

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР «ЮНОСТЬ» ГОРОДСКОГО ОКРУГА
ГОРОД САЛАВАТ РЕСПУБЛИКИ БАШКОРТОСТАН

СОГЛАСОВАНО
Руководитель МО

С.И.Ишмуратова
«31» 08 2020 г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ ДЮЦ «Юность»
г. Салавата

К.А.Багаутдинова
Приказ № 92 от «31» 08 2020 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«Звёздочки» по хореографии
Возраст учащихся: 5-17 лет
Срок реализации: 3 года

ПРИНЯТО
на педагогическом совете
Протокол № 1
от «31» 08 2020 г.

Автор-составитель:
Утяева Залия Хайдаровна
педагог дополнительного
образования

г.Салават, 2020

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы:

1. Общая характеристика программы:

Искусство танца очень быстротечно, мгновения общения с природой танца пролетают слишком быстро, чтобы просто непросвещенный взгляд смог запомнить детали, из которых складывается прекрасное, неповторимое искусство хореографии.

Педагогическая целесообразность. Значительные возможности для приобщения учащихся к богатству танцевального и музыкального народного творчества представляет хореография.

Направленность программы. Развивающая программа объединения «Звездочки» по типу является модифицированной и художественной направленностью. Составлена на основе программы для внешкольных учреждений. Предусматривается возможность внесения изменений дополнений с учётом специфики каждого внешкольного учреждения. Программа подготовлена М.С.Боголюбской.

Данная программа предназначена для дополнительного образования в хореографических объединениях городских клубов, в этом отличительные особенности развивающей программы. Занятия проводятся с учащимися школьного возраста имеющими желание к танцевальной деятельности.

Основная задача обучения хореографии – дать учащимся первоначальную хореографическую подготовку, развить общую музыкальность, чувства ритма и сформировать у них основные двигательные качества и навыки, необходимые для занятий.

Актуальность программы. Программный материал дает возможность осваивать сюжетно-тематические произведения искусства и привлекать высокохудожественную музыку – классическую, современную, народную. В процессе постановочной работы, репетиций учащиеся приучаются к сотворчеству, у них развивается художественное воображение, ассоциативная память, творческие способности, осваивают музыкально-танцевальную природу. Развивается творческая инициатива учащихся, воображение, умение передать музыку и содержание образа движением.

Отличительные способности программы.

Руководитель, придерживаясь программы может творчески подходить как проведению занятий, так и к постановочной работе.

В программе усиливается познавательная деятельность за счет систематического проведения бесед о хореографическом искусстве, совместных просмотров телепередач о танце, просмотром видео, DVD, посещение концертов, театров.

Первостепенное значение в деле эстетического воспитания имеет музыка, которую слышит учащийся на занятии и в постановочной практике она должна быть доступной и художественной.

Программа дана по годам обучения. На каждый год обучения предлагается определенный минимум умений, навыков, сведений по хореографии. На каждом этапе обучения дается материал по основным разделам:

- 1) Азбука музыкального движения (ритмика)
- 2) Партерная гимнастика.
- 3) Элементы народно-сценического танца.
- 4) Элементы историко- бытового и современного танца.

Срок освоения программы.

Объём программы.

Программа рассчитана на три года обучения.

1 год обучения (5-9 лет) по 2 академических часа, 2 раза в неделю.

2 год обучения (10-13 лет) по 2 часа, 2 раза в неделю.

3 год обучения (14-17 лет) по 3 часа, 2 раза в неделю.

Режим занятий - занятия проводятся с сентября по май месяц. Продолжительность занятий определяется в соответствии с возрастом учащихся согласно санитарно-гигиенических норм и правил. Между занятиями предусмотрен перерыв продолжительностью 10 минут для отдыха учащихся и проветривания помещений.

Формы обучения и виды занятий.

1. Занятие- введение, углубление, обобщение
2. Занятие- встреча, викторина и т.д.
3. Экскурсии в выставочный и концертный зал.

Занятия проводятся фронтально и индивидуально. Индивидуально или небольшими группами, в зависимости от уровня усвоения каждого учащегося.

2. Цели и задачи программы:

Целью программы является приобщение учащихся к искусству хореографии, развитие их художественного вкуса, потребностей и интересов, имеющих общественно значимый характер.

Задачи программы:

Образовательные задачи:

- формировать танцевальные знания, умения, навыков.
- формировать навыки движений классических, народных, современных танцев

Воспитательные задачи:

- способствовать воспитанию эстетических чувств.
- создавать условия для формирования общей культуры.
- содействовать развитию культуры общения, поведения в социуме.

Развивающие задачи:

- способствовать развитию чувства ритма.
- развивать интерес к танцу.
- способствовать физическому развитию.

3.1. Учебный план первого года обучения:

№	Тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		теория	практика	всего	
1	Организационная работа. Вводное занятие	2	2	4	Начальная диагностика
Специальная учебно-тренировочная работа					
2	Азбука музыкального движения	8	20	28	Посещаемость
3	Партерная гимнастика	8	24	32	Посещаемость
4	Элементы народного танца	8	24	32	Посещаемость
5	Элементы современного танца	8	20	28	Посещаемость
Специальная танцевально-художественная работа					
7	Постановочная работа	6	10	16	Текущий контроль
8	Репетиционная работа	6	10	16	Текущий контроль
9	Итого	44	108	152	

4.1. Содержание первого года обучения:

Вводное занятие проводится в начале каждого учебного года. Здесь происходит отбор учащихся, установление расписания, выбор репертуара, инструктаж по технике безопасности, а также решается ряд организационных моментов.

Обучение учащихся начинается с упражнений по ориентировке в пространстве. Большое организующее значение принадлежит музыке. Именно поэтому на первом этапе обучения первоочередной задачей является приобретение координации слуховых и двигательных навыков и постепенное их осознание.

