

***Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
детско-юношеский центр «Ритм» п. Добринка Липецкой области***

Утверждаю:
Директор МБУ ДО ДЮЦ «Ритм»
_____ Л.М.Мочалова

Приказ № 108 от 22.08.2024г.

Рассмотрено методическим советом
Протокол №3 от 17.08.2024г.

Принято на Педагогическом Совете
Протокол № 3 от 22.08.2024 г

**Дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
художественной направленности
«Легкий шаг»**

***Возраст учащихся: 13 -16 лет
Срок реализации программы: 1 год***

***Составитель: Ивашкова Любовь Владимировна
педагог дополнительного образования
МБУ ДО ДЮЦ «Ритм»***

***Липецкая область
п. Добринка
2024 г.***

Содержание

1.Пояснительная записка.....	3 - 4
2.Цель и задачи.....	4-5
3.Планируемые результаты.....	6
4.Учебный план.....	6
5.Календарный учебный график.....	7
6. Содержание программы.....	7-15
6.1.Содержание курса «Легкий шаг».....	7-15
7. Рабочая программа.....	16-20
8.Организационно-педагогические условия.....	21
8.1.Оценочные материалы по итоговой аттестации.....	21
8.2.Кадровое обеспечение программы.....	21
8.3.Материально-техническое оснащение программы.....	21
9.Учебно-методическое обеспечение программы.....	21
10. Воспитательная работа.....	21-23
10.1. План воспитательной работы с учащимися.....	21-22
10.2. План работы с родителями (законными представителями).....	22-23

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Детский хореографический коллектив – это особая среда, предоставляющая самые широчайшие возможности для развития ребенка: от изначального пробуждения интереса к искусству танца до овладения основами профессионального мастерства. Хореография как вид искусства обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Это синтетический вид искусства, основным средством которого является движение во всем его многообразии. Высочайшей выразительности оно достигает при музыкальном оформлении. Музыка – это опора танца.

Танцевальное искусство обладает огромной силой в воспитании творческой, всесторонне развитой личности. Занятия хореографией приобщают ребенка к миру прекрасного, воспитывают художественный вкус. Соприкосновение с танцем учит детей слушать, воспринимать, оценивать и любить музыку.

Хореографические занятия совершенствуют детей физически, укрепляют их здоровье. Они способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру. Эти занятия хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и, в целом, повышают жизненный тонус учащегося.

Программа разработана в соответствии с требованиями нормативно-правовых актов:

- Федеральный закон от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015г. № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»;

- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года №678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 года № СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;

- Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006 № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;

- Устав МБУ ДО ДЮЦ «Ритм» п.Добринка.

Направленность программы: художественная. Программа разработана автором на основе длительного опыта работы с разновозрастными детскими коллективами в данной области и посвящена знакомству с искусством хореографии.

Новизна данной программы в том, что она направлена на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца.

Актуальность программы состоит в том, что в данной деятельности создаются условия для самореализации всех детей, имеющих желание заниматься танцевальным творчеством. Большое внимание уделяется индивидуальности каждого ребенка. В основу личностно-ориентированного обучения входит, с одной стороны, классическая методика, с другой стороны – компоненты, не имеющие ничего общего со сроками и темпами

развития. Все дети включены в общую конструктивную, творческую деятельность. Безусловно, что у каждого ребенка здесь своя «скорость» и «стиль» при вхождении в коллектив. Педагог должен методично работать, чтобы увлечь каждого. Преодолеть трудности помогает осуществление индивидуального подхода при одинаковых заданиях для всех. Учитывается тип личности, уровень подготовки ребенка, его умение сосредоточиться на разных аспектах задания.

Педагогическая целесообразность программы объясняется основными принципами, на которых основывается вся программа, это – принцип взаимосвязи обучения и развития; принцип взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей, дает детям возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности. Эстетическое воспитание помогает становлению основных качеств личности: активности, самостоятельности, трудолюбия. Программный материал нацелен на развитие ребенка, на приобщение его к здоровому образу жизни в результате разностороннего воспитания (развитие разнообразных движений, укрепление мышц; понимание детьми связи красоты движений с правильным выполнением физических упражнений и др.).

2 .ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ

Цель программы - создание условий для гармоничного развития личности, обогащение духовной культуры через обучение основам танцевального искусства, развитие способности к самовыражению языком танца.

Задачи:

Образовательные:

- изучение элементов классического, народного танцев;
- формирование музыкально-ритмических навыков (умение двигаться и реализовывать себя под музыку);
- обучение правильному дыханию (дыхательные упражнения);
- изучение упражнений для развития тела и укрепления здоровья (улучшение физических данных, формирование осанки
- умение слышать в движении метр (сильную долю такта), простейший ритмический рисунок, менять движения в соответствии с двух- и трехчастной формой, и музыкальными фразами.

Развивающие:

- совершенствование психомоторных способностей детей (развитие ловкости, точности, силовых и координационных способностей; развитие равновесия, силы, укрепление мышечного аппарата);
- развитие мелкой моторики, памяти, внимания, воображения;
- развитие музыкальных способностей (развитие чувства ритма, умение слушать музыку;
- развитие координации и укрепления опорно-двигательного аппарата.

