества отечественного и мирового искусства, этнических культурных традиций и народного творчества;

готовность к самовыражению в разных видах искусства, стремление проявлять качества творческой личности;

физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:

осознание ценности жизни;

ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни;

соблюдение правил безопасности, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде;

умение принимать себя и других, не осуждая;

умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, умение управлять собственным эмоциональным состоянием;

сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека.

осознание последствий и активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью;

трудового воспитания:

установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, образовательной организации, города, края), способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность;

готовность к труду, осознание ценности мастерства, трудолюбие, уважение к труду и результатам трудовой деятельности;

готовность и способность к образованию и самообразованию на протяжении всей жизни;

экологического воспитания:

осознание своей роли как гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной сред;

готовность к участию в практической деятельности экологической

направленности.

активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде;

ценности научного познания:

ориентация в деятельности на современную систему научных представлений об основных закономерностях развития человека, природы и общества, взаимосвязях человека с природной и социальной средой;

овладение основными навыками исследовательской деятельности, установка на осмысление опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения индивидуального и коллективного благополучия.

овладение и совершенствование языковой и читательской культуры как средства взаимодействия между людьми и познания мира.

Личностные результаты, обеспечивающие адаптацию обучающегося к изменяющимся условиям социальной и природной среды, включают:

освоение обучающимися социального опыта, основных социальных ролей, соответствующих ведущей деятельности возраста, норм и правил общественного поведения, форм социальной жизни в группах и сообществах, включая семью, группы, сформированные по профессиональной деятельности, а также в рамках социального взаимодействия с людьми из другой культурной среды;

способность обучающихся во взаимодействии в условиях неопределенности, открытость опыту и знаниям других;

способность обучающихся осознавать стрессовую ситуацию, оценивать происходящие изменения и их последствия;

воспринимать стрессовую ситуацию как вызов, требующий контрмер;

оценивать ситуацию стресса, корректировать принимаемые решения и действия;

формулировать и оценивать риски и последствия, формировать опыт, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации;

быть готовым действовать в отсутствие гарантий успеха.

Метапредметные результаты отражают:

Овладение универсальными учебными познавательными действиями:

1) базовые логические действия:

выявлять дефициты информации, данных, необходимых для решения поставленной задачи;

выявлять причинно-следственные связи при изучении явлений и процессов;

самостоятельно выбирать способ решения учебной задачи (сравнивать несколько вариантов решения, выбирать наиболее подходящий с учетом самостоятельно выделенных критериев);

2) базовые исследовательские действия:

использовать вопросы как исследовательский инструмент познания;

формулировать вопросы, фиксирующие разрыв между реальным и желательным состоянием ситуации, объекта, самостоятельно устанавливать искомое и данное;

3) работа с информацией:

применять различные методы, инструменты и запросы при поиске и отборе информации или данных из источников с учетом предложенной учебной задачи и заданных критериев;

выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать информацию различных видов и форм представления;

находить сходные аргументы (подтверждающие или опровергающие одну и ту же идею, версию) в различных информационных источниках;

оценивать надежность информации по критериям, предложенным педагогическим работником или сформулированным самостоятельно;

эффективно запоминать и систематизировать информацию.

Овладение универсальными учебными коммуникативными действиями:

1) общение:

воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения;

распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, знать и распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и смягчать конфликты, вести переговоры;

2) совместная деятельность:

понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной проблемы, обосновывать необходимость применения групповых форм взаимодействия при решении поставленной задачи;

принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по ее достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;

уметь обобщать мнения нескольких людей, проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться;

планировать организацию совместной работы, определять свою роль (с учетом предпочтений и возможностей всех участников взаимодействия), распределять задачи между членами команды, участвовать в групповых формах работы (обсуждения, обмен мнений, "мозговые штурмы" и иные);

выполнять свою часть работы, достигать качественного результата по своему направлению и координировать свои действия с другими членами команды;

оценивать качество своего вклада в общий продукт по критериям, самостоятельно сформулированным участниками взаимодействия;

сравнивать результаты с исходной задачей и вклад каждого члена команды в достижение результатов, разделять сферу ответственности и проявлять готовность к предоставлению отчета перед группой.

Овладение универсальными учебными регулятивными действиями:

1) самоорганизация:

выявлять проблемы для решения в жизненных и учебных ситуациях;
ориентироваться в различных подходах принятия решений
(индивидуальное, принятие решения в группе, принятие решений группой);

самостоятельно составлять алгоритм решения задачи (или его часть),
выбирать способ решения учебной задачи с учетом имеющихся ресурсов и
собственных возможностей, аргументировать предлагаемые варианты
решений;

составлять план действий (план реализации намеченного алгоритма
решения), корректировать предложенный алгоритм с учетом получения
новых знаний об изучаемом объекте;

делать выбор и брать ответственность за решение;

2) самоконтроль:

владеть способами самоконтроля, самомотивации и рефлексии;
давать адекватную оценку ситуации и предлагать план ее изменения;
учитывать контекст и предвидеть трудности, которые могут возникнуть
при решении учебной задачи, адаптировать решение к меняющимся
обстоятельствам;

объяснять причины достижения (недостижения) результатов
деятельности, давать оценку приобретенному опыту, уметь находить
позитивное в произошедшей ситуации;

вносить коррективы в деятельность на основе новых обстоятельств,
изменившихся ситуаций, установленных ошибок, возникших трудностей;

оценивать соответствие результата цели и условиям;

3) эмоциональный интеллект:

различать, называть и управлять собственными эмоциями и эмоциями
других;

выявлять и анализировать причины эмоций;

ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения
другого;

регулировать способ выражения эмоций;

4) принятие себя и других:

осознанно относиться к другому человеку, его мнению;

признавать свое право на ошибку и такое же право другого;

принимать себя и других, не осуждая;

открытость себе и другим;

осознавать невозможность контролировать все вокруг.

