

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ КАМЧАТСКОГО КРАЯ  
КРАЕВОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«КАМЧАТСКИЙ ЦЕНТР РАЗВИТИЯ ТВОРЧЕСТВА  
ДЕТЕЙ И ЮНОШЕСТВА «РАССВЕТЫ КАМЧАТКИ»

ПРИНЯТА на заседании  
Педагогического Совета  
от « 04 » сентября 2023 г.  
Протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ  
И.о. директора КГБУДО «Камчатский  
центр развития творчества детей и  
юношества «Рассветы Камчатки»  
\_\_\_\_\_  
М.С. Савинская  
« 04 » сентября \_\_\_\_\_ 2023 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
художественной направленности  
«Ансамбль народного танца «Рассветы Камчатки»  
Возраст учащихся: 7-23 года  
Срок реализации: 9 лет

Автор-составитель:  
Невежина Юлия Геннадьевна,  
педагог дополнительного  
образования

г. Петропавловск-Камчатский,  
2023 г.

## Содержание

Раздел № 1. Комплекс основных характеристик программы	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цель и задачи	7
1.3. Содержание программы	8
1.4. Планируемые результаты	34
Раздел № 2. Комплекс организационно-педагогических условий	36
2.1. Календарный учебный график	36
2.2. Условия реализации программы	36
2.3. Формы аттестации	37
2.4. Оценочные материалы	37
2.5. Методические материалы	39
2.6. Список литературы	44

## **Раздел № 1. Комплекс основных характеристик программы**

### **1.1. Пояснительная записка**

Народный танец — это пластический портрет народа. Фольклор - бездонный и бесценный кладёзь народного опыта и таланта - собрал и сохранил всё, что было открыто и изобретено бесчисленными талантами, передавшими будущему человечеству первое богатство культуры, которое стало фундаментом для безудержного роста мировой культуры. Фольклор настойчив в своём проявлении, потому что человек без творчества не может - рождаясь из быта, постепенно переходит в искусство. Народно-сценический танец представляет собой ценнейший материал для художественного развития ребёнка. Праздничный, жизнелюбивый вид искусства. Он понятен юным исполнителям и является лучшей основой для формирования уважения к народному танцевальному творчеству и к запечатлённым в танце народным традициям. В большинстве своём, будучи краткими, немногословными, народно-сценические танцы раскрывают целые пласты народной жизни и разные исторические эпохи, дают возможность для освоения техники, эмоционального развития актерских данных, широко образуют, знакомя с национальным бытом, костюмом, пластической и музыкальной особенностью культуры народов мира. Народный танец нуждается в тщательном изучении.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности Ансамбля «Рассветы Камчатки» разработана на основе следующих документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 2713-ФЗ (редакция от 31.07.2020 г.) «Об образовании в Российской Федерации»;
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О методических рекомендациях по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. №28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 N 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».

**Направленность программы** – художественная.

**Актуальность** данной программы определяется запросом и устойчивым интересом к народной хореографии со стороны учащихся и заключается в сохранении и укреплении здоровья подростков и молодежи через занятия хореографией. Целесообразность программы состоит не в объеме усвоенных знаний и умений, а в гармоничном, разностороннем развитии личности. Ценность обращения к народным традициям разных народов положительно влияет на развитие эмоционально-психологической сферы ребёнка. Данная программа разработана с учетом возрастных особенностей и физических возможностей детей.

**Отличительной особенностью является:**

- вариативность (корректировка содержания и форм занятий, времени прохождения материала);
- разноуровневое обучение, при котором за критерий оценки деятельности учащегося принимаются личные достижения в овладении программным материалом;
- перспективное развитие навыков танцевального мастерства – от простого к сложному, от знаний к творчеству;
- совмещение нескольких танцевальных направлений, позволяющих осуществить комплексную хореографическую подготовку учащихся в течение всего курса обучения.

**Адресат программы:** данная дополнительная общеобразовательная программа рассчитана на детей и подростков в возрасте от 7 до 23 лет не имеющих противопоказаний для занятий хореографией. Программа ориентирована на работу с детьми независимо от наличия у них специальных физических данных, но имеющих склонность к танцевальной деятельности. Специальных знаний по предмету не требуется. Заниматься по программе могут все желающие девочки и мальчики.

**Объем и срок реализации программы**

Программа рассчитана на 1728 часов, 9 лет обучения. Уровень освоения: углубленный.

**Форма обучения** – очная.

**Особенности организации образовательного процесса**

В коллектив принимаются все желающие в возрасте от 7 лет независимо от наличия у них специальных физических данных, но имеющих

склонность к танцевальной деятельности. Специальных знаний по предмету не требуется.

На 1-й год обучения принимаются дети в возрасте 7 – 9 лет. В индивидуальных случаях можно зачислить ребенка в уже сформированную группу после окончания набора. Группы комплектуются до 15, а в случае необходимости до 20 человек (например – равное количество мальчиков и девочек и др.). Для зачисления необходимо предоставить медицинскую справку о состоянии здоровья и отсутствии заболеваний, препятствующих обучению по программе.

### ***Обучение проводится в 3 этапа.***

***I этап.*** На изучение первого этапа отводится 864 часа, три года. Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 академических часа. Длительность занятия для групп первого года обучения – 30 минут, для второго и третьего - 45 минут.

Этап включает два раздела. Раздел «Классический танец» рассчитан на обучающихся, ранее не получавших хореографической подготовки. Он является фундаментом обучения для всего комплекса танцевальных дисциплин, развивает физические данные, формирует необходимые технические навыки, является источником высокой исполнительской культуры. В этом его главное воспитательное значение.

Изучение раздела «Народно-сценический танец» предоставляет значительные возможности для приобщения обучающихся к богатству танцевального и музыкального народного творчества, который является неотъемлемой частью начального образования. Обучение народно-сценическому танцу совершенствует координацию движений, способствует дальнейшему укреплению мышечного аппарата (развивая те группы мышц, которые мало участвуют в процессе классического тренажа). Даёт возможность учащимся овладеть разнообразием стилей и манерой исполнения танцев различных народов, в значительной степени расширяет и обогащает их исполнительские возможности, формируя качества и навыки, которые не могут быть развиты за счёт обучения только классическому танцу.

Обучение народно-сценическому танцу начинается со второго полугодия 1-го года обучения, т.к. к этому времени уже освоена азбука классического танца. Занятия начинаются на середине зала с изучения характерных для народно-сценического танца позиций рук и ног, осваивается простейшая координация, а также удобные и понятные детям элементы танцев, что является особенностью этой программы.

Постановочная работа начинается со 2-го года 1-го этапа обучения. Концертная деятельность планируется лишь эпизодически, в основном для накопления сценического опыта, преодоления страха и робости перед зрителями, а также для повышения мотивации занятий хореографией.

**II этап.** На изучение материала отводится 936 часов, три года. Основной особенностью 2-го этапа является формирование репертуара, т.к. воспитанники начинают исполнять танцевальные номера в концертах ансамбля. Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 академических часа. Длительность занятия 45 минут.

Форма занятий и отслеживания результатов сохраняется. Возраст обучающихся от 10 до 14 лет, или 4-6 класс общеобразовательной школы. Для обучения могут быть зачислены учащиеся, не занимавшиеся в группе 1-го этапа обучения, но успешно прошедшие собеседование.

Этим этапом можно завершить так называемый всеобуч для некоторых категорий детей. Те же из них, кто проявил интерес и способности к классической и народной хореографии могут перейти к третьему этапу обучения.

**III этап.** На изучение и освоение материала отводится три учебных года, Основной особенностью этого этапа является активная концертная деятельность, т.к. учащиеся обладают соответствующим мастерством, техникой и манерой исполнения.

Программа разделена на отдельные тематические части, но в связи со спецификой занятий в хореографическом коллективе, границы несколько сглаживаются. Так, например, на одном занятии могут изучаться элементы классического и народного танцев, а также элементы актёрского мастерства.

Развивать талант в ребёнке – это значит заниматься решением организационных вопросов, то есть управлять педагогическим процессом: контролировать занятия ребёнка, давать необходимые рекомендации родителям, чтобы они продолжали занятия с ребёнком дома.

Каждый уровень программы является законченным этапом обучения, и в то же время основой для дальнейшего продвижения обучающегося.

В программе широко используются здоровьесберегающие технологии:

- партерная гимнастика (позволяет с наименьшими затратами энергии повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц, выработать правильную осанку);
- дыхательная гимнастика (учит согласовывать дыхание с движением);
- самомассаж (является основой закаливания и оздоровления детского организма);
- игры-релаксации (для снятия нервного напряжения).

