

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

ПРИНЯТО  
Педагогический совет  
МАОУ ДО ЦДТ № 4  
Протокол № 1 от «05» сентября 2025г.

УТВЕРЖДАЮ  
директор МАОУ ДО ЦДТ № 4  
Л.Н. Тарасенко

---

Приказ № 160 от «05» сентября 2025 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Сувенир - дебют»

Направленность художественная

Уровень стартовый

Возраст обучающихся 6-9 лет

Срок реализации программы 3 года (324)

Авторы – составители:  
педагоги дополнительного образования  
Мизина Екатерина Евгеньевна  
Мизин Виталий Николаевич

Красноярск 2025

## Оглавление

Пояснительная записка	3
Цели и задачи программы	6
Содержание программы	7
Планируемые результаты	22
Календарный учебный график	24
Условия реализации программы	25
Формы аттестации и оценочные материалы	26
Методические материалы	26
Воспитательная деятельность	27
Список литературы	30

## 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 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «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» - дебют» стартового уровня имеет художественную направленность, способствует выявлению и развитию интересов ребенка, приобщению детей к основам хореографического искусства.

Программа ориентирована на развитие художественного вкуса, художественных способностей и склонностей к хореографии, а также эмоционального восприятия и подготовку обучающихся к постижению великого мира искусства, формированию стремления к воссозданию чувственного образа восприятия мира.

Содержание программы заключается в освоении азоров ритмики, азбуки народного танца, игровой партерной гимнастики, образных музыкально-танцевальных игр с элементами импровизации, основных пространственных рисунков фигур, общеукрепляющих упражнений.

### **Новизна программы**

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

конкретизированное понимание роли хореографии как одного из основных инструментов комплексного воздействия на личность ребенка, а именно хореография:

- способствует развитию мышечной выразительности тела, формирует осанку и фигуру, устраняет недостатки физического развития, укрепляет здоровье;

- воспитывает общую музыкальную культуру, развивает слух, темпо-метро-ритм, знание простых музыкальных форм, стиля характера произведения;

- формирует личностные качества: силу, выносливость, смелость, ловкость, трудолюбие, упорство, целеустремленность;

- развивает творческие способности детей: внимание, мышление, воображение, фантазию; способствует активному познанию окружающего мира;

- воспитывает коммуникативные способности детей.

#### **Актуальность программы**

Актуальность предлагаемой программы определяется запросом со стороны детей и их родителей на программы художественно-эстетического развития обучающихся, материально-технические условия для реализации которого имеются на базе Центра.

#### **Отличительные особенности**

Освоение данной программы является подготовительным этапом к обучению по программе народного танца «Сувенир» базового уровня.

Программа «Сувенир» - дебют» модифицированная. Модификация выражена в изменении содержания, объема, временных рамок и специфики проведения обучения. Основной акцент в хореографической работе с детьми 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-дебют» 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» - дебют» предназначена для обучающихся 6-9 лет, в том числе для обучающихся с особыми образовательными потребностями.

Принимаются дети с 6-летнего возраста при наличии у них природных и специфических для обучения хореографии физических данных.

Зачисление обучающихся на данную программу осуществляется по персонифицированным сертификатам дополнительного образования.

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

### **Сроки реализации программы**

Данная программа рассчитана на 3 года обучения, объем – 324 часа:

1 год обучения: 108 часов;

2 год обучения: 108 часов;

3 год обучения: 108 часов.

### **Формы обучения и режим занятий**

Форма обучения - очная.

Основная форма работы – обучающие и развивающие занятия в группах.

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

1 год обучения - 2 раза в неделю по 1,5 академических часа с десятиминутным перерывом, либо 3 раза в неделю по 1 академическому часу.

2 год обучения - 2 раза в неделю по 1,5 академических часа с десятиминутным перерывом, либо 3 раза в неделю по 1 академическому часу.

3 год обучения - 2 раза в неделю по 1,5 академических часа с десятиминутным перерывом, либо 3 раза в неделю по 1 академическому часу.

Продолжительность учебного занятия соответствует академическому часу и устанавливается в зависимости от возрастных и психофизических особенностей обучающихся:

от 6-ти до 7-ми лет – не более 30 мин.

Для всех остальных обучающихся продолжительность учебного занятия 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 детей средствами ритмики и танца с учетом их индивидуальных особенностей, основ хореографии и приобретение ими базовых знаний, качеств, а также расширение кругозора, образно-художественное восприятие мира, воспитание общей культуры.

### **Задачи:**

1) формирование правильной осанки, укрепление суставно-двигательного и связочного аппарата, развитие природных физических данных;

2) овладение детьми ритмикой, партерной гимнастикой, основами классического и народно-сценического танца;

3) развитие танцевальности, артистизма, координации хореографических движений, исполнительских умений и навыков;

4) развитие пространственных представлений, ориентация детей в ограниченном сценическом пространстве, в композиционных перестроениях танцевальных рисунков-фигур;

5) развитие воображения, фантазии, творчества, наглядно-образного, ассоциативного мышления.

