

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ «ЦЕНТР ВНЕШКОЛЬНОЙ РАБОТЫ»
АВИАСТРОИТЕЛЬНОГО РАЙОНА Г. КАЗАНИ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН**

Принята на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
от «1» сентября 2025г.



Утверждаю
Директор МБУ ДО «ЦВР»
Авиастроительного района г. Казани
В.В. Бугрова
Принято № 206 от 01.09. 2025г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«СУВЕНИР»**

Направленность: художественная
Возраст обучающихся: 7 - 14 лет
Срок реализации: 2 года (288 часов)

Автор-составитель:
Минабугдинова Ирина Борисовна,
педагог дополнительного образования

КАЗАНЬ 2020

Оглавление

1. Информационная карта образовательной программы	3
2. Пояснительная записка.	6
3. Учебно-тематический план 1 года обучения.	11
4. Содержание учебного плана 1 года обучения.	14
5. Учебно-тематический план 2 года обучения.	16
6. Содержание учебного плана 2 года обучения.	18
7. Организационно – педагогические условия реализации программы.	20
8. Список литературы.	23
9. Приложение.	25
10. Репертуар.	26

Информационная карта образовательной программы

1	Учреждение	МБУДО «ЦВР» Авиастроительного района г.Казани
2	Полное название программы	Сувенир
3	Направленность программы	художественная
4	Сведения о разработчиках	
4.1	ФИО, должность	Минабутдинова Ирина Борисовна, педагог дополнительного образования
5	Сведения о программе:	
5.1	Срок реализации	2 года
5.2	Возраст обучающихся	7-14 лет
5.3	Характеристика программы: - тип программы - вид программы	Дополнительная общеобразовательная программа общеразвивающая
5.4	Цель программы	развитие танцевально-исполнительских способностей обучающихся посредством формирования знаний и практических навыков в области народного танца.
6	Формы и методы образовательной программы	Формы работы: массовые, групповые, парные, индивидуальные формы обучения. Методы: • объяснительно-иллюстративный - дети воспринимают и усваивают готовую информацию; • репродуктивный - дети воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности. В программе широко используются коллективные и индивидуальные методы работы с обучающимися: беседа, рассказ, игра, метод погружения в образ,

		показ видеоматериалов.
7	Формы мониторинга результативности	Контрольные занятия анализ выполненных упражнений; конкурсы; концерты; выступления.
8	Результативность реализации программы	<u>дети 1 года обучения будут знать:</u> - правила поведения на занятиях; - правила постановки корпуса; - позиции рук, ног, головы в танце; - название движений и упражнений; - общие музыкальные понятия (характер, темп, ритм). <u>дети 1 года обучения будут уметь:</u> - исполнять изученные движения; - передавать в движениях различного характера одного и того же образа; - исполнять танцевальные комбинации в постановках; - передавать динамику игрового образа; - импровизировать на заданную музыкальную тему; - использовать широкую палитру выразительных средств (поза, мимика, пантомима); - уметь правильно слушать музыку, слышать ритмический рисунок верно; - уметь работать в парах и небольших группах при постановке танца; - владеть навыками импровизации с использованием базовых элементов. <u>дети 2 года обучения будут знать:</u> - правила поведения на занятиях; - правила постановки корпуса, позиции ног, позиции рук в центре зала, поклон -- названия упражнений на середине зала; <u>дети будут уметь 2 года</u>

		<u>обучения:</u> - <i>исполнять гимнастику на коленях</i> - <i>прыжки на месте по I, II, III</i> - <i>соединять сложные движения в комбинации</i> - <i>выполнять более сложные упражнения, требующие дополнительных усилий;</i> - <i>соединять все рисунки в одну танцевальную композицию</i> - <i>участвовать в конкурсах, фестивалях</i>
9	Дата утверждения и последней корректировки программы	2025год
10	Рецензенты	

Пояснительная записка

Народный танец - это один из видов танцев, который всегда пользуется большой популярностью. Это связано со зрелищностью элементов и сложностью техники исполнения танцев различных народов. Занятия развивают креативность мышления, раскрывают творческий потенциал, позволяют создавать стиль народов на основе изучаемых базовых движений.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Сувенир» имеет **художественную направленность**.

Реализация дополнительного образования обучающихся по общеобразовательной общеразвивающей программе «Сувенир» осуществляется на основе следующих **нормативно-правовых документов**:

1. Федеральный закон об образовании в Российской Федерации от 29.12.2012 №273-ФЗ (с изменениями и дополнениями)

2. Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»

3. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. №678-р

4. Федеральный проект «Успех каждого ребенка» в рамках Национального проекта «Образование», утвержденного Протоколом заседания президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам от 3.09.2018 №10

5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 3.09.2019 №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»

6. Федеральный закон от 13 июля 2020 г. №189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере» (с изменениями и дополнениями, вступившими в силу с 28.12.2022 г.)

