

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 150 Г. ЧЕЛЯБИНСКА»
(МБОУ «СОШ № 150 Г. ЧЕЛЯБИНСКА»)**

454001, г. Челябинск, ул. 250-летия Челябинска, 7, тел./факс 795-85-38(42), e-mail: sch150.chel@mail.ru

Рассмотрено

на заседании
научно-методического совета
МБОУ «СОШ № 150
г. Челябинска»
протокол от 29.08.2025 № 1

Утверждено

директор
МБОУ «СОШ № 150
г. Челябинска»

И.А. Иванов
(приказ от 01.09.2025 № 119/17)

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА**

«ОСНОВЫ ХОРЕОГРАФИИ»

Направленность дополнительного образования: художественная
Возраст обучающихся: 7 – 14 лет
Срок реализации программы: 8 лет

Составитель:
Корякина Анна Владимировна,
педагог дополнительного образования

г. Челябинск
2025

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ

- Тип программы

модифицированная

(типовая, модифицированная или адаптированная, экспериментальная, авторская)

- Образовательная область

профильная

(профильная, многопрофильная: естествознание, искусство, культурная, духовная или физическая типология)

- Направленность деятельности

Художественная

(научно-техническая, спортивно-техническая, физкультурно-спортивная, художественно-эстетическая, туристско-краеведческая, эколого-биологическая, военно-патриотическая, социально-педагогическая, культурологическая, естественно-научная)

- Способ освоения содержания образования

репродуктивный

(репродуктивная, эвристическая, алгоритмическая, исследовательская, творческая)

- Уровень освоения содержания образования

общекультурный

(общекультурный, углубленный, начальное, основное или среднее общее образование)

- Форма реализации программы

групповая

(групповая, индивидуальная)

- Продолжительность реализации программы

восемилетняя

(одногодичная, двухгодичная и др.)

РАЗДЕЛ № 1. «КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ».

1.1 Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Хореография» художественной направленности, является модифицированной, по уровню освоения – стартовая, очной формы обучения и разработана на основании следующих нормативных документов:

1. Конституция Российской Федерации;
2. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
3. Указ Президента РФ от 07.05.2024 № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года»;
4. Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
5. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
6. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
7. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 01.07.2024 № 1734-р «Об утверждении Плана мероприятий по реализации в 2024 – 2026 годах Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
8. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
9. Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
10. Письмо Минобрнауки Российской Федерации от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении рекомендаций» (вместе «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
11. Устав МБОУ «СОШ № 150 г. Челябинска»;
12. «Положение о разработке дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы в МБОУ «СОШ № 150 г. Челябинска»;
13. «Положение о режиме занятий обучающихся по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам в МБОУ «СОШ № 150 г. Челябинска»;
14. «Положение организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеразвивающим программам в МБОУ «СОШ № 150 г. Челябинска»;
15. «Положение о правилах приема и отчисления обучающихся в МБОУ «СОШ № 150 г. Челябинска» на обучение по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам.

Актуальность данной программы заключается в том, что в ней интегрированы такие направления, как ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение, которые адаптированы для учащихся начальной и средней школы. Это позволяет им применить полученные навыки в сценической деятельности.

Новизна программы.

Заключается в предоставлении возможности через исполнение танцевальной лексики выявить творческий потенциал обучающихся, содействовать развитию у детей

уверенности в своих силах, а также в расширении социального опыта ребенка в результате проигрывания различных социальных ролей в танцевальных миниатюрах.

Занятия по программе способствуют улучшению здоровья, предупреждают детей от увлечения вредными привычками; формируют у обучающихся такие физические качества, как подвижность, выносливость, сила, ловкость; развивают танцевальные данные: гибкость, пластичность, выносливость, выразительность; развивают познавательный интерес и умение работать в коллективе.

Педагогическая целесообразность программы.

