

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 43»

КАБИНЕТ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

**ПРОГРАММА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ «МИР ТАНЦА»**

*Направление: хореографическое  
(художественно-эстетическое)*

*Возраст учащихся: 7-17 лет*

*Срок реализации: 5 лет*

**Составители:**

*учитель ритмики высшей категории*

***Калинина Ольга Владимировна***

*учитель хореографии высшей категории*

***Белякова Ирина Сергеевна***

*учитель ритмики и хореографии*

***Жукова Алина Вадимовна***

## **СОДЕРЖАНИЕ:**

<b>1.</b>	<b>Раздел 1</b>	<b>«Пояснительная записка» (характеристика программы)</b>	<b>3</b>
<b>2.</b>	<b>Раздел 2</b>	<b>«Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности в хореографическом ансамбле «Мечта»».</b>	<b>10</b>
<b>3.</b>	<b>Раздел 3</b>	<b>«Содержание курса внеурочной деятельности в хореографическом объединении ансамбля «Мечта» (учебно-тематический план)</b>	<b>11</b>
<b>4.</b>	<b>Раздел 4</b>	<b>«Формы аттестации и оценочные материалы»</b>	<b>29</b>
<b>5.</b>	<b>Раздел 5</b>	<b>«Организационно-педагогические условия реализации программы»</b>	<b>30</b>
<b>6.</b>	<b>Приложение 1</b>	<b>«Комплекс упражнений лечебной физкультуры на занятиях в хореографическом ансамбле «Мечта»»</b>	<b>32</b>
<b>7.</b>	<b>Приложение 2</b>	<b>«Календарный учебный график»</b>	<b>34</b>

## **I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Программа дополнительного образования «Мир танца» для хореографического ансамбля «Мечта» разработана в соответствии с Федеральным Законом РФ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации», Приказом Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Концепцией развития дополнительного образования детей от 4 сентября 2014 г. № 1726-р, Профессиональным стандартом «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (Приказ Минтруда России от 08.09.2015 г. № 613н), Постановлением Правительства РФ «Об утверждении Санитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей (СанПиН 2.4.4.3172-14), Письмом Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 «О направлении информации».

Данная программа дополнительного образования представляет собой комплекс основных характеристик образования (объем, содержание, планируемые результаты), организационно-педагогических условий и в случаях, предусмотренных Федеральным законом РФ «Об образовании в Российской Федерации», форм аттестации, который представлен в виде учебного плана, календарного учебного графика. Программа дополнительного образования «Мир танца» для хореографического ансамбля «Мечта» разработана в соответствии с требованиями действующего законодательства РФ и основана на программе эстетического образования МОУ СОШ № 43 «Ритмика-хореография-фитнес». Имеет художественно – эстетическую направленность, хореографическое объединение.

Обучение в хореографическом ансамбле «Мечта» направлено на формирование и развитие творческих способностей детей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, организацию их свободного времени; обеспечивает адаптацию учащихся к жизни в обществе, профессиональную ориентацию, выявление и поддержку одаренных и талантливых детей (ФЗ 273-гл.1, ст. 2, п.14; ст. 75).

Программа предназначена для обучающихся МОУ СОШ № 43, желающих расширить свои знания и умения в области хореографии в рамках дополнительных внеурочных занятий. В программу включены занятия по вокальному образованию. Синтез движения, музыки и вокального пения формирует у обучающихся сферу чувств, координацию, музыкальность и артистичность; развивает слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память; воспитывает художественный вкус. Данная программа предусматривает систематическое и последовательное получение дополнительных знаний на занятиях в хореографическом ансамбле «Мечта» во внеурочное время.

Хореография обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного духовного и физического развития. Занятия танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актёрском мастерстве. Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания.

**Данная программа обеспечивает:**

- понимание роли и значения предметов эстетического цикла в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
- Использовать специфические средства искусства танца для гармонизации развития учащихся, расширения рамок культурного и исторического образования детей: углубление и расширение средствами историко-бытового танца познавательных возможностей учащихся в области истории, географии, литературы, фольклора;
- формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений для создания хореографических образов, по углубленному развитию хореографических способностей обучающихся, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности.
- благодаря введению в хореографическое обучение занятий по вокальному образованию обучающиеся приобретают общую эстетическую культуру, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память.

***Программа «Мир танца» рассчитана для двух возрастных категорий обучающихся. Срок реализации программы – 5 лет. Со второго года обучения (с 8 лет) обучающиеся по желанию делятся на 2 группы: с хореографической и вокально-хореографической направленностью.***

- ***Младшая возрастная группа*** (1-4 классы, 7-11 лет) – ***2 года обучения***
- ***Младшая вокально-хореографическая группа*** (2-4 классы, 8-11 лет) – ***1 год обучения***
- ***Старшая возрастная группа*** (5-11 классы, 12-17 лет) – ***3 года обучения.***
- ***Старшая вокально-хореографическая группа*** (5-11 классы, 12-17 лет) – ***3 года обучения***

Обучающиеся делятся на группы, в соответствии с возрастом, но не более 20 человек. От количества желающих обучаться в хореографическом ансамбле «Мечта» зависит количество групп в каждой возрастной категории.