Данная программа определяет основной подход к изучению классического и народно-сценического танцев, объём и распределение материала на каждом году обучения. Руководствуясь основными принципами работы, педагог, вправе увеличить или уменьшить объём и степень технической сложности материала в зависимости от состава группы, способностей обучающихся и конкретных условий работы.

Программой предусмотрена возможность проведения занятий в дистанционном формате по определенным разделам в случае необходимости.

### **Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий**

Программа рассчитана на 1728 часов, 9 лет обучения. Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 академических часа. Длительность занятия для групп первого года обучения - 30 минут, для остальных - 45 минут.

### **Формы проведения занятий**

Репетиция – в одном занятии сочетаются теоретическая и практическая часть. Групповые занятия рассчитаны на основную массу обучающихся. Дети осваивают изучаемый материал, отрабатывают общие для всех движения и комбинации. Отработка происходит под руководством педагога.

Индивидуальные занятия или занятия по подгруппам проводятся с целью отработки концертных номеров для солистов, для улучшения техники исполнения. При наличии в группе мальчиков допустимы занятия по подгруппам, для лучшего усвоения техники мужского исполнения. Тогда обязательными являются и сводные репетиции. Коллективные занятия (сводные репетиции) – проводятся с целью постановки танцевальных номеров и их отработки, а также для усвоения навыков парного исполнения.

Дистанционные занятия – во время дистанционного обучения педагог и обучающийся взаимодействуют на расстоянии с помощью информационных технологий.

Так же занятия проходят в форме бесед, экскурсий, творческих встреч, концертных и конкурсных выступлений, творческих отчетов.

## **1.2. Цель и задачи**

**Цель программы:** формирование и развитие творческих и физических способностей учащихся средствами народно-сценического танца, воспитание устойчивого интереса к народному творчеству.

### **Задачи программы**

*Обучающие:*

- сформировать систему знаний, умений, навыков по основам народно-сценического танца;

- обучить пластической выразительности и основам актерского мастерства;
- познакомить с танцевальной культурой разных народов;
- познакомить с формами народной хореографии;
- сформировать навыки ансамблевого исполнительства;
- познакомить с творчеством профессиональных и детских хореографических коллективов;
- актуализация использования электронных пособий для дистанционного обучения.

*Развивающие:*

- развить художественно-образное восприятие, мышление, внимание, наблюдательность, познавательную активность;
- развить творческие способности (импровизаторские способности, артистичность, воображение, фантазию и др.);
- развить пластичность, гибкость, координацию, правильную осанку, общую физическую выносливость;
- развить умение демонстрировать свои достижения зрителю;
- развить эмоционально-чувствительную сферу ребенка, художественный вкус, совершенствовать природную музыкальность.

*Воспитательные:*

- сформировать навыки здорового образа жизни;
- привить устойчивый интерес к народному танцу, воспитать чувство причастности к своему народу и его истории;
- воспитать личностные качества, такие как: трудолюбие, целеустремленность, стремление к непрерывному самосовершенствованию, самоконтроль, дисциплинированность, аккуратность, ответственность, коммуникативность и др.;
- воспитать чувство товарищества и взаимопомощи, привить навыки работы в коллективе.

### 1.3. Содержание программы

#### Учебный план 1 года первого этапа обучения

№	Название раздела (темы)	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Партерная гимнастика. Комплексы упражнений на гибкость, растяжку, работу	30	5	25	Опрос, контрольные упражнения

	СТОП				
2.	Ритмические упражнения Знакомство с длительностями характером музыки, с началом и окончанием музыкальной фразы. Комбинации с хлопками	5	1	4	Опрос, контрольные упражнения
3.	Постановка корпуса, рук, ног, головы. Развитие устойчивости APLOMB	5	1	4	Опрос, контрольные упражнения
4.	Упражнения классического танца у станка: Demi plie, battement tendu, passé par terre, demi rond de jambe par terre, releve, battement tendu jete, battement fondu, grand plie, releve lent, grand battement jete, перегибы корпуса.	50	10	45	Опрос, контрольные упражнения
5.	Упражнения классического танца на середине зала. Изучение 3-х основных позиций рук, подготовительного положения, 5 позиций ног. Муз. размер $\frac{3}{4}$ - 16 тактов, 8 тактов, 4 такта. Проучивание движений начинается со второго полугодия 1-го года обучения. Повторяются движения, проученные у палки. Вырабатывается устойчивость и танцевальность. Дополнительно проучивается положение Epaulement croise, efface. Прыжки: sauté, changement de pieds, echange.	20	5	15	Опрос, контрольные упражнения
6.	Изучение основных позиций и положений рук и ног народно-	16	4	12	Опрос, контрольные

	характерного танца, положений головы и корпуса во время исполнения простейших элементов.				упражнения
7.	Упражнения по народно-характерному танцу на середине зала. Поклоны областей России. Ходы, проходки, боковые ходы. Дробь, ключи. Верёвочка и её производные, ковырялочка, маятник, моталочка, молоточки. Хлопки и хлопущки, полуприсядки и присядки.	50	10	45	Опрос, контрольные упражнения
8.	Упражнения народно-характерного танца у станка: деми и гранд плие по развёрнутым и параллельным позициям, батман тандю носок-каблук, батман тандю с работой пятки опорной ноги, каблучный батман тандю с работой пятки опорной ноги, подготовка к верёвочке, упражнения для бедра, дробные выстукивания в характере русского танца, батман фондю в пол и на 45 градусов, па тортые, гранд батман жете, релеве, перегибы корпуса, полуприседания и присядки.	20	5	15	Опрос, контрольные упражнения
9.	Танцевальные элементы, комбинации, этюды	20	5	15	Контрольные упражнения
<b>ИТОГО:</b>		<b>216</b>	<b>48</b>	<b>168</b>	

### Учебный план 2 года первого этапа обучения

№	Название раздела (темы)	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Упражнения классического танца у станка. Demi plie по V и IV поз, grand plie, battement tendu, battement tendu jete, rond de jamb par terre, battement double frappe, battement fondu, releve lent, grand battement jete, attitude, pa de bourre	50	5	45	Опрос, контрольные упражнения
2.	Упражнения классического танца на середине зала: переносятся движения, проученные у станка, и исполняются в позах croisee, efface. temps lie, I, II, III arabesques в пол и на 45 град. подготовка к маленькому пируэту	35	5	30	Опрос, контрольные упражнения
3.	Упражнения по народно-характерному танцу у станка. Движения, проученные в 1 год, но с изменением музыкального сопровождения и добавлением характера и манеры.	50	15	45	Опрос, контрольные упражнения
4.	Упражнения по народно-характерному танцу на середине зала: танц.ходы; танц.бег; «молоточек двойной». «гармошка» в повороте на 360 градусов, боковые ходы; припадания; «верёвочка»; «ковырялочка»; прыжковые движения; дробные движения;	50	15	45	Опрос, контрольные упражнения

	подбивочные движения, «моталочки», присядочные движения; хлопушки; повороты и вращения.				
5.	Танцевальные комбинации, этюды	11	5	6	Контрольные упражнения
6.	Постановочная работа	20	-	20	Открытые занятия, концерты
<b>ИТОГО:</b>		<b>216</b>	<b>45</b>	<b>171</b>	

### Учебный план 3 года первого этапа обучения

№	Название раздела (темы)	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Упражнения по классическому танцу у станка и на середине зала: battement picce, battement fondu на 45 град., rond de jamb par terre en dehors, en dedans, attitude вперед и назад, поза ecartee вперед и назад, temps lie на 90 град., arabesque на 45 град. и 90 град., маленькие пируэты; туры на месте и с продвижением	54	14	40	Опрос, контрольные упражнения
2.	Упражнения по народно-характерному танцу у станка и на середине зала: танцевальные композиции из ходов всех видов; движения рук в манере; «верёвочки», дробные движения, Подбивочные движения, присядки, «ковырялочки», хлопушки, повороты и вращения на месте, по диагонали, по кругу	100	30	70	Опрос, контрольные упражнения
3.	Творческая и постановочная	46	-	46	Открытые

	работа				занятия
4.	Участие в фестивалях и конкурсах	6	-	6	Концертные номера
5.	Концертная деятельность	10	-	10	Концертные номера
<b>ИТОГО:</b>		<b>216</b>	<b>44</b>	<b>172</b>	