Азбука музыкального движения

Теория. Мелодия и движения. Темп (быстро, медленно, умеренно). Музыкальные размеры 4/4, 2/4, 3/4. Контрастная музыка: быстрая- медленная, веселая- грустная. Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворотов вправо и влево. Соотнесение пространственных построений с музыкой. Такт и затакт.

Практические занятия. Музыкально-пространственные упражнения: маршировка в темпе и ритме музыка- шаг на месте вокруг себя, вправо, влево. Пространственные музыкальные упражнения: повороты на месте(строевые), продвижение на углах, с прыжком (вправо и влево). Фигурная маршировка с перестроением: из колонны в шеренгу и обратно; из одного круга в два и обратно; продвижение по кругу (внешнему и внутреннему), звездочка, конверт (5-6 человек на углах и в центре в шеренгу). Танцевальные шаги в образах, например оленя, журавля, лисы, кошки, мышки, медведя, птички и т.д. Дирижерский жест, тактирование на 2/4, 3/4, 4/4. Выделение сильной доли.

Партерная гимнастика

Теория. Развитие силы, ловкости и выносливости дополнительно используются: общеразвивающие упражнения на силу, гибкость и растягивание, элементы партерной гимнастики («Кукла», «Неваляшка», «Ванька-встанька», «Суслик», «Кошечка», «Лодочка» различные перевороты и так далее).

Практические занятия. Подготовка выворотности ног, для увеличения амплитуды движения в суставах. Упражнения которые помогут выработать правильную осанку, упражнения на расслабление мышц тела, упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава, упражнения для развития гибкости плечевого и поясного сустава, упражнение на улучшение гибкости позвоночника.

Элементы народного- сценического танца

Теория. Сюжеты и темы некоторых танцев. Особенности народных движений. Характерные положение рук в сольном, групповом танце в хороводах, рисунки хороводов.

Практические занятия. Русский танец. Позиция рук -1,2,3, на талии. Шаги танцевальные с носка: простой шаг вперед; переменный шаг вперед. Притоп-удар всей стопой; шаг с притопом в сторону; тройной притоп. Припадание на месте с продвижением в сторону. Ковырялочка-поочередные удары в сторону одной ногой носком в закрытом положении, без подскоков. Подготовка к присядке (мужск.). Полуприсядка- полное приседание. Легкие прыжки с обеих ног с одновременным их сгибанием (в полуприседании). Хлопки (одинарные)- в ладоши, по бедру. Вращение на подскоках по ¼ круга на двух подскоках.

Элементы историко- бытового танца

Теория. Особенности старинного танца 18 века- гавота. Поклоны, позы, шаги. Старинные костюмы и прически, манера персонажей в сказочных спектаклях- балетах «Золушка», «Спящая красавица».

Практические занятия. Поклоны и реверанс 18 века (показ учителя). Простейшая композиция гавота (падеграс). Поклоны –для девочек, шаг с приставкой и наклон головы- для мальчиков. Па галопа (боковые) по 6-й позиции. Па галопа по 3-й открытой позиции, шаг полонеза.

Импровизация. Задача руководителя побуждать детей к творческой активности, ассоциативному мышлению, пластической выразительности. Создать обстановку на занятиях для вовлечения всех ребят в импровизационную деятельность (желательно иметь в костюмерной легкие детали костюмов и полумаски).

Задание №1. Передать весело настроение. Массовая импровизация. Этюд «Цирк». Ученикам предлагается изобразить цирковую площадку, клоуна, жонглера, дрессированных собачек, канатоходцев.

Задание №2. Передать грустное настроение. «Сурок». Свободная импровизация с предварительной беседой.

Задание №3. Этюд «Зима». Массовая импровизация. Ученикам предлагается выразить настроение, связанное с зимой, через образы снежинки и снеговика, елочки, Снегурочки и Деда мороза.

Задание №4. Этюд «Новый год». Массовая импровизация. Ученики импровизируют карнавал масок, выбирая для себя любимых героев из книг, мультфильмов и кинофильмов.

Задание №5. Этюд «Весна». Массовая импровизация. Ученикам предлагается выразить настроение, связанное с весной, через разные образы: подснежника, ручейка, птицы, кораблика-по желанию ребят.

Задание №6. Массовая импровизация. Ученики импровизируют движения, связанные с представлением о лете,- колышущихся колосьев ржи, полетов пчел, бабочек, стрекоз. (Этюд «Лето»).

Задание №7. Музыка по заданию руководителя. Свободная импровизация.

3.2. Учебный план второго года обучения:

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		теория	практика	всего	
1	Организационная работа. Вводное занятие	2	2	4	Начальная диагностика
Специальная учебно-тренировочная работа					
2	Азбука музыкального движения	8	20	28	Посещаемость
3	Партерная гимнастика	8	24	32	Посещаемость
4	Элементы народного танца	8	24	32	Посещаемость
5	Элементы современного танца	8	20	28	Посещаемость
Специальная танцевально-художественная работа					
6	Постановочная работа	6	10	16	Текущий контроль
7	Репетиционная работа	6	10	16	Текущий контроль
8	Итого	44	108	152	

4.2. Содержание второго года обучения:

Азбука музыкального движения

Теория. Включается весь материал, указанный в программе за первый год обучения. Дополнительно: особенности музыки-марши (спортивные, военные), вальсы быстрые и медленные. Медленные хороводные и плясовые русские танцы.

Практические занятия. Изучается и исполняется весь материал.

Партерная гимнастика

Теория. Развитие силы, ловкости и выносливости дополнительно используются: общеразвивающие упражнения на силу, гибкость и растягивание, элементы партерной гимнастики («Лодочка», «Кошечка», «Ласточка», «Корзинка», «Колечко», «Качалка», «Мостик» «Колесо» различные перевороты и так далее).

Практические занятия. Подготовка выворотности ног, для увеличения амплитуды движения в суставах. Упражнения которые помогут выработать правильную осанку, упражнения на расслабление мышц тела, упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава, упражнения для развития гибкости плечевого и поясного сустава, упражнение на улучшение гибкости позвоночника.