Предметные результаты:

по завершении обучения по программе обучающиеся будут:

знать:

основные закономерности хореографического искусства

историю развития историко-бытовых и бальных танцев (польки,

полонеза, медленного, фигурного и венского вальса)

роль искусства танца в культуре народов, России и мира

разделение зала по точкам

позиции рук и ног

упражнения партерной гимнастики

три вида бега

прыжковую связку

различия в видах шагов (бытовой, сценический па марше, переменный, на полупальцах и пятках)

виды растяжки

рисунки полонеза «линейный прочес», «карусель», «диагональный прочес»

основы классического танца: экзерсис на середине зала, позиция ног в классическом танце, деми плие по 1, 2, 5 позиции, батман тандю по 3 позиции вперед, в сторону, батман жете по 3 позиции, вперед, в сторону, релеве, сюр ле ку де пье, ронд де жамб партер

движения медленного вальса виск и па шассе

уметь:

двигаться и выполнять разминку по кругу

выполнять упражнения для головы и плечевого пояса

выполнять упражнения партерной гимнастики

слышать в музыке ритм и счет

различать стиль танца, исполняемый под разные мелодии

исполнять соединение движений подскоки с па галопа, с па польки, рук в паре (условно), смену мест в паре, до-за-до

перестраиваться по рисунку в круг, полукруг, колонны по два / четыре человека

выполнять тренировочные упражнения плие-релеве, для развития амплитуды движения вверх-вниз, упражнение «маятник»

исполнять правый и левый повороты по квадрату, вальсовую дорожку по кругу с разворотом, па балансе вперед-назад с разворотом на 90 и 180 градусов, обводку в положении стоя, в колено

исполнять танцевальные этюды

выделять сильную и слабую долю такта

смотреть на зрителя во время исполнения танца

двигаться технично и синхронно

наращивать темп в венском вальсе

владеть:

постановкой корпуса и рук в различных танцах: полька, полонез, медленный и фигурный вальс

базовыми элементами польки: шагом галопа в сочетании с остановкой, с притопом; подскоками на месте и в продвижении, па польки по раскладке и слитно

базовыми элементами полонеза: шаг в продвижении, повороте и по

кругу, с выпадом в колено

базовыми элементами медленного вальса: закрытую правую и левую перемены, чередовать правую и левую перемену с продвижением лицом и спиной по линии танца по 4 такта

базовыми элементами фигурного вальса: вальсовая дорожка лицом и спиной по линии танца и по кругу, па балансе из стороны в сторону по раскладке и слитно, разворотные шаги по раскладке вправо и влево

базовыми элементами венского вальса: шаг по прямой линии танца и по раскладке, вальсовое вращение прямо по линии танца в медленном темпе, вальсовое вращение по кругу, по раскладке и слитно в медленном темпе

техникой исполнения танцев

пространственной ориентацией

навыками исполнения композиции, постановки в парном и групповом исполнении

Содержательный раздел

Содержание программы

1-й год обучения

I. Развитие танцевальных навыков.

Вводное занятие. Вступительная беседа по предмету обучения, программе, знакомство с обучающимися. Вводный инструктаж по технике безопасности.

Ритмика. Знакомство с простейшими элементами музыкальной грамоты, исполнение хлопками, притопами ритмических рисунков. Овладение простейшими навыками координации движений. Развитие правильной осанки, гибкости, музыкальности.

Танцевальная гимнастика. Упражнения для освоения техники бального танца на середине зала без опоры. Упражнения на развитие пластики движений рук, ног, корпуса, головы, развитие «мышечного чувства».

Текущий контроль успеваемости обучающихся: контрольный срез.

II. Историко-бытовые танцы.

Гранд марш. Танцевальный этюд на основе движений и рисунков, проученных в I разделе.

Полька. Историческая справка. Прослушивание музыкального материала. Выделение сильной доли такта через движение. Шаг галопа. Шаг галопа в сочетании с остановкой, с притопом. Подскоки на месте в продвижении. Соединение движений. Шаг подскоков, галопа. Подскоки, галоп с приставкой свободной ноги. Па польки по раскладке. Па польки слитно. Соединение движений. Соединение рук в паре (условно), смена мест в паре. Закрепление проученного материала. Составление, отработка этюда 1.1.