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

8. СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. №28;

9. Постановление Правительства РФ от 11 октября 2023 г. №1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

10. Устав образовательной организации.

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к духовно-нравственным ценностям.

Актуальность направлена на:

- приобщение детей к основам хореографического искусства;
- выявление одарённых детей с целью развития их творческих способностей;
- формирование гармонично и всесторонне развитой личности в процессе овладения искусством танца
- развитие художественной одаренности в области танцевально – исполнительского мастерства
- развитие и совершенствование специальных способностей.

С помощью танцевальных движений ребенок избавляется от психологических зажимов, выражает свои мысли и эмоции, что положительно сказывается на его повседневной жизни, поведении, дисциплине и эмоциональном настрое. Помимо этого каждое занятие народными танцами - это развитие физической культуры, чувства ритма и музыкальности, навыков выполнения поставленных задач. А через выступления на фестивалях и конкурсах раскрывается социальная и творческая активность ребенка.

Отличительной особенностью программы является сочетание традиционных народных движений с элементами, развивающими физические и творческие способности обучающихся. Программа направлена на формирование навыков, отражающих культурные особенности России, такие как сочетание скромности и грациозности с размахом и энергией пляски. Программа направлена на формирование и развитие у обучающихся таких физических данных, как подвижность, выносливость, сила, ловкость, на развитие танцевальных данных: гибкости, пластичности, танцевальной выворотности, танцевального шага и т. п.

Занятия хореографией позволяют скорректировать осанку, координацию, постановку корпуса, что необходимо не только для занятия танцем, но и для здоровья в целом. Танец - это зрелищное представление, вызывающее огромный интерес у молодого поколения. Хореография дает возможность ребенку выразить себя в танце, развивать умение добиваться творческого выражения эмоций через пластику

В программу включены следующие разделы: ритмика, элементы классического танца, элементы народного танца, элементы детского танца, постановочно-репетиционная работа.

При организации работы с обучающимися учитываются их возрастные особенности, уровень подготовки и развития в целом. Программа составлена на основе практических занятий. Теоретическая часть введена в форме объяснений, пояснения в сочетании с практикой.

В процессе занятий обучающиеся осваивают выразительность танцевальных движений, приобретают навыки самоанализа, самотворчества.

Для занятий используются: музыкальный центр, также тренировочный материал: скакалки, коврики. В течение года дети участвуют в конкурсах, на фестивалях, праздничных концертах.

Цель: развитие танцевально-исполнительских способностей обучающихся посредством формирования знаний и практических навыков в области народного танца.

Задачи программы:

Образовательные

- сформировать устойчивые навыки исполнения движений;
- обучить упражнениям для развития тела и укрепления здоровья;

Развивающие

- развивать творческое мышление, воображение, артистичность;
- развивать личностные качества ребенка, такие как активность, целеустремленность, ответственность;
- прививать художественный вкус и интерес к танцевальному искусству;

Воспитательные

- воспитывать способность к самооценке, саморазвитию и самообразованию, проявлению лидерских качеств;
- сформировать культуру общения в коллективе, чувства товарищества, взаимопомощи и личной ответственности;
- приобщать к здоровому образу жизни.

Адресат программы. Программа рассчитана на обучающихся 7- 14 лет. Группы разновозрастные (принимаются мальчики и девочки). А также для детей, находящихся в трудной жизненной ситуации. Обязательна справка о состоянии здоровья.

Объем программы: 288 часов. 144 часа в год

Формы организации образовательного процесса и виды занятий.

В программе интегрированы такие направления как ритмика, хореография, музыка, пластика... Содержание программы предлагает обширный материал, включающий в себя разные виды деятельности: тренировочные упражнения, выполнение танцевальных движений и этюдов, изучение не только народных, и национальных танцев, прослушивание музыки, использование игрового материала, которые используются на всех занятиях. Содержание материала постепенно усложняется. На следующий год обучения педагог возвращается к пройденному материалу на более высоком уровне, на новом музыкальном материале с учетом возрастных особенностей детей.

Содержание занятий и практический материал подбирается с учетом возрастных особенностей и физических возможностей детей. Занятие предполагает постепенное увеличение физической нагрузки на организм ребёнка и сопровождается объяснением, показом движений, самостоятельной

работой, анализом. Каждое занятие включает в себя теоретическую и практическую часть. Основное место отводится практической репетиционной работе. Объем программного содержания этих разделов от младшего к старшему возрасту расширяется, появляется умение работать как индивидуально, так и в группах. Это обеспечивает доступность и постепенность в рассмотрении различных вопросов на разных возрастных ступенях, что создает оптимальные условия для формирования у детей необходимых представлений, умений и навыков, сотрудничать, принимать совместно решения, находить самостоятельно решение конфликта.