Элементы народно-сценического танца

Теория. Упражнения у станка и на середине- подготовка к более четкому исполнению народных движений (каблучные движения, присядка для мальчиков). Точные позиции положения и движения рук в танцах восточных республик. Контрастность стиля русских, белорусских и таджикских танцев. Источники народных тем, сюжетов, движений, их связь с образом жизни народов.

Сказки, былины и игры детей разных национальностей, общее в них и разное. Показ рисунков национальных костюмов. Правила народных движений, основные координации и характерные рисунки и ходы русских, белорусских и таджикских танцев. 1

Практические занятия. Станок. Подготовительные движения рук (из подготовительного положения руки открываются через 1-ю позицию во 2-ю и закрываются на талию).

Полуприседание и приседание по 1, 2, 4, 5-й открытым позициям, плавные и резкие.

Скольжение стопой по полу- вытягивание ноги на носок с переводом стопы на ребро каблука (вперед, в сторону, назад), лицом к станку.

Переступания на полупальцах- в разных ритмических сочетаниях. Ковырялочка- разучивается у станка заново.

Скольжение по ноге (подготовка к веревочке), в открытом и закрытом положении на всей стопе опорной ноге; размер 4/4. Маленькие броски от щиколотки с вытянутой стопой, в открытом положении (вперед и в сторону).

Подготовка к каблучным движениям.

Упражнения на середине. Повторение и закрепление элементов русского и белорусского танцев. Положение рук, положение ног. Положение рук в групповых танцах и фигурах: звездочка, круг, карусель, корзиночка, цепочка. Поклоны- на месте и с движением вперед и назад.

Ходы: простой шаг с продвижением вперед и назад; переменный шаг с продвижением вперед и назад. Притоп- удар всей стопой. Дроби (дробная дорожка)- мелкая непрерывная дробь, с одинарным ударом каблука на месте, с продвижением. Гармошка- одновременные повторы обеих стоп из свободной позиции в 1-ю закрытую и обратно, с продвижением в сторону. Припадание- на месте, с продвижением в сторону, с поворотом на $\frac{1}{4}$. Ковырялочка- без подскока и с подскоком. Веревочка (простая)- подряд, с переступанием. Молоточки удар полупальцами в пол.

Для мальчиков. Хлопки (одинарные)- в ладоши, по бедру, по голени. Ключ – дробный простой. Полная присядка разучивание у станка, с переходом на середину. Вращение на подскоках, по два подскока на $\frac{1}{2}$ круга.

Элементы латышского танца.

Положение рук- в соло и в паре.

Ходы. Простой шаг (на всю ступню, колено свободно). Легкий бег- небольшие шажки на низких полупальцах, пружиня в колене в подъеме, вперед в сторону.

Движения. Боковые перескоки с продвижением в сторону. Шаг с подскоком; подскоки на двух ногах. Проскальзывание на обеих ногах. Небольшие подскоки с вынесением ноги вперед. Боковые шаги, голоп.

Полька- три небольших шага на низких полупальцах по 6-й позиции.

Элементы историко-бытового танца.

Теория. Особенности танцев 19 века- полонеза, экосеза. Музыка, стиль, манеры, костюмы, прически. Оформление альбомов репродукциями произведений художников 19 века и эскизов, костюмов и причесок из спектаклей стиля 19 века(по выбору педагога).

Практические занятия. Композиция из пройденных элементов историко-бытовых танцев. Положение рук, корпуса и головы. Дополнительно: по балансе, па де баск, па глisse, па шассе, па польки.

Импровизация

Руководитель настраивает учеников на импровизацию простейших упражнений классического экзерсиза у станка, сочетая поначалу количество движений в одном направлении по 8, 4, 2 с переменной направления (вперед, в сторону, назад).

Задание №1. Массовая импровизация. Музыкальный размер 2/4. Темп медленный. Упражнение: ученикам следует выразить темп и характер музыки через батман-тандю (у станка), предлагается сочетать в импровизации количество движений 8, 4, 2 и перемену направления-вперед, в сторону, назад.

Задание №2. Музыка русская, народная. Упражнения: ритмическая игра «Эхо». Задающий движения ученик должен выразить характер музыки движением ног. Исполняющие задание ученики должны быстро и правильно его скопировать, как бы откликаясь на него, как эхо. Движения могут повторяться несколько раз.

Задание №3. Упражнения: «Вопрос- ответ», типа перепляса. Музыка народная. Ученикам предлагается встать друг против друга, затем исполнять импровизацию. Один ученик задает ритмический рисунок- вопрос, другой отвечает движением. Движения: переступания, притопы.

Задание №4. Упражнения: «Ритм-загадка». Без музыкального оформления. Руководитель легкими хлопками задает ритмический рисунок в муз. Размeре 2/4, 3/4, 4/4. Ученики «отвечают»... Движения: переступания, притопы, шаги, вальсовые движения, па польки.

Задание №5. Сочините ритмический рисунок дробных движений на стихотворный текст песни. Например, Сел комарик на дубок, ракитовый кусток. Движения: переступания, притоп.

Задание №6. Упражнения на большее разнообразие движений. Руководитель задает ритм с использованием трех движений. Движения: переступания, притопы, выведение ноги на каблук.

3.3. Учебный план третьего года обучения:

№	Тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		теория	практика	всего	
1	Организационная работа. Вводное занятие	2	2	4	Начальная диагностика
Специальная учебно- тренировочная работа					
2	Азбука музыкального движения	6	18	24	Посещаемость
3	Партерная гимнастика	6	24	30	Посещаемость
4	Элементы народного танца	10	36	46	Посещаемость
5	Элементы современного танца	10	32	42	Посещаемость
Специальная танцевально-художественная работа					
6	Постановочная работа	6	16	22	Текущий контроль

7	Репетиционная работа	4	14	18	Текущий контроль
8	Итого	54	174	228	

4.3. Содержание третьего года обучения:

Азбука музыкального движения

Теория. Динамические оттенки в музыке. Форте-меццо, форте-фортиссимо, пиано-меццо, пиано-пианиссимо. Крещендо-усиление; диминуэндо-ослабление.