Воспитательные:

- воспитание у детей интереса к танцевальному искусству;
- воспитание умения вести себя в группе во время движения, танцев и игр, формирование культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми;
- воспитание чувства товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

Отличительные особенности программы

Организация и проведение занятий строятся с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей. В процессе усвоения содержания программы учитывается уровень специальных знаний, умений, навыков, степень самостоятельности детей. При реализации данной программы, учащиеся приобретают навыки активной

коллективной деятельности при обязательном и непрерывном самосовершенствовании, как в физическом, так и эмоциональном аспекте. Данная программа в методическом плане позволяет решить задачи начального и последующего танцевального обучения с учётом индивидуальных и возрастных особенностей учащихся. В основе программы лежит комплексный подход к обучению танцам. Он заключается в гармоничном сочетании основ хореографии, музыки, пластики и танцев народов мира. Танцевальный репертуар и физическая нагрузка в программе спланированы с учётом специфики возраста учащихся, их интересов, уровня интеллектуального и физического развития, что позволяет последовательно реализовывать принцип постепенности обучения, движения от простого к сложному, и к ещё более сложному. В процессе обучения, учащиеся готовятся к концертным выступлениям, воспитывают в себе силу воли, дисциплинированность, стремление быть лучшими. В процесс включаются не только сами ученики, педагоги, но и родители учащихся. Конечно же, все педагоги понимают, как важны поддержка и понимание тех, кто находится в непосредственной близости к ребёнку: родных, друзей. Предполагается минимальным уровень сложности общеразвивающей программы, обеспечивающий прием всех обучающихся без предъявления специальных требований

Адресат программы

Возраст учащихся 13-16 лет. Занятия проводятся для всех желающих вне зависимости от имеющейся теоретической и практической подготовки по предмету с учетом возрастных особенностей учащихся. Занятия проводятся как в разновозрастных группах, так и в группах, объединенных по возрасту учащихся.

Формы обучения и виды занятий

Основная форма образовательной работы с детьми: групповые музыкально-тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка.

Также занятия могут проходить в форме экскурсий, игры, викторины, конкурса, праздника и т.п. Используются как индивидуальные, так и групповые и фронтальные формы работы с учащимися; применяются наглядные, словесные и практические методы обучения. На занятиях для более полного и образного раскрытия темы, создания творческого настроения и поддержания благоприятного психологического климата используются детская литература, народный фольклор, публикации в СМИ на темы хореографического творчества, музыкальное оформление.

Обязательным является применение на занятиях здоровьесберегающих технологий: чередование различных видов деятельности, проведение динамических пауз, создание условий для работы каждого учащегося в комфортном для него режиме и темпе, предъявление посильных для учащихся требований в области интеллектуальных и физических действий в соответствии с индивидуальными особенностями психофизического развития конкретного ребёнка.

По программе предлагается определенный минимум умений, навыков, сведений по хореографии. На каждом этапе обучения на занятия сочетаются все виды деятельности: 1) азбука музыкального движения, 2) элементы классического танца, 3) гимнастика, 4) народный танец, 5) постановочная работа. Хотя программа разделена на отдельные тематические части, но в связи со спецификой занятий в хореографическом кружке, границы их несколько сглаживаются: на одном занятии могут изучаться элементы классического, народного танца, элементы гимнастики, азбука музыкального движения, постановочная работа. Работа строится таким образом, чтобы не нарушать целостный педагогический процесс, учитывая тренировочные цели, задачи эстетического воспитания и конкретные перспективы коллектива.

Особенность набора детей состоит в том, что прийти туда может ребенок и подросток с разным уровнем подготовки

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

По курсу «Легкий шаг» учащийся должен:

1. На основных элементах классического танца выработать силу ног путем введения полупальцев в экзерсис у станка и увеличение количества упражнений.
2. Уметь исполнять несложные комбинации из изученных на предыдущих годах обучения элементов классического танца.
3. Научиться держать точку при простейших вращениях по 6 позиции.
4. Уметь использовать простые прыжки классического танца.
5. Исполнять в народном танце простые дроби, «веревочку», простой «ключ».
6. Освоить простейшие элементы украинского танца.

Наименование раздела	Обучающийся должен знать	Обучающийся должен уметь
Элементы классического танца	- правила поведения на занятиях; - расписание занятий; - методику исполнения элементов классического танца, танцевальные комбинации	- самостоятельно исполнить элементы и комбинации и соединить их с музыкой
Элементы народного танца	- методику и характер исполнения элементов народного танца. - знать выученные танцевальные комбинации.	- самостоятельно показать изученные элементы народного танца, танцевальные комбинации и соединить их с музыкой.
Постановочная и репетиционная работа	- знать методику исполнения танцевальных элементов; - последовательность исполняемых движений; - рисунок и перестроения в танце. - изучаемый репертуар.	- уметь использовать знакомые движения в танце; - соединить движения с музыкой; - самостоятельно исполнить танцевальную комбинацию с музыкой.

4. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

По курсу «Легкий шаг»

Тема	Всего часов	Теоретических часов	Практических часов	Формы аттестации (контроля)
Элементы классического танца	60	2	58	Выполнение контрольного задания
Элементы народного танца	60	-	60	Выполнение контрольного задания
Постановочная репетиционная работа	40	-	40	Отчетный концерт
ИТОГО:	160	2	158	

5. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Начало учебных занятий – 02.09.2024 г.

Начало учебного года для групп второго и последующего годов обучения – 02.09.2024 г.

Начало занятий для групп первого года обучения – не позднее 10.09.2024 г.

Продолжительность учебного года 40 учебных недель (с 01 сентября по 30 июня)

Режим занятий.

Продолжительность учебного занятия:

2 занятия по 45 минут с перерывом 10 минут. Занятия проводятся 2 раза в неделю.

Для организации занятий формируются группы по 10 – 15 человек в возрасте от 13 до 16 лет.

Объем программы: 160 учебных часов;

Срок реализации программы: 1 год

Аттестация учащихся.

Виды аттестации: итоговая аттестация.

Формы аттестации: итоговая аттестация – отчетный концерт

6. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

6.1. Содержание курса «Легкий шаг»

Раздел 1. Элементы классического танца (60 ч.)

Тема 1. Вводное занятие (2ч)

1.1. Введение в программу.

Цели и задачи шестого года обучения, расписание занятий, внешний вид и форма учащихся. Правила по технике безопасности.

1.2. Организация рабочего места.

Запись в журнал учащихся, прием новых учеников. Построение по росту, маршировка под музыку с целью ознакомления с ритмичностью и музыкальностью учащихся.

Тема 2. Элементы классического танца у станка (34ч.)

2.1. Demi – plie по 5 позиции.

Методика исполнения движения.

2.2. Комбинация demi – plie у станка.

Расклад комбинации на счет и исполнение с музыкой.