На занятиях используются массовые, групповые, парные, индивидуальные формы обучения. Предусмотрено использование следующих форм занятий:

- диагностическое занятие,
- занятие-просмотр,
- практическое занятие (занятие-практикум),
- постановочное занятие,
- занятие-тренинг,
- занятие-репетиция,
- занятие-консультация,
- творческая мастерская,
- занятие-конкурс (занятие-турнир),
- занятие-концерт.
- **дистанционные занятия**

Периоды осенних, зимних и весенних каникул используются также для проведения внеаудиторных занятий: праздники, поездки на турниры, конкурсы, фестивали, мастер-классов и др.

Сроки освоения программы: с 1 сентября по 31 мая (2 года)

Режим занятий:

1 учебный год – 144 часа, 2 занятия по 2 часа с каждой группой

2 учебный год – 144 часа, 2 занятия по 2 часа с каждой группой

Занятия проводятся в соответствии с утвержденным расписанием. Наполняемость групп 15 человек. При записи в группу специальной подготовки не требуется, пол значения не имеет.

Планируемые результаты и способы определения результативности

дети 1 года обучения будут знать:

- правила поведения на занятиях;
- правила постановки корпуса;
- позиции рук, ног, головы в танце;
- название движений и упражнений;
- общие музыкальные понятия (характер, темп, ритм).

дети 1 года обучения будут уметь:

- исполнять изученные движения;

- передавать в движениях различного характера одного и того же образа;
- исполнять танцевальные комбинации в постановках;
- передавать динамику игрового образа;
- импровизировать на заданную музыкальную тему;
- использовать широкую палитру выразительных средств (поза, мимика, пантомима);
- уметь правильно слушать музыку, слышать ритмический рисунок верно;
- уметь работать в парах и небольших группах при постановке танца;
- владеть навыками импровизации с использованием базовых элементов.

дети 2 года обучения будут знать:

- правила поведения на занятиях;
- правила постановки корпуса, позиции ног, позиции рук в центре зала, поклон
- названия упражнений на середине зала;

дети будут уметь 2 года обучения:

- исполнять гимнастику на коленях
- прыжки на месте по I, II, III
- соединять сложные движения в комбинации
- выполнять более сложные упражнения, требующие дополнительных усилий;
- соединять все рисунки в одну танцевальную композицию
- участвовать в конкурсах, фестивалях

Воспитательная работа в рамках реализации программы

Воспитательная работа включает целенаправленную деятельность по созданию условий для всестороннего развития личности, охватывающую множество направлений: патриотическое, духовно-нравственное, трудовое, физическое, эстетическое и гражданско-правовое. Она предполагает организацию образовательной, творческой и досуговой деятельности, а также формирование у обучающихся необходимых личностных качеств.

Воспитательная работа в объединении реализуется на каждом занятии.

К основным направлениям воспитательной работы относятся:

- профессионально-ориентированное воспитание (посещение ГАПОУ Казанское хореографическое училище, Татарский театр оперы и балета имени Мусы Джалиля)
- патриотическое и гражданско-правовое воспитание (беседы, которые посвящены государственным символам страны: флагу, гербу и гимну, а также участие в мероприятиях День победы, День отчества, День космонавтики)

- культурно-нравственное воспитание (участие в таких мероприятиях как: День пожилых людей, День матери, День учителя , Национальная елка , участие в конкурсах и т.д.)
- физкультурно-оздоровительное воспитание («Веселые старты», «День здоровья», совместные спортивные мероприятия для детей и родителей)

Формы подведения итогов реализации программы

1. Участие в конкурсах.
2. Постановка танцевальных номеров.
3. Выступления на мероприятиях.
4. Отчетный концерт.

Учебный план 1 года обучения

№	Название раздела. Тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля	Формы организации занятий
		Всего	Теория	Практика		
1.	Вводное занятие	4	4	-	Тест	беседа
1.	Техника безопасности во время занятий. Ознакомление с содержанием программы.	-	2	-		
2.	Беседа о важности художественного образования	-	2	-		
2.	Разминка	24	-	24		
2.1	Партерная гимнастика	4	-	4	наблюдение, задания, самоконтроль	занятие-просмотр
	<i>упражнения на силу мышц рук</i>	2	-	2		
	<i>разминка по кругу</i>	2	-	2		
2.2	Упражнения на ковриках:	6	-	6		занятие-практикум
	<i>«складка» - наклоны корпуса к ногам</i>	2	-	2		
	<i>сидя – сгибание туловища, упражнения для стоп, махи ногами, выпрямление спины;</i>	2	-	2		
	<i>«лягушка, коробочка, орешек»</i>	2	-	2		
2.3	Прыжковые движения	2	-	2		занятие-тренинг
2.4	Упражнения на середине зала	2	-	2		
2.5	Пространственные упражнения:	4	-	4		
	<i>Продвижения с прыжками, бег, поскоки</i>	2	-	2		