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### УЧЕБНЫЙ ПЛАН

#### 1 год обучения

	Темы занятий	Количество часов			Форма контроля
		Общие	Теория	Практика	
1	Вводное занятие.	1	1		Беседа
2	Ритмика.	30	2	28	Технический зачет
3	Партерный экзерсис.	37	2	35	Технический зачет
4	Танцевальные этюды.	38	2	36	Технический зачет
5	Зачетное занятие.	2		2	
	<b>ВСЕГО ЧАСОВ:</b>	<b>108</b>	<b>7</b>	<b>101</b>	

#### 2 год обучения

	Темы занятий	Количество часов			Форма контроля
		Общие	Теория	Практика	
1	Вводное занятие.	1	1		
2	Изучение позиций ног классического танца.	6	4	2	Технический зачет
3	Изучение позиций рук классического танца.	8	4	4	Технический зачет
4	Классический экзерсис у станка.	32	4	28	Технический зачет Беседа
5	Классический экзерсис на середине зала.	25	4	21	Технический зачет
6	Элементы русского народного танца.	34	4	30	Технический зачет

7	Зачетное занятие.	2		2	
	<b>ВСЕГО ЧАСОВ:</b>	<b>108</b>	<b>21</b>	<b>87</b>	

### 3 год обучения

	Темы занятий	Количество часов			Форма контроля
		Общие	Теория	Практика	
1	Вводное занятие.	1	1		
2	Разучивание preparation	1		1	Технический зачет
3	Классический экзерсис у станка.	24	4	20	Технический зачет Беседа
4	Классический экзерсис на середине зала.	16	4	12	Технический зачет
5	Разучивание прыжков (allegro).	8	2	6	Технический зачет
6	Разучивание подготовки к началу движения в народном характере.	2	1	1	Технический зачет
7	Изучение позиций ног народного танца.	4	2	2	Технический зачет
8	Изучение позиций рук народного танца.	4	2	2	Технический зачет
9	Элементы русского народного танца.	46	4	42	Технический зачет
10	Зачетное занятие.	2		2	
	<b>ВСЕГО ЧАСОВ:</b>	<b>108</b>	<b>20</b>	<b>88</b>	

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

### Первый год обучения

#### 1. Вводное занятие

На первом уроке педагог проводит организационную беседу, на которой говорит о своих требованиях, предъявляемых к ученикам: форма, культура поведения на занятиях. Педагог знакомится с родителями учеников. На первом уроке педагог знакомит учеников с залом, с правилами расположения

учеников в танцевальном зале, говорит о постановке корпуса.

## **2. Ритмика, элементы музыкальной грамоты**

1) Характер музыкального произведения, его темы, динамические оттенки, легатто-стакатто.

Умение слушать музыку, определять ее характер, отражать в движении разнообразные оттенки характера музыкальных пьес (веселый, спокойный, торжественный). Умения выполнять движения в различных темпах, переключаться из одного темпа в другой, постепенно ускорять и замедлять движения.

- Естественные бытовые шаги.
- Шаги с хлопками (хлопки перед собой, над головой, за спиной).
- Шаги с высоким подъемом колена.
- Бег в разных темпах.

2) Длительности, метрические рисунки, акценты, сильные-слабые доли.

Понятие о длительностях (целые, половинные, четвертные, восьмые).

Понятие о ритмическом рисунке как сочетании различных длительностей. Умение воспроизводить на хлопках и шагах разнообразные ритмические рисунки, состоящие из восьмых, четвертных и половинных нот. Умение выделять сильные и слабые доли на слух, отмечать их хлопками и шагами.

- Хлопки в ладоши (различные ритмические рисунки).
- Притопы ногами.
- Сочетание хлопков и притопов.

3) Строение музыкального произведения.

Понятие вступления, части, музыкальной фразы. Умения менять движения в зависимости от смены частей и фраз. Умение определить характер различных частей и двигаться в характере музыки.

## **3. Партерный экзерсис**

**3.1 Для обучения детей сознательному управлению своими мышцами применяются упражнения на напряжение и расслабление мышц тела**

**Упражнение 1.** Исходное положение – расслабиться лежа на спине.

На счет раз-два-три-четыре надо вытянуть ноги и пальцы ног; напрячь все мышцы тела, затем на счет пять-шесть-семь-восемь полностью расслабиться.

**Упражнение 2.** Исходное положение – расслабиться лежа на спине.

На счет раз-два при свободно лежащем корпусе, голове и руках, медленно вытягивая пальцы ног (невыворотнo), напрячь мышцы ног. На счет три-четыре поднять как можно выше носки вверх (сократить подъем, чуть отделить пятки от пола).

**3.2 Упражнения для развития гибкости плечевого и поясничного суставов**

**Упражнение 3.** Исходное положение – стоя на коленях.

Согнуть спину назад и вытянутыми руками достать до носка ноги.

Медленно перебирая руками, взяться за колени, бедра при этом должны быть максимально выдвинуты вперед.

**Упражнение 4.** Исходное положение – сидя на полу, колени и стопы вытянуты.

С абсолютно прямой спиной наклоняться вперед, к ногам.

**Упражнение 5. «Качалка».** Исходное положение – лежа на животе.

Согнуть руки назад, дотянуться до согнутых ног и взяться за пальцы ног. Раскачиваться.

### **3.3 Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса**

**Упражнение 6.** Исходное положение – лежа на спине, развернуть ноги внутренней стороной наружу (выворотно).

Медленно поднимать то одну, то другую или обе ноги вверх, то вытягивая, то сокращая их в 1 позицию. Это упражнение также исправляет недостатки осанки.

**Упражнение 7.** Исходное положение – сесть на пол, вытянутые ноги раскрыть циркулем в стороны.

На счет раз-два наклонить корпус вниз, стараться животом и грудью достать пол, руки вытянуты вперед. На счет три-четыре зафиксировать такое положение. Это упражнение также способствует выработке амплитуды балетного шага.

**Упражнение 8.** Исходное положение – лечь на спину, вытянуть ноги, руки положить вдоль тела ладонями вниз.

На счет раз-два поднять одновременно корпус и вытянутые ноги (образовать угол). Руки для равновесия поднять и раскрыть в стороны. На три-четыре положение зафиксировать. На счет раз-два-три-четыре прийти в исходное положение.