2.3. Battements tendus с 5 позиции в сторону.

Методика исполнения движения.

2.4. Battements tendus с 5 позиции вперед.

Методика исполнения движения.

2.5. Battements tendus с 5 позиции назад.

Методика исполнения движения.

2.6. Комбинация battements tendus с 5 п. у станка.

Разучивание комбинации.

2.7. Battements tendus с demi-plies по 5 п. В сторону.

Методика исполнения движения.

2.8. Battements tendus с demi-plies по 5 п. вперед.

Выполнение упражнения.

2.9. *Battements tendus -plies no 5 n.назад.*

Выполнение упражнения.

2.10. Комбинация *battements tendus c demi-plies no 5 n.*

Выполнение упражнения.

2.11. *Комбинация plie у станка.*

Разучивание комбинации.

2.12. *Battements tendus с опусканием пятки во 2 п.*

Выполнение упражнения.

2.13. *Preparationkronddejambeparterreendehors.*

Методика выполнения упражнения.

2.14. *Наклоны корпуса в сторону, стоя лицом к палке.*

Выполнениеупражнения.

2.15. *Preparation к rond de jambe par terre en dedans.*

Методика выполнения упражнения.

2.16. *Battements tendus jetes из 5 п.у станка.*

Методика исполнения движения.

2.17. *Комбинация Battements tendu sjetes из 5 п. у станка.*

Разучивание комбинации.

2.18. *Первое port de bras у станка на epaulement.*

Методика исполнения упражнения.

2.19. *Rond de jambe par terre en dehors из 5 п.*

Методика исполнения движения.

2.20. *Rond de jambe par terre en dedans из 5 позиции.*

Методика исполнения движения.

2.21.*Комбинация rond de jambe par terre из 5 п. у станка.*

Разучивание комбинации.

2.22. *Второе port de bras у станка на epaulement.*

Разучивание упражнения.

2.23. *Комбинация plie и второе port de bras.*

Разучивание комбинации.

2.24. *Temps sauté no 1 позиции у станка.*

Выполнение упражнения.

2.25. *Temps sauté no2 позиции у станка.*

Выполнение упражнения.

2.26. *Temps sauté no 5 позиции у станка.*

Выполнение упражнения.

2.27. *Комбинация temps sauté у станка.*

Разучивание комбинации.

2.28. *Battements frappes в сторону.*

Методика исполнения движения.

2.29. Четвертая позиция ног.

Методика выполнения упражнения.

2.30. *Grand plie no 1 позиции.*

Методика исполнения движения.

2.31. *Grand plie no 2 позиции.*

Методика исполнения движения.

2.32. *Grand plie no 5 позиции.*

Методика исполнения движения.

2.33. Комбинация *grand plie* у станка.

Разучивание комбинации.

2.34. 3-е *port de bras* у станка.

Методика исполнения движения.

Тема 3. Элементы классического танца на середине (22ч.)

3.1. Первое *port de bras na epaulement croise.*

Выполнение упражнения.

3.2. Второе *port de bras na epaulement croise.*

Выполнение упражнения.

3.3. Третье *port de bras na epaulement croise.*

Выполнение упражнения.

3.4. Поклон на середине зала.

Выполнение упражнения.

3.5. Комбинация *demi-plie* на середине зала.

Разучивание комбинации.

3.6. *Temps sauté no 1 позиции.*

Выполнение упражнения.

3.7. *Temps sauté no 2 позиции.*

Выполнение упражнения.

3.8. *Temps sauté no 5 позиции.*

Выполнение упражнения.

3.9. Комбинация *temps sauté* на середине зала.

Разучивание комбинации.

3.10. *Battements tendus* с 5 позиции вперед, в сторону.

Выполнение упражнения.

3.11. *Battements tendus* с 5 позиции в сторону, назад.

Выполнение упражнения.

3.12. Комбинация *battements tendus* и второе *port de bras.*

Разучивание комбинации.

3.13. *Changement de pieds* на середине зала.

Выполнение упражнения.

3.14. *Battements tendus jetes* из 5 позиции на *epaulement.*

Выполнение упражнения.

3.15. *Вращение по 5 позиции по диагонали.*

Выполнение упражнения.

3.16. *Вращение по диагонали с sou-de-pied.*

Выполнение упражнения.

3.17. *Комбинация танцевального шага.*

Разучивание комбинации.

3.18. *Demi-rond de jambe par terre en dehors.*

Выполнение упражнения.

3.19. *Demi-rond de jambe par terre en dedans.*

Выполнение упражнения.

3.20. Комбинация *demi-rond de jambe par terre.*

Разучивание комбинации.

3.21. *Pas echarpe* во 2 позицию.

Методика исполнения движения.

3.22. *Комбинация relevés* на полупальцы.

Разучивание комбинации.

Тема 4.Итоговое занятие по теме.(2ч.)

4.1. *Подведение итогов по теме: « Элементы классического танца »*

Беседа по вопросам.

4.2. *Выполнение контрольного задания по теме.*

Выполнение учащимися контрольных заданий.

Раздел 2. Элементы народного танца (60ч.)

Тема 1. Характерный тренаж (14ч.)

1.1.*Подготовка к началу движения (препарасьон).*

Выполнение упражнения.

1.2. *Переводы ног из позиции в позицию скольжением стопой по полу.*

Выполнение упражнения.

1.3. *Переводы ног из позиции в позицию броском работающей ноги на 35*.*

Методика исполнения упражнения.

1.4. *Переводы ног из позиции в позицию поворотами стоп.*

Выполнение упражнения.

1.5. *Полуприседания по 1, 2, 3 открытым позициям плавные .*

Выполнение упражнения.

1.6. *Полные приседания по 1, 2, 3 позициям плавные.*

Выполнение упражнения.

1.7. *Полуприседания и полные приседания по прямой позиции.*

Выполнение упражнения.

1.8. *Упражнение с напряженной стопой(батман тандю) из первой прямой позиции.*

Методика исполнения упражнения.

