Муниципальное бюджетное учреждение
Дополнительного образования
«Дом творчества с.Коса»

Рассмотрена на
педагогическом совете
_____20__г.
Протокол _____

Утверждаю:
Директор МБУ ДО ДТ с.Коса
_____Кучев А.Е.
Приказ № ___от_____

Дополнительная общеобразовательная программа
Художественно-эстетической направленности
**«Танцевальная радуга»**
Возраст детей 9-14 лет
Срок реализации 5 лет

Составитель:
Федосеева А. Н.- педагог
дополнительного
образования

с.Коса 20___г.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Информационная карта. 2

2. Пояснительная записка. 3

3. Материально-техническое обеспечение программы. 8

4. Учебно-тематический план 1 года обучения. 9

5. Содержание 1 года обучения. 11

6. Учебно-тематический план 2 года обучения. 12

7. Содержание 2 года обучения. 13

8. Учебно-тематический план 3 года обучения. 14

9. Содержание 3 года обучения. 15

10. Учебно-тематический план 4 года обучения. 16

11. Содержание 4 года обучения. 17

12. Учебно-тематический план 5 года обучения. 18

13. Содержание 5 года обучения. 19

14. Список литературы для педагога. 20

15. Список литературы для учащихся. 21

16. Приложение. 22

## Информационная карта образовательной программы

| | |
|---|---|
| **I Наименование программы** | **« Танцевальная радуга»** |
| **II Направленность** | Художественная |
| **IIIСведения об авторе** | |
| **1. ФИО** | Федосеева Алёна Николаевна |
| **2. Год рождения** | 1965год |
| **3. Образование** | Средне-специальное |
| **4. Место работы** | МБУ ДО ДТ с. Коса |
| **5. Должность** | Педагог дополнительного образования |
| **6. Квалификационная категория** | соответствие |
| **7. Адрес, телефон** | П. Кордон ул. Пролетарская д. 20а, кв. 2 |
| **IVСведения о программе** | |
| **1. Срок реализации** | 5 лет |
| **2. Возрастная группа** | 9-14 лет |
| **3. Тип программы** | общеразвивающая |
| **4. Характеристика программы** | |
| **По месту в образовательной модели** | Разновозрастного детского объединения |
| **По уровню освоения** | общекультурный |
| **5. Цель программы** | Воспитание у подрастающего поколения уважения к национальным традициям различных народов, в т.ч. русского народа, поддержание традиционного интереса к народному танцу. |
| **6. Ведущие формы и методы образовательной деятельности** | Беседы о традициях различных народов, просмотр видеоматериалов, урок, репетиция, концерт, фестиваль. |
| **7. Формы мониторинга результативности** | Тесты, творческие задания, выступления перед родителями, отчётные концерты. |
| **8. Кадровое обеспечение** | Педагог дополнительного образования |

# ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

## Программа «Танцевальная радуга» художественной направленности

Программа соответствует и базируется на основных нормативных документах:

- Закон РФ от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки РФ «Об утверждении и введение в действии федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» от 06.10.2009 N 373»;

- Распоряжение Правительства РФ от 24. 04.2015 № 729-р «План мероприятий на 2015-2020 годы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей».

- Приказ Министерства образования и науки РФ от 29августа 2013 года №1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

- СанПин 2.4.4. 1231- 03 «Санитарно-эпидемиологические требования к учреждениям дополнительного образования детей (внешкольные учреждения).

- Устав МБУ ДО ДТ с. Коса

Народный танец является одним из наиболее распространённых и древних видов народного творчества. Он возник на основе трудовой деятельности человека. В танце народ передаёт свои мысли, чувства, настроение, отношение к жизненным явлениям. Создаваясь на протяжении многих столетий, народный танец стал подлинной художественной энциклопедией социальной жизни народа. Народный танец всегда имеет ясно выраженную тему и идею, он всегда содержателен. В танце существует драматическая основа и сюжет, в нём есть и обобщённые, и конкретные художественные образы, которые создаются посредством разнообразных пластических движений и рисунков - построений.
В ходе развития общества народный танец приобрёл большое самостоятельное значение, став одной из форм эстетического воспитания. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие.

Программа включает в себя достижения общемировой культуры и культурные традиции, отвечает задачам становления гражданского общества и

правового государства и соответствует интересам, образовательным потребностям и учитывает уровень развития детей; обеспечивает развитие мотивации личности подростка к познанию и творчеству, личной культуре, а также развитию коммуникативных способностей.

Программа реализуется в свободное от основной учебной нагрузки время и исключает пере утомляемость детей за счет:

- обеспечения личностно- мотивированного участия детей в интересной и доступной деятельности, свободы выбора личностно-значимого содержания образования, форм деятельности и общения;
- организации естественных для соответствующего возраста форм подростковой активности;
- использования интерактивных способов усвоения образовательного материала.

Помимо обучения, воспитания и творческого развития личности, программа решает ряд социально значимых проблем, таких как: обеспечение занятости подростков, их самореализация и социальная адаптация, формирование здорового образа жизни, профилактика безнадзорности, правонарушений и других асоциальных проявлений среди детей.

Программа в полном объеме обеспечивает эмоциональное благополучие и стимулирует мотивацию подростков к познанию и творчеству. Содержание программы направлено на изучение характерных особенностей, манеры и техники исполнения танцев различных регионов России и стран народов мира: Италии, Латинской Америки, Востока и т. д.

Актуальность и значимость общеобразовательной программы связана с тем, что изучение быта, нравов, традиций танцевальной культуры той или иной национальности, развивают эмоционально-нравственную и сенсорную культуру личности, пробуждают способность видеть, ценить и сознавать красоту в жизни и искусстве; развивать воображение и творческие способности, закладывать основы художественной культуры современного человека.

Кроме того, занятие танцами, движение в ритме и темпе, заданном музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведёт к общему оздоровлению организма.

Педагогическая целесообразность обусловлена важностью художественного образования, использования познавательных и воспитательных возможностей хореографических занятий, формирующих у обучающихся творческие способности, чувство прекрасного, нравственность. Занятия и коллективные выступления перед зрителями воспитывают у учащихся чувство ответственности за общее дело, чувство дружбы и товарищества.

Новым в данной программе является изучение современных, спортивных танцев, таких как «черлидинг», флэш-моб и т. д.

В рамках предпрофильного обучения программа предусматривает занятия, на которых обучающиеся получают информацию о профессии хореограф, об учебных заведениях, где можно получить соответствующее профессиональное образование. В конце обучения детям предоставляется возможность попробовать себя в роли хореографа, занимаясь постановкой танцев.

Общеобразовательная общеразвивающая программа объединения "Танцевальная радуга» рассчитана на 5 лет обучения. Режим занятий: 1, 2 год обучения 1 раз в неделю по 2 часа и 3, 4. 5 год обучения 2 раза в неделю по 2 часа. Программа модифицирована, за основу взята программа "Ритмика и танец для отделений обще эстетического образования и хореографических отделений школ искусств".

Целью программы объединения "Танцевальная радуга» является воспитание у подрастающего поколения уважения к национальным традициям различных народов, в т.ч. русского народа, поддержание традиционного интереса к народному танцу и стран народов мира. Общее и специальное физическое развитие детей и подростков.

Общеразвивающая программа строится на повторении пройденного материала, и по нарастающей, движения заметно усложняются и требуют значительной силовой нагрузки, и более совершенной техники исполнения.

Задачи первого года обучения:

Обучающие (предметные):

- Выявить склонности и способности;
- Научить необходимым двигательным навыкам;

Развивающие (метапредметные):

- Развить фантазию ребёнка,
- Умение ориентироваться в пространстве;

Воспитательные (личностные):

-Воспитать у обучающихся трудоспособность, ответственность, целеустремлённость в достижении конечных результатов;

Задачи второго года обучения:

Обучающие (предметные):

- Научить постановке ног, рук, корпуса;

Развивающие (метапредметные):

-Развить танцевальные данные (выворотности, гибкости, прыжка, шага, устойчивости и координации);

Воспитательные (личностные):

- Воспитать трудолюбие и терпение.