### **3.4 Упражнения на улучшение гибкости позвоночника**

**Упражнение 9.** Исходное положение – сидя, ноги согнуты, грудь прижата к бедрам, руками взяться за пятки.

На счет раз-два-три-четыре попытаться выпрямить ноги, не отрывая туловища от ног; на счет пять-шесть-семь-восемь вернуться в исходное положение.

**Упражнение 10.** Исходное положение – лечь на пол, на живот, разведенные ноги согнуть, руками взяться за стопы.

На счет раз-два-три-четыре попытаться выпрямить ноги, приподнимая верхнюю часть туловища; на счет пять-шесть-семь-восемь вернуться в исходное положение.

### **3.5 Упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра**

**Упражнение 11.** Исходное положение – лечь на спину, ноги вытянуты, повернуты внутренней стороной наружу (выворотно, 1 позиция), руки раскрыты в стороны и положены на уровень предплечий.

На счет раз-два одну ногу, сгибая в колене, подтянуть как можно выше к плечу (другая вытянута выворотно), согнутая нога скользит пальцами по

вытянутой ноге, ноге отрываясь от пола. На счет три-четыре зафиксировать это положение. Колено стараться положить на пол, пальцы ног вытянуть. На счет раз-два медленно выпрямить ногу и вернуть в исходное положение. Ногу поднимать как можно выше. То же самое проделать другой ногой.

**Упражнение 12.** Исходное положение – лечь на спину, вытянуть ноги выворотом, руки положить вдоль тела ладонями вниз.

На счет раз выбросить правую ногу вверх на 90°, сильно вытянув пальцы ног и колени. Другая нога, вытянутая и выворотная, лежит на полу неподвижно. На счет два медленно опустить ногу в исходное положение. Выполнить правой, затем левой ногой. То же самое в стороны.

**Упражнение 13.** Исходное положение – лечь на спину.

На счет раз согнуть правую ногу, взявшись руками за голень; на счет два выпрямить ногу с помощью рук; на счет три – как на счет раз; на счет четыре вернуться в исходное положение. То же другой ногой.

### **3.6 Упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы**

**Упражнение 14.** Исходное положение – сесть на пол с опорой на руки сзади.

На счет раз носки на себя; на счет два вытянуть носки, стараясь коснуться большими пальцами пола.

**Упражнение 15.** Исходное положение – сидя на полу, ноги вместе, стопы очень вытянуты, спина прямая, немного прогнута.

Выпрямить колени так, чтобы коснуться ими пола, при этом пятки отрывать от пола как можно дальше, носками стараться дотянуться до пола.

### **3.7 Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага**

**Упражнение 16.** Исходное положение – расслабиться лежа на спине.

На счет раз-два при свободно лежащем корпусе, медленно, вытягивая пальцы ног, напрячь только мышцы ног. На счет три-четыре, напрягая и сокращая ягодичные мышцы, повернуть бедра, голени и стопы внутренней стороной наружу так, чтобы пятки подошвенной стороной коснулись друг друга, а мизинцы – пола. Поворот в тазобедренном суставе производится мышцами, которые, сокращаясь, растягиваются.

**Упражнение 17.** Исходное положение – расслабиться лежа на спине или сидя.

На счет раз-два, вытянув ноги, развернуть их внутренней стороной наружу (выворотом), а пятками (подошвенной стороной) прикоснуться друг к другу, мизинцы должны коснуться пола (мышцы напрягаются). На счет три-четыре сократить подъем ног так, чтобы пятки коснулись друг друга и вместе с подошвами и носками образовали прямую линию, а мизинцы коснулись пола, то есть должна получиться 1 позиция. Ноги в коленях выпрямлены. Ощутить сокращение мышц, а затем расслабить мышцы.

**Упражнение 18.** Исходное положение – сесть на пол, согнув ноги в коленях, подтянуть их к груди. Захватить пальцы ног руками.

На счет раз-два-три-четыре медленно наклониться вниз; распрямляя ноги, прижаться головой к ногам, сохраняя первую позицию ног. На счет пять-шесть-семь-восемь вернуться в исходное положение.

**Упражнение 19.** Исходное положение – лечь на живот. Бедра отвести, колени согнуты, стопы касаются друг друга подошвенной частью.

Спину максимально прогнуть назад, удерживая стопы и бедра на полу.

**Упражнение 20.** Исходное положение – сесть на пол, ноги согнуть в коленях, бедра отвести назад в стороны, стопы соединить подошвенной частью. На счет раз-два-три, опираясь руками на колени, опустить их как можно ниже к полу; на счет четыре вернуться в исходное положение.

**Упражнение 21.** Исходное положение – лежа на спине.

Согнуть левую ногу в колене, бедро прижать руками к груди. При этом нужно следить, чтобы другое бедро удерживалось на полу, выпрямляя ногу в колене. Следить за тем, чтобы таз не смещался, и правая нога оставалась вытянутой. То же с другой ноги.

**Упражнение 22.** Исходное положение – лежа на спине, руки разведены в стороны.

Поднять вытянутую ногу и отвести ее в сторону, удерживая таз на полу. То же с другой ноги.

**Упражнение 23.** «Шпагат». Если мышцы паха уже хорошо растянуты, сесть на «шпагат». Ноги должны быть прямые, стопа спереди вытянута, а сзади «утюгом» (сокращенная). Противоположное передней ноге плечо отведено вперед.

