

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №30» г. Сыктывкара  
(МОУ «СОШ №30» г. Сыктывкара)  
«30 №-а шёр школа»  
Сыктывкарса муниципальной велодан учреждение  
(«30 №-а ШШ» МВУ»)

**ПРИНЯТА:**

Педагогическим советом школы  
Протокол № 1  
От « 31 » августа 2016 г.



**УТВЕРЖДАЮ:**

директор МОУ «СОШ № 30»  
Г.Сыктывкара  
Т.П. Русанова  
«31 » августа 2016 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА « ИСКОРКИ» ДЛЯ 1-4 КЛАССОВ**

**Направленность:** Художественно-эстетическая

**Для обучающихся:** 7-11

**Срок обучения:** 4 года обучения

**Составитель:** Юсупова Анастасия Николаевна  
педагог дополнительного образования

Г.Сыктывкар

## 1. Пояснительная записка.

### **Нормативные основы:**

Содержание настоящей дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Искорки» разработано с учетом:

- Ф3 РФ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в РФ»;
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы» СанПиН 2.4.4.3172-14;
- Письма Минобрнауки РФ от 11.12.2006 N 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования обучающихся»;
- Письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г. № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ»;
- Устава образовательной организации;
- Лицензии образовательной организации на образовательную деятельность;

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа «Искорки» представляет собой вид деятельности, направленный на развитие двигательных навыков, координированности и активности движений, развивает эмоциональную и творческую сферу ребенка. Суть ритмической пластической гармонии - это метод триединства, где речь, движение (жест) и музыкальная интонация взаимно дополняют друг друга, раскрываются друг через друга, выстраивая целостную картину.

Центральной концепцией программы «Искорки» является её художественно-эстетическая направленность. Программа «Искорки» по направлению русско - народной хореографии составлена на основе представленных учебных программ, таких как образовательная программа дополнительного образования детей художественно-эстетической направленности "Студия танца. Хореография" авторы Антипова Ольга Борисовна, педагог дополнительного образования, Блинникова Наталья Григорьевна, методист, учитель химии и биологии.

Хореография обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного духовного и физического развития. В программе «Искорки» реализуются теоретические и практические знания в сфере русского народного танца. Занятия танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актёрском мастерстве. Танец имеет огромное значение как средство воспитания к русской народной культуре, национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох необходимо, т.к. каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер.

Программа «Искорки» предназначена для преподавания основ русско- народного хореографического направления с учащимися 7-11 лет. Она предусматривает систематическое и последовательное обучение народного направления в хореографическом искусстве. Программа «Искорки» направлена на формирование и развитие у учеников таких физических данных, как подвижность, выносливость, сила, ловкость, на развитие танцевальных данных: гибкости, пластичности, танцевальной выворотности, танцевального шага и т. п. Развивается также и познавательный интерес. Умело подобранные упражнения, пляски, игры, воспитывают у детей правильное отношение к окружающему миру, углубляют представление о жизни и труде взрослых, различных явлениях природы.

Программа «Искорки» нацелена на создание педагогических условий для реализации целостного подхода к образованию детей, творческому их становлению.

Данную программу «Искорки» следует рассматривать и как мощный стимул для интеллектуального и эстетического развития учащихся, т.к. в ней предусмотрено проведение бесед с учащимися о возникновении русско-народного танца, о его развитии.

### **Цели и задачи.**

**Цель:** создание благоприятных условий, способствующих раскрытию и развитию природных задатков и творческого потенциала ребенка в процессе обучения искусству хореографии.

#### **Задачи:**

##### **1.Обучающие:**

- обучать базовым знаниям различных направлений, необходимым двигательным навыкам, танцевальным основам, релаксации;
- формировать правильную осанку;
- помогать раскрывать индивидуальный физический и творческий потенциал, научить качественному исполнению танца;
- обучать красиво, двигаться, импровизировать под музыку,
- развить чувство ритма, музыкальный слух, пластичность,
- познакомиться с основами классического и народно-сценического танца,
- освоить азы хореографического искусства,
- приобрести опыт публичного выступления, музыкальность, знакомство с теорией и историей развития танца, современные направления и стили.

