

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА № 4»

ПРИНЯТО

Педагогический совет

МАОУ ДО ЦДТ № 4

Протокол № 1 от «31» августа 2026г.

УТВЕРЖДАЮ

директор МАОУ ДО ЦДТ № 4

Л.Н. Тарасенко

Приказ № 110 от «01» сентября 2026 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Сувенир - танец»

Направленность художественная

Уровень базовый

Возраст обучающихся 10-13 лет

Срок реализации программы 4 года (288 часов)

Авторы – составители:
педагоги дополнительного образования
Мизин Виталий Николаевич
Елтышев Михаил Васильевич

Красноярск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

Пояснительная записка	3
Цели и задачи программы	6
Содержание программы	7
Планируемые результаты	16

КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

Календарный учебный график	17
Условия реализации программы	18
Формы аттестации и оценочные материалы	19
Методические материалы	20
Воспитательная деятельность	21
Список литературы	24

КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная программа разработана в соответствии с основными нормативными документами в сфере образования Российской Федерации и Красноярского края:

- 1) Конвенция о правах ребёнка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989) (вступила в силу для СССР 15.09.1990);
- 2) Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- 3) Постановление Правительства Российской Федерации от 26.12.2017 № 1642 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования»;
- 4) Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р. «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- 5) Распоряжение Правительства Российской Федерации от 12.11.2020 № 2945-р. «Об утверждении плана мероприятий по реализации в 2021-2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- 6) Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей и признании утратившим силу Распоряжения Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р» (вместе с «Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года»);
- 7) Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.06.2022 № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- 8) Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования»;
- 9) Постановление Правительства РФ от 11.10.2023 № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- 10) Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.08.2015 № АК-2563/05 «О методических рекомендациях по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»;

11) Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);

12) Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 31.01.2022 № ДГ-245/06 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»);

13) Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 02.06.2026 № 19 «Об утверждении СП 2.4.2.4283-26 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

14) Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 года № 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»;

15) Распоряжение администрации города Красноярска от 11.02.2021 № 7-соц «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования в системе образования в городе Красноярске».

Данная программа разработана с учетом Методических рекомендаций по разработке и оформлению дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ Регионального модельного центра дополнительного образования детей Красноярского края (2025г.).

Реализация данной программы осуществляется в соответствии с уставом муниципального автономного образовательного учреждения дополнительного образования «Центр детского творчества № 4» (далее – МАОУ ДО ЦДТ № 4) и локальными нормативными актами, регулирующими деятельность МАОУ ДО ЦДТ № 4.

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по народному танцу «Сувенир» - танец» базового уровня имеет художественную направленность, способствует выявлению и развитию интересов обучающихся, приобщению их к основам хореографического искусства.

Программа ориентирована на гармоничное развитие физических качеств учеников 10–13 лет средствами хореографии. Основной акцент сделан на всестороннее развитие личности через танец, формирование эстетического вкуса, уважения к культурным традициям, а также на укрепление здоровья и развитие физических способностей, а также на профилактику нарушений опорно-двигательного аппарата.

Новизна программы

Новизной дополнительной общеобразовательной программы «Сувенир - танец» является комплексный подход к обучению хореографии и более

конкретизированное понимание роли хореографии как одного из основных инструментов комплексного воздействия на личность ребенка.

Программа сочетает традиционные методики обучения народному танцу с современными подходами к развитию физических качеств. Внедрены элементы силовых и координационных упражнений, специализированные комплексы упражнений для профилактики травм и повышения танцевальной выносливости, что позволяет не только осваивать танцевальную лексику, но и формировать здоровое, гармонично развитое тело.

Актуальность программы

В условиях растущего интереса к народной культуре и здоровому образу жизни программа отвечает запросам общества на сохранение и популяризацию народных традиций, а также на физическое развитие детей и молодёжи. Сочетание танца и физической подготовки способствует профилактике гиподинамии, формированию правильной осанки и развитию творческого потенциала.

Отличительные особенности

Освоение данной программы является подготовительным этапом к обучению по программе народного танца «Сувенир-сцена» продвинутого уровня. Основной акцент в хореографической работе с обучающимися делается на освоении родной русской танцевальной культуры. Разнообразные виды ритмики на народно-танцевальной основе, образная партерная гимнастика, танцевальные игры, пантомима, импровизация – все это обеспечивает комплексный и многожанровый характер обучения, развивает детское воображение и эмоциональность, закладывает истоки творчества.

Обучение по программе «Сувенир-танец» предполагает возможность наставнической деятельности в целях эффективного взаимодействия и поддержки от обучающихся, владеющих навыками на более высоком уровне и обладающих организаторскими и лидерскими качествами, и в целях самореализации обучающихся в качестве добровольных помощников. Все это, в свою очередь, способствует более эффективному достижению личностных результатов, предусмотренных данной программой.

Адресат программы

Программа «Сувенир - танец» предназначена для обучающихся 10-13 лет, в том числе для обучающихся с особыми образовательными потребностями.

Принимаются обучающиеся с 10-летнего возраста после прохождения программы «Сувенир-дебют», а также обучающиеся, которые обладают физическими данными и склонностями к хореографии.

Наполняемость групп 1, 2, 3 и 4 годов обучения – до 17 человек.

Сроки реализации программы

Данная программа рассчитана на 4 года обучения, объем – 288 часов:

1 год обучения: 72 часа,

2 год обучения: 72 часа,

3 год обучения: 72 часа,

4 год обучения: 72 часа.