Полонез. Историческая справка. Прослушивание музыкального материала. Шаг полонеза под счет по раскладке. Шаг полонеза под музыку по линиям. Постановка корпуса и рук. Шаг полонеза в продвижении. Шаг полонеза в повороте. Шаг полонеза по кругу. Шаг полонеза с выпадом в колено. Перестроение по рисункам: в круг, полукруг, в колонны по 2 человека. Повторение рисунков и перестроение в колонны по 4 человека. Соединение рисунков. Отработка исполнительских навыков. Составление этюда 2.1. Повторение и сдача этюда.

К концу первого года обучения учащиеся должны уметь слушать и слышать музыку; выполнять движения в различных темпах; знать направления: лицом, спиной, правым (левым) боком к зрителю; легко и синхронно исполнять танец полька, исполнять ритмичный и плавный шаг полонеза, демонстрируя при этом строгость осанки, собранность и горделивость.

2-й год обучения

I. Развитие танцевальных навыков.

Вводное занятие. Вступительная беседа по задачам обучения на предстоящий учебный год. Инструктаж по технике безопасности.

Танцевальная гимнастика. Партерная гимнастика. Упражнения для рук. Упражнения для ног. Упражнения для корпуса, небольшие прыжки. Упражнение для стопы и голеностопного сустава для гибкости, растяжка.

II. Историко-бытовые танцы

Полька. Повторение пройденного материала по теме «Полька» за 1 год обучения. Усложнение рисунка, составление этюда 1.2., отработка техники движений. Работа над артистичностью исполнения.

Полонез. Повторение пройденного материала по теме «Полонез» за 1 год обучения. Усложнение рисунка, составление этюда 2.2. Отработка техники движений и исполнительских навыков.

Репетиционное занятие, повторение танцев к новогоднему балу.

III. Бальные танцы.

Медленный вальс. Историческая справка. Прослушивание музыкального материала. Выделение сильной доли такта через движение. Постановка корпуса и рук. Тренировочные упражнения. Правая закрытая перемена. Левая закрытая перемена. Чередование правой и левой перемены с продвижением лицом-спиной по линии танца по 4 такта. Правый поворот по квадрату, по раскладке и слитно. Левый поворот по квадрату, по раскладке и слитно.

Фигурный вальс. Историческая справка. Отличительные особенности. Основные фигуры, вальсовая дорожка по линии танца. Вальсовая дорожка по кругу. Па-балансе из стороны в сторону по раскладке и слитно. Разворотные шаги по раскладке вправо и влево, слитно. Соединение фигур, отработка техники движений. Контрольный срез по проученному материалу.

К концу второго года обучения учащиеся должны уметь исполнять без сбоев танцевальные композиции на всю мелодию с не менее, чем тремя перестроениями рисунка танца; демонстрировать слаженность танцевальных движений в польке и полонезе, плавность и правильность танцевальных движений в медленном вальсе, равномерное исполнение шагов (без толчков) в фигурном вальсе.

3-й год обучения

I. Основы классического танца.

Вводное занятие. Вступительная беседа по задачам обучения на предстоящий учебный год. Инструктаж по технике безопасности.

Разминка по кругу. Партерная гимнастика. Основы классического танца.

II. Историко-бытовые танцы

Полька. Повторение пройденного материала по теме «Полька» за 2 год обучения. Отработка техники движений. До-за-до.

Полонез. Повторение пройденного материала за 2 год обучения, повторение рисунков. Усложнение рисунков. Проучивание этюда 2.3.,

повторение и сдача этюда.

III. Бальные танцы.

Фигурный вальс. Повторение пройденного материала за 2 год обучения. Вальсовая дорожка по кругу с разворотом. Па балансе вперед назад с разворотом на 90 и 180 градусов. Соединение фигур в композицию и проучивание композиции

Репетиционное занятие: повторение танцев к новогоднему балу. Проучивание обводки. Качественное закрепление проученного материала.

Медленный вальс. Повторение материалов за 2 год обучения. Проучивание комбинаций. Проучивание движений виск па шассе. Повторение и сдача комбинаций.

Венский вальс. Историческая справка. Прослушивание музыкального материала. Техника исполнения танца. Проучивание шагов венского вальса по линии танца и по раскладке и слитно.

Итоговое занятие. Контрольный срез по проученному материалу.

К концу третьего года обучения учащиеся должны демонстрировать хорошую координацию движений при исполнении польки, полонеза; широкое исполнение шагов медленного вальса; чистоту исполнения, точность поворотов при прямом положении корпуса в венском вальсе.

4-й год обучения

I. Развитие танцевальных навыков.

Вводное занятие. Вступительная беседа по задачам обучения на предстоящий учебный год. Инструктаж по технике безопасности.

Танцевальная гимнастика. Разминка по кругу, разогрев на середине зала. Основы классического танца.

II. Историко-бытовые танцы.

Полька.

Полонез. Повторение этюдов 2-3 года обучения. Усложнение рисунков. Постановка и сдача композиции танца.

III. Бальные танцы.

Фигурный вальс. Повторение материалов 3 года обучения. Соединение проученных фигур в комбинацию 1 и 2. Репетиционные занятия к Новогоднему балу. Фигурный вальс до-за-до, проучивание схемы с новыми движениями.