##### **2.Развивающие:**

- развивать двигательную активность, укреплять опорно-двигательный аппарат и группы мышц, развивать координацию, устойчивость, гибкость, пластичность;
- развивать свободное самовыражение каждого ученика посредством музыки и движения, импровизации, фантазии; ориентирование в пространстве;
- развивать память, наблюдательность, артистизм;
- развивать творческие способности в соответствии с собственной индивидуальностью; кругозор, музыкальный и эстетический вкус.
- развивать потребность двигательной активности как основы здорового образа жизни посредством увеличения периода двигательной активности в учебном процессе;

##### **3. Воспитательные:**

- воспитывать культурное поведение, дружелюбные отношения в своей среде и обществе, уважение к старшим и сотоварищам;
- воспитывать умение адекватно вести себя;
- воспитывать чувство коллективизма, партнёрства;
- воспитывать чувство ответственности, коммуникабельность.

### **Отличительные особенности**

В процессе обучения возможно проведение корректировки сложности заданий и внесение изменений в программу. Программа «Искорки» включает в себя не только обучение танцевальных элементов, но и создание индивидуальных и коллективных сюжетно-тематических, импровизационных хореографических постановок русско-народного хореографического направления, которые дадут ученикам использовать полученные знания, для личного самовыражения, физического и творческого саморазвития в хореографии.

### **Возраст детей, участвующих в реализации данной образовательной программы**

«Искорки» – **7-11 лет** – ученики начального звена. Прием детей осуществляется на основании письменного заявления родителей. Допускается возможность перевода обучающихся из одной группы в другую в процессе обучения и по мере усвоения программного материала, так же усложнение или упрощение материала с индивидуальным подходом к каждому обучающемуся, так же возможны смещение некоторых тем на другие этапы обучения.

Программа данного курса представляет систему занятий для **обучающихся начальных классов** и рассчитана на **4 года** обучения. В год **153 часа** (2 часа в день, 2 раза в неделю)

### **Сроки реализации программы.**

по возрастному принципу -7-11 лет;  
по масштабу деятельности – общеучрежденческая;  
по времени – 4 года обучения.  
Модифицированная;

Количество детей соответствует количеству по списку класса, имеющих допуск к занятиям, не более **15-20 человек**. Рекомендуемое расписание: **2 раза в неделю по 2-2,5 академических часа.**

### **Формы организации деятельности занятий:**

- групповая;
- ансамблевая.

Программа рассчитана на постоянный состав 10-15 человек. Занятия проводятся в форме танцевального кружка которое включает в себя: приветствие (поклон), разминка, экзерсис у станка, портерная гимнастика, слушание танцевальной композиции, разбор музыкальной композиции по частям, разучивание танца, соединение движений под музыку, в заключении занятия игры на расслабление.

В зависимости от педагогических задач занятие по хореографии можно классифицировать:

- обучающее
- тренировочное
- контрольное
- разминочное
- показательное

Рассмотрим более подробно каждое из них.

**Обучающее занятие.** Основная задача - освоение отдельных элементов и соединений. Одновременно с этим решаются задачи физического развития, воспитания музыкальности, выразительности. Характерными особенностями его является использование раздельного метода проведения упражнений с многократным повторением их и расчленением соединений на отдельные компоненты, выполнение ряда подготовительных упражнений,

подводящих к "генеральному" движению. В многолетней подготовке данный вид занятия находит наибольшее применение на этапах начальной, специальной и углубленно-специальной подготовки при освоении новых композиций.

**Тренировочное занятие.** Главная задача - подготовка организма к предстоящей работе, а также сохранение достигнутого уровня хореографического мастерства. Подбор и дозировка упражнений направлены на решение задач специально-двигательной подготовки, совершенствования выразительности, музыкальности, пластики движений.

По сравнению с обучающим занятием тренировочный является более узконаправленным.

**Контрольное занятие.** Задача - подведение итогов освоения очередного раздела хореографической подготовки. Например, после освоения элементов классического танца провести "открытое занятие", выставляя оценку (по пятибалльной системе) каждому обучающемуся.