	<i>Перестроение из одной фигуры в другую</i>	2	-	2		
2.6	Ритмические комбинации:	6	-	6		занятие-тренинг
	<i>Танцевальная импровизация</i>	2	-	2		
	<i>Этюды</i>	2	-	2		
	<i>Связка танцевальных движений</i>	2	-	2		
3.	Элементы классического танца	20	-	20		
3.1	Постановка корпуса, позиции ног, позиции рук в центре зала, поклон	4	-	4	наблюдение, задания, самоконтроль	занятие-практикум
3.2	Упражнения на середине зала:	4	-	4		занятие-практикум
	<i>приседания и полуприседания; поднимание стопы на полупальцы;</i>	2	-	2		
	<i>движение в координации рук и ног по позициям, повороты.</i>	2	-	2		
3.3	Прыжки, верчения:	6	-	6		занятие-практикум
	<i>прыжки на месте по I, II, III позициям ног;</i>	2	-	2		
	<i>верчения на середине зала (понятие «точки»), в диагонали.</i>	4	-	4		
3.4	Комбинации движений классического танца:	6	-	6		занятие-тренинг
	<i>этюды</i>	2	-	2		
	<i>координация движений рук и ног в исполнении прыжков и верчений</i>	2	-	2		
	<i>координация рук и ног в исполнении движений на середине.</i>	2	-	2		
4.	Комбинация	38	2	36		
4.1	Составление хореографии с использованием изученных элементов	14	2	12	контрольное занятие	творческая мастерская
	<i>Соединение элементов</i>	2	2	-		
	<i>Практическое применение полученных танцевальных навыков через импровизацию</i>	2	-	2		
	<i>Татарский танец</i>	4	-	4		
	<i>Творческая мастерская</i>	2	-	2		
	<i>Русский народный танец</i>	4	-	4		
4.2	Соединение сложных движений в сценический рисунок	20	-	20	наблюдение, задания, самоконтроль	занятие-тренинг
	<i>Постановка корпуса</i>	2	-	2		
	<i>Движения ногами в такт музыки</i>	2	-	2		
	<i>Движения по рисунку танца</i>	2	-	2		

	<i>Отработка простых элементов танца</i>	2	-	2		
	<i>Отработка сложных элементов танца</i>	4	-	4		
	<i>Соединение простых движений в сценический рисунок</i>	2	-	2		
	<i>Основные положения ног</i>	4	-	4		
	<i>Разводка комбинаций</i>	2	-	2		
4.3	Итоговое занятие	4	-	4		
5.	Постановочно-репетиционная работа	56	2	54		
5.1	Простые движения танцевального номера	2	-	2	наблюдение, задания, самоконтроль	практикум
5.2	Сложные движения танцевального номера	4	-	4		
5.3	Соединение движений в комбинации	22	-	22		Постановочное занятие
	<i>Разводка комбинаций в сценический рисунок</i>	4	-	4		
	<i>Повторение элементов изученных танцев</i>	2	-	2		
	<i>Работа над элементами танцев</i>	4	-	4		
	<i>Работа под счет</i>	4	-	4		
	<i>Движения по рисунку танцев</i>	4	-	4		
	<i>Отработка движений</i>	4	-	4		
5.4	Постановка танцев.	20	-	20	наблюдение, задания, самоконтроль	Постановочное занятие
	<i>Постановка рук и ног.</i>	2	-	2		
	<i>Постановка корпуса.</i>	2	-	2		
	<i>Базовые элементы в танце.</i>	4	-	4		
	<i>Парная часть танца. Работа в паре.</i>	4	-	4		
	<i>Расстановка по рисункам танцевальной композиции.</i>	4	-	4		
	<i>Создание танцевального номера: соединение всех рисунков.</i>	4	-	4		
5.5	Работа над образом. Воплощение хореографического образа на сцене в различных жанрах.	8	2	6	наблюдение, задания, самоконтроль	занятие-репетиция
	<i>Определение хореографического образа.</i>	2	2	-		
	<i>Генеральная репетиция перед отчетным концертом.</i>	6		6		
6.	Итоговое занятие:	2	-	2	Концерт	занятие-

6.1	Отчетный концерт	2	-	2		концерт
	Итого:	144	8	136		

Содержание учебного плана 1 года обучения

Раздел 1. Введение

1. Вводное занятие.

Теория. Введение в образовательную программу. Техника безопасности во время занятий. Правила поведения на занятиях группы. Ознакомление с содержанием программы. Режим работы. Основные темы.

Раздел 2. Разминка

Практика.

2.1. Ритмические упражнения:

- упражнения на ковриках;
- разминка по кругу.

2.2. Упражнения на ковриках:

Практика.

- лежа на животе – поднимание рук и ног одновременно и поочередно, покачивание;
- лежа на спине – поднимание ног, махи ногами;
- сидя – сгибание туловища, упражнения для стоп, махи ногами, выпрямление спины;
- статические позы (вспомогательные) – *«лягушка, коробочка, орешек»*

2.3. Упражнения для развития художественно-творческих способностей:

Практика.