Прослушивания грамзаписи- «Лебедь» Сен-санса.

Сочетание синкопированных и несинкопированных ритмов. Ритмические рисунки в движении(сочетание четвертей и восьмых).

Практические упражнения на развитие музыкальности (осуществляются непосредственно на уроке классики, народного и историко-бытового танца).

Элементы народно-сценического танца

Теория. Основные технические навыки. Открытые и закрытые, свободные позиции ног. Дробные движения русского танца, настроение и характер (задорный, озорной дух соревнования, удаль и т.п.). Хороводы и кадрили. Характер среднерусских- хороводов. Их содержание и связь с образом жизни.

Характер Башкирского танца. Своеобразие ферганских, бухарских и особенно восточных танцев. Легенды, сказки и их связь с танцами.

Практические занятия. Повторяются упражнения у станка. Новые движения.

Деми плие в 1,2,3 позициях, полуприседание.

Батман тандю- скольжение стоп по полу: с поворотом ноги в закрытое положение- в сторону.

Батман тандю жете- маленькие броски: вперед, в сторону, назад; с одним ударом стопой по 5-й открытой позиции (коротким ударом по полу носком или ребром каблука).

Батман фондю с поворотом колена работающей ноги из закрытого положения в открытое на 45 градусов.

Девелоппе- разворачивание ноги с одновременным ударом каблука опорной ноги в полуприседании (вперед и в сторону; плавные, резкие). Маленькие броски от щиколотки со свободной стопой; в закрытое положение (к станку), в прямом положении вперед. Опускание на колено: у носка опорной ноги, у каблука опорной ноги.

Упражнение на середине: элементы русского, башкирского, татарского танца.

5. Методическое обеспечение:

Формы занятий:

- введение в структуру занятий игровых элементов;
- упражнения, изучение комбинаций;
- походы на концерты;
- выступления танцевальных коллективов;
- сочетание коллективных и индивидуальных форм работы.
- открытый урок;
- концерт.

Приёмы и методы:

- построение эмоционально-образной драматургии занятия;
- воспитание эстетического восприятия посредством зрительного ряда;
- привлечение личного эмоционального, визуального, бытового опыта ребенка для установления связей с окружающим миром;
- метод сопоставления, сравнения, нахождение связей, общностей и различий;
- создание ситуации успеха, эстетической радости от результатов труда;
- блоково-тематическое построение занятий как условие последовательного решения задач по возрастанию сложности и разнообразию содержания.

6. Планируемые результаты:

Предметные результаты:

Учащиеся должны знать:

- историю возникновения танца и культуру своего народа.
- правила исполнения народно-сценического танца.
- исполнять танцевальные движения классического, народного, современного характера.
- различать танцевальные ритмы и мелодии в произведениях классической, народной, современной музыки.
- исполнять танцы своего народа в быстром и медленном темпе.
- названия танцев, плясок, хороводов и различия между ними.

К концу 1 года обучения должны знать:

- правила позиции ног и рук, уметь открыть и закрыть руки на талии.
- уметь:
- правую, левую стороны тела и пространства;
- название различных танцевальных шагов;
- термины: определяющие характер музыки; связанные с различными перестроениями;
- выполнять движения и упражнения под музыку по 2/4 и 4/4;
- повторять простейший ритмический рисунок;
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки;

К концу 2 года обучения должны знать:

- выполнять движения и упражнения под музыку по 2/4, 3/4, 4/4; - повторять простейший ритмический рисунок;
- слышать изменения звучания музыки и передавать их изменением движения;
- повторять усложненный ритмический рисунок;
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки;
- соблюдать темп движений и выполнять общеразвивающие упражнения в определённом ритме и темпе (быстро, медленно, умеренно);
- контрастная музыка: быстрая - медленная, веселая- грустная;

К концу 3 года обучения должны знать:

- легко, естественно и непринужденно выполнять игровые и плясовые движения;
- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;
- выполнять любые гимнастические упражнения под музыку различного характера и темпа;
- передавать ритмический рисунок знакомых песен и мелодий;
- различать движения: марш, польки, вальсы в медленном и умеренном темпе;
- различать основные характерные движения некоторых народных танцев;
- участвовать в танцевальных композициях.

Личностные результаты:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания,
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов

- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

2.Комплекс организационно-педагогических условий

1. Календарный учебный график

Режим работы Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеский центр «Юность» городского округа город Салават Республики Башкортостан регламентируется Уставом МБУ ДЮЦ «Юность» г. Салават, Правилами внутреннего трудового распорядка, санитарно-эпидемиологическими требованиями к учреждениям дополнительного образования детей (СанПиН 2.4.4.3172-14).

Учебный год – 38 недель (для основных работников); 36 недель (для совместителей).

Начало учебного года – 2 сентября 2019 года;

окончание учебного года – 30 мая 2020 года.

Продолжительность учебной недели – 6 дней.

Продолжительность 1 академического часа:

дошкольники - 30 минут;

школьники – 45 минут.

Перерыв между академическими часами – 10 минут.

Начало занятий – 14.00 часов;

окончание занятий – 20.00 часов.