### Учебный план 1 года второго этапа обучения

№	Название раздела (темы)	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Упражнения по классическому танцу у станка и на середине зала: battement tendus double, в маленьких и больших позах, battements tendus jetes в маленьких и больших позах, battemevts sotenus в сторону, III por de bras, temps lie par terre вперед и назад arabesque на 45 град. и 90 град., маленькие пируэты, туры с продвижением, allegro pas echappe по II поз., pas assemble в сторону, pas balance, pas de basque вперед.	50	15	35	Опрос, контрольные упражнения
2.	Упражнения по народно-характерному танцу у станка и на середине зала: экзерсис у станка в манере разных национальностях; battement tendus jete (носок каблук, с работой пятки опорной ноги) каблучный b.t, веревочка одинарная, двойная.В. sotenu на 45° и 90°, rond de jambe partter в народном характере; танцевальные комбинации из	100	25	75	Опрос, контрольные упражнения

	проученных движений, дробные движения, Подбивочные движения, присядки, прыжки, хлопушки, повороты и вращения на месте, по диагонали, по кругу. Работа в паре, с предметом				
3.	Творческая и постановочная работа	36	-	36	Открытые занятия
4.	Участие в фестивалях и конкурсах	12	-	12	Концертные номера
5.	Концертная деятельность	18	-	18	Концертные номера
	<b>ИТОГО:</b>	<b>216</b>	<b>40</b>	<b>176</b>	

### Учебный план 2 года второго этапа обучения

№	Название раздела (темы)	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Упражнения по классическому танцу у станка и на середине зала: demi rond de jambe на 45° en dehors, En`dedans, движения у станка исполняются на полупальцах, маятник подготовительное движение к petits battements, подготовка к rond de jambe en l`air. Allegro: changement de pieds en tournant на ¼; ½ оборота, pas e`chappe на IV позицию на croisee и efface, pas assemble вперед и назад en face, позднее на croisee и efface.	50	15	35	Опрос, контрольные упражнения
2.	Упражнения по народно-характерному танцу у станка и на середине зала: экзерсис у станка в манере разных национальностях, флик-фляк,	114	25	89	Опрос, контрольные упражнения

	б. Developpe с ударом пятки оп. ноги; танцевальные комбинации из проученных движений, дробные движения, Подбивочные движения, присядки, прыжки, хлопушки, повороты и вращения на месте, по диагонали, по кругу. Все движения исполняются с увеличением темпа, в разной манере. Добавляются трюковые элементы.				
3.	Творческая и постановочная работа	25	-	25	Открытые занятия
4.	Участие в фестивалях и конкурсах	10	-	10	Концертные номера
5.	Концертная деятельность	17	-	17	Концертные номера
	<b>ИТОГО:</b>	<b>216</b>	<b>40</b>	<b>176</b>	

### Учебный план 3 года второго этапа обучения

№	Название раздела (темы)	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Упражнения по классическому танцу у станка и на середине зала: battements developpe на 90°, rond de jambe en l'air en dehors и en`dedans, III port de bras на plie, b.t.jete balancoir; комбинации на середине и у станка исполняются в ускоренном темпе; большое adagio становится более танцевальным, IV, V, VI port-de-bras; туры по IV и V позиции. Alegro: pas' glissade в сторону, позднее вперед и назад (в маленьких позах),	50	15	35	Опрос, контрольные упражнения

	petit pas chasse во всех направлениях, sissonne fermee во всех направлениях en face, позднее в позах, pas de chat с ногами согнутыми вперед.				
2.	Упражнения по народно-характерному танцу у станка и на середине зала: экзерсис у станка; дробные выстукивание в испанском характере, grand battement jete с увеличенным размахом, каблучный батман на 90°, battement fondu на 90°, комбинации на середине зала танцевальные, исполняются в разной манере и разных национальностях, используя различные предметы. Вращения, комбинированные на месте, по диагонали и по кругу. Мужские трюки комбинируются.	114	25	89	Опрос, контрольные упражнения
3.	Творческая и постановочная работа	25	-	25	Открытые занятия
4.	Участие в фестивалях и конкурсах	10	-	10	Концертные номера
5.	Концертная деятельность	17	-	17	Концертные номера
	<b>ИТОГО:</b>	<b>216</b>	<b>40</b>	<b>176</b>	

### Учебный план 1 года третьего этапа обучения

№	Название раздела (темы)	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Упражнения по классическому танцу у станка и на середине зала исполняются на полупальцах, комбинации на середине и у станка	50	15	35	Опрос, контрольные упражнения

	исполняются в ускоренном темпе; повороты на одной ноге у станка поворот fuede с ногой на 45°, grand rond de jamb на 90°, большое adagio становится более танцевальным, развернутым. Alegro: pas' glissade в маленьких позах, pas de chat с ногами согнутыми назад, grand jete, grand eshappe				
2.	Упражнения по народно-характерному танцу у станка и на середине зала: экзерсис у станка; исполняется в манере разных национальностей, комбинации могут быть с продолжением на середине зала танцевальные, исполняются в разной манере и разных национальностях, исполняются не только индивидуально, но и двойками, тройками и т.д. Вращения, комбинированные на месте, по диагонали и по кругу. Мужские трюки комбинированы. Изучение поддержек	114	25	89	Опрос, контрольные упражнения
3.	Творческая и постановочная работа	30	-	30	Открытые занятия
4.	Участие в фестивалях и конкурсах	6	-	6	Концертные номера
5.	Концертная деятельность	16	-	16	Концертные номера
	<b>ИТОГО:</b>	<b>216</b>	<b>40</b>	<b>176</b>	

### Учебный план 2 года третьего этапа обучения

№	Название раздела (темы)	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Упражнения по классическому танцу у станка и на середине зала исполняются на полупальцах, комбинации на середине и у станка исполняются в ускоренном темпе; rond de jamb en l'air на 90°, поворот fuede с ногой на 90°, большое adagio более развернутое. На середине зала: rond de jamb en l'air en'tournat. Allegro: комбинации более развернутые с перемещением по классу. Вращения на середине зала в больших позах, вращение по диагонали. Составление танцевальных комбинаций на середине зала	50	15	35	Опрос, контрольные упражнения
2.	Упражнения по народно-характерному танцу у станка и на середине зала: экзерсис у станка; исполняется в манере разных национальностей, комбинации могут быть с продолжением на середине зала, комбинации на середине зала танцевальные, исполняются в разной манере и разных национальностях, исполняются не только индивидуально, но и двойками, тройками и т.д. Вращения, комбинированные на месте, по диагонали и по кругу. Мужские трюки	114	25	89	Опрос, контрольные упражнения

	комбинируются. Изучение поддержек, переход из поддержки в поддержку не опуская партнёршу на пол.				
3.	Творческая и постановочная работа	30	-	30	Открытые занятия
4.	Участие в фестивалях и конкурсах	8	-	8	Концертные номера
5.	Концертная деятельность	14	-	14	Концертные номера
	<b>ИТОГО:</b>	<b>216</b>	<b>40</b>	<b>176</b>	

### Учебный план 3 года третьего этапа обучения

№	Название раздела (темы)	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Упражнения по классическому танцу у станка и на середине зала исполняются на полупальцах, комбинации на середине и у станка исполняются в ускоренном темпе; большое adagio, более развернутое. Allegro-комбинации более развернутые с перемещением по классу. Больше вращений на середине зала и по диагонали. Составление танцевальных комбинаций на середине зала.	50	15	35	Опрос, контрольные упражнения
2.	Упражнения по народно-характерному танцу у станка и на середине зала: экзерсис у станка; исполняется в манере разных национальностей, комбинации могут быть с продолжением на середине	114	25	89	Опрос, контрольные упражнения

	зала. Танцевальные комбинации на середине зала исполняются в разной манере и разных национальностях, исполняются не только индивидуально, но и двойками, тройками и т.д. Вращения, комбинированные на месте, по диагонали и по кругу. Мужские трюки комбинируются. Исполнение поддержек разной сложности				
3.	Творческая и постановочная работа	35	-	35	Открытые занятия
4.	Участие в фестивалях и конкурсах	7	-	7	Концертные номера
5.	Концертная деятельность	10	-	10	Концертные номера
	<b>ИТОГО:</b>	<b>216</b>	<b>40</b>	<b>176</b>	

### Содержание программы первого этапа обучения

#### *Задачи:*

- освоение азов ритмики, азбуки классического и народного танцев;
- развитие физических данных каждого ребёнка (осанка, сила, выносливость, ловкость);
- развитие танцевальных данных (гибкость, пластичность, выворотность, шаг, прыжок, устойчивость, координацию);
- развитие познавательного интереса, освоение хореографической терминологии, умение сопоставить название движения и его исполнение;
- воспитание культуры поведения на занятиях (обязательное ношение формы и наличие определённой причёски);
- развитие личностных качеств: ответственность, аккуратность, самостоятельность, развитие естественного чувства художественного исполнения, собранность, трудолюбие и т.д.
- начало формирования коммуникативных навыков, умения трудиться коллективно.