Медленный вальс. Повторение пройденного материала по теме «Медленный вальс» за 3 год обучения. Совершенствование техники исполнения. «Ключ» медленного вальса. Составление, отработка этюда II.

Венский вальс. Работа над техникой исполнения, отработка и совершенствование исполнительских навыков в танце, сформированных на 3-м году обучения. Работа над синхронностью движений. Наращивание темпа.

Повторение материала по вальсам 3х видов.

Промежуточная аттестация учащихся: контрольный срез по

проученному материалу: фигурный вальс, венский вальс, медленный вальс.

К концу четвёртого года обучения учащиеся должны продемонстрировать высокий уровень пространственной ориентации, координации движений, музыкальности, свободы движения, чистоты, техничности и синхронности исполнения изученных танцев.

Организационный раздел

Календарно-тематический план

№ п/п		Учебная неделя	Наименование разделов, тем	Кол-во часов			Форма занятий	Форма контроля/ аттестации
				всего	теория	практика		
1 год обучения (групповые занятия)								
I.Развитие танцевальных навыков				8				
1	1	Вводное занятие: знакомство с детьми, требование по форме и внешнему виду, введение в дисциплину, инструктаж по ТБ.		1	+		Беседа	Опрос
2	2	Ритмика: знакомство с элементами музыкальной грамоты, исполнение ритмических рисунков через хлопки и притопы. Деление зала по точкам, постановка корпуса, упражнение на развитие координации движений, коллективно-порядковые упражнения		1	+	+	Беседа, учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
3	3	Ритмика: элементы музыкальной грамоты, движение по кругу (по ЛТ, против ЛТ)		1	+	+	Учебно-тренировочное занятие	
4	4	Танцевальная гимнастика: позиции рук, позиции ног		1		+		
5	5	Танцевальная гимнастика: постановка корпуса, рук, упражнение для головы и плечевого пояса		1		+		
6	6	Танцевальная гимнастика: разминка на середине зала		1		+		
7	7	Танцевальная гимнастика: упражнения партерной гимнастики		1		+		
8	8	Танцевальная гимнастика. Разминка по кругу: марш, ходьба на полупальцах, бег 3-х видов, прыжковая связка.		1		+		
II.Историко-бытовые танцы				26				
9	9	Гранд марш. Танцевальный этюд на основе движений и рисунков, проученных в I разделе		1		+	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
10	10	Полька. Историческая справка, прослушивание музыкального материала, па галопа.		1	+	+	Беседа, учебно-тренировочное занятие	
11	11	Полька. Шаг галопа в сочетании с остановкой, с притопом.		1		+	Учебно-тренировочное занятие	
12	12	Полька. Подскоки на месте и в продвижении.		1		+		
13	13	Полька. Па польки по раскладке.		1		+		
14	14	Полька. Па польки слитно.		1		+		
15	15	Полька. Соединение движений подскоки с		1		+		

		па галопа.					
16	16	Полька. Соединение движений подскоки с па польки.	1		+		
17	17	Полька. Соединение рук в паре (условно), смена мест в паре.	1		+		
18	18	Полька. Составление этюда.	1	+	+		
19	19	Полька. Отработка движений этюда.	1		+		
20	20	Полька. Закрепление проученного материала	1		+		
21	21	Полька. Исполнение этюда. 1.1.	1		+	Контрольное занятие	Просмотр
22	22	Полонез. Историческая справка. Прослушивание музыкального материала.	1	+	+	Беседа, учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, опрос
23	23	Полонез. Шаг полонеза под счет по раскладке.	1		+	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
24	24	Полонез. Шаг полонеза под музыку по линиям.	1		+		
25	25	Полонез. Постановка корпуса и рук.	1		+		
26	26	Полонез. Шаг полонеза в повороте.	1		+		
27	27	Полонез. Шаг полонеза по кругу.	1		+		
28	28	Полонез. Шаг полонеза с выпадом в колено.	1		+		
29	29	Полонез. Перестроение по рисункам, в круг, в полукруг, в колонны по два человека.	1	+	+		
30	30	Полонез. Повторение рисунков, перестроение в колонны по четыре человека.	1		+		
31	31	Полонез. Соединение рисунков.	1		+	Репетиция	
32	32	Полонез. Отработка исполнительских навыков.	1		+		
33	33	Полонез. Составление этюда 2.1.	1		+	Контрольное занятие	Контрольный просмотр
34	34	Полонез. Повторение и сдача этюда.	1		+		
		Итого	34				
2 год обучения (групповые занятия)							
I. Развитие танцевальных навыков			5				
1	1	Вводное занятие: вступительная беседа по задачам на предстоящий учебный год, инструктаж по ТБ.	1	+	-	Беседа	Опрос
2	2	Танцевальная гимнастика, разминка по кругу: бытовой шаг, сценический шаг па марше, переменный шаг, ходьба на полупальцах и пятках, бег трех видов, прыжковая связка.	1	+	+	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
3	3	Партерная гимнастика: упражнение для стопы и голеностопного сустава, упражнение для гибкости.	1	+	+		
4	4	Партерная гимнастика. Растяжки: лягушка в положении сидя и лёжа, полушпагаты.	1	+	+		
5	5	Танцевальная гимнастика: позиции рук,	1		+		