Формы обучения и режим занятий

Форма обучения - очная.

В каждой возрастной группе занятия проводятся с сентября по май включительно.

1 год обучения - 1 раз в неделю по 2 академических часа с десятиминутным перерывом, либо 2 раза в неделю по 1 академическому часу;

2 год обучения - 1 раз в неделю по 2 академических часа с десятиминутным перерывом, либо 2 раза в неделю по 1 академическому часу;

3 год обучения - 1 раз в неделю по 2 академических часа с десятиминутным перерывом, либо 2 раза в неделю по 1 академическому часу;

4 год обучения - 1 раз в неделю по 2 академических часа с десятиминутным перерывом, либо 2 раза в неделю по 1 академическому часу.

Продолжительность учебного занятия соответствует академическому часу и составляет 40 минут.

В случае функционирования учреждения в особом режиме работы, образовательный процесс не прекращается: организуется проведение дистанционных занятий.

ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Целью данной программы является развитие творческих способностей обучающихся, формирование художественной культуры средствами ритмики, танца, основ хореографии с учетом их индивидуальных особенностей.

Задачи:

Задачи 1-2 года обучения:

1. Освоить вводные теоретические сведения и сформировать хорошую физическую форму.

2. Научить выполнять основные упражнения классического экзерсиса у станка (demi plié, grand plié, battement tendu, battement jeté, rond de jambe par terre, battement fondu, battement frappé, battement relevé lent, battement développé, grand battement, pas de bourrée).

3. Освоить базовые прыжки (temps sauté, changement de pied, pas échappé, pas assemblé, pas balancé).

4. Развить физические качества: выносливость, гибкость, координацию, силу мышц спины, пресса, ног и плечевого пояса с помощью вспомогательных упражнений.

5. Способствовать освоению простейших элементов народно-сценического танца: шаги, ходы, бег, переступания, притопы, выносы ног на каблук, галоп, шаг-подскок.

6. Совершенствовать технику классического экзерсиса у станка с увеличением силовой нагрузки и применением полупальцев.

7. Научить выполнять усложнённые прыжки (entrechat quart).

8. Развить скоростную и силовую выносливость, гибкость, выворотность, подъ м стопы.

9. Совершенствовать элементы народно-сценического танца.
10. Сформировать чувство коллективизма, ответственность, взаимопомощь и дисциплину.
11. Стимулировать творческое мышление, воображение и способность к импровизации.
12. Воспитывать уважение и интерес к культурному наследию России.

Задачи 3-4 года обучения:

1. Совершенствовать устойчивость, силу, выносливость, выразительность движений в классическом экзерсисе.
2. Научить выполнять упражнения у станка в народном характере (приседания, скольжения стопой, броски ногой, «верёвочка», «веер», выстукивания, большие броски ногами, растяжка, наклоны, перегибания корпуса, различный национальный стиль).
3. Научить выполнять базовые трюки и вращения (вращения на месте, обёртывания, вращения с поджатыми ногами, вращения в продвижении).
4. Совершенствовать технику классического экзерсиса с акцентом на устойчивость, силу, выносливость и выразительность.
5. Совершенствовать технику трюков и вращений с ускорением темпа и усложнением комбинаций.
6. Владеть программными элементами народно-сценического танца.
7. Способствовать расширению кругозора, образно-художественного восприятия мира.
8. Обогащать художественно-эстетическую культуру обучающихся.
9. Воспитывать уважение и интерес к культурному наследию России.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

1 год обучения

№ п/п	Темы занятий	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	
1	Вводное занятие.	2	2		
2	Классический экзерсис у станка.	26	2	24	Технический зачет Устный опрос
3	Прыжки (allegro).	14	2	12	Технический зачет
4	ВФУ	28	2	26	Технический зачет
5	Зачетное занятие.	2		2	Отчетный концерт
	ВСЕГО	72	8	64	

2 год обучения

№ п/п	Темы занятий	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2		
2	Классический экзерсис у станка	26	2	24	Технический зачет, устный опрос
3	Прыжки (allegro)	14	2	12	Технический зачет
4	ВФУ	28	2	26	Технический зачет
5	Зачетное занятие	2		2	Отчетный концерт
	ВСЕГО	72	8	64	

3 год обучения

№ п/п	Темы занятий	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2		
2	Классический экзерсис у станка	12	2	10	Технический зачет, устный опрос
3	Прыжки (allegro)	10	2	8	Технический зачет
4	Упражнения у станка в народном характере	16	2	14	Технический зачет
5	ВФУ	18	2	16	Технический зачет
6	Трюки, вращения	12	2	10	Технический зачет
7	Зачетное занятие	2		2	Отчетный концерт
	ВСЕГО	72	12	60	

4 год обучения

№ п/п	Темы занятий	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2		
2	Классический экзерсис у станка	12	2	10	Технический зачет Устный опрос
3	Прыжки (allegro)	10	2	8	Технический зачет
4	Упражнения у станка в народном характере	16	2	14	Технический зачет
5	Трюки, вращения	12	2	10	Технический зачет
6	ВФУ	18	2	16	Технический зачет
7	Зачетное занятие	2		2	Отчетный концерт
	ВСЕГО	72	12	60	

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

Первый год обучения

Тема 1 Вводное занятие (2 часа)

Теория (2 часа): Восстановление физической формы учащихся.
Повторение зачетного занятия предыдущего года обучения.