*Занятия в каждой группе хореографического ансамбля «Мечта» проводятся 2 раза в неделю.*

*Продолжительность каждого занятия для учащихся 1 классов (7-8 лет) - 90 минут с перерывом на игровую перемену в 30 минут. Каждое занятие состоит из 2-х частей по 30 минут и 30 минутной игровой переменной (90 минут). Итого - 3 часа в неделю, 12 часов в месяц.*

*Продолжительность каждого занятия для учащихся 2-11 классов (8-17 лет) - 90 минут с перерывом на игровую перемену 10 минут. Каждое занятие состоит из 2-х частей по 40 минут и 10 минутной игровой переменной (90 минут). В вокально-хореографической группе 1 занятие в неделю – интегрированное (вокально-хореографическое). Итого – 3 часа в неделю, 12 часов в месяц. Занятия проводятся каждый учебный год - в период с сентября по май месяц включительно - 9 месяцев.*

*Первая часть занятия посвящена учебно-тренировочной работе, вторая часть – постановочной, репетиционной или вокальной работе. Игровая перемена (10 минут) между двумя частями занятия дает детям возможность переключиться с одного вида деятельности на другую.*

В основу игровой перемены между двумя частями занятия в младшей и средней возрастных групп положено игровое начало. Подвижная игра – естественный источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Речь идет о том, чтобы сделать игровую перемену органичным компонентом урока. Игра во время игровой перемены является отдыхом после нелегкой тренировочной работы. Особой популярностью у младших школьников пользуются игры на импровизацию (для развития творческого воображения ребенка, совершенствования навыков творческого самовыражения).

Для организации учебно-тренировочных занятий для младшей возрастной группы используется комплекс лечебной физкультуры, разработанными специалистами.

Один из важных факторов в постановочной и репетиционной работе для обучающихся в младшей возрастной группе – использование минимума танцевальных элементов при максимуме возможности их сочетаний. Длительное изучение, проработка небольшого количества материала (движений) дает возможность качественного его усвоения, что в дальнейшем явится прочным фундаментом знаний. Разнообразие сочетаний танцевальных движений создает впечатление новизны и развивает творческую фантазию детей.

**Актуальность данной программы заключается в том, что хореография является объединяющим стержнем и главной движущей силой художественного развития ребенка, а параллельное обучению вокалу осуществляет связь эстетического образования со всеми другими культурно-образовательными «пространствами». Использование элементов здоровьесберегающих технологий на данных занятиях, позволяет снимать перенапряжение и**

утомляемость за счет переключения на разнообразные виды деятельности в каждой возрастной группе.

Богатый внутренний мир, воображение, наполненность чувств, творческая фантазия и одухотворенность – составляющие хореографического и вокально-сценического образов. Хореография требует больших физических нагрузок и высокой дисциплины, так как эта деятельность осуществляется в коллективе, а голос - это особое богатство, природный дар, который дан человеку от бога. Сочетание хореографии и вокального пения способствует реализовать творческий потенциал ребенка, сформировать хореографические и певческие навыки, приобщить детей к миру искусства, которое способствует развитию творческой фантазии, решает проблему в потребности эмоционального общения.

**Для индивидуального развития каждого учащегося, в любой возрастной категории имеет огромное значение фиксация динамики его достижений, и особенно участие в различных внеурочных школьных мероприятиях, выступление на городских, региональных, всероссийских, международных конкурсах, конкурсах-фестивалях.**

**Занятия в хореографическом ансамбле «Мечта» предусматривают организацию творческой деятельности учащихся, что позволяет увидеть характер ребёнка, найти индивидуальный подход к нему с учётом возраста, темперамента, его интересов и потребности в данном роде деятельности, выявить и развить его творческий потенциал и дать стимул для дальнейшего самосовершенствования (самореализации).**

### **Цели и задачи программы «Мир танца»:**

**Образовательная цель программы:** Развитие хореографических, вокальных, музыкально-творческих способностей обучающихся через приобщение ко всем видам танцевального и вокального искусств.

**Развивающая цель программы:** воспитание единого комплекса физических и духовных качеств: гармоническое телосложение, хорошее здоровье и выносливость, артистизм и благородство.

**Воспитательная цель программы:** использование этических особенностей танца и вокального пения в самоопределении ребёнка.

#### **Задачи:**

- Дать обучающимся углубленную хореографическую подготовку, выявлять их склонности и способности. Прививать интерес к занятиям, любовь к танцам и вокальному пению.
- Через синтез движения и музыки, сформировать у обучающихся сферу чувств, координацию, музыкальность и артистичность; развить слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память.

- Способствовать эстетическому развитию и самоопределению ребёнка: гармонично развивать танцевальные, музыкальные и вокальные способности.
- Дать представление о танцевальном и вокальном образе, выразительности и осмысленности исполнения танцевальных движений в характере музыки.
- Воспитывать культуру поведения и общения, развивать творческие способности и умение работать в коллективе;
- Организация здорового и содержательного досуга.

## **Принципы обучения**

Процесс обучения в хореографическом ансамбле «Мечта» в основном построен на реализации дидактических принципов.

**Принципы сознательности и активности** предусматривает сознательность в отношении занятий, формирование интереса в овладении танцевальными движениями и осмысленного отношения к ним, воспитание способности к самооценке своих действий и к соответствующему их анализу.