		позиции ног, постановка корпуса, рук, упражнение для головы и плечевого пояса, пластики рук					
II. Историко-бытовые танцы			10				
6	6	Полька. Повторение движений: подскоки, па галопа, па польки.	1		+	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
7	7	Полька. Соединение движений в комбинацию.	1		+		
8	8	Полька. Составление этюда.	1		+		
9	9	Полька. Отработка движений этюда 1.2.	1		+		
10	10	Полька: закрепление проученного материала.	1		+		
11	11	Полька. Работа над артистичностью исполнения.	1		+		
12	12	Полонез. Повторение проученного материала за первый год обучения.	1		+		
13	13	Полонез: Рисунки «линейный прочес», «карусель».	1		+		
14	14	Полонез. Составление этюда 2.2.	1		+		
15	15	Полонез. Повторение и сдача этюда №2	1		+		Просмотр
III. Бальные танцы			19				
16	16	Медленный вальс. Историческая справка, прослушивание музыкального материала с определением темпа, выделение сильной доли такта. Исходное положение ног, постановка корпуса, рук.	1	+	+	Беседа, учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
17	17	Медленный вальс. Тренировочные упражнения: плие-релеве, для развития амплитуды движения вверх-вниз, упражнение «маятник».	1		+	Учебно-тренировочное занятие	
18	18	Медленный вальс. Закрытая правая пермена.	1		+		
19	19	Медленный вальс. Закрытая левая перемена.	1		+		
20	20	Медленный вальс. Чередование правой и левой перемены с продвижением лицом спиной по линии танца по 4 такта.	1		+		
21	21	Медленный вальс. Правый поворот по квадрату, по раскладке. Техника исполнения шагов.	1		+		
22	22	Медленный вальс. Правый поворот по квадрату: отработки работы стоп.	1		+		
23	23	Медленный вальс. Левый поворот по квадрату, по раскладке.	1		+		
24	24	Медленный вальс. Левый поворот по квадрату. Отработка движений слитно.	1		+		
25	25	Фигурный вальс. Историческая справка. Отличительные особенности: исходное положение ног, темп, движение правым левым плечом по линии танца.	1	+	+	Беседа, учебно-тренировочное занятие	
26	26	Фигурный вальс. Основные фигуры. Вальсовая дорожка лицом спиной по линии	1		+	Учебно-тренировочное	

		танца.					
27	27	Фигурный вальс. Вальсовая дорожка по кругу.	1		+	занятие	
28	28	Фигурный вальс. Па балансе из стороны в сторону по раскладке.	1		+		
29	29	Фигурный вальс. По балансе из стороны в сторону слитно.	1		+		
30	30	Фигурный вальс. Разворотные шаги по раскладке вправо.	1		+		
31	31	Фигурный вальс. Разворотные шаги по раскладке влево.	1		+		
32	32	Фигурный вальс. Соединение па балансе с разворотными шагами	1		+		
33	33	Фигурный вальс. Повторение проученных фигур.	1		+	Репетиция	Контрольный просмотр
34	34	Контрольный срез по проученному материалу: полька, полонез, медленный вальс, фигурный вальс.	1		+	Контрольное занятие	
		Итого	34				
3 год обучения (групповые занятия)							
I. Основы классического танца			5				
1	1	Вводное занятие: вступительная беседа по задачам на предстоящий учебный год, инструктаж по ТБ.	1	+		Беседа	Опрос
2	2	Разминка по кругу, партерная гимнастика.	1	+	+	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
3	3	Основы классического танца: позиция ног в классическом танце, деми плие, батман тандю по 3 позиции.	1	+	+		
4	4	Разминка на середине зала: разогрев, позиции рук в классическом танце.	1	+	+		
5	5	Экзерсис на середине зала, деми плие по 1, 2,5 позиции, батман тандю по 3 позиции вперед, в сторону, батман жете по 3 позиции, вперед, в сторону, релеве.	1		+		
II. Историко-бытовые танцы			6				
6	6	Полька. Повторение проученного материала за 2 год обучения с отработкой техники движения.	1		+	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
7	7	Полька: до-за-до.	1		+		
8	8	Полонез. Повторение рисунков.	1		+		
9	9	Полонез. Усложнение рисунков: диагональный прочес.	1		+		
10	10	Полонез. Проучивание этюда 2.3.	1		+		
11	11	Полонез. Повторение и сдача этюда 2.3.	1		+		
III. Бальные танцы			23				
12	12	Фигурный вальс: повторение материалов за 2 год обучения	1		+	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
13	13	Фигурный вальс: па балансе вперед-назад с разворотом на 90 и 180 градусов.	1		+	Учебно-тренировочное занятие	
14	14	Фигурный вальс. Соединение фигур в	1		+	Учебно-тренировочное занятие	