1 полугодие - со 2 сентября по 31 декабря 2019 года (с 2 по 15 сентября – набор детей и комплектование объединений 1-го года), в том числе:

Сентябрь – 25 учебных дней, выходные и праздничные дни- 1,8,15,22,29

Октябрь – 26 учебных дней, выходные и праздничные дни- 6,11,13,20,27

Ноябрь – 25 учебных дней, выходные и праздничные дни- 3,4,10,17,24

Декабрь – 26 учебных дней, выходные и праздничные дни- 1,8,15,22,29

2 полугодие - с 1 января по 30 мая 2020 года, в том числе:

Январь – 22 учебный день, выходные и праздничные дни-1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 12,19,26

Февраль – 25 учебных дней, выходные и праздничные дни- 2,9,16,23

Март – 26 учебных дней, выходные и праздничные дни- 1,8,15,22,29

Апрель - 26 учебных дней, выходные и праздничные дни- 5,12,19,26

Май - 24 учебных дня, выходные и праздничные дни- 1,3,9,10,17,24,31

В каникулярное время, с 28 октября по 3 ноября 2019 г., с 30 января по 7 января 2020г., с 17 по 23 февраля 2020г., с 06 по 12 апреля 2020г., организовывается работа по расписанию объединения, согласно планам работы на каникулы.

В период летних каникул организовывается работа лагерей с дневным пребыванием детей с 9.00 до 15.00.

Работа детских клубов по плану МБУ ДЮЦ «Юность» г. Салават:
 Понедельник, вторник, четверг- 13.00.-19.30.
 Среда, пятница- 11.30.-18.00.
 Суббота- 11.30.-18.00.

1.1 Календарный учебный график первого года обучения

№	Наименование темы	Форма занятия	Количество часов			Форма контроля
			всего	теория	практика	
	Сентябрь					
1	Вводные занятия. Т.Б. на занятие.	Беседа	2	2		текущий
2	Разучивание поклона.	Введение	2	1	1	текущий
3	Положения головы и корпуса.	Введение	2	1	1	текущий
4	Расположение точек в зале.	Введение	2	1	1	текущий
5	Позиции ног.	Введение	2	1	1	текущий
6	Позиции рук.	Введение	2	1	1	текущий
7	Понятие «Интервал».	Введение	2	1	1	текущий
8	Шаг марша на месте и по кругу.	Введение	2	1	1	текущий
	Октябрь					
9	Положение сидя на коврик.	Гимнастика	2	1	1	выступление
10	Перестроение из линии в колонну и обратно.	Ход по залу.	2	1	1	текущий
11	Упражнение для стопы.	Гимнастика	2	1	1	текущий
12	Шаг на полупальцах и на пятках.	Ход по залу.	2	1	1	выступление
13	Упражнение «Кукла».	Гимнастика	2	1	1	текущий
14	Импровизация «Не теряй пушинку».	Музыкально-игровая	2	1	1	текущий
15	Упражнение «Лодочка».	Гимнастика	2	1	1	текущий
16	Контрастная музыка: быстрая-медленная	Ритмика	2	1	1	текущий
17	Упражнение «Кошечка».	Гимнас-ка	2	1	1	текущий
18	Определение темпа (быстро, медленно, умеренно).	Ритмика	2	1	1	текущий
	Ноябрь					
19	Упражнение «Змея»	Гимнас-ка	2	1	1	текущий
20	Импровизация «Осень».	Музыкально-игровая	2	1	1	текущий
21	Упражнение «Карзинка».	Гимнас-ка	2	1	1	текущий
22	Музыкальные размеры: 2/4.	Ритмика	2	1	1	текущий
23	Упражнение «Неваляшка».	Гимнастика	2	1	1	текущий
24	Марш в темпе и ритме музыки.	Ритмика	2	1	1	текущий
25	Упражнение «Березка».	Гимнастика	2	1	1	текущий
26	Ритмический рисунок «Сильная доля».	Ритмика	2	1	1	текущий
	Декабрь					
27	Упражнение «Мостик».	Гимнастика	2	1	1	текущий

28	Игра «Музыкальный мячик».	Музыкально-игровая	2	1	1	текущий
29	Импровизация «Зима».	Гимнастика	2	1	1	текущий
30	Шаг с носка.	Музыкально-игровая	2	1	1	текущий
31	Шаг на полупальцах.	Гимнастика	2	1	1	текущий
32	Переменный шаг.	Ритмика	2	1	1	текущий
33	Импровизация «Снежинки».	Гимнастика	2	1	1	текущий
34	Импровизация «Снежинки».	Музыкально-игровая	2	1	1	выступление
35	Импровизация «Новогодний бал».	Музыкально-игровая	2	1	1	выступление
	Январь					
36	Упражнение «Пресс».	Гимнастика	2	1	1	текущий
37	Импровизация «Лесные звери».	Музыкально-игровая	2	1	1	текущий
38	Упражнение «Бабочка».	Гимнастика	2	1	1	текущий
39	Ритмический рисунок (шаг, хлопки, подскоки).	Ритмика	2	1	1	текущий
40	Упражнение для гибкости «Ласточка».	Гимнастика	2	1	1	текущий
41	Музыкальная игра «Канон».	Ритмика	2	1	1	текущий
42	Упражнение «Шпагат»	Гимнастика	2	1	1	текущий
	Февраль					
43	Положение рук в танце.	Народный	2	1	1	текущий
44	Упражнение для пресса.	Гимнастика	2	1	1	текущий
45	Хороводный шаг.	Народный	2	1	1	текущий
46	Импровизация «Стирка».	Музыкально-игровая	2	1	1	текущий
47	Приставной шаг.	Народный	2	1	1	текущий
48	Упражнение «Собака».	Гимнастика	2	1	1	текущий
49	Переменный шаг.	Народный	2	1	1	текущий
50	Импровизация «Повар булочка».	Музыкально-игровая	2	1	1	текущий
51	Ковырялочка.	Народный	2	1	1	текущий
	Март					
52	Хороводный шаг по кругу.	Тренировочная	2	1	1	текущий
53	Танцевальный шаг на полуносочках.	Тренировочная	2	1	1	выступление
54	Танцевальный элемент «Прочес».	Тренировочная	2	1	1	текущий
55	Танцевальный рисунок «До-за-до».	Тренировочная	2	1	1	текущий
56	Переменный шаг по горизонтали.	Тренировочная	2	1	1	текущий
57	Перестроение: из круга в два круга.	Тренировочная	2	1	1	текущий
58	Перестроение: из два круга в три и обратно.	Тренировочная	2	1	1	текущий