- движения в образах (полная импровизация детей в любом выбранном ими образе);
- 2.4. Упражнения на пластику и расслабление:

Практика.

- пластичные упражнения для рук;
- наклоны корпуса в координации с движениями рук;
- напряжение и поочередное расслабление всех мышц тела.

2.5. Пространственные упражнения:

Практика.

- продвижения с прыжками, бег, поскоки;
- перестроение из одной фигуры в другую.

2.6. Ритмические комбинации:

Практика.

- связки ритмичных движений;
- этюды;
- танцевальная импровизация.

Раздел 3. Элементы классического танца

3.1. Постановка корпуса, позиции ног (I, II, III, IV, V), позиции рук (I, II, III, подготовительная) в центре зала, поклон (усложнение).

Практика.

- плие;
- пор-де-бра.

3.2. Упражнения на середине зала:

Практика.

- приседания и полуприседания;
- поднимание стопы на полупальцы;
- движение в координации рук и ног по позициям, повороты.

3.3. Прыжки, верчения:

Практика.

- прыжки на месте по I, II, III позициям ног;
- верчения на середине зала (понятие «точки»), в диагонали.

3.4. Комбинации движений классического танца:

Практика.

- этюды;
- координация движений рук и ног в исполнении прыжков и верчений;
- координация рук и ног в исполнении движений на середине.

Раздел 4. Комбинация

4.1. Составление хореографии с использованием изученных элементов

Теория. Ознакомление с видами и культурами национальных танцев.

Практика.

- Соединение элементов;
- Татарский танец ("Апипэ»);
- Русский народный танец

4.2. Соединение движений в сценический рисунок.

Практика.

- Постановка корпуса
- Движения ногами в такт музыки
- Движения по рисунку танца
- Отработка простых элементов
- Отработка сложных элементов
- Соединение простых движений в сценический рисунок
- Основные положения рук
- Разводка комбинаций

4.3. Итоговое занятие по национальным танцам.

Практика. Педагог оценивает работоспособность учащихся, результативность работы

Раздел 5. Постановочно-репетиционная работа

5.1. Простые движения танцевального номера

Практика. - Отработка простых движений

5.2. Сложные движения танцевального номера

Практика. - Отработка сложных движений

5.3. Соединение движений в комбинации.

- Разводка комбинаций танцевального номера в сценический рисунок;
- Повторение элементов изученных танцев
- Работа над элементами танцев
- Работа под счет
- Движения по рисунку танцев
- Отработка движений

5.4. Постановка танца.

Практика. Создание танцевального номера.

- Постановка рук и ног
- Постановка корпуса
- координационные элементы в танце.
- Парная часть танца. Работа в паре.
- Расстановка по рисункам танцевальной композиции.
- Отработка движений
- Создание танцевального номера: соединение всех рисунков.

5.5. Работа над синхронным исполнением.

Практика. Генеральная репетиция перед отчетным концертом, отработка синхронности исполнения

Раздел 6. Итоговое занятие:

Практика. Отчетный концерт

Учебный план 2 года обучения

№	Название раздела. Тема.	Количество часов			Формы аттестации/ контроля	Формы организации занятий
		Всего	Теория	Практика		
1	Вводное занятие.	2	2	-	Тест	беседа
1.1	Организационная работа. ТБ. Ознакомление с содержанием программы.	2	2	-		
2	Общеразвивающие упражнения	20	-	20		занятие-репетиция
2.1	Постановка корпуса	4	-	4		
2.2	Постановка рук	4	-	4		
2.3	Развитие чувства ритма	4	-	4		
2.4	Танцевальные элементы	4	-	4		
2.5	Развитие гибкости	4	-	4		
3	Координация движений	26	2	24	Контрольное занятие	
3.1	Знакомство с акробатикой. Меры	2	2	-		

	предосторожности					
3.2	Растяжка	4	-	4		
3.3	Партерная гимнастика	4	-	4		
3.4	Растяжка. Работы в паре	4	-	4		занятие-репетиция
3.5	Строевые упражнения	4	-	4		
3.6	Гимнастика на коленях	4	-	4		
3.7	Прыжки	4	-	4		
4.	Постановочная работа	52	2	50	Контрольное занятие	
4.1	Разучивание танцевальных движений	24		24		
	<i>Отработка простых движений</i>	4		4		
	<i>Развитие художественной одаренности в области танцевально – исполнительского мастерства;</i>	4		4		
	<i>Отработка сложных движений</i>	4		4		занятие-репетиция
	<i>Соединение движений в комбинации</i>	4		4		
	<i>Разводка комбинаций в сценический рисунок</i>	4		4		
	<i>Соединений всех рисунков в одну танцевальную композицию</i>	4		4		
4.2	Повторение элементов изученных танцев	24		24		
	<i>Работа над элементами танцев</i>	4		4		
	<i>Работа под счет</i>	4		4		
	<i>Работа под музыку</i>	4		4		
	<i>Движения по рисунку танцев</i>	4		4		
	<i>Отработка движений по рисунку танцев</i>	4		4		
	<i>Постановка танцев</i>	4		4		
4.3	Работа над образом	4	2	2		
5.	Участие в концертах, фестивалях, конкурсах. Репетиция.	40	-	40	Итоговое занятие, зачет	Выступление
5.1	- Выступление на Дне учителя	4	-	4		
5.2	- Выступление на Дне Матери	4	-	4		
5.3	- Выступление на новогоднем празднике	4	-	4		