**Принцип наглядности** помогает создать представление о темпе, ритме, амплитуде движений; повышает интерес к более глубокому и прочному усвоению танцевальных движений.

**Принцип доступности** требует постановки перед учащимися задач, соответствующих их силам, постепенного повышения трудности осваиваемого учебного материала по дидактическому правилу: от известного к неизвестному, от легкого к трудному, от простого к сложному.

**Принцип систематичности** предусматривает непрерывность процесса формирования танцевальных навыков, чередование работы и отдыха для поддержания работоспособности и активности учащихся, определенную последовательность решения танцевально-творческих заданий.

**Принцип гуманности** в воспитательной работе выражает:

- безусловную веру в доброе начало, заложенное в природе каждого ребенка, отсутствие давления на волю ребенка;
- глубокое знание и понимание физических, эмоциональных и интеллектуальных потребностей детей;
- создание условий для максимального раскрытия индивидуальности каждого ребенка, его самореализации и самоутверждения;

**Принцип демократизма** основывается на признании равных прав и обязанностей взрослых и ребенка, на создании эмоционально-комфортного климата в социальной среде.

## Методы и методические приемы обучения

В курсе обучения хореографии применяются традиционные методы обучения: использования слов, наглядного восприятия и практические методы.

**Метод использования слова** — универсальный метод обучения. С его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др. Это определяет разнообразие методических приёмов использования слова в обучении:

- Рассказ,
- Беседа,
- Обсуждение,
- Объяснение,
- Словесное сопровождение движений под музыку и т.д.

**Методы наглядного восприятия** способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися программы курса обучения, повышения интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести: показ упражнений, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

**Практические методы** основаны на активной деятельности самих учащихся. Этот метод целостного освоения упражнений, метод обучения (путём) ступенчатый и игровой метод.

**Метод целостного освоения** хореографических, вокальных упражнений и движений объясняется относительной доступностью упражнений. Однако, использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее. В эту базу входят двигательные элементы и связки, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные движения.

**Ступенчатый метод** широко используется для освоения самых разных хореографических, вокальных упражнений и танцевальных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения двигательного движения, улучшение выразительности движения и т.п. Этот метод может также применяться при изучении сложных движений.

**Игровой метод** используется при проведении игровых перемен, а так же в музыкально — ритмических играх в младшей возрастной группе. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения.



## Межпредметные связи

Настоящая программа опирается на понятия и навыки, которые учащиеся получают на уроках ритмики, хореографии и музыки в МОУ СОШ № 43. Хореография является яркой иллюстрацией применения тех или иных знаний на практике. Каждый танец или движение имеет определенные исторические корни и географическое происхождение. Приступая к изучению нового движения историко-бытового танца, учащиеся знакомятся с историей его создания, узнают, в какой стране, у какого народа он произошел, в какую страну переместились. При изучении общих понятий в хореографии учащиеся сталкиваются с понятиями «угол поворота», «направление движения» (по линии танца, по диагонали), «доли счета» (1/2, 2/4, 3/4). Существует понятие «геометрия шагов», «диаграмма шагов», круг.

Непосредственная связь хореографии с музыкой прослеживается на всем этапе, так как мы танцуем, поём под музыку и выражаем характер музыки (вокальной песни) танцем. Обучающиеся должны усвоить понятия: ритм, счет, размер и узнать, что музыка состоит из тактов и музыкальных фраз, при этом должны уметь различать вступление и основную тему произведения, вступать в танец, песню сначала музыкальной фразы.

### **Форма одежды на занятиях в хореографическом ансамбле «Мечта»**

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

#### **Форма для учащихся младшей возрастной группы**

##### **Мальчики:**

1. спортивные брюки;
2. футболка;
3. чешки или мягкие танцевальные тапки.

##### **Девочки:**

1. гимнастический купальник;
2. юбка «солнце»;
3. чешки или мягкие танцевальные тапки.

#### **Форма для обучающихся основной, старшей возрастной группы:**

##### **Мальчики:**

1. спортивные брюки;
2. футболка;
3. чешки или мягкие танцевальные тапки.

##### **Девочки:**

1. гимнастический купальник;

2. лосины, легинсы, велосипедки;
3. чешки или мягкие танцевальные тапки.

### **Поклон**

Каждый урок в любой возрастной группе начинается с поклона. Поклон – это одна из форм приветствия, принятая у многих народов и выработавшаяся давно. Поклоном пользуется при встрече, знакомстве, расставании; он может быть ярким выражением благодарности, приветия, глубокого чувства уважения.

На поклон отвечают поклоном. Это не только признак уважения человека к человеку. В поклоне отражается и степень уважения, и оттенки отношений, понятные без слов.

### **Разминка**

Каждый урок во всех возрастных группах начинается с разминки. Она проводится в виде «статистического танца», в стиле аэробики. Задача разминки – развитие координации, памяти и внимания, умения читать движения, увеличивая степень подвижности суставов. Последовательная разработка всех основных групп суставов и мышц; кисти, предплечья, всей руки, шеи, плеч. Корпуса, бедра, колени, стопы. Количество каждого вида упражнений – 4-8 раз на 2,4 счета. Общая продолжительность разминки не более 10 минут. Нагрузка регулируется в зависимости от возраста учащихся.