59	Танцевальная композиция «Матрёшки».	Тренировочная	2	1	1	текущий
60	Танцевальная композиция «Матрёшки».	Тренировочная	2	1	1	текущий
	Апрель					
61	Шаг польки.	Тренировочная	2	1	1	текущий
62	Шаг польки по горизонтали.	Тренировочная	2	1	1	текущий
63	Приставной шаг с подскоком.	Тренировочная	2	1	1	текущий
64	Ритмический рисунок: хлопки в паре.	Тренировочная	2	1	1	текущий
65	Приставной шаг по одному и в паре.	Тренировочная	2	1	1	текущий
66	Положение рук в паре «Лодочка».	Тренировочная	2	1	1	текущий
67	Рисунок «Звездочка» в кругу.	Тренировочная	2	1	1	текущий
68	Танцевальная композиция «Полька».	Тренировочная	2	1	1	выступление
	Май					
69	Подскоки на месте.	Тренировочная	2	1	1	текущий
70	Подскоки по кругу.	Тренировочная	2	1	1	текущий
71	Приставной шаг с хлопком «Квадрат».	Тренировочная	2	1	1	текущий
72	Танцевальная композиция «Флеш-моп».	Постановочная	2	1	1	текущий
73	Танцевальная композиция «Флеш-моп».	Постановочная	2	1	1	текущий
74	Танцевальная композиция «Флеш-моп».	Постановочная	2	1	1	текущий
75	Повтор пройденного материала.	Репетиция	2		2	текущий
76	Закрепление пройденного материала.	Итоговая	2		2	выступление
	Всего		152	75	77	

1.2. Календарный учебный график второго года обучения

№	Наименование темы	Форма занятия	Количество часов			Форма контроля
			всего	теория	практика	
	Сентябрь					
1	Вводные занятия. Т/Б на занятии.	Беседа	2	2		текущий
2	Положения головы и корпуса.	Введение	2	1	1	текущий
3	Позиции ног.	Введение	2	1	1	текущий
4	Позиции рук.	Введение	2	1	1	текущий

5	Реверанс с 1 позиции ног.	Введение	2	1	1	текущий
6	Разучивание разминки на середине зала.	Введение	2	1	1	текущий
7	Разучивание разминки по залу.	Введение	2	1	1	текущий
8	Комплекс партерной гимнастики.	Музыкально-игровая	2	1	1	текущий
	Октябрь					
9	Комплекс партерной гимнастики.	Гимнастика	2	1	1	выступление
10	Танец игра «Почесалки».	Ритмика	2	1	1	текущий
11	Комплекс партерной гимнастики.	Гимнастика	2	1	1	текущий
12	Танец игра «Почесалки» повтор.	Ритмика	2	1	1	выступление
13	Комплекс партерной гимнастики. Разминка для стопы.	Гимнастика	2	1	1	текущий
14	Хороводный шаг.	Народный	2	1	1	текущий
15	Комплекс партерной гимнастики. Упражнение «Кукла».	Гимнастика	2	1	1	текущий
16	Переменный шаг.	Народный	2	1	1	текущий
17	Шаг польки с высоким подъемом ноги.	Народный	2	1	1	текущий
	Ноябрь					текущий
18	Комплекс партерной гимнастики. Упражнение «Лодочка».	Гимнастика	2	1	1	
19	Танец игра «Кракодильчик».	Музыкально-игровая	2	1	1	текущий
20	Комплекс партерной гимнастики. Упражнение «Ванька-встанька».	Гимнастика	2	1	1	текущий
21	Танец игра «Кракодильчик» повтор.	Музыкально-игровая	2	1	1	текущий
22	Комплекс партерной гимнастики. Упражнение «Колечко».	Гимнастика	2	1	1	текущий
23	Музыкальные размеры: 3/4	Ритмика	2	1	1	текущий
24	Комплекс партерной гимнастики. Упражнение «Жачалка».	Гимнастика	2	1	1	текущий
25	Ритмическая игра «Эхо».	Музыкально-игровая	2	1	1	текущий
26	Комплекс партерной гимнастики. Упражнение «Берёзка».	Гимнастика	2	1	1	текущий
	Декабрь					
27	Переменный шаг по груг.	Народный	2	1	1	текущий

28	Комплекс партерной гимнастики. Пресс живота.	Гимнастика	2	1	1	текущий
29	Танец игра «Повар булочка».	Музыкально-игровая	2	1	1	текущий
30	Упражнение «Мостик».	Гимнастика	2	1	1	текущий
31	Танец игра «Повар булочка» повтор.	Музыкально-игровая	2	1	1	текущий
32	Танец «Вальс снежинок».	Историко-бытовой	2	1	1	текущий
33	Танец «Вальс снежинок».	Историко-бытовой	2	1	1	текущий
34	Танец «Вальс снежинок».	Историко-бытовой	2	1	1	выступление
	Январь					
35	Упражнение «Шпагат».	Гимнастика	2	1	1	выступление
36	Релеве с 6 позиции ног.	Народный	2	1	1	текущий
37	Танец игра «Чико-Рику».	Современный	2	1	1	текущий
38	Упражнение «Колесо».	Гимнастика	2	1	1	текущий
39	Релеве с 1 позиции ног.	Народный	2	1	1	текущий
40	Танец игра «Чико-Рику»- 1 часть.	Современный	2	1	1	текущий
41	Упражнение «Колесо», «Шпагат».	Гимнастика	2	1	1	текущий
	Февраль					
42	Прогибание в право и в лево.	Народный	2	1	1	текущий
43	Танец игра «Чико-Рику»-2 часть.	Современный	2	1	1	текущий
44	Деми плие по 6 позиции ног.	Народный	2	1	1	текущий
45	Упражнение «Стойка у стены».	Гимнастика	2	1	1	текущий
46	Деми плие по 1 позиции ног.	Народный	2	1	1	текущий
47	Комплекс партерной гимнастики.	Гимнастика	2	1	1	текущий
48	Деми плие по 2 позиции ног.	Народный	2	1	1	текущий
49	Танец игра «Чико-Рику» повтор.	Современный	2	1	1	текущий
	Март					
50	Гранд плие по 2 позиции ног.	Треничная	2	1	1	текущий
51	Комплекс партерной гимнастики.	Треничная	2	1	1	текущий
52	Танец игра «Чико-Рику».	Музыкально-игровая	2	1	1	текущий
53	Батман тандю с 6 позиции ног.	Тренировочная	2	1	1	выступление
54	Комплекс партерной гимнастики.	Тренировочная	2	1	1	текущий
55	Танец игра «Чико-Рику».	Музыкально-игровая	2	1	1	текущий