**Разминочное занятие.** В период непосредственной постановки концертных номеров или подготовки к конкурсу рекомендуется выполнять стабильный комплекс упражнений, цель которого - разогрев мышц и связок, и снятие излишней психологической напряженности (возбуждения или, наоборот, заторможенности). Этому способствуют привычные, индивидуально подобранные упражнения, которые по мере усвоения, танцоры выполняют самостоятельно (индивидуальная разминка).

**Показательное занятие.** Оно объединяет весь ранее изученный материал, дает четкое представление о хореографической подготовке танцора и его техники исполнения (ведь танцоры выходят на сцену). Главное здесь - это зрелищность, которая будет определяться характером движений, оригинальностью музыки и художественного образа.

**Структура занятия по хореографии** является классической: подготовительная, основная, заключительная части.

## Ожидаемые результаты обучения

В результате изучения данной программы учащиеся:

- Будут владеть элементами партерной гимнастики;
- Знать правила постановки корпуса;
- Знать правила поведения на занятиях и на концерте.
- Передавать в движении музыкальный размер и ритмический рисунок,
- Будут творчески мыслить и фантазировать в соответствии с музыкальным материалом;
- Будут выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами;

**По окончании 1 года обучения ребенок должен знать:**

### Коллективно-порядковые навыки и умения:

1. принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями
2. организованно строиться (быстро, точно), сохранять правильные дистанции в колонке парами;
3. самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, - по звуковому и музыкальному сигналам;

### Музыкально-ритмические навыки и умения:

1. ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями;
2. отмечать в движении сильную долю такта;
3. реагировать сменой движений на смену характера музыки;

Навыки и умения выразительного движения:

1. легко, естественно и непринужденно выполнять шаг польки, переменный шаг, высокий шаг,
2. пружинящий шаг, боковой галоп, подскоки с ноги на ногу, легкие подскоки, переменные притопы, прыжки с выбрасыванием ноги вперед и все плясовые движения;

**По окончании 2 года обучения ребёнок должен знать**

Коллективно-порядковые навыки и умения:

1. наблюдать темп движений, обращая внимание на музыку;
2. ходить вдоль стен с четкими поворотами в углах зала;
3. строиться в колонну «по два»;

Музыкально-ритмические навыки и умения:

1. самостоятельно ускорять и замедлять темп разнообразных движений;
2. самостоятельно отмечать в движении метр, ритмический рисунок, акцент;
3. реагировать на темповые и динамические изменения в музыке.

Навыки и умения выразительного движения:

1. ритмично двигаться в соответствии с различным характером и динамикой музыки;
2. самостоятельно менять движения в соответствии с трехчастной формой музыкального произведения и музыкальными фразами;

**По окончании 3 года обучения ребёнок должен знать**

Коллективно-порядковые навыки и умения:

1. перестраиваться из колонны парами в колонну «по одному»;
2. строиться в круг из шеренги и из движения в рассыпную.

Музыкально-ритмические навыки и умения:

1. реагировать на темповые и динамические изменения в музыке.
2. выразительно передавать игровые образы в инсценированных песен;
3. самостоятельно инсценировать содержание песен, хороводов,

Навыки и умения выразительного движения:

1. ритмично двигаться в соответствии с различным характером и динамикой музыки;
2. самостоятельно менять движения в соответствии с трехчастной формой музыкального произведения и музыкальными фразами;

**По окончании 4 года обучения ребёнок должен знать**

Коллективно-порядковые навыки и умения:

1. наблюдать темп движений, обращая внимание на музыку;
2. ходить вдоль стен с четкими поворотами в углах зала;

Музыкально-ритмические навыки и умения:

1. реагировать на темповые и динамические изменения в музыке.
2. выразительно передавать игровые образы в инсценированных песен;

Навыки и умения выразительного движения:

1. выполнять элементы классического и народно-сценического урока;
2. выполнять элементы русской народной пляски;
3. русские народные танцы
4. приветствовать учителя и друг друга («Поклон – приветствие»),
5. приглашать на танец («Поклон – приглашение»).
6. простейшие элементы народного танца;

В конце обучения появляется возможность создания танцевального репертуара, построенного на характерных элементах и движениях танца. Танец должен исполняться музыкально, выразительно, синхронно. Дети должны иметь навык благородного, вежливого обращения к партнеру; иметь представление о народных танцах.