## **II. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности в хореографическом ансамбле «Мечта» МОУ СОШ № 43**

- За 5 лет занятий в хореографическом ансамбле «Мечта» обучающиеся должны овладеть основами хореографического образования, знаниями, умениями и навыками, позволяющими исполнять танцы, построенные на движениях разных жанров и стилей. Знать правила исполнения движений народно-сценического танца. Овладеть навыками красивой осанки, исправить недостатки осанки, создавая мышечный корсет, развить координацию движений, грамотностью и выразительностью движений. Уметь исполнять грамотно и музыкально все основные движения классического танца. Проявлять интерес к хореографической культуре, народной и классической хореографии.
- Сформировать вокально– хоровые навыки, ансамблевое пение, чувство музыки, стиля.
- Научиться самостоятельно создавать новые танцы на основе приобретенных умений и навыков. Уметь импровизировать на свободную тему.

- Знать критерии хорошего исполнения танца и песни, уметь самостоятельно оценивать их исполнение, что дает возможность правильно судить об идейно-художественных качествах произведений хореографического искусства.
- Раскрывать наиболее полно свои творческие способности.
- Учащиеся должны развить в себе коммуникабельность, взаимовыручку, научиться культуре общения в коллективе, с преподавателем, со зрителями.

### **III. Содержание курса внеурочной деятельности в хореографическом объединении ансамбля «Мечта» МОУ СОШ № 43.**

#### **УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН МЛАДШАЯ ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ**

№ п/п	Темы	Количество часов			Формы аттестации
		всего	теория	практика	
1	Организационная работа	1,5	1,5		Выступление на концертах в МОУ СОШ № 43: «День матери» «Новогодние ёлки» «8-е марта» «День победы» «Прощание с 1 классом» «Выпускной начальной школы» «Открытый урок для родителей»
2	Учебно-тренировочная работа	21	3	18	
3	Постановочная и репетиционная работа	75	3	72	
4	Концертная деятельность, участие в конкурсах и фестивалях.	10,5	-	10,5	
	<b>ИТОГО:</b>	<b>108</b>	<b>7,5</b>	<b>100,5</b>	

#### **Содержание учебного плана.**

##### ***1. Организационная работа – 1,5 часа:***

##### **1.1 Теория (1,5 часа)**

- Беседа с ребятами о целях и задачах занятий в кружке. Определение формы на занятиях (белая юбочка, тапочки), дисциплина на уроке.
- Беседа с родителями о целях и задачах кружка, о систематическом посещении занятий, о домашней работе над осанкой и корпусом.

##### ***2. Учебно-тренировочная работа (подготовительные танцевальные упражнения) – 21 час:***

##### **2.1 Теория (3 часа):**

- Правила техники безопасности на занятиях в хореографическом ансамбле «Мечта»

- Особенности положения корпуса при выполнении хореографического марша и упражнений классического танца (понятие об опорной и работающей ноге).
- Особенности выполнения упражнений лечебной физкультуры.

## **2.2 Практика (18 часов):**

- *Упражнения (лечебной физкультуры) на укрепление осанки*
- Марш. Построение в шеренгу, круг.
- Повороты на месте вправо, влево, кругом.
- Фигурная маршировка, змейки, волны, звездочки.
- Упражнения для развития у детей чувства ритма, умения отражать характер музыки (упр. «Зайчики», «Лисичка», «Медведь», «Тряпочные куклы», «Веселые дети»).
- Положение корпуса, следить за правильной осанкой.
- Понятие об опорной и работающей ноге.
- Знакомство с позициями стоп (1),
- Знакомство с позициями стоп (1, 6),
- Знакомство с позициями стоп (1, 6, 3),
- Знакомство с позициями стоп (1, 2, 3, 6),
- Знакомство с позициями стоп (1, 2, 3, 5, 6),
- Знакомство с позициями рук (подготовительная).
- Знакомство с позициями рук (подготовительная, 1).
- Знакомство с позициями рук (подготовительная, 1, 2)
- Знакомство с позициями рук (подготовительная, 1, 2, 3)
- Деми плие в 1, 3 позициях;
- Батман тандю с паузами на каждой точке с 1 позиции вперед - в сторону;
- Батман жете из позиции в сторону - вперед в сторону - назад;
- Пассе;
- Релеве лан на 45° в сторону из первой позиции;
- Гран батман жете в сторону на 45° с паузой на каждой точке;
- Прыжки-соте с паузами из 1 и 2 позиций;
- Упражнения для рук, головы, корпуса,
- Упражнения на растяжку - на ковриках.

## ***3. Постановочная и репетиционная работа – 75 часов:***

### **3.1 Теория (3 часа):**

- Рассказ о различных видах танца: классический, эстрадный, народный.
- Какими средствами танцевальной выразительности можно создать танцевальный образ.

### **3.2 Практика (72 часа):**

- Игры на координацию движения: «Танец зайчат», «Зайцы и волк»
- Игра на умение выполнять прыжки на одной и двух ногах «Бабка-Ёжка»,
- Игра на развитие воображения «Фотограф»
- Игра на смену музыки «Музыкальная шкатулка»
- «Лето» (пружинка с ровной спиной, подскоки; прыжок в сторону на одну ногу; подскоки по кругу в парах и пр.).
- «Я люблю танцевать» (подскоки с хлопком; пружинка с наклоном; кружение в парах, по одному и пр.)
- «Новогодний сюрприз» (бег с острым носком; повороты на полупальцах; пружинка с руками; приставной шаг с руками в разные стороны; подскоки с хлопком и пр.).
- «Забавные игрушки» (перескоки; перестроения; создания танцевальных образов)
- «Вместе с нами» (подскоки; притопы; кружение в парах; перестроения по рисунку танца).