### **1. Танцевальные элементы, танцевальные этюды**

1. Шаги (выполняются на месте, по кругу, по диагонали, по линии, в перестроении на различные рисунки):

- бытовой (естественный);
- легкий шаг с носка;
- шаг на полупальцах;
- легкий бег;
- шаг с подскоком;
- боковой приставной шаг (галоп);
- шаг польки.

2. Притопы:

- одинарный;
- перестукивание;
- удары каблучками.

3. Прыжки:

- мячики;
- с поджатыми ножками;
- в повороте;
- в продвижении.

4. Ковырялочка.

5. Выведение ноги на носок (в сторону, вперед).

6. Выведение ноги на каблук (в сторону, вперед).
7. Упражнения на ориентировку в пространстве:
  - различение правой, левой руки, плеча;
  - повороты вправо, влево;
  - движения по диагонали.
8. Построения и перестроения:
  - в колонну по одному;
  - в пары и обратно;
  - из колонны в шеренгу;
  - из колонны по два в колонну по четыре и обратно;
  - круг;
  - воротца;
  - ручеек;
  - цепочка.

## **2. Зачетное занятие.**

На зачетных занятиях проводится открытый показ, демонстрация детьми педагогу и родителям приобретенных знаний, умений и навыков. Оцениваются результаты пройденного детьми учебного материала.

## **Второй год обучения**

### **1. Вводное занятие**

Знакомство с группой. Расписание работы коллектива и правила поведения учащихся. Форма одежды и обуви. Внешний вид и правила этикета участников коллектива.

### **2. Изучение позиций ног классического танца**

Позиции ног являются ни чем иным, как точной пропорцией, которая определяет расположение выворотных ног, их удаление или сближение, когда тело находится в состоянии покоя или в движении. Во всех случаях должно сохраняться равновесие.

Существует пять выворотных позиций ног. Это основные положения, из которых выполняются движения и развиваются элементы классического танца. Последовательность изучения позиций – I, II, III, V; с IV как с самой трудной учащиеся знакомятся в последнюю очередь.

**I позиция.** Ступни ног соединены пятками и развернуты носками в стороны по одной прямой линии.

**II позиция.** Ступни ног сохраняют прямую линию, но пятки отстают друг от друга на расстоянии ступни.

**III позиция.** Ступни ног стоят выворотной одна перед другой, так что пятка одной ноги плотно примыкает к середине ступни другой ноги.

**IV позиция.** Ступни ног, сохраняя выворотное положение, стоят параллельно одна против другой на расстоянии длины ступни, и носок одной ноги находится против пятки другой.

**V позиция.** Ступни ног, сохраняя выворотное положение, стоят одна

перед другой и плотно примыкают друг к другу, так что носок одной ноги соприкасается с пяткой другой ноги.

### **3. Изучение позиций рук классического танца**

Освоение позиций рук на основе точно отработанной системы движения помогает удерживать равновесие тела при исполнении упражнений, совершенствует координацию движений и способствует выработке у учащихся профессионального исполнительского апломба.

Существуют три основные позиции рук, подготовительное положение и исходное положение.

Позиции рук исходят из четырех направлений:

- подготовительное положение рук – руки опущены вниз;
- первая позиция – руки направлены вперед;
- вторая позиция – руки направлены в стороны;
- третья позиция – руки направлены вверх.

В исходном положении руки опущены вниз по линии бедер и находятся на небольшом расстоянии от корпуса.

Обычно изучение позиций рук начинают на середине зала. Вначале рекомендуется изучать подготовительное положение рук и группировку пальцев, затем I и III позиции. К изучению II позиции как более сложной лучше приступать после разучивания I и III позиций.

**Подготовительное положение.** Руки свободно опущены вдоль туловища, голова удерживается прямо en face, взгляд устремлен вперед, шея не напряжена, плечи развернуты, лопатки опущены. Постепенно локти чуть закруглить и отвести от корпуса, одновременно кисти, закругляясь, поворачиваются ладонями вверх. При этом особое внимание следует уделить постановке кисти и правильной группировке пальцев. Кисть находится в закругленном положении, большой палец может слегка соприкасаться со средним, остальные менее закруглены, незначительно отделены.

При отработке подготовительного положения рук необходимо следить за тем, чтобы руки не прикасались локтями к корпусу и не отводились бы слишком далеко вперед. После усвоения подготовительного положения рук можно перейти к изучению I позиции.

**Методика выполнения I позиции рук.** Руки из свободного положения принимают подготовительное положение. Далее руки, сохраняя овальную форму подготовительного положения, поднимаются вперед до уровня диафрагмы. Руки во время движения как бы поддерживаются в двух точках – локтях и кистях, при этом необходимо следить, чтобы локти и кисть, сохраняя овальную форму, находились на одном уровне.

**Методика постановки рук в III позиции.** Корпус сохраняет принятую во время работы осанку. Не теряя отработанной овальной формы I позиции, руки поднимаются вверх, образуя как бы овал над головой. Необходимо при этом обращать внимание на то, чтобы плечевые мышцы не напрягались, и не создавалось впечатления поднятых плеч. Руки, фиксируя III позицию, не должны быть слишком за или перед головой. Руки подняты так, чтобы, не

поднимая головы, взглядом можно было увидеть только мизинцы, если же видны все пальцы, руки следует еще чуть отвести назад.

**Методика постановки рук во II позиции.** Корпус сохраняет подтянутое положение. Из свободного положения руки поднимаются в стороны до уровня плеч, кисти повернуты ладонями вниз, затем одновременно с постепенным закруглением локтей и запястий кисти поворачиваются ладонями вперед, пальцы сохраняют отработанную группировку. Руки, разведенные в стороны, во II позиции находятся впереди корпуса несколько ниже линии плеч.