		композицию.					
15	15	Фигурный вальс. Проучивание композиции.	1	-	+		Просмотр
16	16	Фигурный вальс. Проучивание обводки в положении стоя, в колено.	1	+	+		Наблюдение
17	17	Фигурный вальс: работа над техничностью и синхронностью проученных фигур.	1		+		
18	18	Фигурный вальс: работа над выразительностью исполнения.	1		+		
19	19	Фигурный вальс: качественное закрепление проученного материала.	1		+		
20	20	Фигурный вальс: повторение проученной композиции.	1		+		Просмотр
21	21	Медленный вальс: повторение материала за 2 год обучения	1		+		Наблюдение
22	22	Медленный вальс: работа над техничностью исполнения движения.	1		+		
23	23	Медленный вальс: комбинация: правый поворот по квадрату, правая перемена, левый поворот по квадрату, левая перемена.	1		+		
24	24	Медленный вальс: повторение комбинации.	1		+		
25	25	Медленный вальс. Проучивание движение виск и па шассе	1	+	+		
26	26	Медленный вальс. Соединение движений в схему с виском и па шассе.	1		+		
27	27	Медленный вальс. Работа над техничностью, слитностью и амплитудностью проученных комбинаций.	1		+		
28	28	Медленный вальс. Повторение и сдача комбинаций.	1		+		
29	29	Венский вальс. Историческая справка, отличительные особенности, прослушивание музыкального материала.	1	+	+	Беседа, учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
30	30	Венский вальс. Проучивание шагов венского вальса по прямой линии танца и по раскладке.	1		+	Учебно-тренировочное занятие	
31	31	Венский вальс. Исполнение вальсового вращения прямо по линии танца в медленном темпе.	1		+		
32	32	Венский вальс. Исполнение вальсового вращения по кругу, по раскладке.	1		+		
33	33	Венский вальс. Исполнение вальсового вращения по кругу слитно в медленном темпе.	1		+	Репетиция	
34	34	Контрольный срез по проученному материалу: фигурный вальс, медленный вальс, венский вальс.	1		+	Контрольное занятие	Контрольный просмотр
		Итого	34				
4 год обучения (групповые занятия)							
I. Развитие танцевальных навыков			5				
1	1	Вводное занятие: вступительная беседа по	1	+		Беседа	Опрос

		задачам на предстоящий учебный год, инструктаж по ТБ.					
2	2	Танцевальная гимнастика: разминка по кругу, разогрев на середине зала.	1		+	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
3	3	Основы классического танца: экзерсис у станка, повторение проученных движений и разучивание положение ноги на щиколотке сюр ле ку де пье.	1	+	+		
4	4	Основы классического танца: экзерсис на середине зала.	1	+	+		
5	5	Основа классического танца. Повторение движений экзерсиса и разучивание ронд де жамб партер.	1		+		
II. Историко-бытовые танцы			5				
6	6	Полька. Повторение проученного материала за 3 год обучения с отработкой техники движения.	1		+	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
7	7	Полонез. Повторение этюдов 2 и 3 года обучения.	1		+		
8	8	Полонез. Усложнение рисунков.	1		+		
9	9	Полонез. Постановка композиции танца.	1		+		
10	10	Полонез. Повторение и сдача танцевальной композиции.	1		+		
III. Бальные танцы			24				
11	11	Фигурный вальс: повторение материалов за 3 год обучения	1		+	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
12	12	Фигурный вальс: соединение проученных фигур в комбинацию 1.	1		+		
13	13	Фигурный вальс: повторение комбинации.	1		+		
14	14	Фигурный вальс: соединение проученных фигур в комбинацию 2.	1		+		
15	15	Фигурный вальс: повторение комбинации.	1		+		
16	16	Фигурный вальс: до-за-до.	1		+		
17	17	Фигурный вальс: проучивание схемы «балянсе, до-за-до, променад».	1		+		
18	18	Фигурный вальс: повторение схемы, работа над техничностью и синхронностью исполнения движений.	1		+		
19	19	Фигурный вальс: качественное закрепление проученного материала.	1		+		
20	20	Фигурный вальс: контрольный просмотр проученных композиций и схем.	1		+	Учебно-тренировочное занятие	Просмотр
21	21	Медленный вальс: повторение материала за 3 год обучения	1		+		Наблюдение
22	22	Медленный вальс: повторение материала за 3 год обучения	1		+		
23	23	Медленный вальс: ключ медленного вальса - проучивание.	1		+		
24	24	Медленный вальс: ключ медленного вальса - закрепление материала.	1		+		
25	25	Медленный вальс: совершенствования	1		+		

		техники исполнения.					
26	26	Медленный вальс. Составление и отработка этюда.	1		+		
27	27	Венский вальс. Повторение материала 3 года обучения.	1		+		
28	28	Венский вальс. Работа над техникой исполнения.	1		+		
29	29	Венский вальс. Отработка и совершенствование исполнительских навыков.	1		+		
30	30	Венский вальс. Работа над синхронностью вращения в умеренном темпе.	1		+		
31	31	Венский вальс. Наращивание темпа.	1		+		
32	32	Венский вальс. Наращивание темпа.	1		+		
33	33	Повторение материала по вальсам 3 видов.	1		+	Репетиция	
34	34	Контрольный срез по проученному материалу: фигурный вальс, медленный вальс, венский вальс.	1		+	Контрольное занятие	Контрольный просмотр
		Итого	34				

Организационно-педагогические особенности реализации программы

Режим и способы организации занятий:

Первая часть занятия (подготовительная):

- вход учащихся в танцевальный зал (марш) – при наличии возможности;
- построение учащихся одну линию;
- поклон педагогу (с разворотом на эпольман);
- разминка.