Задачи третьего года обучения:

Обучающие (предметные):

- Научить правильности исполнения танцевальных движений;

Развивающие (метапредметные):

- Развить музыкальный ритм и эмоциональную отзывчивость на музыку;

Воспитательные (личностные):

- Воспитать силу и выносливость, умение работать с партнёром.

Задачи четвёртого года обучения:

Обучающие (предметные):

- Научить усложнённым танцевальным движениям и этюдам;

Развивающие (метапредметные):

- Развить координацию движений и формированию простых этюдов;

Воспитательные (личностные):
- Воспитать танцевальную выразительность и художественный вкус.

Задачи пятого года обучения:

Обучающие (предметные):
- Обучить творческой деятельности;
- Закрепить основные навыки танцевальной азбуки;

Развивающие (метапредметные):
- Развить выразительную и изобразительную пластику;

Воспитательные (личностные):
- Воспитать художественный вкус и интерес к национальным номерам.

Обучающиеся, прошедшие все этапы обучения по данной программе, получат общие сведения о танце (теоретические и практические), овладеют основными навыками азбуки классического и народного танца, исполнят движения, сохраняя танцевальную осанку, выворотность, исполнят движения в характере музыки. Будут понимать, и интересоваться фольклором, народными танцами и костюмами. Связывать характер танца с образом жизни народа и окружающей природой. Дети должны стать любителями музыкально-хореографического искусства, разбираться в его специфике, уметь оценивать произведения (танцы, спектакли, балеты) с позиции содержательности и художественности.

**Формы и методы проведения занятий**

Словестные методы:

1. Устное изложение характерных особенностей танцевальной культуры изучаемой национальности;
2. Беседы о традициях, условиях быта, рода занятий разных народов;

Наглядные методы:

1. Просмотр видеоматериалов, иллюстраций различных профессиональных коллективов народного танца;
2. Показ, исполнение педагогом практического материала;
3. Наблюдение;
4. Работа по образцу с видеоматериала.

Практические методы:

1. Тренировочные упражнения;
2. Танцевальные элементы, комбинации, этюды;
3. Разучивание концертного номера;
4. Выступление на сцене.

Формы:

1. Групповая.
2. Индивидуальная.
3. Индивидуально – групповая.

**Формы оценки качества знаний**

1. Тестирование – в конце каждого полугодия.
2. Отчётный концерт – в конце учебного года.
3. Районные, муниципальные, всероссийские конкурсы и фестивали, праздничные концерты.

**Воспитание и развитие учащихся**

1. Воспитание толерантной личности.
2. Развитие эстетического вкуса.
3. Расширение познания в области танцевальных культур танцев народов мира.
4. Привитие стремления к сохранению и развитию коми-пермяцкой культуры и самобытности.
5. Развитие творческого потенциала учащихся через реализацию их балетмейстерских работ.

**Формирование универсальных учебных действий.**
**Личностные УУД,** отражающие отношение к социальным ценностям:
- проявлять интерес к культуре и истории своего народа;
- соотносить поступки с моральными нормами;
- оценивать ситуацию с точки зрения правил поведения и этики;
- проявлять доброжелательность, доверие, внимательность, помощь.

**Личностные УУД**, отражающие отношение к учебной деятельности:
- выражать положительное отношение к процессу познания: проявлять внимание, желание узнать больше;
- оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, ответственность, инициативу, причины неудач;
- стремиться к совершенствованию своих танцевальных способностей, навыков творческой установки.

**Метапредметные результаты.**
**Регулятивные:**
- умение учащихся двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении простейший ритмический рисунок;
- учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале;
- планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- самовыражение учащихся в движении, танце.

**Познавательные:**

Обучающиеся должны уметь:
- понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- сохранять правильную дистанцию по кругу парами;
- самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
- соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определённом ритме и темпе;
- правильно выполнять упражнения, комбинации, фигуры танца и т. д.

**Коммуникативные:**
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной танцевально - репетиционной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- умение координировать свои усилия с усилиями других.

## Материально-техническое обеспечение программы

- хореографический класс, зеркала
- музыкальный центр, телевизор, видеотехника, фонотека
- помещение для переодевания
- танцевальная обувь
- сценические костюмы
- шкафы для хранения костюмов
- возможность использования сцены КДЦ для репетиций и выступлений

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 1 ГОДА ОБЧЕНИЯ

| № | ТЕМЫ | теория | практика | всего | Форма аттестации |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Вводное занятие.<br>План работы на год.<br>Беседа "Кто ты, Терпсихора?".<br>Правила ТБ и пожарной безопасности. | 2 | - | 2 | Опрос |
| 2 | Марш, ритмические упражнения, ориентировка в пространстве - найди своё место. Фантазия ребёнка -изображение животных, птиц, цветов и т.д. Отбивание ритма песни хлопками и ногами. Танец с предметом (игрушка, кукла, мяч). | 1 | 5 | 6 | Скрытое педагогическое наблюдение |
| 3 | Разучивание образных танцев: "Лошадки", "Кошечки", "Пингвины", «Цыплята». | 1 | 7 | 8 | Повторение, зачёт |
| 4 | Партерная гимнастика. | 2 | 8 | 10 | тест |
| 5 | Позиции ног и рук, клас. поклон. Прыжки по 1,2,3позиции ног, plié по 1,2 поз. ног. Игры на внимательность и музыкальность. | 2 | 10 | 12 | Педагогическая диагностика развития хореографических способностей |
| 6 | Классические бальные танцы: полька «Ладошки», вальс «Качели», марш Буратино и Мальвины. | 1 | 5 | 6 | Показательные выступления перед родителями |
| 7 | Танцевальные движения на середине зала: ёлочка, гармошка, моталочка, ковырялочка, приставной шаг, танцевальные шаги. | 1 | 9 | 10 | Повторение, опрос |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | Куклы Неваляшки (движения). | | | | |
| 8 | Танцы современных ритмов: паровозик, тук-тук, Чарли, Весёлые зайчики, мим, ёжики, слоники, круг друзей, кенгуру. | 1 | 9 | 10 | Повторение, опрос |
| 9 | Итоговое занятие. | | 2 | 2 | тест |
| 10 | Резервные часы | | | 2 | |
| | Итого: | | | 68 | |

# СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.

1. Вводное занятие. Правила ТБ и пожарной безопасности. Знакомство с детьми. Беседа "Кто ты, Терпсихора?"

2. Марш по классу по 1,2,4 человека. Работа над корпусом и головой. Ритмичные упражнения по кругу, ориентировка в пространстве (каждый находит своё место). Знакомство с рисунком танца. Фантазии детей на тему: животные, птицы, цветы.

3. Разучивание образных танцев: «Лошадки», «Кошечки», «Пингвины», «Цыплята».

4. Гимнастика на полу, растягивание стоп, ног, спины. Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела, развитие силы, выворотности ног и гибкости всего тела. Упражнения на гибкость позвоночника.

5. Разучивание классического поклона, позиций ног, рук, прыжков, plié. Игры на внимательность "найди ведущего", на музыкальность и ритмический рисунок (танец «Арам зам, зам»).

6. Разучивание классических бальных танцев: полька «Ладошки», вальс «Качели», марш Буратино и Мальвины.

7. Разучивание танцевальных движений на середине зала. Танцевальный этюд «Куклы Неваляшки».

8. Разучивание танцев современных ритмов: паровозик, тук- тук, Чарли, весёлые зайчики, ёжики, мим, слоники, круг друзей, кенгуру.