После отработки построения II позиции из свободного положения можно выполнять II позицию из I. При этом руки из I позиции начинают движение также с легкого разведения кистей и дальнейшего раскрытия рук до II позиции.

#### **4. Классический экзерсис у станка**

##### **EXERCICE («упражнение»)**

Так называется первая часть урока танца – упражнения у станка и на середине зала. Выбатывает профессиональные качества, необходимые для выполнения танцевальной техники; выворотность, силу мышц ног, правильную постановку корпуса, рук, головы, устойчивости, координации движений.

Учащимся второго года обучения рекомендуется заниматься лицом к станку и изучать простейшие элементарные движения на основе классического танца.

**1) Demiplié** по I, II, III, V позициям. Музыкальный размер 4/4. Все упражнение занимает 4 такта.

**2) Grandplié** по I, II, III, V позициям. Музыкальный размер 4/4. (Вначале исполняется на 4 такта: 2 такта – приседание, 2 такта – выпрямление ног. Затем на 2 такта.)

**3) Battementtandu** по I позиции в сторону, вперед и назад. Музыкальный размер 4/4. Упражнение выполняется лицом к станку на 4 такта.

**4) Passeparterre** (проведение ноги вперед – назад через I позицию, по мере усвоения через demiplié в I позиции.) Музыкальный размер 4/4. Упражнение выполняется на 2 такта.

**5) Понятие направлений движения endehors и endedans.**

**6) Demi rond de jambe par terre endehors et endedans.** Музыкальный размер 4/4. Характер музыкального сопровождения плавный. Все упражнение выполняется на 4 такта

**7) Ronddejambeparterre.** Музыкальный размер 4/4. Движение исполняется на 4 такта.

**8) Battementtendujete** из I и V позиций в сторону, вперед, назад. Музыкальный размер 2/4. Характер музыкального сопровождения четкий и отрывистый. Вначале все упражнение исполняется на 4 такта

**9) Battementtendujete** из demiplié в сторону, вперед, назад. Музыкальный размер 2/4. Все упражнение исполняется на 4 такта.

**10) Releve на полупальцы** по I, II, V позициям (по мере усвоения выполнения из *demiplié* и в *demiplié*). Музыкальный размер 2/4. Все упражнение исполняется на 4 такта, далее – на 2 такта, 1 такт и затем на каждую четверть.

**11) Положение ноги *surlecou-de-pied*** (обхватное, условное). Обхватное – разучивается из открытого положения ноги; условное – из V позиции спереди или сзади, или из открытого положения ноги. Музыкальный размер 4/4. Упражнение выполняется на 4 такта.

**12) *Battementfondu*** носком в пол в сторону, вперед, назад. Первоначально рекомендуется разучивать из V позиции без *preparation*. Музыкальный размер 4/4. Все упражнение выполняется на 4 такта.

**13) Перегибы корпуса** назад и в сторону. Музыкальный размер 4/4. Упражнение выполняется на 2 такта; музыкальный размер  $\frac{3}{4}$ . (Вначале выполняется на 8 тактов, далее на 4 такта.)

**14) *Relevelent* на 45°** в сторону, вперед, назад. Музыкальный размер 4/4. Все упражнение выполняется на 4 такта.

**15) *Grandsbattements*** из I и V позиций в сторону. Музыкальное сопровождение должно подчеркивать энергичный характер движения. Музыкальный размер 4/4. Вначале упражнение выполняется на 2 такта:

1 такт – бросок работающей ноги с последующей остановкой носком в пол;

1 такт – приведение работающей ноги в позицию и выдерживание позиции.

Далее движение выполняется на 1 такт. Музыкальный размер  $\frac{3}{4}$ .

### **5. Классический экзерсис на середине зала**

После освоения движений у станка движения переносятся на середину зала. Музыкальная раскладка остается той же.

1) Положения *epaulementcroisé*, *effacé*.

2) I, II, III формы *portdebras*.

3) *Demi plié* и *grand plié* по I, II, III, IV, V позициям *en face*.

4) *Battement tandu* по I, V позиции.

5) *Battement tandujete* из I, V позиции.

6) *Rond de jambe par terre*.

7) *Battementfondu* на 45° во всех направлениях.

8) *Battementfrappe* носком в пол во всех направлениях.

9) *Battementrelevelent* на 45° и 90° во всех направлениях.

10) *Grandbattement* во всех направлениях.

### **6. Элементы русского народного танца**

1) Раскрывание и закрывание рук. (Приглашение) Музыкальный размер 2/4, 4/4. (Раскрывание одной руки, двух рук, поочередное раскрывание рук, переводы рук в различные положения).

2) Притопы (одинарные, двойные, тройные).

3) Простой бытовой шаг (вперед с каблука, с носка).

4) Простой русский шаг (назад через полупальцы на всю стопу, с

притопом и продвижением вперед, с притопом и продвижением назад).

5) Боковой шаг (на всей стопе, на полупальцах по прямой позиции).

6) «Ковырялочка» (без подскоков, с подскоком).

7) «Гармошка» (по прямой линии, в повороте).

8) «Елочка».

9) «Припадание» (в сторону по 3-й свободной позиции, вперед и назад по 1-й прямой позиции, в повороте по точкам по 3-й свободной или по 1-й прямой позициям).

10) Перескоки с ноги на ногу: подготовка к дробям.

11) Бег (на месте, с продвижением вперед на полупальцах, с продвижением назад на полупальцах).

12) Подскоки (на месте, с продвижением вперед, с продвижением на месте;

в повороте вокруг себя).