56	Батман тандю с 6 позиции ног.	Тренировочная	2	1	1	текущий
57	Комплекс партерной гимнастики.	Тренировочная	2	1	1	текущий
58	Ронд-де-жамб-партер.	Тренировочная	2	1	1	текущий
	Апрель					
59	Современная танцевальная композиция- 1 часть.	Тренировочная	2	1	1	текущий
60	Комплекс партерной гимнастики.	Тренировочная	2	1	1	текущий
61	Гранд батман.	Тренировочная	2	1	1	текущий
62	Современная танцевальная композиция- 2 часть.	Музыкально-игровая	2	1	1	текущий
63	Комплекс партерной гимнастики.	Тренировочная	2	1	1	текущий
64	Растяжка.	Музыкально-игровая	2	1	1	текущий
65	Комплекс партерной гимнастики.	Тренировочная	2	1	1	текущий
66	Современная танцевальная композиция повтор.	Постановочная	2	1	1	текущий
	Май					
67	Танцевальные комбинации.	Постановочная	2	1	1	выступление
68	Танцевальные комбинации.	Постановочная	2	1	1	выступление
69	Танцевальные комбинации.	Постановочная	2	1	1	текущий
70	Танцевальная композиция	Постановочная	2	1	1	текущий
71	Танцевальная композиция.	Постановочная	2	1	1	текущий
72	Танцевальная композиция	Постановочная	2	1	1	текущий
73	Повтор пройденного материала.	Репетиция	2		2	текущий
74	Повтор пройденного материала.	Репетиция	2		2	текущий
75	Закрепления пройденного материала.	Репетиция	2		2	текущий
76	Итоговое занятие.	Итоговая	2		2	выступление
	Всего		152	73	79	

1.3. Календарный учебный график третьего года обучения

№	Наименование темы	Форма занятия	Количество часов			Форма контроля
			всего	теория	практика	
	Сентябрь					

1	Вводные занятия. Т/Б на занятии.	Беседа	2	2		текущий
2	Реверанс с 3 позиции ног.	Введение	2	1	1	текущий
3	Разучивание разминки.	Введение	2	1	1	текущий
4	Разучивание разминки.	Введение	2	1	1	текущий
5	Правила положения рук в народном танце.	Введение	2	1	1	текущий
6	Поклон в русском характере.	Введение	2	1	1	текущий
7	Основные ходы в русском характере.	Введение	2	1	1	текущий
8	Простой шаг с носка.	Введение	2	1	1	текущий
	Октябрь					
9	Ритмическая игра «Эхо».	Музыкально-игровая	2	1	1	выступление
10	Раскрытие и закрытие рук.	Гимнастика	2	1	1	текущий
11	Хороводный шаг.	Тренировочная	2	1	1	текущий
12	Переменный шаг.	Тренировочная	2	1	1	выступление
13	Музыкальная игра «Вопрос-ответ».	Музыкально-игровая	2	1	1	текущий
14	Хороводный и переменный шаг по кругу.	Тренировочная	2	1	1	текущий
15	Мягкий шаг с переступанием.	Народный	2	1	1	текущий
16	Ковырялочка.	Народный	2	1	1	текущий
17	Ковырялочка крестом.	Народный	2	1	1	текущий
	Ноябрь					текущий
18	Боковой галоп.	Народный				
19	Боковой шаг с вынесением ноги на каблук.	Народный	2	1	1	текущий
20	Скольжение стопой по полу.	Народный	2	1	1	текущий
21	Полуприседание и приседание.		2	1	1	текущий
22		Музыкально-игровая	2	1	1	текущий
23	Шаг польки с высоким подъемом ноги.		2	1	1	текущий
24	Положение рук в паре.		2	1	1	текущий
25	Подскоки на месте и вокруг себя.	Музыкально-игровая	2	1	1	текущий
26	Повтор пройденного материала.	Гимнастика	2	1	1	текущий
	Декабрь					
27	Релеве с 6, 1 позиции ног.		2	1	1	текущий
28	Прогибание по 1, 2 позиции ног.		2	1	1	текущий
29	Демиплие по 1 позиции ног.		2	1	1	текущий
30	Демиплие по 2 позиции ног.		2	1	1	текущий
31	Батман тандю с 1 позиции ног в перёд.		2	1	1	текущий