1.9. *Скольжение стопой по полу – вытягивание ноги на носок с переводом стопы на ребро каблука.*

Выполнение упражнения.

1.10. *Комбинация плие в русском характере.*

Разучивание комбинации.

1.11. *Выведение ноги на носок, каблук, носок из 3 позиции.*

Методика исполнения движения.

1.12. *Выведение ноги на носок, каблук, носок из 3 п. с полуприседанием.*

Методика исполнения упражнения.

1.13. *Комбинация упражнения «носок, каблук» в русском характере.*

Разучивание комбинации.

1.14. *Маленькие броски с одним ударом стопой в пол.*

Методика исполнения упражнения.

Тема 2. Упражнения на середине (16ч.)

2.1. *Бытовой шаг с притопом.*

Выполнение упражнения.

2.2. *Шаркающий шаг.*

Выполнение упражнения.

2.3. *Девичий ход с переступаниями вперед.*

Выполнение упражнения.

2.4. *Перескоки с ноги на ногу по 3 свободной позиции.*

Методика исполнения упражнения.

2.5. *«Моталочка» .*

Выполнение упражнения.

2.6. *Переменный шаг с притопом и с продвижением вперед.*

Выполнение упражнения.

2.7. *Переменный шаг с притопом и с продвижением назад.*

Выполнение упражнения.

2.8. *Переменный шаг с фиксацией одной ноги около икры другой.*

Выполнение упражнения.

2.9. *Девичий ход с переступаниями назад.*

Выполнение упражнения.

2.10. *Боковое припадание.*

Методика исполнения движения.

2.11. *«Веревочка» двойная.*

Методика исполнения.

2.12. *«Веревочка» простая с поочередными переступаниями.*

Выполнение упражнения.

2.13. *«Веревочка» двойная с поочередными переступаниями.*

Выполнение упражнения.

2.14. *Комбинация «веревочки» в русском характере.*

Разучивание комбинации.

2.15. *Двойная дробь.*

Выполнение упражнения на месте и с продвижением.

2.16. *Вращение на месте на припадании.*

Выполнение упражнения.

Тема 3. Элементы украинского танца (14ч.)

3.1. *Позиции и положения рук.*

Методика исполнения.

3.2. *Позиции и положения ног.*

Выполнение упражнения.

3.3. *Положение рук в парном и массовом танцах.*

Выполнение упражнения.

3.4. *Простой поклон на месте без рук.*

Методика исполнения упражнения.

3.5. *Простой поклон на месте с работой рук.*

Выполнение упражнения.

3.6. *«Тройной притоп».*

Выполнение движения.

3.7. *«Веревочка» в украинском характере.*

Выполнение движения.

3.8. *«Веревочка» в украинском характере с переступаниями.*

Выполнение упражнения.

3.9. *«Веревочка» в украинском характере в повороте.*

Выполнение упражнения.

3.10. *«Дорижка проста».*

Методика исполнения движения.

3.11. *«Дорижка плетена».*

Методика исполнения движения.

3.12. *«Выхилясник» (ковырялочка).*

Выполнение движения.

3.13. *«Выхилясник» с угинанием.*

Выполнение упражнения.

3.14. *«Бегунец».*

Методика исполнения движения.

Тема 4. Итальянский сценический танец «Тарантелла» (14 ч.)

4.1. *Положения ног в итальянском танце «Тарантелла».*

Выполнение движения.

4.2. *Положение рук в танце.*

Выполнения движений.

4.3. *Движения рук с тамбурином: удары пальцами ладони по тамбурину.*

Выполнение упражнения.

4.4. *Движения рук с тамбурином: тремоло.*

Выполнение упражнения.

4.5. *Положение корпуса в танце.*

Выполнение упражнения.

4.6. *Положение головы в танце.*

Выполнение упражнения.

4.7. *Скольжение на носок вперед в открытом положении.*

Методика исполнения упражнения.

4.8. *Шаг с ударом носком по полу с продвижением вперед.*

Методика исполнения движения.

4.9. *Комбинация на ранее изученных движениях.*

Выполнение упражнения по одному и в паре.

4.10. *Шаг с ударом носком по полу с продвижением назад.*

Выполнение упражнения.

4.11. *Шаг с ударом носком по полу с подскоком.*

Выполнение упражнения.

4.12. *Бег тарантеллы на месте.*

Методика исполнения движения.

4.13. *Бег тарантеллы с продвижением вперед.*

Методика исполнения движения.

4.14. *Этюд на середине в итальянском характере.*

Разучивание этюда .

Тема 5. Итоговое занятие по теме.(2ч.)

5.1. *Подведение итогов по теме: « Элементы народного танца »*

Беседа по вопросам.

5.2. *Выполнение контрольного задания по теме.*

Выполнение учащимися контрольных заданий.

Раздел 3. Постановочная и репетиционная работа (40ч)

Тема 1. Танец «Я на печке молотила» (18ч.)

1.1. *Основной ход танца.*

Разучивание движения.

1.2. *Перескоки по 6 позиции с поворотом корпуса.*

Разучивание движения.

1.3. *Комбинация каблучки и тройной притоп.*

Разучивание комбинации.

1.4. *«Припадание» на месте и в повороте по ¼.*

Выполнение упражнения.

1.5. *Комбинация приставного шага по 6 позиции с работой рук.*

Разучивание комбинации.

1.6. *Комбинация «моталочки» и «припадания».*

Разучивание комбинации.

1.7. *Репетиционная работа. Повторение пройденного материала.*

Выполнение упражнений.

1.8. *Простой шаг с ударом каблуком об пол.*

Разучивание движения.

1.9. *Комбинация простого шага и основного хода.*

Разучивание комбинации.

1.10. *Легкий бег на полупальцах с подъемом согнутой ноги на пассе.*

Выполнение комбинации.

1.11. *Переменный шаг с ударом каблуком с продвижением назад.*

Разучивание движения по одному и в сцеплении за руки.

1.12. *Репетиционная работа. Повторение пройденного материала.*

Выполнение упражнения.

1.13. *Первая комбинация хлопушки.*

Разучивание комбинации.