*По окончании первого этапа обучения учащиеся знают:*

- правила поведения на занятиях и переменах, а также за кулисами и на сцене;
- схему класса по А. Вагановой;
- специальную терминологию на французском языке и её перевод;
- основные правила исполнения классического и народного экзерсиса;
- позиции рук и ног в классическом и народном танце.

*Умеют:*

- сопоставить название движение и его исполнение;
- исполнять движения экзерсиса;
- исполнять основные ходы и движения русского танца;
- различать характер музыки (марш, полька, вальс);
- различать и дирижировать музыкальный размер (2/4; 3/4; 4/4);
- начинать движение после вступления и заканчивать его с окончанием музыкального предложения.

*Владеют:*

- постановкой корпуса у станка и на середине зала;
- техникой исполнения прыжков в невыворотной, 1-й и 3-й свободной позициях;
- элементами актёрского мастерства.

### **1. Вводное занятие**

Знакомство с историей народного ансамбля песни и пляски «Рассветы Камчатки» и работой Центра Художественного творчества детей и молодежи. Краткая беседа о хореографии. Постановка целей и задач на учебный год. Знакомство с правилами техники безопасности на занятиях в танцевальном классе и на переменах. Форма, обувь, причёска.

### **2. Общеразвивающие упражнения**

*Разминка на середине зала.* Комплекс упражнений на разогрев шеи и плечевого пояса (наклоны и повороты головы, подъём и опускание плеч одновременно и попеременно, круговые движения плечами). Наклоны корпуса вперёд и назад, боковые наклоны с работой рук, круговое движение корпуса. Небольшие приседания и выпрямления ног. Комплекс упражнений на разогрев стоп (поочерёдное поднятие пяток, подъём на невысокие п/пальцы, развороты стоп из 6-й позиции в 1-ю свободную и обратно, из 6-й позиции в 1-ю завёрнутую позицию). Марш с высоко поднятыми коленями вперёд. Мелкий бег на п/пальцах, с высоко поднятыми коленями, прыжки трамплинные по 6-й позиции.

*Партерная гимнастика.* Сидя с вытянутыми вперёд ногами: упражнения для стоп (вытягивание, сокращение, круговые движения) одновременно двумя ногами и поочерёдное исполнение. Повторение всех движений из положения, сидя с максимально отведёнными ногами в стороны. Наклоны корпуса вперёд («достань до носков», «дощечка»). Боковые наклоны. Упражнение «бабочка», «книжечка». Поднимание прямой ноги вперёд и удержание её в воздухе. Лёжа на спине: упражнения для стоп, поднимание прямой ноги на 90 гр. (поочерёдно и одновременно). Упражнение «ножницы», «берёзка», «велосипед», «достань воображаемый предмет». Лёжа на животе: упражнения «Сфинкс», «лодочка», «корзиночка», «кошечка». Комплекс упражнений, направленных на развитие гибкости суставов, улучшение эластичности мышц и связок, коррекцию небольших дефектов осанки.

*Акробатика.* «Мостик» из положения лёжа и сидя, кувырок через голову вперёд, «колесо». «Шпагат» - по всем направлениям. Силовые упражнения для мальчиков: отжим из положения лёжа, различные движения, служащие подготовкой к дальнейшему исполнению трюковых элементов.

*На 2-м и 3-м году обучения движения усложняются, темп исполнения увеличивается. Увеличивается количество и амплитуда выполняемых элементов (упражнений).*

**Знать:** понятия «опорная» и «рабочая» нога, «натянута» и «сокращённая» стопа. Правила исполнения движений и техники безопасности на занятиях партерной гимнастикой.

**Уметь:** выполнять движения данного раздела в соответствии со своими физическими данными.

### **3. Ритмические упражнения**

*Музыкальная азбука:* на занятиях даётся элементарное знакомство с музыкальным жанром (песня танец, марш), с музыкальным размером (4/4; 3/4; 2/4), с характером музыки – форте, пьано, аллегро, адажио. Учатся различать начало и окончание музыкальной фразы. Исполнять движения в различных темпах. Сначала все упражнения исполняются на месте, затем во время ходьбы по кругу простыми шагами. После усвоения задания могут исполняться на простейших танцевальных элементах.

После определения характера музыки словами показывается, а затем и исполняется передача изменения характера в движении. Для дальнейшего исполнения дробей и переступаний даются хлопковые комбинации в различных интерпретациях.

*Музыкальные игры:* упражнения, воспитывающие музыкально-ритмическое чувство («послушай и повтори», «повторяй, дружок за мной»,

«не зевай» и др.). Упражнения на развитие ориентировки в пространстве («стройте круг», «побежали», «в походе» и др.). Игры на определение характера музыки, а также упражнения и игры, активизирующие внимание («выходи по одному», «улица» и т.д.).

**Знать:** понятие «жанр», «музыкальный размер», «вступление», «характер музыки».

**Уметь:** начинать и заканчивать движение в соответствии с музыкальной фразой, определять характер музыки и жанры. Акцентировать окончание музыкальной фразы (ударом, притопом, хлопком).

*Во время исполнения упражнений приобретается навык работы с предметом и коллективной игры.*

**4. Упражнения классического танца у станка** (в скобках дан перевод терминологии)

Основной задачей изучения классического танца является постановка корпуса, ног, рук, головы в экзерсисе у станка и на середине зала. Развитие физической силы, работа над позами классического танца, развитие устойчивости – APLOMB.

Постановка корпуса в классическом танце необходимое условие правильного исполнения всех движений. Отрабатывается лицом к станку. Музыкальный размер при изучении может быть 4/4 или 3/4 на 8 или 16 тактов, темп спокойный.

Основой движений ног в классическом танце являются пять выворотных позиций. Позиции ног изучаются стоя лицом к станку, сохраняя постановку корпуса, последовательно, кроме четвёртой, которая считается самой сложной и изучается последней.

Основу движений рук в классическом танце составляют три позиции. Кроме них существует множество положений рук, переходов, которые изучаются отдельно и объединяются названием port de bras. Позиции рук вначале изучаются на середине зала при неполной выворотности ног, затем включаются в исполнение упражнений у станка.

Кроме трёх основных позиций существует подготовительное положение рук, из которого начинаются движения рук в любую позицию, в любое положение. В позиции рук и во время переходов из позиции в позицию очень важно сохранять лёгкие, овальные линии рук. Музыкальное сопровождение спокойного характера.

Demi plie (полуприседание) по I, II, III, V позициям. Battements tendus (равномерное отведение и приведение вытянутой ноги из позиции в позицию), passé par terre (проведение вытянутой ноги вперёд и назад через первую позицию по правилам Battements tendus), demi rond de jambe par terre

(маленький или неполный круг ногой по полу) по  $\frac{1}{4}$  круга, battements tendus из V позиции, выполняется вначале в сторону, а затем вперёд и назад. Первое port de bras (движение рук) как заключение к различным движениям. Battements tendus jetes (маленький бросок) из I позиции. Rond de jambe par terre (круг носком по полу) en dehors, en dedans, Releve (подъём на полупальцы), releve lent (медленное поднимание ноги на 45 град.). Grand plie (большое приседание) по I позиции, grand battements jetes (большой бросок). Перегибы корпуса назад и в сторону из первой позиции лицом к станку выполняются в конце экзерсиса.

### **5. Упражнения классического танца на середине зала**

После того, как в экзерсисе у станка будут разучены основные элементы классического танца, начинается их изучение на середине зала. Упражнения без опоры выполняются в той же последовательности, что и у станка, т.е. от простого к сложному. Важное значение при этом имеет правильное распределение в позах тяжести корпуса на обе ноги и хорошая выворотность ног.

Дополнительно на середине зала даётся понятие и положение epaulement (в пол оборота). И на 2-м году обучения в этом положении выполняются Demi plie и Battements tendus.

В положении En face проучивается III port de bras, temps lie (слитное движение).

В конце каждого урока даются прыжки. Все прыжки первоначально проучиваются лицом к палке, а затем уже переносятся на середину зала. Temps leve sauté (прыжок на месте по позициям), changement de pieds (прыжок с переменной ног в воздухе), pas echarpe (прыжок с раскрытием ног во 2-ю поз. и собиранием в 5-ю).

### **6. Упражнения по народно-характерному танцу у станка**

Проучивание движений у станка начинается со 2-го года I этапа обучения.

Цели обучения - всестороннее развитие мышц и связок в дополнение к тому развитию, которое даёт классический танец, кроме того, изучение специфики характерного танца, как своеобразного жанра хореографического искусства.