9.Тестирование детей.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 2 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

| № | Темы | Теория | Практика | Всего | Форма аттестации |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | План работы на год. Правила ТБ и пожарной безопасности. Повторение танцев с прошлого года. | 0,5 | 1,5 | 2 | Опрос, повторение |
| 2 | Элементы классического танца. Бальный танец «Падеграс», Вальс шаров, «Милая мама». | 2 | 16 | 18 | Повторение, зачёт |
| 3 | Полька «Встреча». | 0,5 | 3,5 | 4 | Скрытые пед. наблюдения |
| 4 | Полька «Непоседы». | 0,5 | 7,5 | 8 | Выступления перед родителями |
| 5 | Диско-танцы: «Дождик», «Футбол», «Пантера», «Буратино», «Заяц-хвастунишка». | 1 | 11 | 12 | Повторение, показ |
| 6 | Бальный танец «Рилио». | 0,5 | 7,5 | 8 | Повторение, зачёт |
| 7 | Танец «Топотки». | 0,5 | 9,5 | 10 | Показ |
| 8 | Итоговое занятие | | 2 | 2 | Тест |
| 9 | Резервные часы (курсы, праздничные дни, выезды в театр и т.п.) | | | 4 | |
| 10 | Итого: | | | 68ч | |

# СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.

1. План работы на год. Правила ТБ и пожарной безопасности. Повторение танцев с прошлого года.

2. Разучивание элементов классического танца: plie, releve на полу пальцы, port de bras 1, 3, bat. tendu по 1,2,3 поз ног, прыжки по 1,2,3 поз ног. Разучивание движений бального танца «Падеграс». Разучивание классических танцев «Вальс шаров», «Милая мама», на выбор педагога.

3. Знакомство с полькой. Разучивание танца полька-встреча (подскоки, хлопки, галоп по диагонали, воротца). Полька по 4 человека.

4. Разучивание польки «Непоседы». Основные фигуры: выпады на ногу с хлопками и ударами по бёдрам, прыжки по квадрату, приставные шаги, кружение в паре и подскоки против линии танца к 4 партнёру, поклон и танец начинается с самого начала.

5. Знакомство с диско-танцами. Разучивание танцев современных ритмов: «Дождик», «Футбол», «Пантера», «Заяц-хвастунишка», «Буратино».

6. Разучивание основных движений танца «Рилио»: подскоки с ударом носочка и пяточки правой и левой ноги в пол, с закручиванием стопы внутрь; повороты в паре, бег вправо с выбросом ноги на пятку, хлопки по бёдрам с ударом пятки правой и левой ноги.

7. Разучивание русского народного танца «Топотки». Работа в паре, знакомство с притопами, приставными шагами и поворотами.

8. Итоговое занятие. Повторение и тестирование.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 3 ГОДА ОБЧЕНИЯ

| № | Темы | Теория | Практика | Всего | Форма аттестации |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | План работы на год. Правила ТБ и пожарной безопасности. Повторение танцев с прошлого года. | 0,5 | 1,5 | 2 | Беседа. Повторение |
| 2 | Полонез. | 0,5 | 5,5 | 6 | Скрытое педагогическое наблюдение |
| 3 | Классические бальные танцы: круговая полька, бальная полька, полька «Зонтики». | 0,5 | 11,5 | 12 | Показ |
| 4 | Знакомство с русским танцем: хороводом, кадрилью. | 1 | 15 | 16 | Показ, выступление |
| 5 | Экспресс – путешествие «Вперёд в прошлое». | 1 | 17 | 18 | Беседа в форме «вопрос-ответ», показ |
| 6 | Постановка танцевальных композиций по выученному материалу. | | 8 | 8 | Концертные выступления |
| 7 | Итоговое занятие. | | 2 | 2 | Тест |
| 8 | Резервные часы (курсы, праздничные дни, выезды в театр и т. п.). | | | 4 | |
| 9 | Итого: | | | 68 | |

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.

1. План работы на год. Правила ТБ и пожарной безопасности. Повторение танцев с прошлого года.
2. Танец «Полонез» (шаги, позы, реверансы). Работа над корпусом и над выворотностью ног.
3. Классические бальные танцы. Знакомство с польками: круговая полька, бальная полька, полька «зонтики». Постановка одной польки на выбор педагога.
4. Знакомство с русским танцем: хороводом, кадрилью. Разучивание шагов, рисунков, движений, работа с платочком, кадрильные движения в паре. Постановка русского танца.
5. Приобщение обучающихся к танцевальной культуре 60-х годов. Дискотечные танцы: «Твист», «Буги-вуги», «Джаз», «Рок-н-ролл». Разучивание одного из танцев на выбор педагога.

6. Постановка танцевальных номеров к отчётному концерту.
7. Повторение и тестирование.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 3 ГОДА ОБЧЕНИЯ

| № | Темы | Теория | Практика | Всего | Форма аттестации |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | План работы на год. Правила ТБ и пожарной безопасности. Повторение танцев с прошлого года. | 0,5 | 1,5 | 2 | Беседа. Повторение |
| 2 | Полонез. | 0,5 | 5,5 | 6 | Скрытое педагогическое наблюдение |
| 3 | Классические бальные танцы: круговая полька, бальная полька, полька «Зонтики». | 1 | 15 | 16 | Показ |
| 4 | Танцевальный флеш – моб. | 1 | 19 | 20 | Концертное выступление |
| 5 | Знакомство с русским хороводом, кадрилью. | 1 | 21 | 22 | Показ, выступление |
| 6 | Экспресс – путешествие «Вперёд в прошлое». | 1 | 19 | 20 | Беседа в форме «вопрос-ответ» |
| 7 | Современный танец: хип-хоп, фанк- джаз. | 1 | 21 | 22 | Повторение, показ |
| 8 | Постановка танцевальных композиций по выученному материалу. | | 18 | 18 | Концертные выступления |
| 9 | Итоговое занятие. | | 2 | 2 | Тест |
| 10 | Резервные часы (курсы, праздничные дни, выезды в театр и т. п.). | | | 8 | |
| 11 | Итого: | | | 136 | |

# СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.

1. План работы на год. Правила ТБ и пожарной безопасности. Повторение танцев с прошлого года.
2. Танец «Полонез» (шаги, позы, реверансы). Работа над корпусом и над выворотностью ног.
3. Классические бальные танцы. Знакомство с польками: круговая полька, бальная полька, полька зонтики. Постановка одной польки на выбор педагога.
4. Танцевальный флеш-моб. **Флеш-моб** от англ. дословно - мгновенная толпа [*flash* - миг, мгновение, *mob* -толпа) -заранее спланированная массовая акция, в которой большая группа людей появляется в общественном месте, выполняет заранее оговорённые действия и затем расходится. Танцевальный флеш-моб представляет собой акцию, которая проводится в людном месте и запланирована заранее. Целью мероприятия может быть, как и развлечение, так и реклама, зарядка и т. д. Постановка танцевального флеш-моба на одно из мероприятий.
5. Знакомство с хороводом, кадрилью. Разучивание шагов, рисунков, движений, работа с платочком, кадрильные движения в паре. Постановка русского танца на выбор педагога «Хоровод Коса», «Русский самовар», «Кадриль моя» и т. д.
6. Приобщение обучающихся к танцевальной культуре 60-х годов. Дискотечные танцы: «Твист», «Буги-вуги», «Джаз», «Рок-н-ролл». Разучивание одного из танцев на выбор педагога.
7. Знакомство с современным танцем хип-хоп-(танцевальные элементы):

- шаги с приседом вправо и влево,
- качаемся на месте,
- прыжки на двух ногах: на носочки, на пяточки, вправо и влево,
- приставной шаг вправо и влево, волна сверху вниз,
- прыжок, ноги скрещены и поворот

Джаз-фанк объединяет в себе несколько танцевальных направлений – хип-хопа, джазовой и эстрадной хореографии. Его главная особенность – сочетание резких и плавных движений. Постановка одного из танцев по выбору педагога.