1.14. *Вторая комбинация хлопушки.*

Разучивание комбинации.

1.15. *Постановочная работа. Выход девочек.*

Разучивание комбинации.

1.16. *Постановочная работа. Выход мальчиков.*

Разучивание комбинации.

1.17. *Первая фигура танца «Воротца».*

Разучивание первой фигуры.

1.18. *Репетиционная работа. Повторение пройденного материала.*

Выполнение упражнений.

Тема 2. Танец «По берлинской мостовой» (18ч.)

2.1. *Основной ход танца.*

Разучивание движения.

2.2. *Комбинация «приседание по 6 позиции и работа рук».*

Разучивание комбинации.

2.3. *Марш на месте с подскоком и подъемом согнутой ноги в колене.*

Выполнение упражнения.

2.4. *Выпад вправо, влево и поворот на 360* вправо.*

Разучивание комбинации.

2.5. *Комбинация «каблучки» и тройной притоп.*

Разучивание комбинации.

2.6. *Присядка с выносом ноги в сторону на воздух.*

Выполнение упражнения.

2.7. *Репетиционная работа: повторение пройденного материала.*

Выполнение упражнений.

2.8. *Первое соло девочек – работа с флажками.*

Разучивание комбинации.

2.9. *Вращение на месте по 6 позиции на соскоках.*

Выполнение упражнения.

2.10. *Первая комбинация в паре.*

Разучивание комбинации.

2.11. *Комбинация паде бурре и «ковырялочка».*

Разучивание комбинации.

2.12.. *Первое соло мальчиков.*

Разучивание комбинации.

2.13. *Первая танцевальная комбинация.*

Разучивание движений.

2. 14. *Вращение по 6 позиции на подскоках.*

Выполнение упражнения.

2.15. *Репетиционная работа. Повторение пройденного материала.*

Самостоятельное исполнение изученных комбинаций.

2.16. *Постановочная работа: первая фигура – выход мальчиков.*

Разучивание рисунка первой фигуры.

2.17. *Вторая фигура танца: выход девочек.*

Разучивание рисунка первой фигуры.

2.18. *Третья фигура танца: работа с флажками.*

Выполнение упражнения.

Тема 3. Итоговое занятие по теме.(2ч.)

3.1.*Подведение итогов по теме: « Постановочная и репетиционная работа»*

Беседа по вопросам.

3.2.*Выполнение контрольного задания по теме.*

Выполнение учащимися контрольных заданий.

Тема 4. Итоговая аттестация (2ч.)

4.1. *Отчетный концерт.*

Исполнение танцевального материала.

4.2. *Определение уровня усвоения дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Легкий шаг».*

Оценка способностей детей

7.РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Календарно-тематическое планирование по курсу « Легкий шаг»

Группа №3

Работает в составе одной учебной группы. Возраст учащихся 13 -16 лет.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа на базе МБОУ «Гимназия им.

И.М.Макаренкова» с.Ольговка по следующему расписанию:

Пятница: 15.50-16.35, 16.45-17.30

Суббота: 11.50-12.35, 12.45-13.30

		Тема	Дата проведения	
			По плану	По факту
		«Содержание курса «Легкий шаг »		
		Раздел 1. Элементы классического танца (60ч)		
		Тема 1. Вводное занятие (2ч.)		
1.	1.1.	Введение в программу	06.09.2024	
2.	1.2.	Организация рабочего места	06.09.2024	
		2. Элементы классического танца у станка (34ч)		
3.	2.1.	Demi – plie по 5 позиции.	07.09.2024	
4.	2.2.	Комбинация demi – plie у станка .	07.09.2024	
5.	2.3.	Battements tendus с 5 позиции в сторону.	13.09.2024	
6.	2.4.	Battements tendus с 5 позиции вперед.	13.09.2024	
7.	2.5.	Battements tendus с 5 позиции назад.	14.09.2024	
8.	2.6.	Комбинация battements tendus с 5 п. у станка.	14.09.2024	
9.	2.7.	Battements tendus с demi-plies по 5 позиции в сторону.	20.09.2024	
10.	2.8.	Battements tendus с demi-plies по 5 п. вперед.	20.09.2024	
11.	2.9.	Battements tendus с demi-plies по 5 п. назад.	21.09.2024	
12.	2.10.	Комбинация battements tendus с demi-plies по 5п.	21.09.2024	
13.	2.11.	Комбинация plie у станка.	27.09.2024	
14.	2.12.	Battements tendus с опусканием пятки во 2 п.	27.09.2024	
15.	2.13.	Preparation к rond de jambe par terre en dehors.	28.09.2024	
16.	2.14.	Наклоны корпуса в сторону, стоя лицом к палке.	28.09.2024	
17.	2.15.	Preparation к rond de jambe par terre en dedans.	04.10.2024	
18.	2.16.	Battements tendus jetes из 5 п. у станка.	04.10.2024	
19.	2.17.	Комбинация Battements tendus jetes из 5 п. у станка	05.10.2024	
20.	2.18.	Первое port de bras у станка на epaulement.	05.10.2024	
21.	2.19.	Rond de jambe par terre en dehors из 5 п.	11.10.2024	
22.	2.20.	Rond de jambe par terre en dedans из 5 позиции.	11.10.2024	
23.	2.21.	Комбинация rond de jambe par terre из 5 п. у станка.	12.10.2024	
24.	2.22.	Второе port de bras у станка на epaulement.	12.10.2024	