Танец – способствует формированию чувства ответственности за результаты этой деятельности; выбора правильной ориентации обучающихся в системе социальных и художественных ценностей, а также в создании ситуации успеха.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что она призвана охватить обучение сразу несколькими направлениями, что поможет воспитать у ребенка разностороннюю личность и создать многогранный танцевальный коллектив.

Адресат программы. Возраст детей, участвующих в реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Хореография» от 7 до 14 лет

Набор в группы для обучения – свободный, по желанию ребенка и заявлению родителей (законных представителей), конкурсный отбор не предусмотрен. В объединении могут заниматься дети-инвалиды и дети с ОВЗ (кроме тяжелых нарушений: интеллекта, речи, зрения, опорно-двигательного аппарата, аутоиммунной системы).

Объем, срок освоения программы, режим занятий.

Срок освоения программы – 8 лет.

Планируемый режим занятий – 2 занятия в неделю продолжительностью по 1 академическому часу (40 минут)

1.2 Цели и задачи

Целью данной программы является формирование у учащихся начальной и средней школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения танцевального искусства. Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных задач.

Задачи:

Обучающие:

- сформировать у обучающихся систему теоретических знаний в области танцевального искусства;
- способствовать совершенствованию у школьников исполнительского мастерства, чувства ритма, музыкального слуха, способности к импровизации и координации движений;
- подготовить ребят к выступлениям на сцене и открытым занятиям;

Воспитательные:

- раскрывать творческий потенциал обучающихся;
- поддерживать познавательную активность детей;
- укреплять чувство самостоятельности и ответственности за свои действия;
- воспитывать толерантное отношение к окружающим людям.

Развивающие:

- развивать танцевальные, музыкально-двигательные и художественно-творческие способности учащихся;
- способствовать развитию основных психических процессов и качеств: памяти, внимания, восприятия, воображения;
- способствовать физическому развитию ребенка: гибкости, пластичности, выносливости.

1.3 Содержание программы

Школа – это одна из начальных ступенек в развитии личности человека. И основная цель общеобразовательного учреждения – это его всестороннее воспитание.

Главная задача сегодняшней школы – противостоять деградации общественной жизни, пробудить у молодого поколения чувство взаимопонимания, доверия и сотрудничества. Ключевой характеристикой школьного образования становится не только передача знаний и технологий, но и формирование творческих компетентностей. В условиях решения этих стратегических задач важнейшими качествами личности становятся - инициативность, способность творчески мыслить, находить нестандартные решения, умение выбирать профессиональный путь, готовность обучаться в течение всей жизни. Все эти навыки формируются с детства. Воспитание в школе должно идти через совместную деятельность, как взрослых (учителей и родителей) и детей, так и детей друг с другом. При этом воспитание принципиально не может быть сведено к какому-то одному виду образовательной деятельности, оно должно охватывать и пронизывать собой все её виды: учебную (в границах разных образовательных дисциплин) и внеурочную (художественную, спортивную, досуговую, трудовую и др.) деятельность.

Дети проводят в школе значительную часть дня, поэтому сохранение, укрепление их физического, психического здоровья - дело не только семьи, но и школы. Здоровье «маленького» человека - важный показатель его личного успеха.

Занятия хореографией делают существенный вклад в дело оздоровления подрастающего поколения. Богатый внутренний мир, наполненность чувств, творческая фантазия, воображение, одухотворенность – вот составные рождения хореографического образа. Хореография требует высокой дисциплины и самодисциплины, эта деятельность осуществляется в коллективе. Кроме того, хореография – это физический труд, который воспитывает в детях общение со сверстниками и педагогом.

Значение хореографии на ранних ступенях формирования человека очень велико. Ребенок приобщается к миру танца, знакомится с различными направлениями, историей и «географией» танца, через танец учится выражать различные состояния, мысли, чувства и взаимоотношению с окружающим миром. Благодаря занятиям хореографии, учащийся младшего возраста получает комплекс навыков, необходимых для нормальной жизнедеятельности (развитие ловкости рук, быстроты реакции, остроты внимания, общей подвижности). В результате регулярных занятий создается мышечный корсет, исправляются недостатки осанки, уменьшается плоскостопие. Таким образом, решается задача общего укрепления и физического развития ребенка.