### **Способы определения результативности обучения и формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы**

#### **Формы контроля полученных знаний**

Система определения результатов деятельности обучающихся при переходе со ступени на ступень осуществляется через различные формы зачетов. Для контроля усвоения приобретенных знаний, умений, навыков по полугодиям используются следующие формы:

- открытое занятие;
- творческое занятие.

#### **Критерии оценочной деятельности обучающихся.**

Главным экспертом в оценке личностного и творческого роста обучающихся, конечно, должен быть сам педагог, который осуществляется с помощью метода наблюдения и метода включения детей в хореографическую деятельность. Оценка деятельности детей в танцевальном объединении происходит по трём уровням.

№	Параметры результативности освоения программы	Оценка педагогом результативности освоения программы		
		1 балл (низкий уровень)	2 балла (средний уровень)	3 балла (высокий уровень)
1.	Опыт освоения теории			
2.	Опыт освоения практической деятельности			
3.	Опыт творческой деятельности			
4.	Опыт эмоционально-ценностных отношений			
5.	Опыт социально-значимой деятельности			
<b>Общая сумма баллов:</b>				

Обработка анкет и интерпретация результатов:

Оценка педагогом результативности освоения программы в целом (оценивается по общей сумме баллов):

- 1-4 балла – программа в целом освоена на низком уровне;
- 5-10 баллов – программа в целом освоена на среднем уровне;
- 11-15 баллов – программа в целом освоена на высоком уровне.

Диагностика результатов ведётся лично педагогом, с помощью «Сравнительной таблицы». Которые помогают выявить уровень развития творческих способностей и личностного роста обучающихся. На каждом году обучения свои рамки (свой уровень) - это вызывает стремление ребенка подняться в своих знаниях, умениях и навыках на более высокую ступень.

**2. Учебно-тематический план  
1 год обучения**

Название разделов, тем		Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Вводное занятие	2	1	1
2.	Инструктаж по технике безопасности.	1	1	-
3.	Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	2	0,5	1,5
4.	Ритмика и музыкальная грамота	10	2	8
5.	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп).	4	1	3
6.	Музыкальный размер. Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.	4	1	3
7.	Танцевальная музыка: марши, польки, вальсы.	10	1	9
8.	Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка.	10	1	9
9.	Элементы партерной гимнастики (выполняются лежа на спине, на животе и сидя на полу);	6	1	5
10.	Упражнения для укрепления мышц спины, живота, выворотности ног.	10	1	9
11.	Простейшие танцевальные элементы. Танцевальный шаг, подскоки вперед, назад, галоп.	4	1	3
12.	Танцевальный бег (ход на полу пальцах). Упражнения для профилактики плоскостопия.	3	1	2
13.	Азбука классического танца	12	6	6
14.	Поклон. Позииции ног – I, II, III, IV	3	1	2
15.	Позииции рук – подготовительное положение, I, III, II	3	1	2
16.	Relevés на полупальцы в I, II, V позициях с вытянутых ног	2	1	1
17.	Port de bras в сторону, назад в сочетании с движениями рук	2	1	1
18.	Plie (полуприседания) во всех позициях	3	-	3
19.	Grands plie в I, II, V, IV позициях	3	-	3
20.	battement tendu (выведение ноги на носок)	2	-	2