25.	2.23.	Комбинация plie и второе port de bras.	18.10.2024	
26.	2.24.	Temps sauté по 1 позиции у станка.	18.10.2024	
27.	2.25.	Temps sauté по 2 позиции у станка.	19.10.2024	
28.	2.26.	Temps sauté по 5 позиции у станка.	19.10.2024	
29.	2.27.	Комбинация temps sauté у станка.	25.10.2024	
30.	2.28.	Battements frappes в сторону.	25.10.2024	
31.	2.29.	Четвертая позиция ног.	26.10.2024	
32.	2.30.	Grand plie по 1 позиции.	26.10.2024	
33.	2.31.	Grand plie по 2 позиции.	01.11.2024	
34.	2.32.	Grand plie по 5 позиции.	01.11.2024	
35.	2.33.	Комбинация grand plie у станка.	02.11.2024	
36.	2.34.	3-е port de bras у станка.	02.11.2024	
		Тема 3. Элементы классического танца на середине (22ч)		
37.	3.1.	Первое port de bras на epaulement croise.	08.11.2024	
38.	3.2.	Второе port de bras на epaulement croise.	08.11.2024	
39.	3.3.	Третье port de bras на epaulement croise.	09.11.2024	
40.	3.4.	Поклон на середине зала.	09.11.2024	
41.	3.5.	Комбинация demi-plie на середине зала.	15.11.2024	
42.	3.6.	Temps sauté по 1 позиции.	15.11.2024	
43.	3.7.	Temps sauté по 2 позиции.	16.11.2024	
44.	3.8.	Temps sauté по 5 позиции.	16.11.2024	
45.	3.9.	Комбинация temps sauté на середине зала.	22.11.2024	
46.	3.10.	Battements tendus с 5 позиции вперед, в сторону.	22.11.2024	
47.	3.11.	Battements tendus с 5 позиции в сторону, назад.	23.11.2024	
48.	3.12.	Комбинация battements tendus и второе port de bras.	23.11.2024	
49.	3.13.	Changement de pieds на середине зала.	29.11.2024	
50.	3.14.	Battements tendus jetes из 5 позиции на epaulement.	29.11.2024	
51.	3.15.	Вращение по 5 позиции по диагонали.	30.11.2024	
52.	3.16.	Вращение по диагонали с sou-de-pied.	30.11.2024	
53.	3.17.	Комбинация танцевального шага.	06.12.2024	
54.	3.18.	Demi-rond de jambe par terre en dehors.	06.12.2024	
55.	3.19.	Demi-rond de jambe par terre en dedans.	07.12.2024	
56.	3.20.	Комбинация demi-rond de jambe par terre.	07.12.2024	
57.	3.21.	Pas echappe во 2 позицию.	13.12.2024	
58.	3.22.	Комбинация relevés на полупальцы.	13.12.2024	
		4. Итоговое занятие по теме (2ч)		
59.	4.1.	Подведение итогов по теме: «Элементы классического танца»	14.12.2024	
60.	4.2.	Выполнение контрольного задания по теме	14.12.2024	
		Раздел 2. Элементы народного танца (60ч)		
		Тема 1. Характерный тренаж (14ч)		
61.	1.1.	Подготовка к началу движения (препарасьон).	20.12.2024	

62.	1.2.	Переводы ног из позиции в позицию скольжением стопой по полу.	20.12.2024	
63.	1.3.	Переводы ног из позиции в позицию броском работающей ноги на 35*.	21.12.2024	
64.	1.4.	Переводы ног из позиции в позицию поворотами стоп.	21.12.2024	
65.	1.5.	Полуприседания по 1, 2, 3 открытым позициям плавные .	27.12.2024	
66.	1.6.	Полные приседания по 1, 2, 3 позициям плавные.	27.12.2024	
67.	1.7.	Полуприседания и полные приседания по прямой позиции.	28.12.2024	
68.	1.8.	Упражнение с напряженной стопой(батман тандю) из первой прямой позиции.	28.12.2024	
69.	1.9.	Скольжение стопой по полу – вытягивание ноги на носок с переводом стопы на ребро каблука.	10.01.2025	
70.	1.10.	Комбинация плие в русском характере.	10.01.2025	
71.	1.11.	Выведение ноги на носок, каблук, носок из 3 позиции.	11.01.2025	
72.	1.12.	Выведение ноги на носок, каблук, носок из 3 п. с полуприседанием.	11.01.2025	
73.	1.13.	Комбинация упражнения «носок, каблук» в русском характере.	17.01.2025	
74.	1.14.	Маленькие броски с одним ударом стопой в пол.	17.01.2025	
		Тема 2. Упражнения на середине (16ч)		
75.	2.1.	Бытовой шаг с притопом.	18.01.2025	
76.	2.2.	Шаркающий шаг.	18.01.2025	
77.	2.3.	Девичий ход с переступаниями вперед.	24.01.2025	
78.	2.4.	Перескоки с ноги на ногу по 3 свободной позиции.	24.01.2025	
79.	2.5.	«Моталочка» .	25.01.2025	
80.	2.6.	Переменный шаг с притопом и с продвижением вперед.	25.01.2025	
81.	2.7.	Переменный шаг с притопом и с продвижением назад.	31.01.2025	
82.	2.8.	Переменный шаг с фиксацией одной ноги около икры другой	31.01.2025	
83.	2.9.	Девичий ход с переступаниями назад.	01.02.2025	
84.	2.10.	Боковое припадание.	01.02.2025	
85.	2.11.	«Веребочка» двойная.	07.02.2025	
86.	2.12.	«Веребочка» простая с поочередными переступаниями.	07.02.2025	
87.	2.13.	«Веребочка» двойная с поочередными переступаниями	08.02.2025	
88.	2.14.	Комбинация «веревочки» в русском характере.	08.02.2025	
89.	2.15.	Двойная дробь.	14.02.2025	
90.	2.16.	Вращение на месте на припадании.	14.02.2025	
		Тема 3. Элементы украинского танца (14ч)		
91.	3.1.	Позиции и положения рук.	15.02.2025	
92.	3.2.	Позиции и положения ног.	15.02.2025	
93.	3.3.	Положение рук в парном и массовом танцах.	21.02.2025	
94.	3.4.	Простой поклон на месте без рук.	21.02.2025	
95.	3.5.	Простой поклон на месте с работой рук.	22.02.2025	