#### ***К концу 1 года обучения учащиеся овладевают знаниями и навыками:***

- правильно пройти в такт музыки, сохраняя осанку;
- иметь навык легкого шага с носка на пятку;
- чувствовать характер марша (спортивного, строевого, походного);
- уметь изобразить в танцевальном движении животных;
- выразить образ в разном эмоциональном состоянии – веселья, грусти (веселый котенок, грустный зайчик);
- исполнить танцы «Лето»; «Я люблю танцевать»; «Новогодний сюрприз»; «Забавные игрушки»; «Вместе с нами» и др.

#### ***4. Концертная деятельность, участие в конкурсах и фестивалях (аттестация) – 10,5 часов:***

- выступление в социально-значимых мероприятиях в МОУ СОШ № 43: «День матери», «Новогодние ёлки» для учащихся начальной школы; «Международный день 8-е марта»; Концерт для ветеранов ВОВ, к «Дню Победы»; школьных праздниках: «Прощание с 1 классом», «Выпускной начальной школы», «Выпускной начальной школы», «Открытый урок для родителей».

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН  
МЛАДШАЯ ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА  
ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ**

№ п/п	Темы	Количество часов			Формы аттестации
		всего	теория	практика	
1	Организационная работа	1,5	1,5		Выступление в МОУ СОШ №43: «День знаний», «День учителя», «День матери» «Новогодние ёлки» «8-е марта», «День победы», «Последний звонок», «Выпускной начальной школы» На конкурсах: «Радуга талантов», «Парад планет»
2	Учебно-тренировочная работа	21	3	18	
3	Постановочная и репетиционная работа	75	3	72	
4	Концертная деятельность, участие в конкурсах и фестивалях.	10,5	-	10,5	
	<b>ИТОГО:</b>	<b>108</b>	<b>7,5</b>	<b>100,5</b>	

**Содержание учебного плана.**

**1. Организационная работа – 1,5 часа:**

**Теория (1,5 часа)**

- Беседа с ребятами о целях и задачах занятий в кружке. Определение формы на занятиях (белая юбочка, тапочки), дисциплина на уроке.
- Беседа с родителями о целях и задачах кружка, о систематическом посещении занятий, о домашней работе над осанкой и корпусом.

**2. Учебно-тренировочная работа (подготовительные танцевальные упражнения) – 21 час:**

**2.1 Теория (3 часа):**

- Правила техники безопасности на занятиях в хореографическом ансамбле «Мечта»
- Положение корпуса при выполнении упражнений классического танца.
- Особенности выполнения упражнений лечебной физкультуры.

**2.2 Практика (18 часов):**

- Упражнения для стоп, мышц ног, спины, пресса; блок упражнений на гибкость корпуса и на растяжку ног. Занятия на втором году обучения значительно усложняются. Наиболее существенной частью занятий становится танцевальная подготовка детей. Воспитательные задачи остаются в центре внимания, но выполняются они не в плане игровых, а в плане подготовки и исполнения танцев.
- Комплекс упражнений лечебной физкультуры для коррекции осанки.

- Усложняются упражнения для развития техники танца: деми плие и гран плие по 1, 2, 5 позициям; батман тандю крестом из 5 позиции; батман фондю вперед - в сторону - назад; батман жете по 5 позиции крестом с паузой на каждый такт; батман фрапе вперед - в сторону - назад; релеве лан на 90°; релеве на полупальцах из 1, 2, 5 позиций; эшапе (прыжки из 5 позиции во 2 позицию); батман тандю («носок» в характере русского танца).
- Упражнения на середине зала: прыжок с ноги на ногу (жете); танлие вперед; позы: круазе (вперед – назад); арабеск (первый и второй; сначала изучают не поднимая ноги, оставляя ее на полу). Используют упражнения для головы: наклоны, повороты, а также движения и танцевальные композиции, запланированные к постановке.

### **3. Постановочная и репетиционная работа – 75 часов:**

#### **3.1 Теория (3 часа):**

- Музыкальные термины (вступление, сильная доля, пауза, определение темпа, характера музыкального сопровождения).
- Как передать характер музыки через танцевальные движения.

#### **3.2 Практика (72 часа):**

- «Юные морячки» (основной шаг с носка; перестроение по двум колонкам; тройной шаг колонками вправо, влево; прыжок в парах друг к другу; крутка с остановкой и пр.)
- «Веселые мухоморы» (шаг по кругу с захлестом; пружинка с плечиками; приставной шаг с пяткой и 3-ым притопом; «ковырялочка»; «полочка»; прыжки по 6 позиции из стороны в сторону и пр.).
- «Лето» (прыжки из 6 во 2 и обратно + поворот на одной ноге; галоп в сторону с качалкой; пружинка с противоходом; галоп + пятка - носок - пятка - притоп в разных направлениях по линиям; подскоки по кругу парами со сменой положений руки и пр.).
- «Соловушка» (шаг с припаданием, веревочка, дробушка, перестроения по линии танца)

***К концу 2 года обучения обучающиеся овладевают знаниями и навыками:***

- знать позиции ног 1; 2; 6; позиции рук – подготовительная, первая, третья;
- знать батман-тандю «носок» в характере русского танца;
- уметь начинать движение после вступления;
- слышать сильные доли в тактах музыкального произведения;
- исполнять танцы «Юные морячки», «Веселые мухоморы», «Лето».