Именно так ставится вопрос в новом Федеральном государственном образовательном стандарте общего образования, где внеурочной деятельности школьников уделено особое внимание, определено пространство и время в образовательном процессе.

Основными принципами в освоении программы хореографии являются:

- От простого к сложному.
- От медленного к быстрому.
- Посмотри и повтори вместе с учителем.
- Выучи и сделай самостоятельно.

Программа состоит из разделов:

- Изучение азбуки танцевального движения и постановки корпуса.
- Изучение элементов классического и народного танца.
- Изучение элементов историко-бытового, бального, современного и сценического танца.
- Постановочно-репетиционная работа и выступление.

Несмотря на то, что программа разделена на отдельные тематические части, границы их могут видоизменяться в связи со спецификой занятий в школе. Учитель

должен строить работу, таким образом, чтобы не нарушать целостный педагогический процесс, учитывая тренировочные цели и задачи эстетического воспитания.

ОСНОВНЫЕ ЧАСТИ УРОКА

Подготовительная часть занятия.

Общее назначение этой части является подготовка организма к предстоящей работе, которая состоит из поклона и разминки.

Задачами этой части являются:

- организация группы;
- повышение внимания и эмоционального состояния занимающихся;
- умеренное разогревание организма.

Основными средствами подготовительной части являются:

- строевые упражнения;
- различные формы ходьбы и бега;
- несложные прыжки;
- короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов;
- упражнения на связь с музыкой и др.

Все упражнения выполняются в умеренном темпе и направлены на общую подготовку опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Методические особенности. Продолжительность подготовительной части определяется задачами и содержанием занятия, составом занимающихся и уровнем их подготовки. На эту часть отводится примерно 15% общего времени занятия.

Поклон.

Поклон – это одна из форм приветствия, принятая у многих народов и выработавшаяся давно.

Каждый урок в любой возрастной группе начинается и заканчивается поклоном. Им пользуются при встрече, знакомстве, расставании, он может быть ярким выражением благодарности, приветия, глубокого чувства уважения.

На поклон отвечают поклоном. Это не только признак уважения человека к человеку. В поклоне отражается степень уважения и оттенки отношений, понятные без слов. Таким примером является старинный русский поклон, который входит в один из элементов танцевального искусства. Поклон может быть использован, как приглашение к бальному танцу, вступление и завершение народного танца, а также быть частью сюжетной постановки. Естественно, что поклон необходимо освоить и в танцевальном коллективе.

Разминка.

Разминка – это важная часть урока, которая необходима для разогрева мышечного каркаса детей и подготовки суставов к дальнейшей нагрузке. А также для концентрации внимания детей и дальнейшего восприятия материала на уроке.

В начале каждого урока проводится разминка в виде «статистического танца». Задача разминки – развитие координации, памяти и внимания, умения читать движения, увеличивая степень подвижности суставов. В разминке разрабатываются последовательно все основные группы мышц и суставов: шеи, плечи, кисти, предплечья, корпуса, бедра, колени, стопы. Количество каждого вида упражнений 4-8 раз на 2-4 счета. Общая продолжительность разминки не более 10 минут. Нагрузка регулируется в зависимости от возраста учащихся. **Основная часть занятия.**

Задачами основной части являются:

- развитие и совершенствование основных физических качеств;
- формирование правильной осанки; воспитание творческой активности;
- изучение и совершенствование движений танцев и его элементов;
- отработка композиций и т.д.

Средствами основной части занятия являются:

- упражнения на силу, выносливость, растяжку;

- разучивание основных элементов современного, бального, народного танца;
- танцевальные композиции;
- постановочная работа.