96.	3.6.	«Тройной притоп».	22.02.2025	
97.	3.7.	«Веревочка» в украинском характере.	28.02.2025	
98.	3.8.	«Веревочка» в украинском характере с переступаниями.	28.02.2025	
99.	3.9.	«Веревочка» в украинском характере в повороте.	01.03.2025	
100.	3.10.	«Дорожка проста».	01.02.2025	
101.	3.11.	«Дорижка плетена».	07.03.2025	
102.	3.12.	«Выхияльник» (ковырялочка).	07.03.2025	
103.	3.13.	«Выхияльник» с угинанием.	14.03.2025	
104.	3.14.	«Бегунец».	14.03.2025	
		Тема 4. Итальянский сценический танец «Тарантелла» (14ч)		
105.	4.1.	Положения ног в итальянском танце «Тарантелла».	15.03.2025	
106.	4.2.	Положение рук в танце.	15.03.2025	
107.	4.3.	Движения рук с тамбурином: удары пальцами ладони по тамбурину.	21.03.2025	
108.	4.4.	Движения рук с тамбурином: тремоло.	21.03.2025	
109.	4.5.	Положение корпуса в танце.	22.03.2025	
110.	4.6.	Положение головы в танце.	22.03.2025	
111.	4.7.	Скольжение на носок вперед в открытом положении.	28.03.2025	
112.	4.8.	Шаг с ударом носком по полу с продвижением вперед.	28.03.2025	
113.	4.9.	Комбинация на ранее изученных движениях.	29.03.2025	
114.	4.10.	Шаг с ударом носком по полу с продвижением назад.	29.03.2025	
115.	4.11.	Шаг с ударом носком по полу с подскоком	04.04.25	
116.	4.12.	Бег тарантеллы на месте.	04.04.2025	
117.	4.13.	Бег тарантеллы с продвижением вперед.	05.04.2025	
118.	4.14	<i>Этюд на середине в итальянском характере.</i>	05.04.2025	
		Тема 5. Итоговое занятие по теме (2ч)		
119.	5.1.	Подведение итогов по теме: « Элементы народного танца »	11.04.2025	
120.	5.2.	Выполнение контрольного задания по теме.	11.04.2025	
		Раздел 3. Постановочная и репетиционная работа (40ч)		
		Тема 1. Танец «Я на печке молотила» (18ч)		
121.	1.1.	Основной ход танца.	12.04.2025	
122.	1.2.	Перескоки по 6 позиции с поворотом корпуса.	12.04.2025	
123.	1.3.	Комбинация каблучки и тройной притоп.	18.04.2025	
124.	1.4.	«Припадание» на месте и в повороте по ¼.	18.04.2025	
125.	1.5.	Комбинация приставного шага по 6 позиции с работой рук.	19.04.2025	
126.	1.6.	Комбинация «моталочки» и «припадания».	19.04.2025	
127.	1.7.	Репетиционная работа. Повторение пройденного материала.	25.04.2025	
128.	1.8.	Простой шаг с ударом каблуком об пол.	25.04.2025	

129.	1.9.	Комбинация простого шага и основного хода.	26.04.2025	
130.	1.10.	Легкий бег на полупальцах с подъемом согнутой ноги на пассе	26.04.2025	
131.	1.11.	Переменный шаг с ударом каблуком с продвижением назад.	03.05.2025	
132.	1.12.	Репетиционная работа. Повторение пройденного материала.	03.05.2025	
133.	1.13	Первая комбинация хлопушки.	10.05.2025	
134.	1.14	Вторая комбинация хлопушки.	10.05.2025	
135.	1.15	Постановочная работа. Выход девочек.	16.05.2025	
136.	1.16 .	Постановочная работа. Выход мальчиков.	16.05.2025	
137.	1.17 .	Первая фигура танца «Воротца».	17.05.2025	
138.	1.18	Репетиционная работа. Повторение пройденного материала	17.05.2025	
		Тема 2. Танец «По берлинской мостовой» (18ч.)		
139.	2.1.	Выпад вправо, влево и поворот на 360* вправо.	23.05.2025	
140.	2.2.	Комбинация «каблучки и тройной притоп»	23.05.2025	
141.	2.3.	Марш на месте с подскоком и подъемом согнутой ноги в колене.	24.05.2025	
142.	2.4.	Выпад вправо, влево и поворот на 360* вправо.	24.05.2025	
143.	2.5.	Комбинация «каблучки» и тройной притоп.	30.05.2025	
144.	2.6.	Присядка с выносом ноги в сторону на воздух	30.05.2025	
145.	2.7.	Репетиционная работа: повторение пройденного материала	31.05.2025	
146.	2.8.	Первое соло девочек – работа с флажками	31.05.2025	
147.	2.9.	Вращение на месте по 6 позиции на соскоках	06.06.2025	
148.	2.10.	Первая комбинация в паре.	06.06.2025	
149.	2.11.	Комбинация па де бурре и «ковырялочка».	07.06.2025	
150.	2.12.	Первое соло мальчиков	07.06.2025	
151.	2.13.	Первая танцевальная комбинация	13.06.2025	
152.	2.14.	Вращение по 6 позиции на подскоках.	13.06.2025	
153.	2.15.	Репетиционная работа. Повторение пройденного материала	14.06.2025	
154.	2.16.	Постановочная работа: первая фигура – выход мальчиков	14.06.2025	
155.	2.17.	Вторая фигура танца: выход девочек.	20.06.2025	
156.	2.18.	Третья фигура танца: работа с флажками	20.06.2025	
		Тема 3. Итоговое занятие по теме Постановочная и репетиционная работа» (2ч)		
157.	3.1.	Подведение итогов по теме: « Постановочная и репетиционная работа»	21.06.2025	
158.	3.2.	Выполнение контрольного задания по теме.	21.06.2025	
		Тема 4. Итоговая аттестация – 2ч		
159.	4.1.	Отчетный концерт	27.06.2025	
160.	4.2.	Определение уровня усвоения дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Легкий шаг».	27.06.2025	

8. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

8.1. Оценочные материалы по итоговой аттестации.

Форма итоговой аттестации: отчетный концерт

Оцениваются: качество и аккуратность выполнения танцевальных композиций, артистичность.