8. Постановка танцевальных номеров к отчётному концерту.
9. Повторение и тестирование.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 4 ГОДА ОБУЧЕНИЯ.

| № п/п | Темы | Теория | Практика | Всего | Форма аттестации |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Вводное занятие. План работы на год. Правила ТБ и пожарной безопасности. Повторение с прошлого года. | 1 | 1 | 2 | Опрос, повторение |
| 2 | Фигурный вальс. | 2 | 20 | 22 | Показательные выступления |
| 3 | Коми-пермяцкие танцы «Туп и тап», «Ленок», «Марья моль», хороводы и т. д. | 2 | 18 | 20 | Опрос, показ |
| 4 | Итальянская тарантелла. | 2 | 20 | 22 | Концертные выступления |
| 5 | Знакомство с новым направлением «Черлидинг» | 4 | 18 | 22 | Показательные выступления |
| 6 | Русский танец, продолжение изучения танца. | 2 | 18 | 20 | Концертные выступления |
| 7 | Постановка танцевальных композиций по выученному материалу. | 1 | 17 | 18 | Участие в фестивалях и конкурсах различного уровня |
| 8 | Итоговое занятие. | | 2 | 2 | Тестирование |
| 9 | Резервные часы (курсы, праздничные дни, выезды в театр и т. п.). | | | 8 | |
| | Всего: | | | 136 | |

# Содержание программы.

1. План работы на год. Правила ТБ и пожарной безопасности. Повторение танцевальных композиций с прошлого года: «Американская полька», «Русский самовар», кадриль.
2. Знакомство с фигурным вальсом. Разучивание основных фигур вальса. Правый, левый поворот, balance с поворотом, balance с переменной мест, повороты под рукой. Работа в паре.
3. Знакомство с коми-пермяцкими танцами: туп и тап, ленок, беседа о костюмах. Разучивание основных движений танца «Туп и тап»: скользящий шаг, шаркающий шаг, приступка, тройной шаг, соскоки по 4 невыворотной позиции ног. Разучивание бытовых движений танца «Ленок».
4. Разучивание основных танцевальных элементов итальянской тарантеллы. Манера и техника исполнения итальянской тарантеллы. Основные положения рук, общение в паре, соскоки по 3 поз. ног, вращения, повороты на 360 градусов, постановка танца.
5. Знакомство с новым направлением «Черлидинг». Что такое черлидинг? Базовые движения в черлидинге, работа с помпонами. Основные направления в черлидинге. Разучивание небольших связок, комбинаций, блоков, пирамид.
6. Продолжение работы над русским танцем: новые идеи, композиции, номера в усложнённом варианте.
7. Постановка танцевальных композиций к отчетному концерту и к праздничным мероприятиям.
8. Итоговое занятие. Тестирование.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 5 ГОДА ОБУЧЕНИЯ.

| № п/п | Темы | Теория | Практика | Всего | Форма аттестации |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Вводное занятие. План работы на год. Правила ТБ и пожарной безопасности. Повторение с прошлого года. | 0,5 | 1,5 | 2 | Опрос, повторение |
| 2 | Цыганский танец: музыка, песни, пляски. | 2 | 22 | 24 | показ |
| 3 | Танцевальный флеш-моб. | 1 | 17 | 18 | Показательные выступления |
| 4 | Восточный танец «Арабские мотивы». | 1 | 19 | 20 | Повторение, концерты |
| 5 | Черлидинг. | 1 | 19 | 20 | Концертные выступления |
| 6 | Латиноамериканские танцы: «Джайв», «Самба», «Ча-ча-ча» | 1 | 19 | 20 | Повторение, концерты |
| 7 | Постановочная работа обучающихся к отчётному концерту. | | | 22 | Постановочные выступления к отчётному концерту |
| 8 | Итоговое занятие. | | | 2 | Тестирование |
| 9 | Резервные часы (курсы, карантины, праздничные дни, выезды в театр и т. п.). | | | 8 | |
| 10 | Итого: | | | 136 | |

# Содержание программы.

1. План работы на год. Правила ТБ и пожарной безопасности. Повторение танцевальных композиций с прошлого года.

2. Беседа о происхождении цыган. Разучивание цыганских движений. Пластика рук, тряска плечами. Работа с юбками.

3. Продолжение работы над флеш-мобом. Новые композиции на концертные выступления.

4. Восточный танец-танец живота. Разучивание движений танца живота. Пластика тела и рук, тряска и удары бёдрами.

5. Черлидинг. Продолжение разучивания базовых движений, связок и комбинаций. Разучивание спортивно-танцевальных танцев.

6. Латиноамериканские танцы: «Джайв», «Самба», «Ча-ча-ча». Танцевальная композиция одного из танцев по выбору педагога.

7. Постановочная работа детей к отчетному концерту.

8. Итоговое занятие. Тестирование.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПЕДАГОГА


1. Барышникова Т. Азбука хореографии. - М.: Рольф, 1999. -272 с., с ил.-(Внимание: дети!).
2. Беликова А.Н. Бальные танцы - М.: Сов. Россия, 1982. - 120 с., ил., ноты. -(Б-ка "В помощь худож. самод. №5).
3. Бриске И.Э. Народно-сценический танец и методика его преподавания: программа /И.Э. Бриске, Н.Н. Вдовенко, Т.Н. Дубских; Челяб. гос. акад. культуры и искусств. - Челябинск, 2005. -47 с.
4. Бриске И.Э. Народно-сценический танец и методика его преподавания: учеб. пособие /И.Э. Бриске, Челяб. гос. акад. культуры и искусств. - Челябинск, 2007. - 96 с.
5. Бриске И.Э. Самостоятельная работа студентов по дисциплине " Народно-сценический танец и методика его преподавания»: учеб. пособие /И.Э. Бриске, Челяб. гос. акад. культуры и искусств. - Челябинск, 2006. - 61 с.
6. Ваганова А.Я. Основы классического танца: учебник. 5-е изд. -л.: Искусство. 1980.-192 с.
7. Воронина И. Историко-бытовой танец: учеб. пособие. -М.: Искусство, 1980. 128 с., ил.
8. Васильева Е.Д. Танец. Издательство "Искусство". Москва, 1968.
9. Дешкова И.П. Загадки Терпсихоры / Худож. В. Косоруков. -М.: Дет. лит., - 54 с.: ил.
10. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов. - М.: Гном-Пресс, 2000. - 64 с.
11. Пинаева Е.А. Ритмика.В 2-х ч. ч.1: Учебно-методическое пособие. / Пермский областной колледж искусств и культуры; сост. Е.А. Пинаева. - Пермь, 1997. -90.: нот.
12. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать: Уч. пособие для студ. учреждений сред. проф. образ. - М.: Гуманит. изд. центр ВААДОС, 2003. - 256 с.: ил.
13. Резникова З. П. Танцы народов мира. Изд. Сов. Рос. М.: 1959.
14. Соколов-Каминский А.А. Советский балет сегодня. - М.: Знамя, 1984. - 112 с.+8 с. вкл. (Нар. ун-т. Фак лит. и иск.).
15. Степанова Л. Танцы народов СССР. Изд. Искусство М.: 1970.
16. Фисанович Т.М. Танцы. - М.: ООО Издательство Астрель, ООО Издательство АСТ, 2000. -160 с.: ил.-(для девочек).


Интернет- ресурсы:

www.horeograf.com,

www.narodko.ru,

http://dancehelp.ru

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

### *Видео материалы*


1. Арабские танцы (танец живота) Ведущая программы- выпускница межд. акад. танцев г. Каир Юлия Кайдан ЗАО "Райз Мультимедиа", 2003., ООО "Видеогурман", 2003.
2. Клубные танцы. Базовые движения. HOUSE, HIP-HOP. Школа танцев "SVETIKX", рук. школы танцев Светлана Косолапова., ООО "Видеогурман", 2003.
3. Клубные танцы 2. R`N`B. Базовые движения. Школа танцев "SVETIKX", рук. школы танцев Светлана Косолапова., ЗАО Райз Мультимедиа, 2003., ООО Видеогурман, 2003.
4. Клубные танцы 3. HOUSE - продвинутый уровень. Школа танцев "SVETIKX", рук. школы танцев Светлана Косолапова., ООО "Видеогурман", 2003.
5. Потанцуем?! Рок-н-ролл, джаз, самба, диско. 1993. Green ink Productions Ltd. / Dreamscape Productions Ltd. 1997 Ruse Media/
6. Танцевальный клуб HIP-HOP Rower Sports Productions. Вудущий Уолтер Джонс., Видеогурман, 2000.
7. Учитесь танцевать. Хореограф Полет. Contender Entertainment Group 2003. ООО АМ Групп 2004.