Форма контроля: устный опрос.

Тема 2 Классический экзерсис у станка (26 часов)

Теория (2 часа):

Упражнения с увеличением силовой нагрузки. Применение полупальцев в экзерсисе у станка и развитие устойчивости. Составление более сложных учебных приемов на координацию движений.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (24 часа):

- 1) Demi plie и grand plie с port de bras.
- 2) Battement tendu.
- 3) Battement tendu с demi plie.
- 4) Battement tendu double.
- 5) Battement tendu jeté.
- 6) Battement tendu jeté piqué.
- 7) Rond de jambe par terre.
- 8) Battement fond на 45°.
- 9) Battement frappe на 45°.
- 10) Battement relevé lent на 90°.
- 11) Battement développé на 45° и на 90°.
- 12) Grand battement.
- 13) Pas de bourrée simple.

Форма контроля: технический зачет, устный опрос.

Тема 3 Прыжки (allegro) (14 часов)

Теория (2 часа):

Понятие «exercice» («упражнение»). Понятие направлений движения en dehors и en dedans. Положение ноги sur le cou-de-pied (обхватное, условное).

Форма контроля: устный опрос.

Практика (12 часов):

- 1) Temps soutenu.
- 2) Changement de pied.
- 3) Pas échappé.
- 4) Pas assemblé.
- 5) Pas balance.

Форма контроля: технический зачет.

Тема 4 Вспомогательные физические упражнения (28 часов)

Теория (2 часа)

Значение вспомогательных упражнений в физической подготовке.
Правила техники безопасности.

Практика (26 часов)

- 1) Развитие общей выносливости: бег, прыжки через скакалку, подвижные игры.
- 2) Укрепление мышц спины и пресса: планка, подъёмы туловища, «лодочка».
- 3) Развитие гибкости: наклоны, упражнения на растяжку мышц ног и спины.
- 4) Координация и равновесие: упражнения на баланс, базовые элементы акробатики (кувырки, стойки).
- 5) Упражнения для укрепления голеностопного сустава и стопы.
- 6) Развитие силы ног: приседания, выпады.
- 7) Укрепление мышц рук и плечевого пояса: отжимания, работа с лёгкими утяжелителями.

Форма контроля: технический зачет.

Тема 5 Зачетное занятие (2 часа)

Практика (2 часа): Демонстрация обучающимися педагогу и родителям приобретенных знаний, умений и навыков. Оцениваются результаты пройденного учебного материала.

Форма контроля: отчетный концерт.

Второй год обучения

Тема 1 Вводное занятие (2 часа)

Теория (2 часа): Организационное собрание. Восстановление физической формы учащихся. Повторение зачетного занятия предыдущего года обучения.

Форма контроля: устный опрос.

Тема 2 Классический экзерсис у станка (26 часов)

Теория (2 часа):

Упражнения с увеличением силовой нагрузки. Применение полупальцев в экзерсисе у станка и развитие устойчивости. Составление более сложных учебных приемов на координацию движений. Движения выполняются в позах.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (24 часов):

- 1) Demiplier и grandplier с portdebras.
- 2) Battement tendu.
- 3) Battement tendu demi plie.
- 4) Battement tendu double.
- 5) Battement tendu jete.
- 6) Battement tendu jete pique.
- 7) Rond de jambe par terre.
- 8) Battement fondu на 45°.
- 9) Battement frappe на 45°.
- 10) Battement releve lent на 90°
- 11) Battement developpe на 45° и на 90°.
- 12) Grand battement.

13) Pas de bourre simple.

Форма контроля: технический зачет, устный опрос.

Тема 3 Прыжки (allegro) (14 часов)

Теория (2 часа):

Прыжки как один из танцевальных элементов.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (12 часов):

- 1) Temps soule.
- 2) Changement de pied.
- 3) Pas echape.
- 4) Pas assemble.
- 5) Pas balance.
- 6) Entrechat quart.

Форма контроля: технический зачет.

Тема 4 Вспомогательные физические упражнения (28 часов)

Теория (2 часа):

Значение вспомогательных упражнений в физической подготовке.

Правила техники безопасности. Анатомия и физиология танцора: основные группы мышц, их роль в танце. Основы профилактики травм.

Практика (26 часов):

- 1) Развитие скоростной выносливости: челночный бег, эстафеты.
- 2) Силовая выносливость: круговые тренировки с собственным весом.
- 3) Гибкость и подвижность суставов: комплексы стретчинга.
- 4) Упражнения для развития прыжковой способности.
- 5) Работа над выворотностью и подъёмом стопы.
- 6) Укрепление мышечного корсета для поддержания осанки в танце.

Тема 7 Зачетное занятие (2 часа)

Практика (2 часа): Демонстрация обучающимися педагогу и родителям приобретенных знаний, умений и навыков. Оцениваются результаты пройденного учебного материала.

Форма контроля: отчетный концерт.

Третий год обучения

Тема 1 Вводное занятие (2 часа)

Теория (2 часа): Организационное собрание. Восстановление физической формы учащихся. Повторение зачетного занятия предыдущего года обучения.

Форма контроля: устный опрос.