В экзерсисе у станка используются чисто тренировочные движения и элементы танца, которые полезны как тренировка. Ряд элементов экзерсиса однородны с классическими, такие как Demi plie и Battements tendus, Grand plie, grand battements jetes и в тоже время имеют свои особенности. Отсутствует полная выворотность, т.к. невыворотное положение ног часто встречается в танцах. Экзерсис у станка строится так, чтобы сильные

движения чередовались с лирическими, быстрые с медленными. В построении комбинаций используется принцип контрастности.

Отдельно проучивается подготовка к началу движений – preparation. При этом рука открывается во вторую позицию или приводится на талию.

Для изучения даются такие движения, как Demi plie и Grand plie по параллельным и свободным позициям. Battements tendus «носок – каблук», Battements tendus с работой пятки опорной ноги. Каблучные упражнения – вынесение ноги на каблук с работой пятки опорной ноги. Подготовка к верёвочке – перевод ноги назад и вперёд без п/п, перевод с п/п, в сочетании с одним и двумя выстукиваниями. Упражнения для бедра. Дробные выстукивания в характере русского танца: дробные выстукивания всей стопой, подготовка к ключу, 1,2,3 ключ, каблучная дробь. Battement fondu на 45 градусов с разворотом колена рабочей ноги. Rond de jambe par terre носком работающей ноги и каблуком работающей ноги. Па тортье ординарное и двойное. grand battements jetes с переступанием на рабочую ногу, с вытянутым и сокращённым подъёмом.

Проучиваются лицом к станку такие движения, как Releve на п/п, в выворотных и невыворотных позициях на двух и одной ноге, перегибы корпуса, различные port de bras в определённом характере. А также подготовительные движения с полуприседаниями и с присядками для мальчиков: прыжок с открыванием ноги в сторону на каблук на полуприседании и на полном, разножка на каблуки в стороны, подскоки на полном приседании «мячик».

### **7. Упражнения по народно-характерному танцу на середине зала**

На первом году обучения все движения даются в чистом виде. Только по мере полного усвоения движения могут сочетаться в небольшую комбинацию, но не более двух. Исполнение, как отдельных элементов, так и композиций на середине зала даёт исполнителю полное раскрепощение, создаёт большую свободу передвижения. Руки и корпус исполнителя при этом находятся в естественных условиях, что даёт возможность переносить различные движения в этюды и танцы. Руки в народном танце очень выразительны и разнообразны. В сочетании с движениями головы и корпуса они передают определённый характер, настроение, придают танцевальному движению национальную окраску.

Для изучения даются такие положения: раскрытие рук в стороны, перевод рук из стороны в сторону, скрещивание рук на груди. Разучиваются поклоны. Для разнообразия даются поклоны разных областей России. Ходы и основные движения: простой, переменный, ударный, «в три ноги». Боковые ходы («припадание», «гармошка», «ёлочка» и т.д.) Дробь: дробная дорожка,

дробь с подскоком, дробь на месте, с продвижением, в повороте, а также повторяются ключи и все, что было дано у станка. «Верёвочка»: простая, двойная, с переступанием, с переборами, с выходом на каблук вперёд и в сторону, с «ковырялочкой» и т.д. «Ковырялочка» и её производные. «Маятник», «моталочка» и как более сложное движение «молоточки».

Во второй части занятия проводится работа с небольшими, несложными комбинациями, в которых соединяются пройденные элементы.

Обязательным для работы является хоровод. Хоровод – самая простая форма русского танца. Сначала разучиваются простые танцевальные движения: припадания, шаг на п/п и т.д. Затем разбираются хороводные рисунки: «змейка», «улитка», «ручеек», «звёздочка», «дощечка». Рисунок в хороводе меняется с началом новой музыкальной фразы. Необходимо следить за плавностью исполнения основного шага, за стройным, подтянутым корпусом.

Для мужского состава коллектива даются хлопки и хлопушки одинарные по бедру и голенищу, дуоли и триоли по бедру, чередование хлопков и ударов ногами, тройные по подошве и т.д. Полуприсядки и полные присядки: с выбросом ноги вперёд, с продвижением в сторону, «мячик», «ползунец», а также присядки в сочетании с хлопками и прыжками.

Вращения. Сначала исполнителям даётся понятие «точка». В дальнейшем, начиная с простейших поворотов на месте, усваивается это положение. И как итог разучиваются несложные вращения на середине зала и по диагонали.

## **8. Элементы актёрского мастерства**

Знакомство с основами актёрского мастерства происходит во время отдыха от физической нагрузки. Детям объясняются анатомические особенности строения лица, работа мышц лица, их значение для выражения человеческих эмоций (улыбка, скорбь, удивление, боль и т. д.) Для осознания этого даётся эмоциональная разминка (игровые задания на передачу эмоционального состояния). Упражнения на развитие мышц лица.

Развитию актёрской выразительности способствуют игры и сценки подражания повадкам животных (игра «зоопарк»; «кошка»; «лягушка» и т.д.), танцевальные игры под музыку («танец морских волн», «игра с водой»; «летом»).

Музыкально-танцевальные импровизации. Усвоив понятие «жест» и его значение в танце, обучающиеся переходят к отработке различных жестов (указательных, запрещающих, утверждающих, просящих, а также жестов, выражающих эмоциональное состояние (радость, печаль, раздумье и т. д.).

## **9. Постановочная работа**

Полноценной концертной деятельности на этом этапе не предусматривается. Она носит эпизодический характер, т.к. постановочная работа начинается со 2-го года первого этапа обучения. К концу 2-го года обучения концертный номер выносится на суд зрителей, и вводится в концертную программу ансамбля.

## **10. Организационно-массовая работа**

Посещение концертов ансамбля «Рассветы Камчатки», а также других коллективов Центра. Посещение фестивальных и конкурсных выступлений танцевальных коллективов города и области. Участие в праздничных мероприятиях Центра, коллективные выезды на отдых.

## **11. Итоговое занятие**

Открытое занятие проводится два раза в год (в декабре и в мае) для родителей и администрации Центра. В конце каждого учебного года проводится тестирование с целью выявления уровня теоретических знаний. В конце 2-го и 3-го года обучения итоговое открытое занятие может быть заменено концертным выступлением.

## **Содержание занятий второго этапа обучения**

*Задачами второго этапа обучения являются:*

- продолжение изучения классического экзерсиса, как основы правильного физического развития и ритмического воспитания;
- развитие силы ног, техники исполнения в более быстром темпе, изучение более сложных танцевальных композиций, что способствует развитию координации движений, и постановочной работе;
- воспитание гражданственности, любви к Родине путём ознакомления с национальными традициями, костюмом, национальными танцами и песнями;
- формирование потребности в самопознании.

*По окончании второго этапа обучения обучающиеся*

*Знают:*

- правила исполнения основных движений классического и народного экзерсиса у станка и на середине зала;
- праздники народного календаря;
- правила исполнения присядок и хлопучек (для мальчиков);
- основные элементы русского, украинского и белорусского народных танцев.

*Умеют:*

- различать танцы и танцевальные элементы народов России и мира;
- исполнять классический и народный экзерсис, держась одной рукой за станок и на середине зала;
- исполнять несложные трюки (для мальчиков);
- исполнять вращения на середине зала и по диагонали.

*Владеют:*

- техникой исполнения прыжков в выворотных позициях;
- техникой исполнения народных танцев;
- приёмами ориентировки на сценической площадке (незнакомой);
- приёмами актёрского мастерства.

### **1. Вводное занятие**

Постановка целей и задач на учебный год. Знакомство с правилами техники безопасности на занятиях в танцевальном классе и на переменах. Форма, обувь, причёска.

### **2. Упражнения классического танца у станка**

В скобках дан перевод терминологии.

Основные задачи второго этапа обучения: развитие силы ног путем введения полупальцев в экзерсис у станка и увеличения количества упражнений, развитие устойчивости, техники исполнения упражнений в более быстром темпе. Наряду с этим вводится более сложная координация движений за счет использования поз в экзерсисе у станка и на середине, усложнения учебных комбинаций. Выразительность поз, техника поворотов на двух ногах.