Методические особенности. На данную часть занятия отводится примерно 75% общего времени. Порядок решения двигательных задач в этой части строится с учетом динамики работоспособности детей. Разучивание и корректировка новых движений происходит в начале основной части, в конце – отработка знакомого материала.

Заключительная часть занятия.

Основные задачи:

- постепенное снижение нагрузки;
- краткий анализ работы, подведение итогов.

Основными средствами являются:

- спокойные танцевальные шаги и движения;
- упражнения на расслабление;
- плавные движения руками;
- знакомые танцы, исполнение которых доставляет детям радость.

Методические особенности. В заключительной части проводится краткий разбор достигнутых на занятиях успехов в выполнении движений, что создает у учащихся чувство удовлетворения и вызывает желание совершенствоваться. Замечания и советы по поводу недостаточно освоенных движений помогает учащимся сосредоточить на них внимание на следующем занятии. На эту часть отводится 10% общего времени.

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Итоги обучения 1-го года обучения.

Должен знать:

- музыкальную грамоту;
- хореографические названия изученных элементов;
- основные позиции рук и ног классического танца;
- основные позиции рук и ног русского сценического танца;
- подготовительные танцевальные движения и рисунки

Должен уметь:

- точно воспроизводить, правильно выполнять преподаваемый материал;
- прямо и стройно держаться, свободно двигаться под музыку;
- различать динамические изменения в музыке;
- внимательно слушать музыку;
- корректировать свою деятельность в соответствии с заданиями и замечаниями педагога;
- контролировать собственное исполнение, согласовывая его с коллективным;
- самостоятельно выполнять изученные элементы классического танца;

Итоги обучения 2-го – 4-го года обучения.

Должен знать:

- термины азбуки классического танца;
- основные элементы народного танца;
- основные подготовительные танцевальные рисунки и движения

Должен уметь:

- грамотно исполнять элементы классического танца;
- соединять движения;
- правильно владеть приемами музыкального движения;
- прямо и стройно держаться, свободно двигаться под музыку;
- средствами пластики выражать задаваемый образ;
- уметь общаться в коллективе, проявлять творческую инициативу.

Итоги обучения 5-го – 8-го года обучения.

Должен знать:

- названия новых классических хореографических элементов и связок;
- название новых движений народного танца;
- танцевальные рисунки, ориентируются в пространстве

Должен уметь:

- двигаются под музыку, соединяя сложные движения, координированы;
- сопереживать и помогать в творческом процессе;
- выполнять движения и комбинации у станка и на середине в ускоренном темпе;
- согласовывать движения корпуса, рук, ног при переходе из позы в позу;
- знать и выполнять правила сценической этики.

Итоги обучения.

Должен знать:

- новые обозначения классических элементов;
- движения из танцев других народов;
- основы классического, русского танцев, их особенности, манеру исполнения;
- имеют представление о сюжетной линии танца, о правильности соединения движений

Должен уметь:

- владеть танцевальной терминологией;
- свободно исполняют танцевальные композиции;
- владеть корпусом во время поворотов; координировать положение рук во время больших прыжков.

Раздел № 2. «Комплекс организационно-педагогических условий».

2.1 Календарный учебный график

Этапы образовательного процесса	1 год обучения	2-4 год обучения	5-8 год обучения
Продолжительность освоения программы	9 месяцев	9 месяцев	9 месяцев
Начало учебного года	01 сентября	01 сентября	01 сентября
Окончание учебного года	26 мая	26 мая	26 мая
Продолжительность учебного года (учебные часы)	34 недели (68 часов)	34 недели (68 часов)	34 недели (68 часов)
Входной контроль знаний	01.09 – 01.10 (сентябрь-октябрь)		
Текущий контроль успеваемости	В течение всего периода освоения программы		
Промежуточная аттестация обучающихся	11.12 – 26.12 10.05 – 26.05	11.12 – 26.12 10.05 – 26.05	11.12 – 26.12 10.05 – 26.05
Итоговая аттестация	26.05	26.05	26.05
Продолжительность учебных занятий	40 мин.		
Каникулы зимние	01 января – 10 января	01 января – 10 января	01 января – 10 января
Каникулы летние	28.05. – 31.08.		
Дополнительные дни отдыха, связанные с государственными праздниками	04.11; 23.02; 08.03; 01.05, 09.05;	04.11; 23.02; 08.03; 01.05, 09.05;	04.11; 23.02; 08.03; 01.05, 09.05;

УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

- Изучение азбуки танцевального движения и постановки корпуса.
- Изучение элементов классического и народного танца.
- Изучение элементов историко-бытового, бального, современного и сценического танца.
- Постановочно-репетиционная работа и выступление.

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов		
		Всего	Теорет ич. заняти я	Практи ч. заняти я
1 класс (68 часа)				
1	Вводное занятие			
1.1	Правила техники безопасности. Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса	2	2	
2	Ритмика и музыкальная грамота			
2.1	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп)	2		2
2.2	Музыкальный размер. Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса	2		2
2.3	Танцевальная музыка: марши, польки, вальсы	2	2	
2.4	Рисунок в танце: квадрат, круг, линия, колонны, звездочка, змейка и т.д	2		2
2.5	Элементы партерной гимнастики (выполняются лежа на спине, на животе и сидя на полу)	4		4
2.6	Упражнения для укрепления мышц спины, живота, выворотности ног	4		4
2.7	Простейшие танцевальные элементы. Танцевальный шаг, подскоки вперед, назад, галоп	2		2
2.8	Танцевальный бег (ход на полу пальцах). Упражнения для профилактики плоскостопия	2		2
3	Азбука классического танца			
3.1	Поклон. Позиции ног – I, II, III, IV	2		2
3.2	Позиции рук – подготовительное положение, I, III, II	2		2
3.3	Relevés на полупальцы в I, II, V позициях с вытянутых ног	2		2
3.4	Port de bras в сторону, назад в сочетании с движениями рук	2		2
3.5	Demis plie (полуприседания) во всех позициях	4		4
3.6	Grands plie в I, II, III, V позициях	2		2
3.7	Battement tendu (выведение ноги на носок)	4		4
3.8	Battements tendu jete (маленькие броски)	4		4
3.9	Прыжки на I, II и V позициях (temps leve)	2		2
4	Народный танец			
4.1	Позиции ног. Положение стопы и подъема	2		2
4.2	Позиции и положения рук. Движение кисти	2		2
4.3	Хлопки в ладоши	2		2
4.4	Танцевальный шаг с носка, переменный шаг	2		2
4.5	Ковырялочка без подскоков	2		2

4.6	Припадание на месте, с продвижением в сторону	2		2
4.7	Припадание на месте, с продвижением в сторону	2		2
4.8	“Косичка”	2		2
4.9	«Веребочка» простая	2		2
4.10	«Веребочка» простая	2		2
4.11	“Маятник”	1		2
4.12	“Маятник”	1		2

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов		
		Всего	Теорет ич. заняти я	Практич . занятия
2 класс (68 часов)				
1	Вводное занятие			
1.1	Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса	2	2	
2	Ритмика и музыкальная грамота			
2.1	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии	2		2
2.2	Элементы партерной гимнастики (выполняются лежа на спине, на животе и сидя на полу)	4		4
2.3	Понятие о рабочей и опорной ноге	2	2	
2.4	Понятие «шаг» 45°, 90°, 180°. Растяжка	2		2
2.5	Постановка корпуса. Движения плечами, руками	2		2
2.6	Шахматный порядок. Основные танцевальные элементы	2		2
2.7	Полька	2		2
3	Азбука классического танца			
3.1	Demi-plis u grand-plis (полуприседания и полные приседания)	2		2
3.2	Battements tendus (скольжение стопой по полу)	2		2
3.3	Battements tendus jets (маленькие броски)	2		2
3.4	Grand battements jets (большие броски)	4		4
3.5	Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу)	2		2
3.6	Rond de jambe par terre на demi-plie (круговые движения по полу в полуприседании)	2		2
3.7	Battements fondus в сторону, вперед, назад носок в пол	4		4
3.8	Battements fondus в сторону, вперед, назад на 45°	4		4
3.9	Temps leve saute по I, II, V позициям	2		2
3.10	Glissade (прыжок с продвижением)	2		2
4	Народный танец			
4.1	Ковырялочка с притопом	2		2
4.2	«Гармошка», «Елочка»	2		2
4.3	Упражнения с ненапряженной стопой (флик-фляк).	2		2
4.4	«Веребочка» с переступанием	2		2
4.5	«Веребочка» в сочетании с пристукиванием	2		2
4.6	Припадание вперед, в сторону, на месте	2		2