Тема 2 Классический экзерсис у станка (12 часов)

Теория (2 часа):

Дальнейшая работа над устойчивостью, силой и выносливостью, правильностью и чистотой исполнения, художественной окраской движений и выразительностью поз. Усиление разнообразия ритмического рисунка и общего ускорения темпов.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (10 часов):

- 1) Demiplier и grandplier с portdebras.
- 2) Battement tendu.
- 3) Battement tendu с demi plie.
- 4) Battement tendu double.
- 5) Battement tendu jete.
- 6) Battement tendu jete pique.
- 7) Rond de jambe par terre.
- 8) Battement fondue на 45°.
- 9) Battement frappe на 45°.
- 10) Battement releve lent на 90°
- 11) Battement developpe на 45° и на 90°.
- 12) Grand battement.
- 13) Pas de bourree simple.

Форма контроля: технический зачет, устный опрос.

Тема 3 Прыжки (allegro) (10 часов)

Теория (2 часа):

Прыжки как один из танцевальных элементов.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (8 часов):

- 1) Temps soule.
- 2) Changement de pied.
- 3) Pas echape.
- 4) Pas assemble.
- 5) Pas balance.
- 6) Entrechatquart.

Форма контроля: технический зачет.

Тема 4 Упражнения у станка в народном характере (16 часа)

Теория (2 часа):

Правила и особенности выполнения упражнений у станка в народном характере. Их отличия от выполнения классических упражнений.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (14 часов):

- 1) Приседания резкие и плавные по 1, 2 и 5-1 открытым позициям и 1-й прямой.
- 2) Скольжение стопой по полу с одновременным опусканием с полупальцев на всю стопу опорной ноги.
- 3) Маленькие броски:
 - с двумя ударами стопой работающей ноги по 5-1 открытой позиции вперед, в сторону, назад; с одновременным ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону, назад.
- 4) Круговые скольжения по полу:
 - носком с остановкой в сторону или назад;
 - ребром каблука с остановкой в сторону или назад.

- 5) Повороты стоп.
- 6) Подготовка к «веревочке».
- 7) «Веревочка».
- 8) Подготовка к чечетке.
- 9) «Веер».
- 10) Выстукивания.
- 11) Большие броски ногами.
- 12) Растяжка.
- 13) Наклоны и перегибания корпуса.
- 14) Маленькие «голубцы» лицом к станку.
- 15) Присядки.
- 16) «Мяч» лицом к станку.

Форма контроля: технический зачет.

Тема 5 Вспомогательные физические упражнения (18 часов)

Теория (2 часа):

Значение вспомогательных упражнений в физической подготовке. Правила техники безопасности. Анатомия и физиология танцора: основные группы мышц, их роль в танце. Основы профилактики травм.

Практика (16 часов):

- 1) Развитие взрывной силы и реакции.
- 2) Упражнения на координацию в усложнённых условиях (с предметами, в парах).
- 3) Комплексы упражнений для подготовки к выполнению сложных элементов народного танца (вращения, прыжки).
- 4) Индивидуальная работа над «слабыми» сторонами физической подготовки.

Тема 6 Трюки, вращения (12 часов)

Теория (2 часа):

Ускорение темпа исполнения движений. Усложнение комбинаций и трюковых элементов

Форма контроля: устный опрос.

Практика (10 часов):

- 1) вращения на месте по 5,6 позиции;
- 2) обертасы;
- 3) вращения с поджатыми ногами;
- 4) вращения в продвижении: шене, блинчики, блинчики с прыжком, бегунок.

Трюки для мужского класса:

- 1) Растяжка в воздухе.
- 2) Щучка.
- 3) В «кольцо» назад.
- 4) Присядка с выбросом.
- 5) Присядка «лягушка».
- 6) Ползунок.

- 7) Мячик.
- 8) Подсечка.
- 9) Полуприсядка с остановками в стороны на каблук.
- 10) Опускание и переход с колена на колено.
- 11) Ножницы.
- 12) Собачка.
- 13) Склепка.
- 14) Кубарик.

Форма контроля: технический зачет.

Тема 7 Зачетное занятие (2 часа)

Практика (2 часа): Демонстрация обучающимися педагогу и родителям приобретенных знаний, умений и навыков. Оцениваются результаты пройденного учебного материала.

Форма контроля: отчетный концерт.

Четвёртый год обучения

Тема 1 Вводное занятие (2 часа)

Теория (2 часа): Организационное собрание. Восстановление физической формы учащихся. Повторение зачетного занятия предыдущего года обучения.

Форма контроля: устный опрос.

Тема 2 Классический экзерсис у станка (12 часов)

Теория (2 часа):

Дальнейшая работа над устойчивостью, силой и выносливостью, правильностью и чистотой исполнения, художественной окраской движений и выразительностью поз. Усиление разнообразия ритмического рисунка и общего ускорения темпов.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (10 часов):

1. Demi plie и grand plie с portdebras.
2. Battement tendu.
3. Battement tendu с demi plie.
4. Battement tendu double.
5. Battement tendu jete.
6. Battement tendu jete pique.
7. Rond de jambe par terre.
8. Battement fondue на 45°.
9. Battement frappe на 45°.
10. Battement releve lent на 90°
11. Battement developpe на 45° и на 90°.
12. Grand battement.
13. Pas de bourre simple.

Форма контроля: технический зачет, устный опрос.

Тема 3 Прыжки (allegro) (10 часов)

Теория (2 часа):

Прыжки как один из танцевальных элементов.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (8 часов):

- 1) Pas assemble en face.
- 2) Pas jete en face.
- 3) Sissonne ouverte.
- 4) Sissonne fermee.
- 5) Pas echappe entourant.