21.	Battements tendus jets (маленькие броски)	2	-	2
22.	прыжки на I, II и V позициях (temps leve)	2	-	2
23.	Народный танец	12	2	10
24.	Позиции ног. Положение стопы и подъема.	10	4	6
25.	Позиции и положения рук. Движение кисти.	10	-	10
26.	Хлопки в ладоши	2	1	1
27.	Танцевальный шаг с носка, переменный шаг	3	1	2
28.	Ковырялочка без подскоков	4	-	4
29.	Припадание на месте, с продвижением в сторону	4	1	3
30.	“Косичка”.	2	-	2
31.	«Веребочка» простая	4	1	3
32.	“Маятник”	2	-	2
<b>Итого</b>		153	32,5	120,5
<b>2 год обучения</b>				
33.	Вводное занятие Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	2	1	1
34.	Ритмика и музыкальная грамота	10	4	6
35.	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.	2	1	1
36.	Элементы партерной гимнастики (выполняются лежа на спине, на животе и сидя на полу);	6	1	5
37.	Понятие о рабочей и опорной ноге.	2	1	1
38.	Понятие «шаг» 45°, 90°, 180°. Растяжка	10	2	8
39.	Постановка корпуса. Движения плечами, руками	12	2	10
40.	Шахматный порядок. Основные танцевальные элементы.	12	2	10
41.	Полька	10	1	9
42.	Азбука классического танца	13	5	8
43.	Demi-plis и grand-plis (полуприседания и полные приседания)	2	1	1
44.	Battements tendus (скольжение стопой по полу)	2	1	1
45.	Battements tendus jets (маленькие броски)	3	1	2
46.	Grand battements jets (большие броски)	2	1	1

47.	Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу)	4	1	3
48.	rond de jambe par terre на demi-plie (круговые движения по полу в полуприседании)	3	-	3
49.	Battements fondus в сторону, вперед, назад носок в пол	4	1	3
50.	Battements frappes в сторону, вперед, назад на 45°	4	1	3
51.	Temps leve saute по I, II, V позициям	1	-	1
52.	Glissade (прыжок с продвижением)	4	1	3
53.	Народный танец	13	3	10
54.	Ковырялочка с притопом	4	1	3
55.	«Гармошка», «Елочка».	2	-	2
56.	Упражнения с ненапряженной стопой (флик-фляк).	1	-	1
57.	«Веревочка» с переступанием	1	-	1
58.	«Веревочка» в сочетании с пристукиванием.	1	-	1
59.	Припадание вперед, в сторону, на месте	1	-	1
60.	Дробь с подскоком на месте и с продвижением вперед	4	1	3
61.	Дробные выстукивания.	6	-	6
62.	«Ключ» простой и дробный	3	-	3
63.	Вращение на полупальцах (с продвижением по диагонали)	5	1	4
64.	Вращение - бег с откидыванием согнутых ног назад (на месте, по диагонали с продвижением по кругу).	4	1	3
Итого		153	35	118
<b>3 год обучения</b>				
65.	Вводное занятие	1	1	-
66.	Ритмика и музыкальная грамота	6	2	4
67.	Прыжки.	1	-	1
68.	Вращения, повороты.	1	-	1
69.	Комбинированные танцевальные элементы.	10	2	8
70.	Выполнение основных движений под музыку на 2/4 и 4/4.	6	2	4
71.	Понятие «дистанция», изменение направления движения.	4	1	3
72.	Отработка построений “линии”, “шахматы”,	10	2	8

	”диагонали”, ”круг”.			
73.	Азбука классического танца	14	6	8
74.	Demi-plis u grand-plis (полуприседания и полные приседания)	4	1	3
75.	Battements tendus (скольжение стопой по полу)	2	1	1
76.	Battements tendus jets (маленькие броски)	2	1	1
77.	Battement soutenu.	3	1	2
78.	Attitude (поза, при которой поднятая вверх нога полусогнута)	4	1	3
79.	Rond de jambe en l'air (круговые движения в воздухе)	6	2	4
80.	Flic-flac (мазок ногой к себе, от себя)	2	-	2
81.	Échappé (прыжок со сменой позиции ног в воздухе)	6	1	5
82.	Chrandement de pieds (прыжок из 5 позиции в 5 со сменой ног)	2	-	2
83.	Полуповорот на полупальцах	2	-	2
84.	Народный танец	14	4	10
85.	«Веревочка с переборами»	5	1	4
86.	«Моталочка»	5	1	4
87.	Вращение по диагонали на подскоках.	8	2	6
88.	Вращения - прыжки на двух ногах (по 4 и 8 прыжков с поджатыми ногами).	6	1	5
89.	Дробь в «три листика»	8	2	6
90.	Дробь «хромого»	8	2	6
91.	Дробные ходы.	5	1	4
92.	Бег с высоким подъемом колена вперед по 1 прямой позиции	4	1	3
93.	Движения из танца «Бегунец», «Медленный женский ход»	4	-	4
Итого		153	39	114
<b>4 год обучения</b>				
94.	Вводное занятие	1	1	-
95.	Ритмика и музыкальная грамота	6	2	4
96.	Определение музыкального размера.	1	1	-
97.	Основные танцевальные точки, шаги. Диагональ, середина.	4	1	3
98.	Передвижения, диагонали, прыжки, враще-	6	2	4