8.2. Кадровое обеспечение программы.

Программу «Мир танца» реализует педагог дополнительного образования, имеющий I квалификационную категорию, прошедший переподготовку по должности «Педагог дополнительного образования» по теме «Педагогика дополнительного образования».

8.3. Материально-техническое оснащение программы:

-Танцевальный зал, нотно-методическая литература, учебники и пособия по хореографии, музыкальный центр, ноутбук, сценические костюмы.

9.УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. – Л., 1983.
2. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. М., 1972, вып. 1.
3. Ваганова А.Я. Основы классического танца. – Л.-М., 1963.
4. Программа для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ.- 1981.
5. Климов А. Основы русского народного танца. – М.1994.
6. Барышникова Т. Азбука хореографии. – 1999.
7. Конорова Е.В. Эстетическое воспитание средствами хореографического искусства.М.,1963.
8. Васильева Т.А. Балетная осанка. М., 1993.
- 9.Барышникова Т. Азбука хореографии. – 1999.
5. Углов Ф.Г Береги честь и здоровье смолоду. М., 1991.

10. ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА.

10.1. План воспитательной работы с учащимися.

№	Мероприятия	Дата проведения	Место проведения	Ответственные
1.	Комплектование учебных групп	28.08.2024 – 10.09.2024	МБУ ДО ДЮЦ «Ритм»	Ивашкова Л.В.
2.	Познавательное мероприятие «Мой безопасный маршрут» (в рамках регионального месячника по профилактике детского дорожно-транспортного травматизма «Внимание, дети!»)	11.09.2024 – 20.09.2024	МБУ ДО ДЮЦ «Ритм»	Ивашкова Л.В.
3.	Просмотр и обсуждение видеофильмов по хореографическому искусству	В течение года	МБУ ДО ДЮЦ «Ритм»	Ивашкова Л.В.
4.	Проведение бесед: -правила дорожного движения,	Октябрь, ноябрь	МБУ ДО ДЮЦ «Ритм»	Ивашкова Л.В.

	-профилактика вредных привычек			
5.	Познавательное мероприятие по безопасности в зимний период «Зима: твоя безопасность дома, на дороге, в природе»	02.12.2024 – 11.12.2024	МБУ ДО ДЮЦ «Ритм»	Ивашкова Л.В.
6.	Беседа о соблюдении санитарии, гигиены и внешнего вида на занятиях	январь	МБУ ДО ДЮЦ «Ритм»	Ивашкова Л.В.
7.	Участие в праздничных концертах	24.02.2025 – 07.03.2025	МБУ ДО ДЮЦ «Ритм»	Ивашкова Л.В.
8.	Посещение открытых занятий в старших группах	17.03.2024 – 24.04.2024	МБУ ДО ДЮЦ «Ритм»	Ивашкова Л.В.
9.	Познавательное мероприятие «Половодье: безопасность на водоемах»	март	МБУ ДО ДЮЦ «Ритм»	Ивашкова Л.В.
10.	Собрание по решению текущих вопросов	В течение года	МБУ ДО ДЮЦ «Ритм»	Ивашкова Л.В.
11.	Экскурсия в Добринскую центральную районную библиотеку, посвящённая Дню Победы	05.05.2025 – 07.05.2025	Добринская ЦРБ	Ивашкова Л.В.
12.	Познавательное мероприятие «Правила дорожного движения – правила для всех!» в рамках регионального месячника по профилактике детского дорожно-транспортного травматизма «Внимание, дети!»	май	МБУ ДО ДЮЦ «Ритм»	Ивашкова Л.В.
13.	Игровая программа «Ура! Каникулы!», посвящённая Дню защиты детей.	01.06.2025	МБУ ДО ДЮЦ «Ритм»	Ивашкова Л.В.
14.	Участие в конкурсах и фестивалях детского творчества различных уровней	В течение года в соответствии с планом воспитательной работы ДЮЦ «Ритм»	МБУ ДО ДЮЦ «Ритм»	Ивашкова Л.В.
15.	Участие в массовых мероприятиях МБУ ДО «Ритм»	В течение года в соответствии с планом воспитательной работы ДЮЦ «Ритм»	МБУ ДО ДЮЦ «Ритм»	Ивашкова Л.В.

10.2. План работы с родителями (законными представителями)

№	Мероприятия	Дата проведения	Место проведения	Ответственные
1.	Родительские собрания. Планирование работы на год. Знакомство с родителями новичков	28.08.2024 – 10.09.2024;	МБУ ДО ДЮЦ «Ритм»	Ивашкова Л.В.
2.	Раздача информационных буклетов, памяток родителям по вопросам безопасности дорожного движения (в рамках региональных месячников по профилактике детского дорожно-транспортного травматизма «Внимание, дети!»)	Сентябрь, май	МБУ ДО ДЮЦ «Ритм»	Ивашкова Л.В.
3.	Индивидуальные консультации по вопросам учебно-воспитательной деятельности в объединении	В течение года	МБУ ДО ДЮЦ «Ритм»	Ивашкова Л.В.
4.	Концертная программа ко дню матери	ноябрь	МБУ ДО ДЮЦ «Ритм»	Ивашкова Л.В.
5.	Открытые уроки для родителей по группам	декабрь	МБУ ДО ДЮЦ «Ритм»	Ивашкова Л.В.
6.	Посещение концертов к 23 февраля и 8 марта	20.02.2025 – 07.03.2025	МБУ ДО ДЮЦ «Ритм»	Ивашкова Л.В.
7.	Привлечение родителей к сотрудничеству при подготовке учащихся к участию в конкурсах и выставках детского творчества различных уровней	В течение года в соответствии с планом воспитательной работы ДЮЦ «Ритм»	МБУ ДО ДЮЦ «Ритм»	Ивашкова Л.В.
8.	Привлечение родителей к участию в массовых мероприятиях МБУ ДО «Ритм»	В течение года в соответствии с планом воспитательной работы ДЮЦ «Ритм»	МБУ ДО ДЮЦ «Ритм»	Ивашкова Л.В.