Форма контроля: технический зачет.

Тема 4 Упражнения у станка в народном характере (16 часов)

Теория (2 часа):

Технически сложные комбинации в ускоренных темпах.
Выразительность исполнения и донесения характера исполняемого танца.
Элементы испанского танца.

Форма контроля: устный опрос.

Практика (14 часов):

- 1) Battement tendu в татарском характере.
- 2) Battement tendu jete в молдавском характере.
- 3) Rond в восточном характере.
- 4) Веребочка в русском характере.
- 5) Выстукивания в испанском характере.
- 6) Battement developer в венгерском характере.
- 7) Grand Battement jete в украинском характере.

Форма контроля: технический зачет.

Тема 5 Трюки, вращения (12 часов)

Теория (2 часа):

Ускорение темпа исполнения движений. Усложнение комбинаций и трюковых элементов

Форма контроля: устный опрос.

Практика (10 часов):

- 1) Растяжка в воздухе.
- 2) Щучка.
- 3) В «кольцо» назад.
- 4) Присядка с выбросом.
- 5) Присядка «лягушка».
- 6) Ползунок.
- 7) Мячик.
- 8) Подсечка.
- 9) Полуприсядка с остановками в стороны на каблук.
- 10) Опускание и переход с колена на колено.
- 11) Ножницы.
- 12) Собачка.
- 13) Склепка.
- 14) Кубарик.

Форма контроля: технический зачет.

Тема 6 Вспомогательные физические упражнения (18 часов)

Теория (2 часа):

Значение вспомогательных упражнений в физической подготовке. Правила техники безопасности. Анатомия и физиология танцора: основные группы мышц, их роль в танце. Основы профилактики травм.

Практика (16 часов):

- 1) Поддержание высокого уровня общей физической формы.
- 2) Совершенствование техники выполнения сложных вспомогательных упражнений.
- 3) Интеграция физических упражнений в танцевальные комбинации

Тема 7 Зачетное занятие (2 часа)

Практика (2 часа): Демонстрация обучающимися педагогу и родителям приобретенных знаний, умений и навыков. Оцениваются результаты пройденного учебного материала.

Форма контроля: отчетный концерт.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

1-2 год обучения:

Предметные результаты:

1. Освоены вводные теоретические основы выполнения танцевальных элементов.
2. Приобретены навыки выполнения основных упражнений классического экзерсиса у станка (*demi plié, grand plié, battement tendu, battement jeté, rond de jambe par terre, battement fondu, battement frappé, battement relevé lent, battement développé, grand battement, pas de bourrée*).
3. Освоены базовые прыжки (*temps sauté, changement de pied, pas échappé, pas assemblé, pas balancé*).
4. Освоены простейшие элементы народно-сценического танца: шаги, ходы, бег, переступания, притопы, выносы ног на каблук, галоп, шаг-подскок.
5. Усовершенствована техника классического экзерсиса у станка с увеличением силовой нагрузки и применением полупальцев.
6. Освоено выполнение усложнённых прыжков (*entrechat quart*).
7. Усовершенствованы элементы народно-сценического танца.

Метапредметные результаты:

1. Сформирована хорошая физическая форма.
2. Развиты физические качества: скоростная и силовая выносливость, гибкость, выворотность, подъём стопы, координация, сила мышц спины, пресса, ног и плечевого пояса с помощью вспомогательных упражнений.

Личностные результаты:

1. Сформированы чувство коллективизма, ответственность,

взаимопомощь и дисциплина.

2. Развито творческое мышление, воображение и способность к импровизации.

3. Воспитано уважение и интерес к культурному наследию России.

3-4 года обучения:

Предметные результаты:

1. Усовершенствованы устойчивость, сила, выносливость, выразительность движений в классическом экзерсисе.

2. Приобретены навыки выполнения упражнений у станка в народном характере (приседания, скольжения стопой, броски ногой, «верёвочка», «веер», выстукивания, большие броски ногами, растяжка, наклоны, перегибания корпуса, различный национальный стиль).

3. Освоены приемы выполнения базовых трюков и вращений (вращения на месте, обёртывания, вращения с поджатыми ногами, вращения в продвижении).

4. Усовершенствованы техника классического экзерсиса с акцентом на устойчивость, сила, выносливость и выразительность.

5. Усовершенствованы техника трюков и вращений с ускорением темпа и усложнением комбинаций.

6. Приобретены навыки исполнения программных элементов народно-сценического танца.

Метапредметные результаты:

1. Расширен кругозор, образно-художественное восприятие мира.

2. Обогащена художественно-эстетическая культура обучающихся.

3. Воспитаны уважение и интерес к культурному наследию России.

Личностные результаты:

3. Сформировано чувство коллективизма, ответственность, взаимопомощь и дисциплина.

10. Развиты творческое мышление, воображение и способность к импровизации.

11. Воспитано уважение и интерес к культурному наследию России.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№№	Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Сроки проведения промежуточной и итоговой
1	1	сентябрь	май	36	36/72	72	1 раз в неделю по 2 академических часа с десятиминутным перерывом, либо 2 раза	Декабрь, май

							в неделю по 1 академическому часу.	
2	2	сентябрь	май	36	36/72	72	1 раз в неделю по 2 академических часа с десятиминутным перерывом, либо 2 раза в неделю по 1 академическому часу.	Декабрь, май
3	3	сентябрь	май	36	36/72	72	1 раз в неделю по 2 академических часа с десятиминутным перерывом, либо 2 раза в неделю по 1 академическому часу.	Декабрь, май

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Для успешной реализации данной программы обучения детей хореографии предусмотрены определенные условия.