### **4. Концертная деятельность, участие в конкурсах и фестивалях - 10,5 часов:**

- выступление в социально-значимых мероприятиях: «День Знаний», «День учителя», «День пожилого человека», «День матери», «Концерт для ветеранов ВОВ, к Дню освобождения гор. Калинина»; «Новогодние ёлки» для учащихся начальной школы; «Международный день 8-е марта»; «Концерт для ВОВ, к Дню Победы»; школьных праздниках «Последний звонок в 11 классах», «Выпускной начальной школы»;

- Выступление на городском конкурсе «Радуга Талантов»;
- Выступление на региональных, всероссийских, международных конкурсах, конкурсах-фестивалях (например «Парад Планет» и др.).

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**  
**МЛАДШАЯ ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА (вокально-хореографическая)**  
**ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ**

№ п/п	Темы	Количество часов			Формы аттестации
		всего	теория	практика	
1	Организационная работа	1,5	1,5		Выступление в МОУ СОШ №43: «День знаний», «День учителя», «День матери» «Новогодние ёлки» «8-е марта», «День победы», «Последний звонок», «Выпускной начальной школы» На конкурсах: «Радуга талантов», «Парад планет»
2	Учебно-тренировочная работа	21	3	18	
3	Постановочная и репетиционная работа	40	2	38	
4	Формирование вокально-хоровых навыков	35	2	33	
5	Концертная деятельность, участие в конкурсах и фестивалях.	10,5	-	10,5	
	<b>ИТОГО:</b>	<b>108</b>	<b>7,5</b>	<b>100,5</b>	

**Содержание учебного плана.**

**1. Организационная работа – 1,5 часа:**

**Теория (1,5 часа)**

- Беседа с ребятами о целях и задачах занятий в кружке. Определение формы на занятиях (белая юбочка, тапочки), дисциплина на уроке.
- Беседа с родителями о целях и задачах кружка, о систематическом посещении занятий, о домашней работе над осанкой и корпусом.

**2. Учебно-тренировочная работа (подготовительные танцевальные упражнения) – 21 час:**

**2.1 Теория (3 часа):**

- Правила техники безопасности на занятиях в хореографическом ансамбле «Мечта»
- Положение корпуса при выполнении упражнений классического танца.
- Особенности выполнения упражнений лечебной физкультуры.



## **2.2 Практика (18 часов):**

- Упражнения для стоп, мышц ног, спины, пресса; блок упражнений на гибкость корпуса и на растяжку ног. Занятия на втором году обучения значительно усложняются. Наиболее существенной частью занятий становится танцевальная подготовка детей. Воспитательные задачи остаются в центре внимания, но выполняются они не в плане игровых, а в плане подготовки и исполнения танцев.
- Комплекс упражнений лечебной физкультуры для коррекции осанки.
- Усложняются упражнения для развития техники танца: деми плие и гран плие по 1, 2, 5 позициям; батман тандю крестом из 5 позиции; батман фондю вперед - в сторону - назад; батман жете по 5 позиции крестом с паузой на каждый такт; батман фрапе вперед - в сторону - назад; релеве лан на 90°; релеве на полупальцах из 1, 2, 5 позиций; эшапе (прыжки из 5 позиции во 2 позицию); батман тандю («носок» в характере русского танца).
- Упражнения на середине зала: прыжок с ноги на ногу (жете); танлие вперед; позы: круазе (вперед – назад); арабеск (первый и второй; сначала изучают не поднимая ноги, оставляя ее на полу). Используют упражнения для головы: наклоны, повороты, а также движения и танцевальные композиции, запланированные к постановке.

## **3. Постановочная и репетиционная работа – 40 часов:**

### **3.1 Теория (2 часа):**

- Музыкальные термины (вступление, сильная доля, пауза, определение темпа, характера музыкального сопровождения).
- Как передать характер музыки через танцевальные движения.

### **3.2 Практика (38 часов):**

- «Веселые мухоморы» (шаг по кругу с захлестом; пружинка с плечиками; приставной шаг с пяткой и 3-ым притопом; «ковырялочка»; «полочка»; прыжки по 6 позиции из стороны в сторону и пр.).
- «Лето» (прыжки из 6 во 2 и обратно + поворот на одной ноге; галоп в сторону с качалкой; пружинка с противоходом; галоп + пятка - носок - пятка - притоп в разных направлениях по линиям; подскоки по кругу парами со сменой положений руки и пр.).
- «Соловушка» (шаг с припаданием, веревочка, дробушка, перестроения по линии танца)

## **4. Формирование вокально-хоровых навыков (35 часов)**

### **4.1 Теория (2 часа):**

- Знакомство с голосовым аппаратом. Использование певческих навыков.
- Опорное дыхание, артикуляция, певческая позиция. Навыки пения сидя и стоя.