### *Аудио материалы*


1. Группа "Дилижанс". Лучшие песни. продукция союз Дупликейтинг.
2. Ритмика "Каникулы". Композитор М. Протасов. Издательство детских образовательных программ "Весть-ТДА", Москва, 1999.
3. Русская тройка. Русские народные музыкальные инструменты. Издательство детских образовательных программ "Весть-ТДА " Москва, 2000.
4. Танцевальные ритмы народов мира (от Барыни до Сиртаки). Издательство детских образовательных программ "Весть-ТДА " Москва, 2004.
5. Шедевры инструментальной музыки 3. 1999 г. Compact Disc CO.

Приложение1

**Техника безопасности на занятиях «Танцевальная радуга»**

1. Общие требования безопасности на занятиях.

Для занятий хореографии танцевальная площадка и оборудование должны соответствовать мерам безопасности. К занятиям допускаются обучающиеся: прошедшие инструктаж по технике безопасности; имеющие танцевальную или спортивную обувь и форму, не стесняющую движений и соответствующую условиям проведения занятий. Обучающийся должен: иметь коротко остриженные ногти; волосы гладко зачёсаны и убраны в косичку или «шмак»; выполнять упражнения с разрешения учителя; знать и выполнять настоящую инструкцию.

2. Требования безопасности перед началом занятий.

Педагог должен: заранее продумать расстановку учащихся, расположение инвентаря в танцевальном зале, чтобы каждый имел достаточно места для выполнения задания. Обучающийся должен: снять ювелирные украшения с острыми углами на время урока во избежание травм опасных ситуаций (для девочек). Под руководством учителя подготовить инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятий.

3. Требования безопасности во время занятий.

Педагог должен: следить за учащимися во время выполнения упражнений, своевременно корректируя их расположение на танцевальной площадке; не давать учащимся излишне эмоциональных заданий, после которых они не контролируют собственную моторику. Обучающийся должен: не выполнять упражнения без предварительной разминки; не размахивать реквизитом; не стоять близко к обучающимся, которые выполняют упражнения с предметами, соблюдать интервал и дистанцию; во избежание травм выполнять только те упражнения, которые показывает педагог; запрещается разговаривать, есть и жевать резинку; при ухудшении самочувствия прекратить занятия и поставить в известность преподавателя.

4. Требования безопасности по окончании занятий.

Обучающийся должен: организованно покинуть место проведения занятия; переодеться в раздевалке, снять танцевальный костюм и обувь; тщательно вымыть лицо и руки с мылом. За несоблюдение мер безопасности учащийся может быть не допущен или отстранён от участия в образовательном процессе.

Приложение 2

**Музыкально-ритмические игры**

Методика работы над элементами музыкального ритма разнообразна. Начиная с первых занятий, полезно использовать задание:

1. «Хлопай в такт». Учащимся важно уловить и воспроизвести хлопками метрический пульс речи, а затем звучащей музыки.

Простейшие рисунки можно предложить прохлопать или пройти шагами. Такие задания прекрасно тренируют не только чувство ритма, но и внимание, память, координацию. Хорошим методом является использование различных приемов ритмического эха.

Например, прохлопать или сыграть мелодию и дать задание воспроизвести ритмический рисунок, или повторить ритм знакомой мелодии по памяти.

2. Ритмическая игра «Эхо» развивает точность слухового восприятия, быстроту реакций, память и чувство формы.

Игра заключается в следующем: учитель прохлопывает ритмическую последовательность, которую учащиеся должны затем правильно повторить, не нарушая общего движения. В том случае, если не все учащиеся умели точно повторить ритм, учитель его повторяет снова. Необходимо, чтобы вначале ритмические последовательности были простыми, темп медленный, показ учителя выразительный.

3. Игра в жесты на память.

Каждый игрок выдумывает себе жест. Например, почесать ухо, хлопнуть в ладоши, топнуть ногой и т.д. Все встают по кругу, игра начинается. Первый показывает свой жест, второй показывает у первого и добавляет свой и т. д. Всех сложнее последнему, т. к. ему надо запомнить и повторить у всех. Если кто-то сбился, то он выходит из игры.

4. Изображаем животное.

Обучающимся даётся задание изобразить животное и под музыкальное сопровождение каждый пытается выполнить, а все остальные отгадывают. Задача всей группы-угадать животное.

5. «Найди своё место».

Педагог расставляет учащихся в танцевальном классе в определённых фигурах (круг, линия, звёздочка и т. д.) Включается музыка и учащиеся начинают двигаться, танцевать по всему залу. Как только музыка исчезает, обучающиеся должны быстро найти своё место, куда их ранее расставил педагог.

Приложение 3

Утверждаю:

Директор МБУ ДО «Дом творчества с.Коса»

_____Кучева О.Ф

# Календарный учебный график

На 2018-2019 учебный год

Объединение «Танцевальная радуга» 5 лет обучения

Педагог: Федосеева Алёна Николаевна

Количество часов по учебному плану - 68ч (1 год обучения)

Составлен в соответствии с программой, утверждённой в 2016 году на заседании педагогического совета

Рассмотрен на заседании методического объединения МБУ ДО «Дом творчества с.Коса»

Протокол № «____» _____2016г.

Календарный учебный график 1 года обучения

Объединения «Танцевальная радуга» 2018-2019 уч. год.

| № | Дата | Тема раздела, занятия | Форма занятия | Кол-во часов | Форма контроля |
|---|---|---|---|---|---|
| 1. | | Вводное занятие. План работы на год. Беседа «Кто ты, Терпсихора?». Т. Б и пожарной безопасности. | Беседа | 2 | Опрос |
| 2-4 | | Марш, ритмические упражнения, ориентировка в пространстве-найди своё | Занятие – объяснение. Музыкально- | 6 | Зачёт |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | место. Фантазия ребёнка-изображение животных, птиц, цветов и т. д. Отбивание ритма песни хлопками и выстукиваниями. Танец с предметом (кукла, мяч, игрушка). Танец «арам зам, зам». | ритмические задания | | |
| 5-8 | | Разучивание образных танцев: «Лошадки», «Кошечки», «Пингвины», «Цыплята». | Учебное занятие | 8 | Повторение |
| 9-13 | | Партерная гимнастика. | Тренировочный показ | 10 | Тест |
| 14-19 | | Классические позиции ног и рук, поклон. Plie, releve на полу пальцы. Прыжки по 1, 2 поз. Игры на внимательность и музыкальность. | Игра Разучивание | 12 | Педагогическая диагностика развития хореографических способностей |
| 20-22 | | Классические бальные танцы: полька «ладошки», вальс «качели», марш «Буратино и Мальвины». | Учебное занятие, разучивание | 6 | Повторение |
| 23-27 | | Танцевальные движения на середине зала: ёлочка, гармошка, моталочка, ковырялочка, приставной шаг, танцевальные шаги. Куклы неваляшки (движения), танец пчёлок. | Учебное тренировочное занятие | 10 | Повторение, опрос |
| 28-32 | | Танцы современных ритмов: паровозик, тук-тук, весёлые зайчики, мим, ёжики, слоники, кенгуру, круг друзей. | Разучивание | 10 | Повторение |
| 28- | | Танцы современных ритмов: | Разучивание | 10 | Повторение |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 32 | | паровозик, тук-тук, весёлые зайчики, мим, ёжики, слоники, кенгуру, круг друзей. | | | |
| 33 | | Итоговое занятие. | Повтор | 2 | Тест |
| 34 | | Резервные часы. | | 2 | |
| | | Итого: | | 68 | |

На 2018-2019 учебный год

Объединение «Танцевальная радуга» 5 лет обучения

Педагог: Федосеева Алёна Николаевна

Количество часов по учебному плану - 68ч (2 год обучения)

Составлен в соответствии с программой, утверждённой в 2016 году на заседании педагогического совета

Рассмотрен на заседании методического объединения МБУ ДО «Дом творчества с.Коса»

Протокол № «____» _____2016г.