5.4	- Выступление на концерте, посвященном Дню защитников Отечества	4	-	4		
5.5	- Выступление на концерте, посвященном Международному женскому дню	4	-	4		
5.6	- Выступление на концерте в честь 9 мая	4	-	4		
5.7	- Участие в конкурсе	4	-	4		
5.8	- Участие в конкурсе	4	-	4		
5.9	- Участие в конкурсе	4	-	4		
5.10	- Отчетный концерт. Ген. репетиция	4	-	4		
6.	Итоговое занятие	4	-	4	Концерт	
6.1	Открытое занятие для родителей, концерт	4	-	4		
	Итого:	144	6	138		

Содержание учебного плана 2 года обучения

Раздел 1. Введение

Практика. 1. Вводное занятие.

Теория. Введение в образовательную программу. Техника безопасности во время занятий. Правила поведения на занятиях группы. Ознакомление с содержанием программы. Режим работы. Основные темы.

Раздел 2. Общеразвивающие упражнения

Практика. 2.1.:

- Постановка корпуса. (Упражнения для корпуса (наклоны вперед, назад, в сторону, круговые движения);
- Изучение азов хореографии (Упражнения для головы (повороты, наклоны);
- Развитие чувства ритма
- Танцевальные элементы
- Развитие гибкости

Раздел 3. Развитие силы мышц ног

Для правильного закачивания всех мышц ног и предотвращения травмирования коленных суставов и ахилла следует: в процессе проведения занятия чередовать присядочные движения с прыжками и другими элементами экзерсиса.

Практика.

Упражнения:

- на гибкость (упражнения для развития пассивной и активной гибкости) и растяжку;

- на силу (укрепление мышц рук, плечевого пояса, шеи, спины, брюшного пресса и ног; динамические упражнения;
- упражнения для развития взрывной силы; статические (изометрические) упражнения) и выносливость;
- на координацию (повышение точности организации движений во времени и пространстве, совершенствование многоплоскостного внимания, повышение скорости освоения новых движений, умений и навыков. Координационные упражнения для рук, выполняемые в одной, двух и трех плоскостях и со сменой плоскостей; сочетание координационных упражнений для рук с различными движениями ног) и реакцию;
- на прыгучесть и подвижность стопы; – на мышечную память, освобождение мышц (произвольное управление мышечными напряжениями; попеременное напряжение и расслабление отдельных групп мышц и частей тела в различных положениях; расслабление отдельных групп мышц без предварительного их напряжения; расслабление одних мышц при одновременном напряжении других; «переливание» напряжений и расслаблений из одних мышц в другие; полное расслабление всех мышц с падением и без падения; выработка волевого, а затем и подсознательного контроля за мышечными напряжениями);
- на ощущение центра тяжести;
- на вестибулярный аппарат.

Раздел 4. Постановочная работа

Практика.4.1.Разучивание танцевальных движений.

- Отработка простых движений
- Сложные движения танцевального номера
- Отработка сложных движений
- Соединение движений в комбинацию
- Разводка комбинаций в сценический рисунок

Практика. 4.2. Повторение элементов изученных танцев.

- Работа над элементами танцев
- Работа под счет
- Движение по рисунку танцев
- Отработка движений
- Постановка танца

Практика. 4.3. Работа над образом.

Раздел 5.Участие в концертах, фестивалях, конкурсах. Репетиции.

Практическая работа: освоение исполнительского мастерства танцора.

- 1.Отчётные концерты, смотры художественной самодеятельности.
- 2.Конкурсные занятия проводятся с целью внесения в процесс обучения элементов соревнования.
- 3.Зачётные занятия проводятся в целях самоконтроля и контроля.

Практика.

- Выступление на Дне учителя
- Выступление на Дне Матери
- Выступление на новогоднем празднике
- Выступление на концерте, посвященном Дню защитников Отечества
- Выступление на концерте, посвященном Международному женскому дню
- Выступление на концерте в честь 9 мая
- Участие на фестивале
- Участие на фестивале
- Участие на фестивале
- Отчетный концерт. Ген.репетиция

Раздел 6. Итоговое занятие.