### **4.2 Практика (33 часа):**

- Упражнения на дыхание. Упражнения-распевания.

- Согласованность артикуляционных органов.
- Особенности произношения при пении: напевность гласных, умение их округлять, стремление к чистоте звучания неударных гласных
- Опорное дыхание, артикуляция, певческая позиция (использование головного и грудного регистров). Смена дыхания в процессе пения, различные приёмы дыхания.
- Упражнения для интонирования одногласного пения.
- Музыкальный звук. Высота звука. Нотная грамота. Интонирование.
- Формирование чувства ансамбля. Выработка ритмической устойчивости в умеренных темпах при соотношении простейших длительностей (четверть, восьмая, половинная).
- Пение нонлегато и легато.
- Вокально-хоровые навыки в исполнительском мастерстве.
- Формирование сценической культуры. Работа с фонограммой.

***К концу 2 года обучения обучающиеся овладевают знаниями и навыками:***

- знать позиции ног 1; 2; 6; позиции рук – подготовительная, первая, третья;
- знать батман-гандю «носок» в характере русского танца;
- уметь начинать движение после вступления;
- слышать сильные доли в тактах музыкального произведения;
- владеть основами нотной грамоты, навыками использования голосового аппарата;
- владеть навыками вокально-хоровой деятельности (вовремя начинать и заканчивать пение, правильно вступать, умение петь по фразам, слушать паузы, правильно выполнять музыкальные, вокальные ударения, четко и ясно произносить слова – артикулировать при исполнении);
- уметь передавать характер песни, правильно распределять дыхание во фразе, уметь делать кульминацию во фразе;
- исполнять танцы «Веселые мухоморы», «Лето», «Соловушка»;
- исполнять песни с хореографическими движениями «Счастливая семья», «Наша бабушка» «Мы маленькие звезды».

***5. Концертная деятельность, участие в конкурсах и фестивалях - 10,5 часов:***

- выступление в социально-значимых мероприятиях: «День Знаний», «День учителя», «День пожилого человека, «День матери», «Концерт для ветеранов ВОВ, к Дню освобождения гор. Калинина»; «Новогодние ёлки» для учащихся начальной школы; «Международный день 8-е марта»; «Концерт для ВОВ, к Дню Победы»; школьных праздниках «Последний звонок в 11 классах», «Выпускной начальной школы»;
- Выступление на городском конкурсе «Радуга Талантов»;

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН  
СТАРШАЯ ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА  
ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ**

№ п/п	Темы	Количество часов			Формы аттестации
		всего	теория	практика	
1	Организационная работа	1,5	1,5		Выступление в МОУ СОШ №43: «День знаний», «День учителя», «День матери» «Новогодние ёлки» «8-е марта», «День победы», «Последний звонок», «Выпускной начальной школы» На конкурсах: «Радуга талантов», «Парад планет»
2	Учебно-тренировочная работа	21	3	18	
3	Постановочная и репетиционная работа	75	3	72	
4	Концертная деятельность, участие в конкурсах и фестивалях.	10,5	-	10,5	
	<b>ИТОГО:</b>	<b>108</b>	<b>7,5</b>	<b>100,5</b>	

**Содержание учебного плана.**

**1. Организационная работа 1,5 часа:**

- Беседа с ребятами о целях и задачах занятий в кружке. Беседа с учащимися о правилах поведения, определение формы. Беседа о различных видах танца. Беседа с родителями о целях и задачах кружка, о домашней работе.

**2. Учебно-тренировочная работа 21 час:**

**2.1 Теория (3 часа):**

- Правила техники безопасности на занятиях в хореографическом ансамбле «Мечта»
- Положение корпуса при выполнении упражнений классического танца.
- Особенности выполнения упражнений лечебной физкультуры.

**2.2 Практика (18 часов)**

- Шаг с носка по кругу
- Перестроение по 2 человека, 4
- Перестроение в колонну по 4.
- Позиции ног (1, 2, 3, 4, 5, 6)
- Позиции рук (подготовительная, 1, 2, 3)
- Упражнения для развития техники танца
- Деми плие и гран плие по 1, 2, 5 позициям
- Батман тандю крестом из 5 позиции

- Батман фондю вперед - в сторону - назад
- Батман жете по 5 позиции крестом с паузой на каждый такт
- Батман фрапе вперед - в сторону - назад
- Релеве лан на 90°
- Релеве на полупальцах из 1, 2, 5 позиций
- Эшапе (прыжки из 5 позиции во 2 позицию)
- Батман тандю («носок» в характере русского танца)
- Упражнения на середине зала: прыжок с ноги на ногу (жете)
- Танлие вперед
- Позы круазе (вперед – назад)
- Арабеск (первый и второй; сначала изучают, не поднимая ноги, оставляя ее на полу)
- Батман тандю с 1 позиции вперед, в сторону, назад
- Батман жете с 1 позиции крестом
- Батман фроппе крестом; гран батман в сторону; соте

### ***3. Постановочная и репетиционная работа – 75 часов:***

#### **3.1 Теория (3 часа):**

- Музыкальные термины (вступление, сильная доля, пауза, определение темпа, характера музыкального сопровождения).
- Как передать характер музыки через танцевальные движения.