	ния.			
99.	Перестроения для танцев. Рисунок танца.	4	1	3
100.	Азбука классического танца	12	4	8
101.	Пять открытых позиций ног. Подготовка к началу движения (preparation) - движение руки.	2	-	2
102.	Движение руки в координации с движением ноги в demi- plie (полуприседе)	2	-	2
103.	Движение руки в координации с движением ноги в battements tendus.	2	-	2
104.	Маленькие броски (battements tendus jetes) с быстрым многократным касание носком пола (picce).	3	1	2
105.	Выведение ноги на каблук по 1-й и 3-й открытым позициям вперед, в сторону и назад с полуприседанием на опорной ноге	6	2	4
106.	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.	8	2	6
107.	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.	8	2	6
108.	Круговое скольжение по полу (rond de jambe par terre) с носком с остановкой в сторону или назад.	8	2	6
109.	Вращения и повороты	5	1	4
110.	Прыжковые упражнения	2	-	2
111.	Народный танец	18	4	14
112.	“Подбивка”	4	2	2
113.	“Голубец”	4	1	3
114.	Дробная « дорожка» с продвижением вперед и с поворотом.	4	1	3
115.	Положения рук в парах: под крендель, накрест	3	1	2
116.	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	6	2	4
117.	Движение в танце «Бегунец»	2	-	1

118.	Движение в танце «Тынок»	2	-	1
119.	Тройной притоп	4	1	2
120.	Движение «Выхлясник»	2	-	2
121.	Боковой ход в танце	2	-	2
122.	Движение «Сиртаки»	6	2	4
123.	Вращения на месте	3	1	2
124.	Вращения по диагонали, по кругу	3	1	2
125.	Танцевальные комбинации	4	1	3
126.	Танцевальные комбинации с дробями	6	2	4
Итого		153	44	109

### **Содержание программы 1 года обучения.**

1. Организационное (вводное) занятие: знакомство с понятием русский народный танец; инструктаж по технике безопасности во время занятий, правила поведения в классе и межличностные отношения; соблюдение санитарно-гигиенических норм; наличие тренировочной формы; опрятный внешний вид.
2. Разминка: знакомство с некоторой терминологией и основами исполнения элементов и движений; постановка корпуса, устойчивость; положение рук, ног, головы.
3. Основы двигательной структуры: развивающие и прикладные упражнения, разнообразные по форме и двигательной структуре - упражнения на координацию, из гимнастики, аэробики, пластики; танцевальные элементы и движения, комбинации; композиционные пространственные рисунки-построения из различных танцевальных направлений; отработка точности, чёткости, синхронности исполнения; формирование межличностных отношений.
4. Импровизация: через игровой метод придумывать и сочинять на заданный и знакомый материал под музыку различные композиции, игры; проявление выдумки, фантазии; развитие творческих способностей.
5. Релаксация: динамическая и статическая релаксация - уравнивание мышечной и нервной системы, снятие напряжения; восстановление дыхания через концентрацию тела и рас
6. Концентрацию сознания и наоборот: через концентрацию сознания и рас концентрацию тела.
7. Итоговое занятие: подведение итогов физической и творческой активности, функциональной работоспособности мышц; умение ориентироваться в пространстве; коммуникабельность.

### **Содержание программы 2 года обучения.**

1. Организационное занятие: инструктаж по технике безопасности; правила поведения; соблюдение санитарно-гигиенических норм: тренировочная форма, опрятный внешний вид.