13) «Ключ» (дробный – простой, дробный – сложный).

14) Выстукивания (с каблучками, с переступаниями).

15) «Моталочка»

16) «Голубец»

17) «Молоточки»

18) Хлопки скользящие (в ладоши, по бедру, по голенищу сапога).

19) Подготовка к присядке (подскоки на двух ногах по 1-й прямой и свободной позициям («мячик»), плавное и резкое опускание вниз по 1-й прямой и свободной позициям).

20) Присядка (полное приседание, полуприсядка с открыванием ноги на ребро каблука, полуприсядка «разножка» в стороны, полуприсядка «разножка» вперед – назад).

## **7. Зачетное занятие.**

На зачетных занятиях проводится открытый показ, демонстрация детьми педагогу и родителям приобретенных знаний, умений и навыков. Оцениваются результаты пройденного детьми учебного материала.

## **Третий год обучения**

### **1. Вводное занятие**

Восстановление физической формы учащихся. Повторение контрольного урока второго года обучения.

### **2. Разучивание preparation у станка**

На третий год обучения экзерсис у станка рекомендуется выполнять, держась за палку одной рукой. Изучение позиций рук у станка начинается с preparation.

**Preparation** – это подготовка к упражнению, при исполнении которого рука из подготовительного положения поднимается в I позицию и далее открывается во II. При этом необходимо отработать принятое положение головы с рукой в I позиции и во II.

Preparation является необходимой подготовкой к каждому упражнению,

и нужно сразу следить за его точным и правильным выполнением.

### **Правила выполнения preparation у станка.**

Встать у станка, держась одной (левой) рукой за палку. Ноги находятся в заданной позиции. Корпус подтянут. Работающая (правая) рука находится в подготовительном положении. Голова с чуть приподнятым подбородком повернута от станка (к правому плечу).

Правая работающая рука медленным и плавным движением поднимается из подготовительного положения в I позицию. Голова одновременно слегка наклоняется к станку (к левому плечу), и взгляд как бы встречает движение кисти руки, далее, когда рука раскрывается во II позицию, голова, чуть поднимаясь, поворачивается направо, сопровождая взглядом движение руки.

При возвращении руки из II позиции в подготовительное положение голова несколько наклоняется вниз, и взгляд сопровождает движение руки. При завершении движения руки в подготовительном положении, голова опять принимает исходное положение, т.е. голова с чуть приподнятым подбородком повернута от станка к правому плечу.

### **3.Классический экзерсис у станка**

- 1) Demiplier и grandplier с portdebras по I, II, III, IV, V позициям.
- 2) Battement tendu по V позиции.
- 3) Battement tendu demi plie по V позиции.
- 4) Battement tendu double (с опусканием пятки на II позицию).
- 5) Battement tendu jete из V позиции. Все упражнение выполняется на 2 такта двудольного размера.
- 6) Battement tendu jete pique. Музыкальный размер 2/4.
- 7) Rond de jambe par terre. Все упражнение выполняется на 1 такт без остановки – слитно.
- 8) Battement fondu на 45° во всех направлениях.
- 9) Battement frappe носком в пол в сторону, вперед, назад. Все упражнение выполняется на 4 такта.
- 10) Battement releve lent на 90°.
- 11) Battement developpe на 45° и на 90°.
- 12) Grand battement из V позиции.
- 13) Pas de bourree simple en dehors et dedans (спеременой ног) лицом к станку.

### **4.Классический экзерсис на середине зала.**

- 1) Положения en sautoir, efface.
- 2) I, II, III формы portdebras.
- 3) Demiplier и grandplier по I, II, III, IV, V позициям en face.
- 4) Battement tendu по I, V позиции.
- 5) Battement tendu jete из I, V позиции.
- 6) Rond de jambe par terre.
- 7) Battement fondu на 45° во всех направлениях.
- 8) Battement frappe носком в пол во всех направлениях.
- 9) Battement releve lent на 45° и 90° во всех направлениях.

10) Grandbattement во всех направлениях.

### **5. Разучивание прыжков (allegro)**

Прежде чем приступить к изучению прыжков, рекомендуется вводить в учебный процесс трамплинные прыжки, которые можно исполнять без точного соблюдения позиций. Музыкальный размер 2/4; прыжки исполняются на каждую четверть.

Изучение программных прыжков рекомендуется начинать у станка, стоя лицом к палке, и далее переносить на середину зала.

**1)Tempssoute** по I, II, V позициям.

Музыкальный размер - 4/4. Упражнение выполняется на 4 такта.

**2)Chanjementdepied.**

Музыкальная раскладка такая же, как и в tempssoute. Музыкальный размер 4/4. Первоначально все упражнение выполняется на 4 такта, затем – на 2 и далее в законченной форме – на каждую четверть.

**3)Pasechape** на II позицию.

Музыкальный размер 4/4 Упражнение выполняется на 4 такта.

### **6. Разучивание подготовки к началу движения в народном характере.**

Подготовка к началу движения заключается в движении руки, которое выполняется на музыкальное вступление, идущее в темпе и характере данного музыкального сопровождения.

Музыкальный размер 2/4. Все движение занимает 2 такта.

Исходное положение: одна рука на станке, другая - в подготовительном положении. Голова повернута от станка.

**П е р в ы й т а к т**

Первая четверть – рука из подготовительного положения, округляясь в локте, поднимается перед корпусом, чуть ниже 1-й позиции. Затем открывается от кисти до локтя в сторону, в 1-е положение; кисть находится на уровне талии. Голова слегка наклоняется вперед и поворачивается в сторону открытой руки; взгляд направлен на кисть.