Battement tendus double (перевод ноги из поз. в позицию с опусканием пятки опорной ноги), b.tendus в маленьких и больших позах, battements tendus jetes (маленькие броски на 25°) в маленьких и больших позах, battements sotenus (открывать, вытянутый батман с приседанием) в сторону, III port de bras, arabesque на 45° и 90°: demi rond de jambe на 45° (маленький круг ногой по воздуху) en dehors, en dedans (к себе и от себя), маятник подготовительное движение к petits battements (маленькие батманы), подготовка к rond de jambe en l'air (круг ногой в воздухе). Battements developpe на 90° (открывать, разворачивать, развернутый батман), rond de jambe en l'air en dehors и en dedans, III port de bras на plie (растяжка), b.t. jete balancoir (покачивание); petits battements (маленькие батманы), большое adagio становится более танцевальным, добавляются выразительные позы положение epaulement (в пол оборота) и arabesque на 90°.

### **3. Упражнения классического танца на середине зала**

После того как движения изучены у станка, они постепенно переносятся на середину зала. Развивается координация движений с

помощью маленьких и больших поз, увеличивается нагрузка в *adagio* и усложняется его построение, изучаем *pirouettes*. Работа над пластичностью и выразительностью рук, а также их активность и точность координации при исполнении больших поз и туров. Музыкальное сопровождение становится более разнообразным.

Комбинации на середине исполняются в ускоренном темпе; большое *adagio* становится более танцевальным, IV, V, VI *por-de-bras*; туры по IV и V позиции. III *por de bras*, *temps lie par terre* вперед и назад. *arabesque* на 45° и 90°, маленькие пируэты, туры с продвижением. *Allegro*: *pas echappe* по II поз., *pas assemble* в сторону, *pas balance*, *pas de basque* вперед. *changement de pieds en tournant* на ¼; ½ оборота, *pas e`chappe* на IV позицию на *croisee* и *efface*, *pas assemble* вперед и назад *en face*, позднее на *croisee* и *efface*, *pas glissade* в сторону, позднее вперед и назад (в маленьких позах), *petit pas chasse* во всех направлениях, *sissonne fermee* во всех направлениях *en face*, позднее в позах, *pas de chat* с ногами согнутыми вперед.

#### **4. Упражнения по народно-характерному танцу у станка**

Задача экзерсиса у станка на втором этапе является работа над каждым движением экзерсиса, добавляется точность и чистота исполнения, комбинации усложняются композиционно, приобретают национальную окраску. На этом этапе идет освоение более сложных форм ранее изученных движений и новых элементов и упражнений. Вырабатывается сила ног, особенно стопы, развитие гибкости и пластичности корпуса и рук, координации и танцевальности.

Экзерсис у станка в манере разных национальностей; *battement tendus jete* (носок каблук, с работой пятки опорной ноги) каблучный *b.t*, веревочка одинарная, двойная. *B.sotenu* на 45° и 90°, *rond de jambe partter* в народном характере; танцевальные комбинации из проученных движений, дробные движения в русской манере, флик-фляк, *b. Developpe* с ударом пятки оп. ноги; дробные выстукивание в испанском характере, *grand battement jete* с увеличенным размахом, каблучный батман на 90°, *battement fondu* на 90°. Опускание на колено с *grand battement*.

Мужские трюки проучиваются у станка: «ползунец», «бедуинский», большая кабриоль.

#### **5. Упражнения по народно-характерному танцу на середине зала**

На втором этапе обучения постепенно и планомерно происходит усложнение лексики; комбинации становятся более танцевальными, сложными, на материале русского, украинского и белорусского танцев. Умение ориентироваться в пространстве, двигаться по площадке в различных рисунках и ракурсах, развитие чувства позы, навыки координации, культура

общения с партнером. Начальные навыки ансамблевого исполнения, эмоциональная отзывчивость, умение передать в движении стиливые особенности народной музыки.

Танцевальные комбинации из проученных движений, лирические комбинации, используя различные ходы положения рук, платочек, либо платок. Дробные комбинации, так же используя изученные дробные движения на первом этапе, переборы и подбивочные движения. Проучивание пас-де-баск на носок и на каблук, «маятник» с переступаниями, «моталочка», «ковырялочка» на 90°.

Во второй части урока проводится работа с темповыми комбинациями, в которых соединяются пройденные элементы.

Для мужского состава коллектива даются присядки комбинированные, присядки с поворотами, хлопучки усложняются ритмически, исполняются в сочетании с другими движениями, мужские прыжки «стульчик», «черт», «разножка» изучение большого preparationa к прижкам, «бедуинский»

Повороты и вращения на месте, по диагонали, по кругу могут исполняться не только в чистом виде, но и комбинированно. Активнее изучаются прыжки «баллон», на одной ноге, с одной ноги на другую и с двух ног на одну.

Во время занятий рассказывается о народных обрядах, традициях, жизни и истории народа. Все это поможет более глубокому пониманию национального характера, усилит выразительность исполнения.

## **6. Элементы актерского мастерства**

Развитию актерской выразительности способствуют эмоциональное исполнение всех комбинаций, работа в паре (заигрывание, смущение, удивление). Выразительность жестов и позировок.

На втором этапе обучающиеся могут сами эмоционально окрашивать танцевальные комбинации в зависимости от их видения.

## **7. Постановочная работа**

Основной особенностью 2-го этапа является формирование репертуара, т.к. воспитанники начинают исполнять танцевальные номера в концертах ансамбля и конкурсах. На этом этапе постановочной работе отводится большая часть занятий, некоторые комбинации на середине зала являются элементами танцевальных номеров.

## **8. Организационно-массовая работа**

Посещение концертов ансамбля «Рассветы Камчатки», а также других коллективов Центра. Посещение фестивальных и конкурсных выступлений танцевальных коллективов города и области. Посещение экзаменов колледжа

искусств. Участие в праздничных мероприятиях Центра, коллективные выезды на отдых.

### **9. Итоговое занятие**

Открытое занятие проводится два раза в год (в декабре и в мае) для родителей и администрации Центра. В конце каждого учебного года проводится тестирование с целью выявления уровня теоретических знаний. В конце 2-го и 3-го года обучения итоговое открытое занятие может быть заменено концертным выступлением.

### **Содержание занятий третьего этапа обучения**

#### *Задачи:*

- закрепление и развитие полученных хореографических навыков, постановочная работа.

#### **Ожидаемые результаты 3-го этапа обучения:**

*По окончании третьего этапа обучения обучающиеся*

#### *Знают:*

- правила исполнения трюков и поддержек;
- порядок движений классического и народного экзерсиса;
- основные приёмы постановки танцев.

#### *Умеют:*

- исполнять танцы разных областей России и мира;
- показать и проучить движения с другими участниками коллектива;
- исполнять сложные прыжки, трюки и вращения;
- провести урок для обучающихся 1-го этапа.

#### *Владеют:*

- техникой работы с партнёром;
- техникой исполнения народных танцев;
- навыками сочинительства.

### **1. Вводное занятие**

Постановка целей и задач на учебный год. Знакомство с правилами техники безопасности на занятиях в танцевальном классе и на переменах. Форма, обувь, причёска.

### **2. Упражнения классического танца у станка**

В скобках дан перевод терминологии.

Основные задачи третьего этапа обучения: развитие силы ног путем введения полупальцев в экзерсис у станка, увеличения количества упражнений, развитие устойчивости, техники исполнения упражнений в более быстром темпе. Наряду с этим выполняется более сложная

координация движений за счет использования поз в экзерсисе у станка, усложнения учебных комбинаций добавляются повороты на одной ноге и с ногой на 90°.

Rond de jamb en l'air на 90° (круг ногой по воздуху), поворот fuede с ногой на 45°, поворот fuede с ногой на 90°, большое adagio становится более танцевальным, добавляются выразительные позы положение epaulement (в пол-оборота) и arabesque на 90°. Положения спиной к станку с отрывом рук от станка.

### **3. Упражнения классического танца на середине зала**

После того как движения изучены у станка, они переносятся на середину зала. Развивается координация движений с помощью маленьких и больших поз, все движения постепенно исполняются на полупальцах, увеличивается нагрузка в adagio и усложняется его построение, исполняется больше pirouettes. Работа над пластичностью и выразительностью рук, а также их активность и точность координации при исполнении больших поз и туров. Музыкальное сопровождение становится более разнообразным.

Комбинации на середине исполняются в ускоренном темпе; adagio становится танцевальным, изучаются вращения в больших позах. Allegro, pas glissade в маленьких позах, grand sissonne fermee во всех направлениях en face, позднее в позах, pas de chat с ногами, согнутыми назад, grand jete, grand eshappe.

### **4. Упражнения по народно-характерному танцу у станка**

Задача экзерсиса у станка на третьем этапе является работа над каждым движением экзерсиса, добавляется точность и чистота исполнения, комбинации усложняются композиционно, приобрели национальную окраску. На этом этапе комбинации составляются более танцевально, могут исполняться с продолжением на середине зала. Выбатывается сила ног, особенно стопы, развитие гибкости и пластичности корпуса и рук, координации и танцевальности.