4.7	Дробь с подскоком на месте и с продвижением вперед	2		2
4.8	Дробные выстукивания.	4		4
4.9	«Ключ» простой и дробный	2		2
4.10	Вращение на полупальцах (с продвижением по диагонали)	2		2
4.11	Вращение - бег с откидыванием согнутых ног назад (на месте, по диагонали с продвижением по кругу)	2		2

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов		
		Всего	Теорет ич. занятия	Практич. Занятия
3 класс (68 часов)				
1	Вводное занятие			
1.1	Вводное занятие	2	2	
2	Ритмика и музыкальная грамота			
2.1	Прыжки	2		2
2.2	Вращения, повороты	2		2
2.3	Комбинированные танцевальные элементы	2		2
2.4	Выполнение основных движений под музыку на 2/4 и 4/4	2		2
2.5	Понятие «дистанция», изменение направления движения	2	2	
2.6	Отработка построений “линии”, “шахматы”, ”диагонали”, ”круг”	2		2
3	Азбука классического танца			
3.1	Demi-plis u grand-plis (полуприседания и полные приседания)	2		2
3.2	Battements tendus (скольжение стопой по полу)	2		2
3.3	Battements tendus jets (маленькие броски)	2		2
3.4	Battement soutenu	4		4
3.5	Attitude (поза,при которой поднятая вверх нога полусогнута)	2		2
3.6	Rond de jambe en l’air (круговые движения в воздухе)	4		4
3.7	Flic-flac (мазок ногой к себе, от себя)	4		4
3.8	Échappé (прыжок со сменой позиции ног в воздухе)	4		4
3.9	Chrandement de pieds (прыжок из 5 позиции в 5 со сменой ног)	2		2
3.10	Полуповорот на полупальцах	2		2
4	Народный танец			
4.1	«Веребочка с переборами»	2		2
4.2	«Веребочка» в сочетании с пристукиванием	2		2
4.3	«Моталочка»	4		4
4.4	Вращение по диагонали на подскоках	2		2
4.5	Вращения - прыжки на двух ногах (по 4 и 8 прыжков с поджатыми ногами)	4		4
4.6	Дробь в «три листика» (женская)	3		3

4.7	Дробь «хромого» (мужская)	3		3
4.8	Дробные ходы	2		2
4.9	Бег с высоким подъемом колена вперед по 1 прямой позиции	2		2
4.10	Движения из украинского танца «Бегунец», «Медленный женский ход»	2		1