Календарный учебный график 2 года обучения

Объединения «Танцевальная радуга» 2018-2019 уч. год.

| № | Дата | Тема раздела, занятия. | Форма занятия | Кол-во часов | Форма контроля |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | | План работы на год. Правила ТБ и пожарной безопасности. Повторение танцев с прошлого года. | Беседа, повтор | 2 | опрос |
| 2-10 | | Элементы классического танца: plie, releve на полу пальцы, port de bras 1, 3, | Учебное занятие, | 18 | Повтор, опрос |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | прыжки по1, 2, 3, поз ног. Бальный танец «падеграс». Вальс шаров, этюд «Милая мама». | разучивание | | |
| 11-12 | | Полька «встреча». | Учебное занятие | 4 | Повторение |
| 13-16 | | Полька «непоседы». | Разучивание | 8 | Наблюдения |
| 17-22 | | Диско танцы – танцы современных ритмов. «Буратино», «футбол», «пантера», «дождик», «заяц-хвастунишка». | Разучивание | 12 | Опрос |
| 23-26 | | Бальный танец «Рилио». | Учебное занятие | 8 | Показ |
| 27-31 | | Народный танец «Топотки». | Разучивание | 10 | Повторение |
| 32 | | Итоговое занятие. | Повторение | 2 | Тест |
| 33-34 | | Резервные часы (курсы, праздничные дни, выезды в театр и т.п.) | | 4 | |
| | | Итого: | | 68 | |

На 2018-2019 учебный год

Объединение «Танцевальная радуга» 5 лет обучения

Педагог: Федосеева Алёна Николаевна

Количество часов по учебному плану - 68ч (3 год обучения)

Составлен в соответствии с программой, утверждённой в 2016 году на заседании педагогического совета

Рассмотрен на заседании методического объединения МБУ ДО «Дом творчества с.Коса»

Протокол № «____» _____2016г.

Календарный учебный график 3 года обучения

Объединения «Танцевальная радуга» 2018-2019 уч. год.

| № | Дата | Тема раздела, занятия. | Форма занятия | Кол-во часов | Форма контроля |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | | План работы на год. Правила ТБ и пожарной безопасности. Повторение танцев с прошлого года. | Беседа, повторение | 2 | Опрос |
| 2-4 | | Историко-бытовой танец «Полонез». | Разучивание | 6 | Наблюдения |
| 5-10 | | Классические бальные танцы: круговая полька, бальная полька. | Учебное занятие | 12 | Повторение |
| 11-18 | | Русский танец: хоровод, перепляс, кадриль. | Показ видео, разучивание | 16 | Зачёт |
| 19-27 | | Экспресс – путешествие «Вперёд в прошлое». Танцевальная культура 60-х годов. | Беседа. Занятие-путешествие | 18 | Наблюдения |
| 28-31 | | Постановка танцевальных композиций по выученному материалу. | Творческое занятие | 8 | Концертные выступления |
| 32 | | Итоговое занятие | Повторение | 2 | Тест |
| 33-34 | | Резервные часы (курсы, выезды, карантины и т. д.) | | 4 | |
| | | Итого: | | 68 | |

На 2018-2019 учебный год

Объединение «Танцевальная радуга» 5 лет обучения

Педагог: Федосеева Алёна Николаевна

Количество часов по учебному плану - 136ч (3 год обучения)

Составлен в соответствии с программой, утверждённой в 2016 году на заседании педагогического совета

Рассмотрен на заседании методического объединения МБУ ДО «Дом творчества с.Коса»

Протокол № «____» _____2016г.

Календарный учебный график 3 года обучения

Объединения «Танцевальная радуга» 2018-2019 уч. год.

| № | Дата | Тема раздела, занятия. | Форма занятия | Кол-во часов | Форма контроля |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | | План работы на год. Правила ТБ и пожарной безопасности. Повторение танцев с прошлого года. | Беседа, повторение | 2 | Опрос |
| 2-4 | | Историко-бытовой танец «Полонез». | Разучивание | 6 | Наблюдения |
| 5-12 | | Классические бальные танцы: круговая полька, бальная полька. | Учебное занятие | 16 | Повторение |
| 13-25 | | Флеш моб | Беседа, учебное занятие | 24 | Показ |
| 26-35 | | Русский танец: хоровод, перепляс, кадриль. | Показ видео, разучивание | 20 | Зачёт |
| 36- | | Экспресс – путешествие | Беседа. Занятие | 18 | Наблюдения |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 44 | | «Вперёд в прошлое». Танцевальная культура 60-х годов. | путешествие | | |
| 45-55 | | Современный танец: хип-хоп, фанк. | Учебное тренировочное занятие | 22 | Повторение, показ |
| 56-64 | | Постановка танцевальных композиций по выученному материалу. | Творческое занятие | 18 | Концертные выступления |
| 65 | | Итоговое занятие | Повторение | 2 | Тест |
| 66-68 | | Резервные часы (курсы, выезды, карантины и т. д.) | | 6 | |
| | | Итого: | | 136 | |

На 2018-2019 учебный год

Объединение «Танцевальная радуга» 5 лет обучения

Педагог: Федосеева Алёна Николаевна

Количество часов по учебному плану - 136ч (4 год обучения)

Составлен в соответствии с программой, утверждённой в 2016 году на заседании педагогического совета

Рассмотрен на заседании методического объединения МБУ ДО «Дом творчества с.Коса»

Протокол № «____» _____2016г.

Календарный учебный график 4года обучения

Объединения «Танцевальная радуга» 2018-2019 уч. год

| № | Дата | Тема раздела, занятия | Форма занятия | Кол-во часов | Форма контроля |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | | Вводное занятие. План работы на год. Правила ТБ и пожарной безопасности. Повторение с прошлого года. | Беседа, повторение | 2 | Опрос, повторение |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 2-12 | | Фигурный вальс. | Учебное занятие | 22 | Показательные выступления |
| 13-22 | | Коми-пермяцкие танцы «Туп и тап», «Ленок». | Показ видео, практические занятия | 20 | Опрос, показ |
| 23-33 | | Итальянская тарантелла. | Учебное занятие | 22 | Концертные выступления |
| 34-44 | | Знакомство с новым направлением «Черлидинг». | Показ видео, практические занятия | 22 | Показательные выступления |
| 45-54 | | Русский танец | Учебное занятие | 20 | Концертные выступления |
| 55-63 | | Постановка танцевальных композиций по выученному материалу. | Творческое занятие | 18 | Участие в фестивалях и конкурсах различного уровня |
| 64 | | Итоговое занятие | Повторение | 2 | Тестирование |
| 65-68 | | Резервные часы (курсы, праздничные дни, карантины, выезды в театр и т. п.). | | 8 | |
| | | Итого: | | 136 | |

На 2018-2019 учебный год

Объединение «Танцевальная радуга» 5 лет обучения

Педагог: Федосеева Алёна Николаевна

Количество часов по учебному плану - 136ч (5 год обучения)

Составлен в соответствии с программой, утверждённой в 2016 году на заседании педагогического совета

Рассмотрен на заседании методического объединения МБУ ДО «Дом творчества с.Коса»

Протокол № «____» _____2016г.