Практика. Открытый урок для родителей. Концерт.

Организационно-педагогические условия реализации программы

1. Методическое обеспечение программы

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:

- объяснительно-иллюстративный – дети воспринимают и усваивают готовую информацию;
- репродуктивный – дети воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности.

На занятиях применяются следующие *педагогические технологии*:

- технология группового обучения;
- технология коллективного взаимообучения;
- технология разноуровневого обучения;
- технология развивающего обучения;
- технология коллективной творческой деятельности;
- здоровьесберегающая технология;

В программе широко используются коллективные и индивидуальные методы работы с обучающимися: беседа, рассказ, игра, метод погружения в образ, показ видеоматериалов. В процессе постановочной деятельности, репетиций дети приучаются к сотворчеству. Они осваивают музыкально-танцевальную природу искусства, нужно выявить эти характерные особенности каждого ребенка и акцентировать внимание именно на них. Развивать все, но больше внимания уделять именно индивидуальным возможностям.

Для четкого и результативного проведения занятия существует примерный план. Продолжительность каждой части занятия и распределение программного материала могут изменяться в зависимости от степени подготовленности, возраста, способностей обучающихся, сложности материала. Но на каждый год обучения предполагается определенный минимум умений, навыков, сведений по хореографии.

Методы: игровой; демонстрационный (метод показа); метод творческого взаимодействия; метод наблюдения и подражания; метод упражнений; метод внутреннего слушания.

Приоритетные направления работы:

- знакомство с историей танца, музыкальной грамотой;
- изучение базовых элементов, партерной гимнастики, классического и народного танцев;
- знакомство с направлениями танца народов мира;
- постановка танцевальных номеров и участие в праздничных мероприятиях.

Для реализации данной программы, как показывает практика работы с подростками, необходимо учитывать некоторые особенности:

- возрастные особенности обучающихся;
- личные интересы и приоритеты обучающихся;
- потенциал группы в целом и каждого обучающегося отдельно;
- качество подготовки к моменту начала изучения предмета;
- происходящие в мире перемены.

Педагог в своей деятельности использует следующие технологии:

- здоровьесберегающая технология, помогает воспитать всесторонне развитую личность, бережно относящуюся к своему здоровью, и соблюдающую принципы здорового образа жизни;
- информационно-коммуникативная технология, позволяющая воспитанникам получать новую информацию и знания через просмотры видео и мультимедиа, сопровождающиеся пояснениями педагога. Так же этот метод полезен при просмотре концертов и выступлений, в которых они сами принимали участие, для осмысления и оценки своего собственного результата;
- деятельностная технология, посредством которой воспитанники изучают новый материал через личный показ педагогом и его объяснения с последующим повторением;
- проектная технология заключается в организации под руководством педагога творческой лаборатории, где провозглашается тема и ставится задача, а воспитанники создают творческую импровизацию, участвуют в процессе подготовки традиционных мероприятий коллектива;
- игровая технология, помогает развитию творческого мышления, развивает воображение и фантазию, улучшает общение и взаимодействие в коллективе;
- технология дифференцированного обучения, помогает в обучении каждого на уровне его возможностей и способностей, развитии творческих способностей, созидательных качеств личности, воспитании человека высокой культуры.

Материально-техническое обеспечение программы

Занятия танцем проходят в просторном, светлом, проветренном, чистом помещении. Для опоры используются стулья. Опора используется для поддержки тела в равновесии при разучивании различных упражнений.

Обувь воспитанников легкая, облегаящая ступню, не стесняющая свободу ее движений. Форма для занятия удобная, не стесняющая движений и не скрывающая от педагога работу мышц. Волосы аккуратно причесаны. Все на ребенке должно быть опрятно и красиво. Педагог требует, чтобы одежда была чистой, все это помогает привить ребенку элементарные санитарные навыки, научить личной гигиене.

Также используется фонотека, диски с записью танцевальной музыки, флешки. Музыка помогает определить скорость движения и ритм упражнений, подсказывает характер движения. Занятия с музыкой более интересны. Бодрая танцевальная мелодия вызывает желание двигаться, создает хорошее настроение. Музыка делает занятия более полноценными и эмоциональными. Предмет содержит богатые возможности для формирования общественных навыков обучающихся, что создает основу для целостного развития личности.

Непосредственная связь движения с музыкой просматривается на всем этапе. Обучающиеся должны усвоить понятия «ритм», «счет», «размер», узнать, что музыка состоит из тактов и музыкальных фраз, при этом дети должны уметь различать выступления и основную мелодию, вступать в танец с начала музыкальной фразы. Каждый танец имеет определенные исторические корни и географическое происхождение. Приступая к изучению того или иного танца, учащиеся знакомятся с историей его создания, узнают, в какой стране и у какого народа он произошел. Условия и обычаи, характер и темперамент народа, его костюм, отражаются в танце.