Материально-техническая база:

- 1) просторный зал, приспособленный для занятий хореографией, оборудованный станками и зеркалами;
- 2) помещение для переодевания;
- 3) костюмерная;
- 4) гимнастические коврики;
- 5) ноутбук, аудиоаппаратура, музыкальные инструменты: баян, фортепиано.

Информационное обеспечение:

- 1) учебно-методическая литература по классическому и народно-сценическому танцам;
- 2) аудиодиски, фонотека, клавиры, партитуры;
- 3) цифровые ресурсы сети «Интернет»;
- 4) фотографии;
- 5) книги, журналы, иллюстрации.

В программе используются разнообразные современные технические средства для улучшения качества образовательного процесса:

- электронная почта - связь педагога и обучающегося, используется для рассылки учебных заданий, дидактических материалов;
- видеоконференции, используя разные сервисы, представленные в сети Интернет - организация общей дискуссии на учебные темы, индивидуальные консультации с педагогом;
- социальные сети (ВКонтакте и др.) - используются для координации работы, рассылки объявлений и методических (дидактических) материалов;

- видеохостинг Rutube и др.;
- электронные библиотеки, поиск и размещение информации, в том числе на официальном сайте Центра www.cdt4.ru.

Кадровое обеспечение

Программа реализуется педагогами дополнительного образования, имеющими образование не ниже среднего профессионального (профильное или педагогическое).

ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Виды аттестации, применяемые в период обучения:

1. текущий контроль – 1 раз в месяц;
2. промежуточная аттестация – в конце 1 и 2 полугодия;
3. итоговая аттестация – по окончании курса обучения.

Формы аттестации:

1. технический зачет;
2. просмотр;
3. зачетное занятие (в виде открытых занятий, показательных выступлений);
4. концертное выступление, фестиваль.

Данные формы аттестации предполагают либо закрытый, либо открытый показ, демонстрация обучающимися педагогу и родителям приобретенных знаний, умений и навыков. Оцениваются результаты пройденного обучающимися учебного материала. Освоенные обучающимися танцевальные номера могут быть показаны на сцене в рамках отчетного концерта.

Основные критерии при оценке обучения:

1. музыкальность, чувство ритма;
2. двигательная координация, пространственная ориентация;
3. развитие физических данных: гибкость, растяжка, выворотность, танцевальный шаг.

Формы фиксации результатов:

1. личные дневники обучающихся;
2. запись в журнале.

Результаты обучающихся оцениваются по пятибалльной системе:

«5» - высокий уровень;

«4» - средний уровень;

«3-1» - низкий уровень.

Высокий уровень – выполняет все задания безошибочно, осознанно исполняет движения у станка, прекрасно контролирует свое исполнение.

Средний уровень – выполняет движения в общей группе, старается соотнести свои движения с движениями других и не всегда координирует их под музыку, допускает ошибки.

Низкий уровень – выполняет движения с ошибками, физические данные часто не позволяют делать движения по правилам, не контролирует мелкую и крупную моторику.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Учебные занятия по программе «Сувенир-танец» предполагают раздельное обучение групп мальчиков и групп девочек, репетиционно-постановочная работа заключается в проведении сводных репетиций групп мальчиков и девочек.

Программа состоит из отдельных тематических блоков, но в связи со спецификой обучения в хореографическом коллективе, границы их сглаживаются. Например, на одном и том же занятии происходит изучение элементов классического танца (одновременно выполняются задачи физического и музыкального развития) и изучаются движения танца.

Основная форма работы – обучающие и развивающие занятия в группах.

В программу каждого учебного года вводится теоретический материал, соответствующий содержанию основных тем.

Занятия начинаются на середине зала с освоения элементов партера, ритмических упражнений и игровой практики, далее продолжают изучаться элементы классического и народного танца в тех формах и с той технической сложностью, которая доступна участникам коллектива. На начальном этапе ученики знакомятся с принятыми в хореографии позициями рук и ног, осваивают простейшие координации. В дальнейшем увеличивается мышечная нагрузка за счет усложнения лексического материала и технических приемов.

Программа «Сувенир-танец» разработана на основе методических рекомендаций и разработок для детских хореографических коллективов.

В программе используются следующие **методы**: современные педагогические технологии развития лидерских способностей; педагогические аспекты творческой деятельности; методы развития межличностного общения в коллективе; интеграцию в процессе создания коллективного творческого продукта танцевального коллектива; методы создания художественной среды средствами хореографии. Инновационный метод представляет собой применение комплексного способа разучивания танцевальных комбинаций на основе приема «от простого к сложному» для развития танцевальных способностей обучающихся.

Для занятий хореографией применяется разработанный педагогами комплексный способ разучивания танцевальных элементов.

Данный способ включает:

- визуальный компонент (наглядная подача материала самим педагогом, знакомство с новыми танцевальными движениями на основе видеоматериала, просмотр идеальных образцов танцевальной культуры);
- теоретический компонент (объяснение правил выполнения движений с учетом возрастных особенностей учеников);
- практический компонент (разучивание и проработка элементов танцевальной комбинации, закрепление путем многократного повторения, тренировка мышечной памяти; на практических занятиях используя видеосъемку, для работы на следующем этапе);

– рефлексивный компонент (предполагает обращение к видеозаписи практических занятий для анализа и сравнения, что позволяет оценить достоинства и недостатки работы; также дается установка на домашнее задание, мысленный повтор разученных комбинаций).