Календарный учебный график 5года обучения

Объединения «Танцевальная радуга» 2018-2019уч. год

| № | Дата | Тема раздела, занятия | Форма занятия | Кол-во часов | Форма контроля |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | | Вводное занятие. План работы на год. Правила ТБ и пожарной безопасности. Повторение с прошлого года. | Беседа, повторение | 2 | Опрос, повторение |
| 2-13 | | Цыганский танец: музыка, песни, пляски. | Творческое занятие | 24 | Концертные выступления |
| 14-22 | | Танцевальный флеш-моб. | Показ видео, учебное занятие | 18 | Показательные выступления |
| 23-33 | | Восточный танец «Арабские мотивы». | Практические занятия | 22 | Повторение, показ |
| 34-44 | | Черлидинг. | Учебное тренировочное занятие | 22 | Школьные выступления, концерты |
| 45-55 | | Латиноамериканские танцы: «Джайв», «Самба», «Ча-ча-ча» | Видео просмотр, практические занятия | 22 | Концертные выступления |
| 56-63 | | Постановочная работа обучающихся к отчётному концерту. | Творческое занятие | 16 | Групповая оценка работ, отчётный концерт |
| 64 | | Итоговое занятие | Повторение | 2 | Тестирование |
| 65-68 | | Резервные часы (курсы, карантины, праздничные дни, выезды в театр и т. п.). | | 8 | |
| | | Итого: | | 136 | |

Приложение 4

**Тесты**
**Годовой тест 1-го года обучения.**

1. Кто такая Терпсихора? Подчеркнуть.
а) богиня огня б) покровительница театра в) богиня танца
2. Подчеркнуть танцы о животных, птицах и насекомых:
» лошадки», «кошечки», «утята», «ковбои», «пингвины», «кузнечик», «слоники», «кенгуру», «чунга-чанга», «паровозик», «круг друзей», «тук-тук», «автостоп», «ёжики», «чики-рики».
3. Что такое поклон? Подчеркнуть.
а) здравствуйте б) пожалуйста в) спасибо г) до свидания
4. Перечислить классические позиции рук и ног:
позиции ног:
позиции рук:
5.Что такое port de bras?
а) работа корпуса и рук б) работа корпуса и ног
6. Подчеркнуть диско танцы (изученные): слоники, кенгуру, до свидания мама, папа; тук – тук, мим, ёжики, весёлые зайчики.
7. Перечислить танцевальные движения на середине зала.

**Текущий тест 2-го года обучения**.

1. Подчеркнуть классические танцевальные движения: а) Plie б) моталочка в) ковырялочка г) bat. tendu д) releve е) port de bras ж) гармошка
2. Танец «Падеграс» (отметить)
а) бальный б) эстрадный в) народный
3. По какой позиции ног танцуют танец «Падеграс»?
а) по 5 поз. б) по 1 поз. в) по 3 поз.
4. Подчеркнуть движения польки: а) подскоки б) галоп, руки «лодочка» в) хлопки г) выстукивания д) притопы е) кружение в парах

**Годовой тест 2-го года обучения.**

1. Перечислить классические позиции ног и рук:
Поз. ног:
Поз. рук:
2. plie – это прыжок, приседание, наклон (подчеркнуть)
3.Что такое port de bras?
а) работа корпуса и рук б) работа корпуса и ног
4. Подчеркнуть названия выученных диско- танцев: «дождик», «пантера», «буратино», «футбол», «заяц-хвастунишка».
5. Характер танца «Рилио»
а) весёлый б) грустный в) задумчивый г) задорный
6. Подчеркнуть танцевальные движения народного танца на середине зала (изученные):
танцевальный шаг, гармошка, моталочка, ковырялочка, ключ, припадания, притопы, приставной шаг, прыжки, подскоки, хлопки, галоп, молоточки.
7. Танец «Топотки» – это бальный танец, современный, народный (подчеркнуть).

**Текущий тест 3-го года обучения.**

1.Где танцуют танец «Полонез»? (подчеркнуть)
а) на дискотеке б) на балу
2. Музыкальный размер танца «Полонез»?
а) 2/4 б) ¾ в)4/4
3. Характер круговой польки? (подчеркнуть)
а) зажигательный б) спокойный в) весёлый г) задумчивый

4. Перевод слова флеш-моб? (написать)

**Годовой тест 3-го года обучения.**

1. Какой танец танцуют на балу? Подчеркнуть.
а) польку б) вальс в)» Полонез»
3. Чем могут похвастать русские красавицы в хороводе:

а) осанкой б) платочком в) костюмом
4. Что обозначает слово рок-н-ролл?
а) кружись и прыгай б) качайся и вертись
5. Какие танцы танцевали наши бабушки и дедушки? (подчеркнуть)
а) кадриль б) буги-вуги в) рэп г) твист д) хип-хоп е) рок-н-ролл ж) полька з) вальс и) модерн к) брейк-данс л) диско м) краковяк н) электро
6. Какие стили современных танцев вы знаете? (перечислить).

**Текущий тест 4-го года обучения.**

1. Подчеркнуть элементы коми-пермяцкого костюма:
а) дубас в) юбка г) рубаха д) лапти ж) кушак з) пэкрэм и) жилет к) платок
2. Перечислить основные движения коми-пермяцкого танца «туп и тап»:

3. Родина вальса (отметить):
а) Германия б) Франция в) Чехия
4. Музыкальный размер вальса:
а) 2/4 б) ¾ в) 4/4
5. Что означает название танца «Тарантелла»?
а) местность б) город в) гора

**Годовой тест 4-го года обучения.**

1. Перечислить названия коми-пермяцких танцев.

2. Родина вальса:
а) Германия б) Франция в) Чехия
3. С каким атрибутом танцуют танец «Тарантелла»? (подчеркнуть)
а) тамбурин б) лента в) кастаньеты
4. Какое насекомое упоминается в легенде о танце тарантелла?
5. Черлидинг-это шоу, танец, спорт. (подчеркнуть)
6. Перечислить рисунки хоровода.

**Текущий тест 5-го года обучения.**

1.Происхождение цыган:
а) Молдавия б) Индия в) Испания

2. Характер цыганских танцев (перечислить)

3. Какие движения тела характерны для цыганских танцев?
а) плечи б) грудь в) бёдра г) руки д) ноги
4. Характер восточных танцев (перечислить).

5. В каких костюмах танцуют восточный танец (перечислить элементы одежды):

**Годовой тест 5-го года обучения.**

1. Кто такая Терпсихора? (муза театра, истории, танца).
2. Перечислить элементы классического танца (изученные).
   поз. ног:
   поз. рук:
   на середине зала:

3. Перечислить танцевальные движения народного танца на середине зала:

4. Перечислить элементы костюма коми-пермяцкого танца «Туп и тап».

5. Какому танцу характерна плавность, лёгкость, воздушность:
а) рок-н-роллу б) тарантелле в) вальсу г) кадрили д) хороводу

6. Чем отличаются цыганские танцы от восточных:
а) музыкой б) костюмом в) темпераментом г) движением бёдер д) движением рук
7. Из перечисленных танцев выбрать латиноамериканские:
а) самба б) медленный вальс в) танго г) румба д) джайв е) фокстрот ж) сальса з) ча-ча-ча и) пассадобль

8. Черлидинг- это шоу, танец, спорт? (подчеркнуть).

9. Какие ансамбли песни и пляски вы знаете? (танцевальные коллективы)?

10. Какие балеты и спектакли вы посмотрели (перечислить).

Приложение 5

**Слова терминологии в танце**

1. Plie - «приседание».
2. Grand plie - большое «приседание».
3. Releve - «поднимание» в стойку на носках с опусканием в ИП в любой позиции ног.
4. Battement tendu - «вытянутый» скользящее движение стопой в положение ноги на носок вперед, в сторону, назад с возвращением скользящим движением в ИП.
5. Balance - «покачивание», маятниковое движение ног вперед кверху - назад книзу, вперед - назад, вперед - назад кверху.
6. Allongée - «дотягивание», завершающее движение рукой, ногой, туловищем.
7. Pordebras - «перегибы туловища», наклон вперед, назад, в сторону.
8. Pas de bourree - танцевальный вспомогательный шаг, состоящий из чередования переступаний с одной ноги на другую с окончанием на demi-plle.
9. Passe - проходящее движение, которое является связующим при переводе ноги из одного положения в другое, может исполняться по первой позиции на полу (passepar terre), либо на 45° или 90°
10. Glissade - партерный скользящий прыжок без отрыва от пола с продвижением вправо-влево или вперед-назад.