Список используемой литературы:

1. Андреев В.И. Педагогика. / В.И. Андреев. –Казань. 2003 – с.-115-116.
2. Винер И.А., Горбулина Н.М., Цыганкова О.Д. Программа дополнительного образования: Гармоничное развитие детей средствами гимнастики. – М.: Просвещение, 2012. – 24 с.
3. Горский В.А. Живое образование.:М, 2011. – 120с.
4. Евладова Е.Б., Л.Г.Логинова, Н.Н.Михайлова Дополнительное образование детей: Учеб. Пособие для студентов учр. сред.проф. Образования. – М.: Гуманит. Изд.центр ВЛАДОС, 2002.
5. Иванченко В.Н. Инновации в образовании. Общее и дополнительное образование детей.:Феникс, 2011.-352 с.
6. Исхакова Н.Р. Формирование у молодежи общечеловеческих ценностей как проблема социологической науки. – В сборнике статей «Актуальные проблемы педагогики, психологии и частных дидактик» выпуск IX.-Наб. Челны ИНПО 2002.
7. Куприянов Б.В. Рожков М.И., ФришманИ.И.организация и методика проведения игр с подростками, ВЛАДОС, 2001 г.
8. Кортаева Е.В. Рбучающие технологии в познавательной деятельности школьников.-м.:Сентябрь, 2003.
9. Моргун Д.В., Орлова Л.М. Дополнительное образование детей в вопросах и ответах.: ЭкоПресс, 2012. – 140 с.
10. Петров П.К.Методика преподавания гимнастики в школе. – М.: Гуманит.изд. центр ВЛАДОС, 2003. – 443с.
11. ПолятковС.С.Основы современного танца, Ростов на Дону: «Феникс», 2005. – 80с.

Приложения

Партерный экзерсис

Упражнение на полу - партерный экзерсис – позволяет с наименьшими затратами энергии достичь сразу 3-х целей: повысить гибкость и эластичность мышц и связок, увеличить силу мышц.

Эти упражнения также способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах, помогают выработать выворотность ног, шаг, развивать эластичность стоп, гибкость позвоночника и шейного отдела. Для обучения сознательному управлению своими мышцами применяются упражнения на напряжение и расслабление мышц тела. Упражнения выполняются сидя на полу, лежа на спине, на животе.

Комплекс упражнений в партере (сидя и лежа).

1. И.п.: сидя, ноги вместе стопы натягиваются и сокращаются по VI позиции вместе, поочередно, с круговыми вращениями (руки на поясе, спина прямая).
2. И.п.: то же. Выполняется «складка» - наклоны корпуса к ногам. Колени максимально вытянуты (с натянутыми и сокращенными стопами по VI п.).
3. И.п.: то же. Ноги разведены в стороны, поочередные наклоны корпуса к правой, левой ноге и прямо, животом касаясь пола (стопы натянуты и сокращены).
4. И.п.: лежа на спине - махи прямыми ногами вверх. Колени и стопы максимально натянуты.
5. И.п.: то же. Ноги подняты вверх. Выполняется «разножка»- с максимальной амплитудой ноги разводятся в стороны и возвращаются ви.п. Стопы натянуты.
6. И.п.: то же. Работа на пресс – ноги сгибаются в коленях, поднимаются вверх и опускаются медленно вниз. Стопы натянуты.
7. И.п.: лежа на животе. Выполняется «лодочка» - поднятие прямых рук и ног.

8. И.п.: то же. Выполняется «корзинка» - обхватываются ноги руками сзади и поднимаются вверх.
9. И.п. то же. Выполняется «рыбка» - согнутыми ногами достать до головы.
- 10.И.п.: стоя на четвереньках выполняется «кошечки» - добрая и злая – прогибание спины.
- 11.И.п.: то же. «Кошечка под заборчик» проползти по полу животом и вернуться обратно.
- 12.И.п.: то же. Поочередно левой и правой ногой сделать мах в «кольцо». Выполняется с максимальной амплитудой.

Далее выполняются упражнения «мост» и «шпагат» и «лягушечка». Для этих упражнений применяется индивидуальный подход.

«Шпагат»

- I уровень развития – полушпагат (правый, левый)
- II уровень развития – полушпагат с прогибом корпуса назад (правый, левый)
- III уровень развития – полный шпагат (правый, левый, прямой).

«Лягушечка»

- I уровень развития – «лягушечка» в положении сидя, надавливая руками на колени.
- II уровень развития – «лягушечка» в положении сидя с наклонами корпуса вниз.
- III уровень развития – «лягушечка» на животе.

Репертуар

1 год обучения

1. Танец "Барбарики
2. Точка, точка, запятая

2 год обучения

1. Татарский танец «Зака-зака»
2. Вечный двигатель
3. Русский танец " Венок »
4. Танец «Школа»
5. Чувашский танец
6. Башкирский танец