Экзерсис у станка в манере разных национальностей, используя ранее изученные движения народного танца.

### **5. Упражнения по народно-характерному танцу на середине зала**

На третьем этапе обучения происходит усложнение лексики, комбинации становятся танцевальными, сложные, на материале танцев разных народностей. Умение ориентироваться в пространстве, двигаться по площадке в различных рисунках и ракурсах, не только по одному, но и в паре, тройками и т. д., развитие чувства позы, навыки координации, культура общения с партнером. Навыки ансамблевого исполнения, эмоциональная

отзывчивость, умение передать в движении стилевые особенности народной музыки.

Танцевальные комбинации становятся развернутыми и разнообразными. Дробные комбинации так же становятся более танцевальными и развернутыми. Во второй части урока проводится работа с темповыми комбинациями, в которых соединяются пройденные элементы.

Для мужского состава коллектива даются присядки комбинированные уже изученные, присядки с поворотами; хлопушки усложняются ритмически, исполняются в сочетании с другими движениями; мужские прыжки: «стульчик», «черт», «разножка» изучение большого preparationa к прижкам, «бедуинский»

Повороты и вращения на месте, по диагонали, по кругу исполняются не только в чистом виде, но и комбинированно. Изучается больше больших прыжков, и комбинируются прыжки на одной ноге с поджатым прыжком на одной ноге.

Изучаются поддержки, с последующим их усложнением: на руки через «ножницы», на бедро, с разворота на бедро, с бедра на бедро, на плечо в «ласточке» на плечо с заходом через grand batment и т.д

Во время занятий рассказывается о народных обрядах, традициях, жизни и истории народа. Все это поможет более глубокому пониманию национального характера, усилит выразительность исполнения.

## **6. Элементы актерского мастерства**

Развитию актерской выразительности способствуют эмоциональное исполнение всех комбинаций, работа в паре (заигрывание, смущение, удивление). Выразительность жестов и позировок.

На третьем этапе обучающиеся могут сами эмоционально окрашивать танцевальные комбинации в зависимости от их видения.

## **7. Постановочная работа**

Основной особенностью 3-го этапа является формирование репертуара, т.к. воспитанники исполняют танцевальные номера в концертах ансамбля и конкурсах. Поэтому на этом этапе постановочной работе отводится большая часть занятий, некоторые комбинации на середине зала являются элементами танцевальных номеров.

## **8. Организационно-массовая работа**

Посещение концертов ансамбля «Рассветы Камчатки», а также других коллективов Центра. Посещение фестивальных и конкурсных выступлений танцевальных коллективов города и области. Посещение экзаменов колледжа искусств. Участие в фестивалях и конкурсах краевого, регионального,

всероссийского и международного уровней. Участие в праздничных мероприятиях Центра, коллективные выезды на отдых.

## **9. Итоговое занятие**

Открытое занятие проводится два раза в год (в декабре и в мае) для родителей и администрации Центра. В конце каждого учебного года проводится тестирование с целью выявления уровня теоретических знаний. В конце 2-го и 3-го года обучения итоговое открытое занятие может быть заменено концертным выступлением.

### **1.4. Планируемые результаты освоения программы**

#### *Предметные*

##### *Учащийся будет знать:*

- терминологию и технику выполнения танцевальных движений у станка и на середине зала;
- составляющие компоненты хореографического номера;
- историю создания танцев различных народов, костюма;
- историю хореографического искусства и выдающихся личностей в этой области;
- танцевальный этикет;
- музыкальные размеры, затактовые доли;
- правила техники безопасности.

##### *Будет уметь:*

- координированно двигаться;
- самостоятельно разбирать и показывать «лексический материал» танца (движения), видеть ошибки других исполнителей;
- быстро ориентироваться на любой танцевальной площадке, сохраняя навыки ансамблевого исполнения;
- чувствовать характер музыки и передавать ее настроение;
- составлять импровизационные этюды

##### *Метапредметные:*

- умение осуществлять самоконтроль, самооценку, принимать решения и осуществлять осознанный выбор познавательной и учебной деятельности;
- способность участия в совместной деятельности на основе сотрудничества, поиска компромиссов, распределения функций и ролей;
- умение воспринимать окружающий мир во всем его социальном, культурном, природном и художественном разнообразии;

- проявление познавательной инициативы;
- использование различных способов поиска, сбора, обработки, анализа, передачи и интерпретации информации в соответствии с коммуникативными и познавательными задачами и технологиями учебного предмета;
- умение слушать собеседника и вести диалог, признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою.

*Личностные результаты:*

- сформирована потребность в здоровом образе жизни;
- умение работать и общаться в коллективе;
- сформированы личностные качества: дисциплинированность, терпение, трудолюбие, самостоятельность, аккуратность, ответственность, чувство товарищества, патриотизма.

## Раздел № 2. Комплекс организационно-педагогических условий

### 2.1. Календарный учебный график

Год обучения, номер группы	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Продолжительность каникул
4 год, Группа 1	07.09.2023	31.05.2024	36	108	216	29.12.2023 – 07.01.2024 01.06.2024 – 06.09.2024
2 год, Группа 2	07.09.2023	31.05.2024	36	108	216	28.12.2022 – 08.01.2023 01.06.2023 – 06.09.2023
1 год, Группа 3	07.09.2023	31.05.2024	36	108	216	28.12.2022 – 08.01.2023 01.06.2023 – 06.09.2023
5 год, Группа 4	07.09.2023	31.05.2024	36	108	216	28.12.2022 – 08.01.2023 01.06.2023 – 06.09.2023
7 год, Группа 5	07.09.2023	31.05.2024	36	108	216	28.12.2022 – 08.01.2023 01.06.2023 – 06.09.2023
1 год, Группа 6	07.09.2023	31.05.2024	36	108	216	28.12.2022 – 08.01.2023 01.06.2023 – 06.09.2023

### 2.2. Условия реализации программы

#### Материально-техническое оснащение

Качественное обучение учащихся зависит не только от высокопрофессионального преподавательского состава, правильно выстроенного учебного процесса, но и от необходимых условий для проведения учебных и репетиционных занятий.

#### *Организация рабочего места:*

- хорошо проветриваемый чистый танцевальный класс, оборудованный станками и зеркалами;
- остаточное освещение.

#### *Оборудование:*

- фортепиано;
- баян;
- музыкальный центр;
- видеокамера;

- демонстрационный комплекс (интерактивная доска или экран, мультимедиа-проектор, персональный компьютер или ноутбук с установленным лицензионным программным обеспечением).

### **Информационное обеспечение**

Доступ к сети интернет, аудио/видео оборудование.

### **Кадровое обеспечение**

Педагог дополнительного образования художественной направленности, концертмейстер.

## **2.3. Формы аттестации**

Основные формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:

- тестирование;
- анкетирование;
- гимнастический тест (развитие гибкости, стройности, шага и т.д.);
- журнал посещаемости;
- грамоты и дипломы;
- фото и видеоматериалы;
- свидетельство (сертификат);
- портфолио;
- отзывы.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:

- аналитические справки;
- диагностические карты;
- открытые уроки;
- концерты;
- конкурсах;
- творческие задания, и т.д.

## **2.4. Оценочные материалы**

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся: входной, текущий, промежуточный и итоговый контроль.

*Входная диагностика* - оценка стартового уровня образовательных возможностей учащихся при поступлении в объединение или осваивающих программу 2-го и последующих лет обучения, ранее не занимающихся поданной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой.

Входная диагностика проводится в сентябре с целью выявления первоначального уровня знаний и умений, возможностей детей и определения природных физических качеств (ритм, шаг, прыжок, выносливость, артистичность и т.д.).

Формы:

- педагогическое наблюдение;
- выполнение практических заданий педагога.

Диагностика физических качеств проводится с каждым ребенком индивидуально по 6 параметрам (чувство ритма, выворотность ног, подъем стопы, активная гибкость, танцевальный шаг, выразительность).

Во время проведения входной диагностики заполняется информационная карта «Определение уровня развития физических качеств учащихся».

*Текущий контроль* - оценка уровня и качества освоения тем/разделов программы и личностных качеств учащихся; осуществляется на занятиях в течение всего учебного года.

Текущий контроль осуществляется на занятиях в течение всего учебного года для отслеживания уровня освоения учебного материала программы и развития личностных качеств учащихся.

Формы:

- педагогическое наблюдение;
- опрос на выявление умения рассказать правила исполнения и показать основные элементы, рисунки и манеру исполнения танцев по программе обучения;
- выполнение тестовых заданий на знание терминологии или истории народных танцев;
- творческий показ;
- анализ педагогом и учащимися качества выполнения творческих работ, приобретенных навыков общения.