Комплексный способ может быть использован в работе с детьми разных возрастных групп, разного типа восприятия (аудиалами, визуалами, кинестетами). Данный подход позволяет при меньших временных и физических затратах получить более высокие результаты. Все это помогает решению главной задачи, научить детей творить, мыслить, совершенствоваться.

Комплексный способ включает использование информационных технологий. Педагоги являются опытным пользователями ПК, работают с профессиональными видео- и аудиoproграммами («Sound Forge», «Nero StartSmart», «Pinnacle Studio 12») для создания наглядного методического материала для занятий: медиа-презентаций, видеофильмов, фонограмм, MD, DVD.

ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

1. Цель, задачи, целевые ориентиры воспитания обучающихся

Целью воспитания является развитие личности, самоопределение и социализация детей на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде (Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», ст. 2, п. 2). Задачами воспитания по программе «Сувенир-танец» программе являются:

- усвоение обучающимися знаний норм, духовно-нравственных ценностей, традиций танцевальной культуры; информирование обучающихся, организация общения между ними на содержательной основе целевых ориентиров воспитания;

- формирование и развитие личностного отношения обучающихся к танцевальным занятиям, хореографии, к собственным нравственным позициям и этике поведения в коллективе;

- приобретение обучающимися опыта поведения, общения, межличностных и социальных отношений в составе учебной хореографической группы, применение полученных знаний, организация активностей обучающихся, их ответственного поведения, создание, поддержка и развитие среды воспитания обучающихся, условий физической безопасности, комфорта, активностей и обстоятельств общения, социализации, признания,

самореализации, творчества при освоении предметного и метапредметного содержания программы.

Целевые ориентиры воспитания детей по программе:

- освоение обучающимися понятия о своей российской культурной принадлежности (идентичности);
- принятие и осознание ценностей языка, литературы, музыки, хореографии, традиций, праздников, памятников, святынь народов России;
- воспитание уважения к жизни, достоинству, свободе каждого человека, понимания ценности жизни, здоровья и безопасности (своей и других людей), развитие физической активности;
- формирование ориентации на солидарность, взаимную помощь и поддержку, особенно поддержку нуждающихся в помощи;
- воспитание уважения к труду, результатам труда, уважения к старшим;
- воспитание уважения к танцевальной культуре народов России, мировому танцевальному искусству;
- развитие творческого самовыражения в танце, реализация традиционных и своих собственных представлений об эстетическом обустройстве общественного пространства.

2. Формы и методы воспитания

Решение задач информирования обучающихся, создания и поддержки воспитывающей среды общения и успешной деятельности, формирования межличностных отношений на основе российских традиционных духовных ценностей осуществляется на каждом из учебных занятий.

Ключевой формой воспитания обучающихся при реализации программы «Сувенир-танец» является организация их взаимодействия в упражнениях в танце, в подготовке и проведении мероприятий с участием родителей (законных представителей), в подготовке к участию в конкурсах, публичных выступлениях.

В воспитательной деятельности с обучающимися по программе используются методы воспитания: метод убеждения (рассказ, разъяснение, внушение), метод положительного примера (педагога и других взрослых, обучающихся); метод упражнений (приучения); методы одобрения и осуждения поведения, педагогического требования (с учётом преимущественного права на воспитание родителями (законными представителями), стимулирования, поощрения (индивидуального и публичного); метод переключения в деятельности; методы руководства и самовоспитания, развития самоконтроля и самооценки; методы воспитания воздействием группы в коллективе.

3. Условия воспитания, анализ результатов

Воспитательный процесс осуществляется в условиях организации деятельности детского коллектива в организации дополнительного образования детей в соответствии с нормами и правилами работы организации, а также на

площадках, мероприятиях в других организациях с учётом установленных правил и норм деятельности на этих площадках.

Анализ результатов воспитания проводится в процессе педагогического наблюдения за поведением детей, их общением, отношениями детей друг с другом, в коллективе, их отношением к педагогам, к выполнению своих заданий по программе. Косвенная оценка результатов воспитания, достижения целевых ориентиров воспитания по программе проводится путём опросов родителей в процессе реализации программы (отзывы родителей, интервью с ними) и после её завершения (итоговые исследования результатов реализации программы за учебный период, учебный год).

Анализ результатов воспитания по программе не предусматривает определение персонифицированного уровня воспитанности, развития качеств личности конкретного обучающегося, а получение общего представления о воспитательных результатах реализации программы, продвижения в достижении определённых в программе целевых ориентиров воспитания, влияния реализации программы на коллектив обучающихся: что удалось достичь, а что является предметом воспитательной работы в будущем.