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов		
		Всего	Теорет ич. занятия	Практич. Занятия
4 класс (68 часов)				
1	Вводное занятие			
1.1	Вводное занятие	2	2	
2	Ритмика и музыкальная грамота			
2.1	Определение музыкального размера	2	1	
2.2	Основные танцевальные точки, шаги. Диагональ, середина	2		2
2.3	Передвижения, диагонали, прыжки, вращения	2		2
2.4	Перестроения для танцев. Рисунок танца	2	2	
3	Азбука классического танца			
3.1	Пять открытых позиций ног. Подготовка к началу движения (preparation) - движение руки	2		2
3.2	Движение руки в координации с движением ноги в demi- plie (полуприседе)	2		2
3.3	Движение руки в координации с движением ноги в battements tendus	2		2
3.4	Маленькие броски (battements tendus jetes) с быстрым многократным касание носком пола (picce)	2		2
3.5	Выведение ноги на каблук по 1-й и 3-й открытым позициям вперед, в сторону и назад с полуприседанием на опорной ноге	2		2
3.6	Выведение ноги на носок, каблук, носок из 1-й, 3-й и 5-й открытых позиций вперед, в сторону и назад с полуприседанием в момент работающей ноги на каблук	2		2
3.7	Маленькие броски (battements tendus jetes) вперед, в сторону и назад по 1-й, 3-й и 5-й открытым позициям с коротким ударом по полу носком или ребром каблука работающей ноги.	2		2
3.8	Круговое скольжение по полу (rond de jambe par terre) с носком с остановкой в сторону или назад	2		2
3.9	Вращения и повороты	4		4
3.10	Прыжковые упражнения	4		4
4	Народный танец			
4.1	“Подбивка”	4		4
4.2	“Голубец”	4		4
4.3	Дробная « дорожка» с продвижением вперед и с поворотом	2		2

4.4	Положения рук в парах: под крендель, накрест	2		2
4.5	Положения рук в парах: для поворота в положении окошечко, правая рука мальчика на талии, а левая за кисть руки девочки впереди, так же за локоть	2		2
4.6	Движение в украинском танце «Бегунец»	2		2
4.7	Движение в украинском танце «Тынок»	2		2
4.8	Тройной притоп	2		2
4.9	Движение «Выхилильник»	2		2
4.10	Боковой ход в украинском танце	2		2
4.11	Движение «Сиртаки»	2		2
4.12	Вращения на месте	2		2
4.13	Вращения по диагонали, по кругу	2		2
4.14	Танцевальные комбинации	2		2
4.15	Танцевальные комбинации с дробями	2		2

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов		
		Всего	Теорет ич. занятия	Практич. Занятия
5 - 8 класс (68 часов)				
1	Вводное занятие			
1.1	Вводное занятие	1	1	
2	Ритмика и музыкальная грамота			
2.1	Определение музыкального размера.	2	1	1
2.2	Основные танцевальные точки, шаги. Диагональ, середина.	2		2
2.3	Передвижения, диагонали, прыжки, вращения.	2		2
2.4	Перестроения для танцев. Рисунок танца.	2	1	1
3	Азбука классического танца			
3.1	Пять открытых позиций ног. Подготовка к началу движения (preparation) - движение руки	2		2
3.2	Движение руки в координации с движением ноги в demi- plie (полуприседе)	2		2
3.3	Движение руки в координации с движением ноги в battements tendus.	2		2
3.4	Маленькие броски (battements tendus jetes) с быстрым многократным касание носком пола (picce)	2		2
3.5	Выведение ноги на каблук по 1-й и 3-й открытым позициям вперед, в сторону и назад с полуприседанием на опорной ноге	2		2
3.6	Выведение ноги на носок, каблук, носок из 1-й, 3-й и 5-й открытых позиций вперед, в сторону и назад с полуприседанием в момент работающей ноги на каблук.	2		2
3.7	Маленькие броски (battements tendus jetes) вперед, в сторону и назад по 1-й, 3-й и 5-й открытым позициям с коротким ударом по полу носком или	2		2