Вторая часть занятия (основная):

- изучение музыкально-ритмического материала, тренировочных вспомогательных упражнений, элементов хореографической азбуки.

Третья часть занятия (заключительная):

- работа над этюдами, танцами;
- основное построение для окончания урока;
- поклон педагогу;
- выход из зала.

Организационные формы занятий:

1. Учебно-тренировочное занятие – разбор и изучение теоретического материала, проучивание движений, фигур, комбинаций.
2. Беседа – изложение теоретического материала педагогом на заданную тему.
3. Репетиция – подготовка к публичному представлению отдельных танцевальных композиций.
4. Контрольное занятие – публичное выступление обучающихся по проученной танцевальной композиции.

Технологии и методики проведения занятий

Педагогические технологии, лежащие в основе программы:

1. В основе программы лежит здоровьесберегающая технология, направленная на сохранение здоровья обучающихся, формирование у них необходимых знаний, умений и навыков по здоровому образу жизни, обучение использованию полученных знаний в повседневной жизни, что способствует общему оздоровлению организма. Большое внимание на уроках уделяется формированию красивой осанки, правильной техники исполнения движений.

2. Технология обучения в сотрудничестве и развивающее обучение.

Элементы данной технологии позволяют организовать обучение воспитанников в формах, традиционно применяемых на занятиях хореографией. Технология обучения в сотрудничестве основана на применении индивидуально-групповой и командно-игровой работы. В первом случае происходит разбивка занимающихся на две группы (по 9-10 человек), каждая из которых получает определенное задание, например, самостоятельно сделать танцевальный этюд. Такая форма работы эффективна для усвоения нового материала каждым ребенком.

Один из видов сотрудничества в рамках данной технологии – коллективный, применяется для проведения сводных репетиций, а также постановок танцев, где, к примеру, задействовано несколько возрастных групп.

Основными принципами педагогики сотрудничества являются: принцип учения без принуждения; право каждого на свою точку зрения; право на ошибку; успешность; принцип сочетания индивидуального и коллективного воспитания.

3. Технология модульного обучения

Поэтапная модульно-блочная система развития и закрепления навыков танцевального мастерства ребенка – это обучение лексике танца от ее простых форм к более сложным. Эта система предлагает изучать самые сложной части лексики танца с помощью расчленения танцевальных комбинаций на отдельные, относительно самостоятельные модули. Цель данной системы – выработка двигательного навыка исполнения отдельных модулей и их дальнейшая сборка в блоки.

В конце каждого учебного года предусмотрен контрольный урок по танцевальной практике, на котором учащиеся демонстрируют свои исполнительские навыки.

Изучение танца происходит по принципу наслаивания знаний и практических умений от простых элементов танца к более сложным. По каждому танцу предусмотрено в течение года изучение и исполнение этюдов, завершение работы по теме сопровождается контрольным исполнением для обучающихся. Каждый учебный год завершается контрольным уроком, на котором учащиеся демонстрируют приобретённые за год исполнительские

навыки.

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие методы обучения:

- словесный (объяснение, беседа);
- наглядный (показ движения: разбор по частям и слитно, прослушивание музыкального сопровождения в исполнении концертмейстера и/или аудио записей);
- практический (выполнение движений, рисунков, танцевальных комбинаций по правилам хореографии).

Типы и характер учебных заданий:

Основу заданий по программе составляют тренировочные задания, требующие от ребенка либо подражания данному педагогом образцу, стремясь при этом достичь наибольшего сходства с ним, либо самостоятельного применения ранее приобретенных знаний, умений и навыков.

Педагог знакомит с техникой выполнения танцевальных элементов по раскладке (составные части элементов), постепенно, с каждым занятием, усложняя его. Обучающийся вместе с педагогом повторяет данные движения, на контрольном занятии обучающийся повторяет движения без педагога.

Проученный набор движений для конкретного танца составляется педагогом в танцевальную связку или композицию. Задача обучающегося – выучить последовательность движений.

Работа над артистичностью заключается в отработке эмоциональности исполнения танцевальных связок или композиций.

Во время проведения всех видов тренировочных занятий особое внимание уделяется качественному исполнению движений и связок.

Виды создаваемых образовательных продуктов:

Создаваемый образовательный продукт – танец. За каждый год обучающиеся представляют по два танца: первый год обучения – полька и гранд-марш, второй год обучения – вальс, полонез, третий год обучения – фигурный вальс и полонез, четвертый год обучения – фигурный вальс и венский вальс.

Оценка достижения планируемых образовательных результатов

Объектом оценивания являются образовательные результаты, включающие предметную и метапредметную составляющие, неотделимые друг от друга. Промежуточная и итоговая аттестация выявляют уровень освоения программы в целом и по отдельным ее разделам и темам. Кроме этого, формами текущего контроля являются контрольные уроки.