2. Разминка: освоение элементов, упражнений, движений из различных танцевальных направлений, приёмов; из гимнастики, пластики на развитие связок, мышц, гибкости, координации, усилий, ловкости, устойчивости; умение распределять мышечную нагрузку; развитие опорно-двигательного аппарата.
3. Основы двигательной структуры: развивающие и прикладные упражнения; умение выражать в движении и пластике характер музыки, динамики, ритм; усложнение техники движений, элементов, упражнений: повороты корпуса; притопы; приставные, переменные шаги в комбинациях; наклоны; подъём ног; приседания; переходы с ноги на ногу; галопы, бег в различных направлениях; работа в парах; упражнения на гибкость, пластичность; знакомство с характером плясовых движений; вращения; различные смены рисунков в пространственных построениях.
4. Импровизация: проявление самостоятельности; творческого мышления; умение приспосабливаться к различным ситуациям; приобретение навыков составления движений и комбинаций в логической последовательности, коммуникабельности, дружеских взаимоотношений, преодоление стеснения, навык самоанализа.
5. Релаксация: статическая релаксация - уравнивание мышечной и нервной системы; снятие напряжения; восстановление дыхания через концентрацию.
6. Итоговое занятие: подведение итогов физической активности, функциональной возможности работоспособности мышц; творческой выдумки, фантазии; согласованности в действии всех исполнителей; самоконтроль.

#### **Содержание программы 3-4 года обучения.**

1. Организационное занятие: инструктаж по технике безопасности, санитарно-гигиенические нормы, правила поведения, опрятный внешний вид.
2. Разминка: освоение элементов ритмопластики, гимнастики, более сложных танцевальных элементов, движений; увеличение нагрузки; соединение техники, пластики и музыкальное воплощение движений; комплексный подход к раскрепощению своего тела, развитие естественной грации; снижение психофизического напряжения посредством релаксации под музыку.
3. Основы двигательной структуры: переход от простых движений к более сложным с различным темпом ритмом и динамикой; соединение гимнастических упражнений и элементов с разнообразными танцевальными движениями на все группы мышц, на координацию, память, внимание, ловкость, находчивость; умение ярко передавать и качественно исполнять движения;
4. Импровизация: умение соединять различные элементы и движения в комбинации соответственно заданному ритму, музыке, характеру; проявление индивидуальных навыков, выдумки, фантазии; навыки самоанализа, адекватной оценки и самооценки; уважительное отношение друг к другу, взаимопомощь.
5. Релаксация: статическая релаксация - уравнивание мышечной и нервной системы; снятие напряжения; восстановление дыхания через концентрацию и рас концентрацию тела и сознания.
6. Итоговое занятие: подведение итогов физической активности, эмоционального состояния обучающихся; умение работать коллективно и самостоятельно.

#### **Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной общеразвивающей**

### **программы «Искорки»**

В ходе реализации программы регулярно проводятся отчетные концерты для родителей и сверстников, дети выступают на открытых мероприятиях (календарные праздники) и городских конкурсах (День города, День защиты детей, 9 мая). Все это позволяет учащимся почувствовать себя успешными, развивать уверенность в себе и в своих способностях, что приводит к раскрытию творческого потенциала. По результатам деятельности в течение года трижды проводится диагностика освоения программы «Искорки» (начальная, промежуточная, итоговая), выявляется их уровень успешности, что позволяет анализировать эффективность методов и приемов, применяемых в работе с детьми, проводить их корректировку.

## **3. Результаты обучения.**

### **Итоги 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 2-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 3-го года обучения**

#### **Должен знать:**

- названия новых классических хореографических элементов и связей;
- 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 4-го года 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;

### **Материально техническое обеспечение:**

- Флешносители
- Проектор
- Аудио, видео записи
- Презентации
- Музыкальный проигрыватель
- Гимнастические коврики
- Станок

#### 4. Методическая литература

1. Образовательная программа дополнительного образования детей художественно-эстетической направленности "Студия танца. Хореография" авторы Антипова Ольга Борисовна, педагог дополнительного образования, Блинникова Наталья Григорьевна, методист, учитель химии и биологии.

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. Ботгомер 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
14. Ткаченко Т.Т. Народный танец.- Москва.- 2002
15. Устинова Т. А. Избранные русские народные танцы.- М.,1996.
16. Федорова Г. Танцы для развития детей.- М.-29