Вторая четверть – пауза.

**В т о р о й т а к т**

Первая четверть – рука сгибается в локте и, описав небольшой полукруг к 1-й позиции, закрывается в 4-ю. Взгляд следует за движением кисти. Голова при этом слегка наклоняется и в момент окончания движения руки поворачивается от станка и поднимается.

Вторая четверть – пауза.

При выполнении подготовки к началу движения плечо как при открывании руки в 1-е положение, так и при закрывании ее в 4-ю позицию остается неподвижным.

### **7. Изучение позиций ног народного танца**

**1) Пять открытых:**

I, II, III, IV, V открытые позиции народно-сценического танца аналогичны пяти позициям классического танца.

## **2) Пять прямых позиций:**

1-я – обе ноги поставлены рядом и соприкасаются внутренними сторонами стоп;

2-я – обе ноги поставлены параллельно на расстоянии стопы друг от друга;

3-я – обе ноги поставлены рядом и соприкасаются сторонами стоп, каблук одной ноги находится у середины другой ноги;

4-я – обе ноги поставлены по одной прямой линии друг перед другом на расстоянии стопы;

5-я – обе ноги поставлены по одной прямой линии друг перед другом, каблук одной ноги соприкасается с носком другой.

## **3) Пять свободных позиций:**

- во всех пяти свободных позициях ноги поставлены так, что стопы находятся в направлении между соответствующими открытыми и прямыми позициями.

## **4) Две закрытые позиции:**

- обе ноги повернуты внутрь и поставлены носками вместе; каблуки разведены в стороны;

- обе ноги повернуты внутрь и поставлены друг от друга на расстоянии стопы между носками, каблуки разведены в стороны.

Во всех перечисленных позициях тяжесть корпуса распределена равномерно на обе ноги, ноги в коленях вытянуты.

## **8. Изучение позиций рук народного танца**

### **1) Семь позиций:**

**1-я, 2-я и 3-я позиции** аналогичны I, II и III позициям рук классического танца.

**4-я** – руки согнуты в локтях, кисти лежат на талии, большой палец сзади, четыре других, собранных вместе, спереди; плечи и локти направлены в стороны по одной прямой линии.

**5-я** – обе руки скрещены на уровне груди, но не прикасаются к корпусу; пальцы собраны вместе, лежат сверху плеча одноименной руки чуть выше локтя.

**6-я** – обе руки согнуты в локтях, которые слегка приподняты и направлены в стороны; указательные и средние пальцы прикасаются к затылку.

**7-я** – обе руки согнуты в локтях и заложены за спину на талию; запястье одной руки лежит на запястье другой.

### **2) Положения рук:**

**Подготовительное положение** – обе руки свободно опущены вдоль корпуса, кисти свободны и повернуты к корпусу.

**1-ое положение** – обе руки согнуты в локтях, раскрыты в стороны на высоте между подготовительным положением и 2-ой позицией, кисти находятся на уровне талии, пальцы свободно собраны и открыты, ладони слегка повернуты вверх.

**2-ое положение** –обе руки округлены в локтях, раскрыты в стороны на высоте между 2-ой и 3-ей позициями, пальцы свободно собраны и открыты, ладони слегка повернуты вверх.

## **9. Элементы русского народного танца**

### **1) Дроби:**

- «дробная дорожка»;
- «дробь с подскоком»;
- тройные поочередные выстукивания;
- «дробь в три ножки» подряд и с переступаниями.

### **2) Припадания:**

- по 3-й свободной позиции без подъема на полупальцы;
- по 3-й свободной позиции с подъемом на полупальцы;
- по 3-й свободной позиции с подъемом на полупальцы и двумя последующими ударами полупальцами.

### **3) «Веревочка»:**

- простая (одинарная);
- с двойным ударом;
- простая с переступаниями на всю стопу или на ребро каблука.

### **4) «Моталочка»:**

- на полупальцах;
- на всей стопе.

### **5) Подбивка «Голубец»:**

- подряд;
- с переступаниями.

### **6) Подготовка к вращениям.**

### **7) «Хлопушки»:**

- одинарные хлопки и удары – фиксирующие:

- 1) в ладоши;
- 2) по бедру;
- 3) по голенищу;

- одинарные хлопки и удары – скользящие;

- 1) в ладоши;
- 2) по бедру – к себе и от себя;
- 3) по голенищу сапога – к себе и от себя;
- 4) удары по подошве сапога;

- двойные хлопки и удары – скользящие:

- 1) хлопок и удар по бедру;
- 2) два удара по бедру;
- 3) два удара по голенищу сапога;
- 4) хлопок и удар по голенищу сапога;

- тройные хлопки и удары – скользящие:

- 1) хлопок и два удара по бедру;
- 2) хлопок и два удара по голенищам сапог;
- 3) хлопок и два удара по одному голенищу сапога.

### **8) «Ключ»:**

- дробный – простой с переступаниями;
- дробный – сложный с переступаниями;
- хлопущечный – простой.

### **9) Присядка:**

- с открыванием ноги на ребро каблука;
- с открыванием ноги на воздух;
- «разножка» – в стороны;
- «разножка» – вперед – назад.

### **10. Зачетное занятие.**

На зачетных занятиях проводится открытый показ, демонстрация детьми педагогу и родителям приобретенных знаний, умений и навыков. Оцениваются результаты пройденного детьми учебного материала.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Результаты обучения не могут быть одинаковыми для всех воспитанников. Объективная причина этого – индивидуальные данные детей и их различная степень одаренности. Работа по программе направлена на достижение творческого результата, на раскрытие в детях эмоциональности и выразительности и укрепления стойкой мотивации для продолжения творческой деятельности.