*Промежуточный контроль* - оценка уровня и качества освоения учащимися дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы по итогам изучения раздела, темы или в конце определенного периода обучения/учебного года.

Промежуточный контроль предусмотрен 1 раз в год (декабрь) с целью выявления уровня освоения программы учащимися и корректировки процесса обучения.

Формы:

- устный и письменный опрос;

- выполнение тестовых заданий;
- технический зачет, который содержит в себе проверку знаний методики исполнения народных танцев.

Среди критериев, по которым оценивается качество выполнения танцевальных номеров, выделяются:

- танцевальная память;
- артистичность, выразительность, эмоциональность;
- музыкальность;
- техника исполнения танцевального материала;
- показ и анализ танцевальных этюдов и номеров;
- творческий отчет (открытый урок) в конце каждого полугодия;
- анализ участия коллектива и каждого обучающегося в концертах, праздниках, фестивалях.

Результаты участия учащихся в творческих мероприятиях заносятся в «Карту учета творческих достижений». Участие, призовые места, победа отмечаются в таблице баллами (от 1 до 5) в зависимости от уровня творческого конкурса:

- в образовательном учреждении - от 1 до 3 баллов;
- на муниципальном уровне - от 2 до 4 баллов;
- на всероссийском или международном уровнях - от 3 до 5 баллов.

*Итоговый контроль* - оценка уровня и качества освоения учащимися дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы по завершению учебного года или всего периода обучения по программе.

*Формы:*

- открытое занятие для родителей;
- зачет;
- анализ участия коллектива и каждого учащегося в концертах, праздниках, фестивалях, гастролях;
- отчетный концерт для родителей, сверстников, учащихся младших групп, педагогов, на котором выпускники демонстрируют практические навыки, приобретенные за время обучения по программе.

## **2.5. Методические материалы**

*Особенности организации образовательного процесса*

Занятия в студии проходят в очном формате. Но программой предусмотрена возможность проведения занятий и в дистанционном формате по определенным разделам в случае необходимости.

*Методы обучения:*

- словесный (рассказ, объяснение, беседа);
- наглядный (метод иллюстраций, демонстраций);
- практический (упражнения, практические занятия, творческие работы).

*Методы воспитания:*

- поощрение;
- стимулирование;
- мотивация.

*Формы организации образовательного процесса*

- групповая (ансамблевая): организация творческого взаимодействия между всеми детьми одновременно (репетиция, постановочная работа, концерт);
- индивидуальная: организуется для работы с одаренными детьми, солистами, для коррекции пробелов в знаниях и отработки отдельных навыков.

*Формы организации учебного занятия:*

- репетиции;
- открытые занятия;
- отчетные концерты.

*Педагогические технологии* – технология группового обучения.

*Дидактические материалы:* учебные пособия, аудио- и видеозаписи, литература по описанию специфики танцев разных народов, схемы рисунков танцев.

№	Раздел, тема	Форма занятий	Приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса	Методический и дидактический материал	Техническое оснащение
1	Вводное занятие	Групповые занятия	Словесный (беседа, инструктаж) возможно дистанционное обучение	Планы и конспекты занятий	Танцевальный класс, оборудованный станками и зеркалами, демонстрационный комплекс (интерактивная доска или экран, мультимедиа-проектор,

					персональный компьютер или ноутбук с установленным лицензионным программным обеспечением)
2	Партерная гимнастика. Комплексы упражнений на гибкость, растяжку, работу стоп	Групповые практические занятия	Словесный: объяснение правил исполнения, Наглядный: показ, демонстрация. Практический: упражнения (возможно дистанционное обучение)	Планы и конспекты занятий	Гимнастические коврики
3	Ритмические упражнения. Знакомство с длительностями, характером музыки, с началом и окончанием музыкальной фразы. Комбинации с хлопками.	Групповые практические занятия	Словесный (оперативный комментарий, объяснения правил исполнения); наглядный: показ движений и комбинаций, физическая помощь); практический (сравнение и контраст движений, утрированно-отрицательный показ в контрасте с правильным) (возможно дистанционное обучение)	Планы и конспекты занятий	Танцевальный класс, оборудованный станками и зеркалами, пианино
4	Классический танец	Групповые практические	Словесные (методическое	Учебные пособия по	Танцевальный класс,

	(основы классического танца у станка, упражнения у станка, упражнения на середине зала, вращения)	занятия у станка и на середине (экзерсис)	объяснение танцевального материала, раскрытие понятий, возможно дистанционное обучение); практические (упражнения на разогрев мышечного аппарата, работа над синхронностью, техникой исполнения, прорабатывание отдельных движений, комбинаций, элементов)	классическому танцу; аудио- и видеозаписи; планы и конспекты занятий	оборудованный станками и зеркалами, пианино, музыкальный центр, видеокамера, демонстрационный комплекс (интерактивная доска или экран, мультимедиа-проектор, персональный компьютер или ноутбук с установленным лицензионным программным обеспечением)
5	Народный танец (элементы народного танца, упражнения у станка, комбинации на середине зала)	Беседы об истории танца, групповые и индивидуальные практические занятия, просмотр видеозаписей выступлений хореографических коллективов, репетиции, творческие встречи	Словесные (методическое объяснение танцевального материала, раскрытие понятий, возможно дистанционное обучение); наглядные (видеозаписи концертов народных коллективов, иллюстрации народных костюмов, возможно дистанционное обучение); практические (упражнения на	Учебные пособия по народному танцу, литература по описанию специфики танцев разных народов; аудио- и видеозаписи; схемы рисунков танцев, описания движений); планы и конспекты занятий	Танцевальный класс, оборудованный станками и зеркалами, баян, сцена, костюмерная с комплектами сценических костюмов, предметы и реквизит (ложки, платочки, платки и.т.д), музыкальный центр, видеокамера, демонстрационный комплекс (интерактивная доска или экран,

			<p>разогрев мышечного аппарата возможно дистанционно, работа над синхронностью, техникой исполнения номера или этюда, прорабатывание отдельных движений, комбинаций, элементов, (отработка эмоциональность и исполнения, возможно, дистанционно); посещение концертов</p>		<p>мультимедиа-проектор, персональный компьютер или ноутбук с установленным лицензионным программным обеспечением)</p>
6	Творческая и постановочная работа	Групповые и индивидуальные занятия	<p>Словесный: методическое объяснение, оперативные комментарии); наглядный: показ движений и комбинаций); практический (упражнения, отработка номеров, (составление собственных комбинаций, возможно дистанционно)</p>	<p>Аудио- и видеозаписи; схемы рисунков танцев, описания движений); планы и конспекты занятий</p>	<p>Танцевальный класс, оборудованный станками и зеркалами, пианино, баян, сцена, предметы и реквизит (ложки, платочки, платки и.т.д), музыкальный центр, видеокамера</p>

## 2.6. Список литературы

### Для педагога

1. Азбука хореографии. Т. Барышникова. М., Айрис-пресс, 1999.
2. В. Звёздочкин «Классический танец». Учебное пособие. Ростов-на-Дону, Феникс, 2003.
3. И. Заикин «Областные особенности русского народного танца». Орёл, 1999.
4. Классический танец - экзерсис у станка. Л. М. Ларина. Хабаровск, 2003.
5. Классический танец. Программа для культпросвета училищ. М., 1983.
6. Народно-сценический танец. Упражнения у станка. О.Ю. Адамович, Т.С. Михайлова, И.И. Александрова. Планета музыки, 2018.
7. Народный танец. Методика преподавания. Г.П. Гусев. Владос, 2012.
8. Народный танец. Методика преподавания. Учебное пособие для студентов ВУЗов культуры и искусства. Г.П. Гусев. Владос, 2018.
9. Народный танец. Программа для культпросвета училищ. М., 1983.
10. Основы русского народного танца. А. Климов. М., «Искусство», 1981.
11. Работа над танцевальной речью: Учебно-методическое пособие. Богданов Г.Ф. М., 2006.
12. Русский народный танец. Теория и методика преподавания. В.Ф. Матвеев. Планета музыки, 2010.
13. Семь шагов к навыкам плясовой импровизации: Учебно-методическое пособие. Богданов Г.Ф., ч. 2. М., 2016.
14. Теория и методика преподавания народно – сценического танца. Л. Н. Корнилева. Хабаровск, 2002.

### Для учащихся и родителей

1. Волшебный мир танца. В. Пасютинская. М., Просвещение, 1985.
2. Избранные русские народные танцы. Т. Устинова. М., Искусство, 1996.