Результаты, полученные в ходе оценочных процедур – опросов, интервью используются только в виде агрегированных усреднённых и анонимных данных.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Основная

1. Балет. Уроки. Иллюстрированное руководство по официальной балетной программе. - М.: «Астрель», 2004.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Айрис пресс, Рольф, 1999.
3. Прибылов Г. Методическое пособие по классическому танцу для педагогов хореографов младших и средних классов. – Москва: «Галерея», 1999.
4. Терминологический словарь современного образования (гlossарий). Учителям, студентам, школьникам, родителям. – Красноярск: РИО КГПУ, 2001. - 100с.
5. Матвеев В.Ф. Русский народный танец: теория и методика преподавания: учебное пособие: [12+] / Изд. 2-е, стер. - Санкт-Петербург [и др.]: Лань: Планета музыки, 2013. - 251 с.
6. Мурашко М.П. Русская пляска: учебное пособие / М. П. Мурашко ; Моск. гос. ун-т культуры и искусств. - Москва: Издательский дом МГУКИ, 2010. - 342с.
7. Палилей А. В. Танец и методика его преподавания: русский народный танец [Текст] : учебное пособие : направление подготовки 51.03.02 «Народная художественная культура», Профиль подготовки «Руководство хореографическим любительским коллективом», Квалификация (степень) выпускника «бакалавр» / М-во культуры Российской Федерации, ФГБОУ ВО «Кемеровский гос. ин-т культуры», Ин-т хореографии, Каф. народного танца. - Кемерово : Кемеровский гос. ин-т культуры, 2016. - 99 с.

Дополнительная

1. Базарова Н.П. Классический танец. - Ленинград: «Искусство», 1984.
2. Балетная осанка – основа хореографического воспитания детей. Методическая разработка к программе по классическому танцу – 1-ый год обучения. - Москва, 1983.
3. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Упражнения на середине зала. - М.: «Владос», 2005.
4. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Упражнения у станка. – М.: «Владос», 2005.
5. Зацепина К., Климов А., Рихтер К., Толстая Н., Фарманянц Е. Народно - сценический танец. – Москва: «Искусство», 1976.
6. Иванникова Е.И. Народные танцы, 2007.
7. Народно – сценический танец. Методические рекомендации и примерная программа для детских хореографических коллективов. – Барнаул, 1987.

Литература, рекомендованная для обучающихся

1. Давлекамова С.А. Галина Уланова. Я не хотела танцевать. – М.: «АСТ-Пресс СКД», 2006.
2. Лиёпа М. Я хочу танцевать 100 лет. – М.: «АСТ-Пресс Книга», 2006.
3. Моисеев И. Гастроль длиною в жизнь. – Москва: «Согласие», 1998.
4. Терминологический словарь современного образования (гlossарий).
5. Филатов И.Г. Дорога к танцу. – Москва: «Планета», 1989.
6. Яковлева Ю. Азбука балета. – М.: «Новое литературное обозрение», 2006.

Методические рекомендации

1. Балетная осанка – основа хореографического воспитания детей. Методическая разработка к программе по классическому танцу –1-ый год обучения. - Москва, 1983.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Айрис-пресс, Рольф, 1999.
3. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Упражнения на середине зала. - М.: «Владос», 2005.
4. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Упражнения у станка. - М.: «Владос», 2005.
5. Зацепина К., Климов А., Рихтер К., Толстая Н., Фарманянц Е. Народно - сценический танец. - Москва: «Искусство», 1976.
6. Народно – сценический танец. Методические рекомендации и примерная программа для детских хореографических коллективов. - Барнаул, 1987.
7. Шершнеv В.Г. От ритмики к танцу. Программа для образовательных учреждений дополнительного образования детей. Издательский дом «Один из лучших». - Москва, 2008.

Методические пособия

1. Богаткова Л. «Хоровод друзей»
2. Буренина А. «Ритмическая мозаика»
3. Горшкова Е. В.«От жеста к танцу. Словарь пантомимических и танцевальных движений для детей 5-7 лет»
4. Зацепина М.Б. «Музыкальное развитие детей»
5. Казанцева Л. «Крошки-ладошки»
6. Колодницкий Г.А. «Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей»
7. Конорова Е.В. «Методическое пособие по ритмике» выпуск 1,2
8. Коренева Т.Ф. «Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста»
9. Лебякина Е.Г., Топникова Л.А.«Чудеса для малышей»

10. Лифиц И.В. — Ритмика: Учебное пособие
11. Луговская А. «Ритмические упражнения игры и пляски» часть 1 ,2
12. Науменко Т.И.«В веселом хороводе»
13. Немова Г.В., Малышева А.Н. «Праздники, игры и танцы для дошкольников»
14. Образцова Т. «Музыкальные игры для детей»
15. Пинаева Е.А. «Детские образные танцы»
16. Пуртова Т.В. , Беликова А.Н.«Учите детей танцевать»
17. Роот З. Я. «Танцевальный калейдоскоп» для детей 5-7 лет
18. Ротт З.Я «Танцы в начальной школе» 1,2 часть
19. Суворова Т. «Танцевальная ритмика» № 1,2,3,4,5
20. Суворова Т.И. «Танцевальная ритмика»
21. Федорова Г.«Танцы для мальчиков»
22. Чибрикова- А.Е. Луговская «Ритмика»

Используемые цифровые ресурсы

<http://www.horeograf.com>
<https://secret-terpsihor.com.ua>
https://ledyahcollege.ru/el_biblioteka/http://www.lisaharrisdance.com;
<http://www.ballet.classical.ru/>
<http://www.russianballet.ru/rus/info.htm>
<https://baletnik.nethouse.ru>
<http://nsportal.ru/blog/obshcheobrazovatel'naya-tematika/all/2012/09/23/nuzhnye-knigi-po-khoreografii-i-tantsam>
<http://shkolageo.ru/mpakar>
https://www.golddisk.ru/catalog/section_50_0.html