Учитываются:

- умение слушать музыку;

- умение выполнять движение в различных темпах;
- умение исполнять танцевальные композиции без сбоев;
- высокий уровень пространственной ориентации и музыкальности;
- демонстрация высокого уровня координации движений;
- умение корректировать свою работу в соответствии с требованиями педагога;

- проявление самостоятельности, коллективизма и взаимовыручки.

Промежуточная аттестация проходит по завершению 1, 2 и 3 года обучения: оценивается успешность и степень освоения разделов программы.

Формой промежуточной аттестации является ежегодное участие обучающихся в мероприятиях учреждения, в которых предусматриваются хореографические постановки.

Итоговая аттестация проводится в конце 4 года обучения, после завершения изучения программы: оценивается уровень освоения программы в целом. Обучающиеся демонстрируют проученные танцевальные композиции и этюды в рамках контрольного урока.

Промежуточная и итоговая аттестация предполагает трехуровневую систему оценки освоения программы: базовый, повышенный и высокий.

Основные критерии оценочной деятельности

Для оценки параметров контрольно-измерительных материалов используется трехбалльная шкала по уровням освоения дополнительной общеразвивающей программы.

Результаты обучения определяются педагогом во время аттестации обучающихся по следующим критериям:

1. Теоретические знания по основным разделам учебно-тематического плана программы (историческая справка танца, характеристика танца, исходное положение ног, музыкальный размер, основные фигуры танца):

- овладел менее чем $\frac{1}{2}$ объема знаний, предусмотренных программой – базовый уровень;
- объем усвоенных знаний составляет более $\frac{1}{2}$ – повышенный уровень;
- освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период – высокий уровень.

2. Владение специальной терминологией, осмысленность и правильность использования специальной терминологии (название движений на французском языке: па, сюр-ле кудепье, деми-плие, батман тендю, батман жете, ронд де жамб партер, пасса партер и другие):

- знает отдельные специальные термины, употребляет их редко – базовый уровень;
- сочетает специальную терминологию с бытовой – повышенный уровень;
- специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием – высокий уровень.

3. Практические умения и навыки, предусмотренные программой по

основным разделам учебно-тематического плана программы (умение просчитывать музыкальные произведения по тактам и музыкальным фразам, умение выполнять проученные позиции ног, позиции рук, тренировочные упражнения классического экзерсиса, схемы движений, комбинации и этюды танцев):

- овладел менее чем $\frac{1}{2}$ предусмотренных умений и навыков – базовый уровень;
- объем усвоенных умений и навыков составляет более $\frac{1}{2}$ -повышенный уровень;
- овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период – высокий уровень.

4. Творческие навыки (умение создавать художественный образ, артистично и пластично выполнять проученные композиции):

- в основном, выполняет задания на основе образца – базовый уровень;
- видит необходимость принятия творческих решений, выполняет практические задания с элементами творчества с помощью педагога – повышенный уровень;
- выполняет практические задания с элементами творчества самостоятельно – высокий уровень.

5. Умение слушать и слышать педагога, принимать во внимание мнение других людей (адекватность восприятия информации, идущей от педагога):

- испытывает серьезные затруднения в концентрации внимания, с трудом воспринимает учебную информацию – базовый уровень;
- слушает и слышит педагога, воспринимает учебную информацию при напоминании и контроле, иногда принимает во внимание мнение других – повышенный уровень;
- сосредоточен, внимателен, слушает и слышит педагога, адекватно воспринимает информацию, уважает мнение других – высокий уровень.

6. Аккуратность и ответственность в работе:

- испытывает серьезные затруднения при необходимости работать аккуратно, нуждается в постоянном контроле и помощи педагога – базовый уровень;
- работает аккуратно, но иногда нуждается в напоминании и внимании педагога – повышенный уровень;
- аккуратно, ответственно выполняет работу, контролирует себя сам – высокий уровень.

7. Соблюдение в процессе деятельности правил безопасности (соответствие реальных навыков соблюдения правил безопасности программным требованиям):

- овладел менее чем $\frac{1}{2}$ объема навыков соблюдения правил ТБ, предусмотренных программой – базовый уровень;
- объем усвоенных навыков составляет более $\frac{1}{2}$ - повышенный

уровень;

- освоил практически весь объем навыков, предусмотренных программой за конкретный период, и всегда соблюдает их в процессе работы требования охраны труда – высокий уровень.

Условия реализации программы

Обязательным является наличие у обучающихся формы во время занятий: белые футболки, чёрные шорты, белые носки, мягкие балетные туфли (чешки).

Кадровые условия: педагог дополнительного образования, концертмейстер (предпочтительно – фортепиано).

Материально-технические: наличие зала для занятий ритмикой и танцами, из расчета 3 м² на одного обучающегося, с одной из стен, оборудованной зеркалами в полный рост. Полы в зале должны быть дощатыми некрашеными или покрытыми специальным линолеумом. Для музыкального сопровождения необходим музыкальный центр либо фортепиано/баян для концертмейстера.

Оценочные материалы программы «Основы танца»Форма аттестации опрос

№ п/ п	ФИО обучающегося	Критерий 1 (Теоретические знания по основным разделам учебно-тематического плана программы)	Критерий 2 (Владение специальной терминологией, осмысленность и правильность использования специальной терминологии)	ИТОГ
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				