В народном танце есть свои основные движения, которые не похожи на

движения в классическом танце: простой бытовой и танцевальный шаг вперед и назад, переменный шаг с одинарным и двойным ударом всей стопой в позиции, переменный шаг на каблук, переменный шаг с выносом ноги через первую позицию вперёд, «гармошка», «лесенка», «зигзаги», «припадание», «моталочка», «ковырялочка», «молоточки», «веревочка», «голубцы», «подбивка», «дробные выстукивания», «ключи», «хлопушки», «колесо», «разножка» и др.

Приложение 6

## Описания танцев

### Фигурный вальс

**Исходная позиция:** кавалер спиной в центр круга, дама — лицом. Кавалер подает даме правую руку, дама — левую, отведя поданные руки в сторону.

**1 часть**

**4 такта** — 4 балансе по линии танца и против, не подавая других рук. Руки касаются только левая рука дамы и правая кавалера (другой вариант – в «лодочке»).
**2 такта** — променад по линии танца: пара раскрывается лицом по линии танца с внешних ног и делает два вальсовых шага по линии танца.
**2 такта** — расход спинами по линии танца, в конце встают в вальсовую позицию
**8 тактов** — вальс

**2 часть**

**4 такта**— раскрытие-закрытие — 2 раза

Раскрытие: пара раскрывается по линии танца, как в променаде, но чуть сильнее разворачиваясь друг к другу спинами. На закрытии кавалер и

дама оказываются лицом друг к другу, но рук не подают.
**2 такта** — променад по линии танца
**2 такта** — расход спинами. В конце становимся в "дощечку": дама, делая второй вальсовый шаг при расходе, чуть не доворачивается до исходного положения, а кавалер - наоборот, делает поворот чуть больший, чем до исходного положения. В итоге на начало "дощечки" дама стоит спиной по линии танца, а кавалер лицом. Левая рука у каждого за спиной и держит вытянутую правую руку партнера.
**4 такта** – "дощечка": четыре вальсовых шага в вышеописанном положении по кругу по часовой стрелке. Проходим около ¾ круга.
**4 такта** - обвод дамы: кавалер левой рукой берет правую руку дамы и обводит ее вокруг себя. На последний такт кавалер меняет руку на правую, правые руки кавалера и дамы подняты над головой дамы.

**3 часть**

**8 тактов** - дама идет под рукой вальсовым шагом, кавалер - вальсовым шагом вперед по линии танца.
**4 такта** - кавалер берет левой рукой левую руку дамы, правая у дамы за спиной, не касаясь ее. Вальсовым шагом проходят небольшой круг против часовой стрелки, заканчивая лицом по линии танца.
**4 такта** - 4 па марше (4 шага, по одному шагу на такт, с правых ног), на последнем подают руки: у дамы правая поднята наверх, левая как бы обнимает талию. Кавалер берет левой рукой правую руку дамы, а правой левую.

**4 часть**

**4 такта** - "вертушка". Кавалер: делает 4 шага вальсовой дорожки по линии танца на четвертом шаге разворачиваясь лицом против линии танца. Дама: 1 такт - вальсовый шаг по часовой стрелке, становясь спиной к кавалеру; 2 такт - вальсовый шаг по ч.с, становясь лицом к кавалеру. Руки - лодочкой. 3 такт - кавалер пропускает даму под своей правой рукой; 4 такт - дама заканчивает поворот, оказывается лицом против линии танца. Руки приходят в исходное положение, как в начале "вертушки"
**4 такта** - "вертушка" против линии танца. Кавалер: делает 4 шага вальсовой дорожки против линии танца, на четвертом шаге разворачиваясь лицом к даме, спиной к центру зала. Дама: 1 такт - вальсовый шаг против линии танца по прямой; 2 такт - вальсовый шаг против часовой стрелки, становясь спиной к кавалеру; 3 такт - вальсовый шаг против ч.с, становясь лицом к кавалеру; 4 такт - дама делает поворот под правой рукой кавалера.
**8 тактов** - вальс.

**Берлинская полька**

**Исходное положение:** Пары располагаются по кругу одна за другой, при этом кавалер стоит спиной в круг, дама - лицом. Позиция закрытая.

**1.** Левая нога кавалера и правая дамы выносятся на каблук в сторону, исходное положение (вес на правой ноге кавалера, левой - дамы). Повтор: левая нога кавалера и правая дамы выносятся на каблук в сторону.
**2.** Три приставных шага по линии танца (против часовой стрелки), прыжок, при этом пятками стараемся достать ягодиц (можно прыгнуть невысоко, почти не сгибая колен).
**3-4**. То же с другой ноги (приставные при этом против линии танца, т.е. по часовой стрелке).
**5-8.** Повтор движений с самого начала.
**9.** Полечные вращения с за ноской до тех пор, пока не сменится музыка.
**10.** Затем кавалер берет дамы за талию правой рукой, левую поднимает вверх. То же делает и дама. На 8 счетов партнеры обходят друг друга сильно, захлестывая ноги назад (от колена).

**Падеграс**

Исходная позиция: лицом по ЛТ, К стоит слева от Д и своей левой рукой поддерживает левую руку Д. Правая на талии Д.
1-4 – На «раз» шаг правой ногой во вторую позицию вправо. На «два» левая нога приставляется к правой назад в третью позицию, вес переносится на левую ногу, которая слегка сгибается в колене. На «три» шаг правой ногой вправо. На «четыре» левая нога выводится вперед в четвертую позицию.
5-8 – Так же влево.

9-12 – Три шага вперед, начиная с правой ноги на счеты «раз-два-три». На «четыре» левая нога выводится вперед в четвертую позицию.
13-16 – Три шага вперед, начиная с левой ноги на счеты «раз-два-три». На «четыре» партнеры отпускают руки и разворачиваются лицом друг к другу (К – спиной в круг, Д – лицом в круг).

17-20 – Все идут в свое право. На 4-ый такт ставя носочек и кланяясь своему визави.
21-24 – обратно. На последний счет партнеры подают друг другу правую руку
25-28 – Проходят пол круга и ставят носочек.
29-32 – К подает руку следующей Д и встаёт в исходную позицию.

**«Твист», «Рок-н-ролл», «Джаз».**

Основные движения танца «Твист»:

II поз. ног (невыворотная)

- работа пяток вправо и влево на месте и в продвижении в сторону;
- переступание ноги вперёд на пятку, назад на носок;
- вынос ноги вперёд на пятку, прыжок и нога поднимается вверх назад;
- шаги вперёд и назад, работа стопы (пяточки) по направлению хода.

Основные шаги танца «Рок-н-ролл»:

- «раз, два» - шаг в сторону
- «три, четыре» - шаг в другую сторону
- «пять» - шаг назад
- «шесть» - шаг вперёд.

Простой поворот:

- «раз, два» - шаг в сторону
- «три, четыре» - девочка делает поворот, упор на правую ногу, затем шаг левой ногой
- «пять» - шаг назад правой ногой
- «шесть» - шаг вперёд левой ногой.
- движение «моталочка» с резким выбросом ноги («кик») вперёд, назад;
- «кик» вперёд с переступанием ног;
- II поз. ног, работа коленей в продвижении вперёд;

Танцевальные элементы «Джаза»:

- шаги (мягкий) вперёд с разворотом корпуса,
- переступание правой ногой вперёд, назад,
- глубокий присед, голова вперёд, назад и круг корпусом,
- ходьба (чарли) по кругу с плечами поочерёдно и с прыжком,
- боковой шаг с приставкой и поднятием плеч,
- rond назад с правой и левой ноги, корпус поворачивается к ноге.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 323008545752691757963231661883363907316477378980

Владелец Кучев Александр Евгеньевич

Действителен С 18.11.2026 по 18.11.2027