	ребром каблука работающей ноги.			
3.8	Круговое скольжение по полу (rond de jambe par terre) с носком с остановкой в сторону или назад.	2		2
3.9	Вращения и повороты	4		4
3.10	Прыжковые упражнения	4		4
4	<i>Народный танец</i>			
4.1	“Подбивка”	4		4
4.2	“Голубец”	4		4
4.3	Дробная « дорожка» с продвижением вперед и с поворотом.	2		2
4.4	Положения рук в парах: под крендель, накрест	2		2
4.5	Положения рук в парах: для поворота в положении окошечко, правая рука мальчика на талии, а левая за кисть руки девочки впереди, так же за локоть	2		2
4.6	Движение в украинском танце «Бегунец»	2		2
4.7	Движение в украинском танце «Тынок»	2		2
4.8	Тройной притоп	2		2
4.9	Движение «Выхилильник»	2		2
4.10	Боковой ход в украинском танце	2		2
4.11	Движение «Сиртаки»	2		2
4.12	Вращения на месте	2		2
4.13	Вращения по диагонали, по кругу	2		2
4.14	Танцевальные комбинации	2		2
4.15	Танцевальные комбинации с дробями	3		3

2.3 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Общие сведения: на хореографических занятиях занимаются дети 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 и 8 классов.

Состав группы: постоянный.

Форма занятий: групповая.

Длительность 1 учебного занятия: 40 минут.

Количество занятий: 2 час в неделю (2-4 класс) и 2 часа в неделю (5-8 класс).

Материально-техническая база: танцевальный класс, актовый зал, музыкальная и видео аппаратура (ПК и TV), мячи, скакалки, гимнастические палки и коврики, костюмы.

Форма одежды на занятиях хореографии.

Форма дисциплинирует и организывает учащихся. Поэтому требования к форме предъявляются с первого занятия. Она должна быть аккуратной, удобной для занятий, хорошо сидеть на ребенке. Обувь должна соответствовать танцевальным требованиям.

Мальчики:

1. шорты, бриджи, танцевальные брюки;
2. футболка;
3. чешки, балетки или танцевальные туфли.

Девочки:

1. гимнастический купальник;
2. юбка «солнце»;
3. чешки, балетки или танцевальные туфли.

ФОРМЫ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Для оценки эффективности занятий используются следующие показатели:

- степень помощи, которую оказывает учитель обучающимся при выполнении упражнений: чем помощь учителя меньше, тем выше самостоятельность учеников и, следовательно, выше развивающий эффект занятий;
- поведение обучающихся на занятиях: живость, активность, заинтересованность школьников обеспечивают положительные результаты занятий;
- результаты выполнения практических заданий из курса, при выполнении которых выявляется, справляются ли ученики с этими заданиями самостоятельно;
- косвенным показателем эффективности данных занятий может быть повышение успеваемости ребенка по данному курсу и участие ребенка на школьных, городских и республиканских творческих концертах.

МЕТОДИЧЕСКАЯ ЛИТЕРАТУРА

Для педагога

1. Барышникова Т. Азбука хореографии.- Москва.- Айрис-Пресс.- 1999
2. Богданов Г. Хореографическое образование.- М.- 2001
3. Богомолова Л.В. Основы танцевальной культуры/ программа экспериментального курса.- Москва.- Новая школа.- 1993
4. Боттомер П. Урок танца.- Москва.- Эксмо-Пресс.- 2003
5. Ваганова А. Я. Основы классического танца. С.- Петербург. Москва. Краснодар.- 2003
6. Карп П. О. О балете.- М.- 1967
7. Костровицкая В., Писарев Л. Школа классического танца.- Л.-1968
8. Климов А. Особенности русского народного танца.- М.- 2002
9. Климов А. Русский народный танец.- М.- 2002
10. Костровицкая В. 100 уроков классического танца.- М.- 1981
11. Костровицкая В.С., Писарев А.А. Школа классического танца.- Санкт-Петербург.- Искусство.- 2001
12. Сердюков В.П.. Программа по классическому танцу. Для хореографических отделений музыкальных школ и школ искусств.- М.- 1987
13. Танцы и ритмика в начальной школе/ методическое пособие.- Москва.- 1995

Для обучающихся

1. Ткаченко Т.Т. Народный танец.- Москва.- 2002
2. Устинова Т. А. Избранные русские народные танцы.- М.,1996.
3. Федорова Г. Танцы для развития детей.- М.-2000