32	Батман тандю с 1 позиции ног в сторону.		2	1	1	текущий
33	Ронд-де-жамб-партер повтор.		2	1	1	текущий
34	Повтор пройденного материала.		2	1	1	выступление
	Январь					
35	Повтор пройденного материала за первое полугодие.		2	1	1	текущий
36	Соте с 6 позиции ног.	Гимнастика	2	1	1	текущий
37	Соте с 1 позиции ног.	Музыкально-игровая	2	1	1	текущий
38	Полуприседание и приседание.	Гимнастика	2	1	1	текущий
39	Ход движений по горизонтали и по кругу.		2	1	1	текущий
40	Переменный шаг по горизонтали.	Музыкально-игровая	2	1	1	текущий
41	Повтор пройденного материала.	Гимнастика	2	1	1	текущий
42	Февраль		2	1	1	текущий
	Ковырялочка в право и в лево.					
43	Ковырялочка крестом.		2	1	1	текущий
44	Подскоки на месте.	Гимнастика	2	1	1	текущий
45	Подскоки вокруг себя.		2	1	1	текущий
46	Переступание на полупальцах.	Гимнастика	2	1	1	текущий
47	Переступания на полупальцах- в разных сочетаниях.		2	1	1	текущий
48	Притоп удар всей стопой.	Поход	2	1	1	текущий
49	Повтор пройденного материала.	Гимнастика	2	1	1	текущий
50	Март	Музыкально-игровая	2	1	1	текущий
51	Ход движений по залу.	Тренич-ная	2	1	1	текущий
	Ход по залу прочес.					
52	Ход по залу до-за-до.	Музыкаль-но-игровая	2	1	1	
53	Ход по залу колодец.		2	1	1	выступление
54	Хоровод по горизонтали.	Трениров-очная	2	1	1	текущий
55	Хоровод по кругу.	Трениров-очная	2	1	1	текущий
56	Хоровод из круга, два круга.	Трениров-очная	2	1	1	текущий
57	Танцевальная комбинация.		2	1	1	текущий
58	Повтор пройденного материала.	Трениров-очная	2	1	1	текущий

59	Апрель	Тренировочная	2	1	1	текущий
60	Современная танцевальная композиция.	Тренировочная	2	1	1	текущий
	Приставной шаг с хлопком «Квадрат».					
61	Современные ритмические движения.	Тренировочная	2	1	1	текущий
62	Движение плечами и головой «Волна».	Музыкально-игровая	2	1	1	текущий
63	Подскоки на месте и крестом.	Экскурс.	2	1	1	текущий
64	Ход по залу «Прочёс».	Музыкально-игровая	2	1	1	текущий
65	Танцевальная композиция «Флеш-моп».	Постановочная	2	1	1	текущий
66	Танцевальная композиция «Флеш-моп».	Постановочная	2	1	1	текущий
67	Повтор пройденного материала.	Введение	2	1	1	текущий
68	Май	Введение	2	1	1	выступление
	Танцевальная комбинация.					
69	Танцевальная комбинация.	Постановочная	2		2	текущий
70	Танцевальная композиция.	Введение	2	1	1	текущий
71	Танцевальная композиция.	Введение	2	1	1	текущий
72	Танцевальная композиция.	Постановочная	2	1	1	текущий
73	Повтор пройденного материала.	Введение	2	1	1	текущий
74	Повтор пройденного материала.	Введение	2	1	1	текущий
75	Закрепления пройденного материала.	Репетиция	2	1	1	текущий
76	Итоговое занятие.	Итоговая	2	1	1	выступление
	Всего		152	75	77	

2. Условия реализации программы

Для реализации программы необходимо наличие учебного кабинета, площадью и освещенностью в соответствии с нормами СанПиН, ноутбук для просмотра тематических презентаций.

- помещение, оборудованное зеркалами;
- станок;
- аудио и видеоаппаратура;
- баян.
- национальные костюмы (для народных танцев),
- специальная обувь (балетки, чешки);
- аудиоаппаратура;
- специально подобранный музыкальный репертуар.

3. Формы аттестации:

- итоговое занятие;
- участие в концертных мероприятиях;
- конкурсы.
- выдается удостоверение.

4. Оценочные материалы

Для определения и выявления творческого роста в объединение «Звёздочки» нужны следующие способы подведения результатов: итоговые занятия, открытые занятия, мониторинги, конкурсы.

Показатели уровня освоения программы определяют по диагностике. По итогам первичной, промежуточной, итоговой диагностики составляется анализ. (Приложение №1)

5. Методические материалы

Данная программа составлена на основе учебника для дополнительного образования в хореографических объединениях городских клубов, в этом отличительные особенности развивающей программы. Составлена на основе программы для внешкольных учреждений. Предусматривается возможность внесения изменений дополнений с учётом специфики каждого внешкольного учреждения. Программа подготовлена М.С.Боголюбской.

6. Список литературы:

Нормативная документация:

1. Конвенция ООН о правах ребенка.
2. Федеральный закон об образовании в Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ Принят Государственной Думой 21 декабря 2012 года (с изменениями и дополнениями на 31 декабря 2014г.).
3. Закон Республики Башкортостан от 1 июля 2013 г. N 696-з "Об образовании в Республике Башкортостан" Принят Государственным Собранием - Курултайем Республики Башкортостан 27 июня 2013 года (с изменениями и дополнениями от 26 декабря 2014г.).
4. Конституция Российской Федерации.
5. Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ». Принят 3 июля 1998 г. Изменен 02 декабря 2013 г. №103 – ФЗ.
6. СанПиН 2.4.4.3172-14. «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования учащихся».
7. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. N 1008 г.

Список литературы педагога:

1. Овчинникова Т.Н. Программы для внешкольных учреждений и образовательных школ. Москва, \Просвещение, 4-е изд. 2008.
2. Ахметшина Ф. Уроки башкирского и характерного танца. Уфа, 2006.
3. Демиденко М.В. Педагогическая психология. – Самара: \Бахра, 2004.
4. Климов А. Основы русского народного танца, 4-е изд. М, 2009.
5. Педкасистого П.И. Педагогика. М.: \российское педагогическое агенство, 2005.

Список литературы для учащихся:

1. Альфонсо П. Искусство танца фламенко Изд. \Искусство, 1997.
2. Михайлова М.А Танцы, игры, упражнения для красивого движения\Изд. Академия развития 2011.
3. Барышникова Т. Азбука хореографии. –М. Рольф, 2009.