### **Обучающиеся к концу 1 года обучения должны:**

1. самостоятельно воспроизводить метроритмический рисунок в танцевальной форме (хлопками, притопами, элементарными движениями народно-сценической хореографии);
2. освоить основные упражнения игровой партерной гимнастики (развить свои данные – подъем стопы, выворотность, шаг, гибкость спины, эластичность мышц и связок суставно-двигательного аппарата);
3. уверенно выполнять основные элементы и упражнения партерной гимнастики с усложненной координацией движений;
4. освоить программный объем движений классического и народно-сценического танца согласно возрасту (основные шаги, ходы и бег русского танца, переступания, притопы, выносы ног на каблук, ковырялочки, галоп, шаг-подскок);
5. ориентироваться в репетиционном, сценическом ограниченном пространстве, в основных танцевальных рисунках-фигурах, ракурсах-эпольманах корпуса, уметь двигаться в танце по часовой стрелке, по линии танца.

### **Обучающийся 2-3 года обучения:**

- знает хореографические названия изученных элементов;
- освоил основы классического экзерсиса лицом к станку и на середине зала;

- контролирует собственное исполнение, согласовывая его с коллективным;
- самостоятельно выполняет изученные элементы классического танца;
- освоил концертный репертуар 2-4 годов обучения.

Результаты воспитанников 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, подглядывая за другими, не всегда координирует свои движения 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.

По итогам освоения программы обучающиеся достигают следующих результатов:

#### **Предметные результаты:**

- знание теоретических основ классического танца;
- владение практическими основами классического танца;
- владение навыками основ народного танца и специальным танцевальным умениям и навыкам (выворотность, гибкость и эластичность суставно-двигательного аппарата, танцевальный шаг, прыжок, координация);
- сформирована правильная осанка, укреплен суставно-двигательный и связочный аппарат;
- сформировано умение осознанно применять знания методики исполнения танца.

#### **Метапредметные результаты:**

- выявленные и раскрытые индивидуальные возможности и творческие способности обучающихся средствами хореографии с учетом индивидуальных особенностей обучающихся;
- сформирована устойчивая мотивация обучающихся к занятию народным хореографическим искусством;
- владение навыками сотрудничества и совместной деятельности с другими участниками коллектива;
- умение оценивать свои и чужие поступки с позиции общечеловеческих нравственных ценностей, ориентироваться в окружающем мире, осознавая свою роль и предназначение, стремление к созидательной деятельности.

#### **Личностные результаты:**

- сформированы навыки коммуникативного межличностного общения, ответственности перед коллективом, умение находить компромисс;
- сформированы волевые качества, ответственность и

дисциплинированность;

- развита культура общения и поведения в социуме и приняты нормы поведения в обществе;
- приняты навыки здорового образа жизни;
- развита мотивация к потребности в саморазвитии, самостоятельности, самоопределению и саморегуляции;
- созданы предпосылки для формирования таких качеств как организованность, наблюдательность, выносливость;
- созданы условия для формирования общественной и гражданской позиции, обучающиеся принимают национальные ценности и традиции.

### 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	72/108	108	2 раза в неделю по 1,5 академических часа с десятиминутным перерывом, либо 3 раза в неделю по 1 академическому часу.	Декабрь, май
2	2	сентябрь	май	36	72/108	108	2 раза в неделю по 1,5 академических часа с десятиминутным перерывом, либо 3 раза в неделю по 1 академическому часу.	Декабрь, май
3	3	сентябрь	май	36	72/108	108	2 раза в неделю по 1,5 академических часа с	Декабрь, май

							десятиминутным перерывом, либо 3 раза в неделю по 1 академическому часу.	
--	--	--	--	--	--	--	--	--

## УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

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

### **Материально-техническое обеспечение**

- 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) Аудио-диски, 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](http://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

Формы аттестации:

1. Технический зачет;
2. Просмотр;
3. Зачетное занятие (в виде открытых занятий, показательных выступлений);
4. Концертное выступление.

Данные формы аттестации предполагают либо закрытый, либо открытый показ, демонстрация детьми педагогу и родителям приобретенных знаний, умений и навыков. Оцениваются результаты пройденного детьми учебного материала. Освоенные детьми 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:

3. Личные дневники обучающихся;
4. Запись в журнале.

## МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Учебные занятия по программе «Сувенир-дебют» 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.

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 дети 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-дебют» 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 детей);

– практический компонент (разучивание и проработка элементов танцевальной комбинации, закрепление путем многократного повторения, тренировка мышечной памяти; на практических занятиях использую 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 технологии. 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-сцена» 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 уважение 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-сцена» 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, детей); метод упражнений (приучения); методы одобрения и осуждения поведения детей, педагогического требования (с учётом преимущественного права на воспитание детей их родителей (законных представителей), индивидуальных и возрастных особенностей детей младшего возраста) и стимулирования, поощрения (индивидуального и публичного); метод переключения в деятельности; методы руководства и самовоспитания, развития самоконтроля и самооценки детей в воспитании; 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 (глоссарий). Учителям, студентам, школьникам, родителям. – Красноярск: РИО КГПУ, 2001. - 100с.
5. Матвеев В.Ф. Русский народный танец: теория и методика преподавания: учебное пособие: [12+] / В. Ф. Матвеев. - 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. - С. 342.
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" / А. В. Палилей ; 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 (глоссарий).
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. Шершнева 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. Ледеякина 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;](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](https://www.golddisk.ru/catalog/section_50_0.html)