#### **3.2 Практика (72 часа):**

- Танец «Друзья» (бег по кругу, движение «перекати поле»; прыжки по 6 позиции с выносом ноги вперед и в сторону на воздух 25<sup>0</sup>; боковые шаги с поднятием рук и пр.).
- Танец «Новогодний переполох» (подскоки, тройной притоп с поворотом, выпады на правую и левую ногу, перестроения по рисунку танца)
- Танец «Финский» (бег с высоким поднятием ноги; подскоки; выпады; шаг с пятки; работа с зонтиком; повороты в парах на высоких полупальцах и пр.).
- Танец «Небесный сон» (основной шаг – вальсовый поворот; подебуре; балансе; комбинации для рук и пр.).

***К концу 1 года обучения (старшая возрастная группа) учащиеся овладевают знаниями и навыками:***

- уметь ориентироваться в пространстве, перестраиваясь по заданию преподавателя;

- знать основные позиции ног, рук классического танца. Уметь выполнять изученные упражнения классического танца для укрепления мышечного корсета;
- исполнять танцы «Друзья», «Финский», «Небесный сон».

#### **4. Концертная деятельность, участие в конкурсах и фестивалях - 10,5 часов:**

- выступление в социально-значимых мероприятиях: «День Знаний», «День учителя», «День пожилого человека», «День матери», «Концерт для ветеранов ВОВ, к Дню освобождения гор. Калинина»; «Новогодние ёлки» для учащихся начальной школы; «Международный день 8-е марта»; «Концерт для ВОВ, к Дню Победы»; школьных праздниках «Последний звонок в 11 классах», «Выпускной начальной школы»;
- Выступление на городском конкурсе «Радуга Талантов»;
- Выступление на региональных, всероссийских, международных конкурсах, конкурсах-фестивалях (например «Парад Планет» и др.).

## **УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН СТАРШАЯ ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ**

№ п/п	Темы	Количество часов			Формы аттестации
		всего	теория	практика	
1	Организационная работа	1,5	1,5		Выступления в МОУ СОШ №43: «День знаний», «День учителя», «День матери» «Новогодние ёлки» «8-е марта», «День победы», «Последний звонок», «Выпускной начальной школы» На конкурсах: «Радуга талантов», «Парад планет»
2	Учебно-тренировочная работа	21	3	18	
3	Постановочная и репетиционная работа	75	3	72	
4	Концертная деятельность, участие в конкурсах и фестивалях.	10,5	-	10,5	
	<b>ИТОГО:</b>	<b>108</b>	<b>7,5</b>	<b>100,5</b>	

### **Содержание учебного плана.**

#### **1. Организационная работа 1,5 часа:**

- Беседа с ребятами о целях и задачах занятий в кружке. Беседа с учащимися о правилах поведения, определение формы. Беседа о различных видах танца. Беседа с родителями о целях и задачах кружка, о домашней работе.

## **2. Учебно-тренировочная работа 21 час:**

### **2.1 Теория (3 часа):**

- Правила техники безопасности на занятиях в хореографическом ансамбле «Мечта»
- Положение корпуса при выполнении упражнений классического танца.
- Особенности выполнения упражнений лечебной физкультуры.

### **2.2 Практика (18 часов)**

- На втором году обучения экзерсис на середине зала значительно усложняется. Воспитательные задачи остаются в центре внимания. Усложняются упражнения для развития техники танца. Подготовительные танцевальные упражнения: деми плие из 1, 2, 5 позиции; батман тандю из 1, 5 позиции крестом и с деми плие в 5 позицию; батман жете из 1 и 5 позиции крестом и с пике в сторону, рон де жамб партер из 1 позиции по половине круга, а затем полностью на полный круг; батман фраппе крестом; гран батман жете в сторону и на круазе, соте, эшапе. Диагональ на середине зала (шене).

## **3. Постановочная и репетиционная работа – 75 часов:**

### **3.1 Теория (3 часа):**

- Музыкальные термины (вступление, сильная доля, пауза, определение темпа, характера музыкального сопровождения).
- Как передать характер музыки через танцевальные движения.

### **3.2 Практика (72 часа):**

- Танец «Осени не будет никогда» (крутка по 6 позиции; простой шаг с носка; ключ простой; бег по кругу; крутка; дробь и пр.).
- Танец «Ночь волшебная» (беговой шаг; работа над образностью в исполнении; различные виды прыжков и пр.).
- Танец «Мелодия дождя» (основной шаг с носка; работа над пластикой в движениях и пр.).
- Танец «А у реки» (основной шаг на высоких полупальцах; гармошка; ковырялочка; мелкие выстукивания; эстрадные комбинации и пр.).

***К концу 2 года обучения (старшая возрастная группа) учащиеся овладевают знаниями и навыками:***

- знать правила исполнения основных движений классического танца;
- знать выразительные средства музыки и танца;
- выполнять движения танцев в соответствии с музыкой;
- исполнять танцы «Ночь волшебная», «Осени не будет никогда», «Мелодия дождя», «А у реки».

#### **4. Концертная деятельность, участие в конкурсах и фестивалях - 10,5 часов:**

- выступление в социально-значимых мероприятиях: «День Знаний», «День учителя», «День пожилого человека», «День матери», «Концерт для ветеранов ВОВ, к Дню освобождения гор. Калинина»; «Новогодние ёлки» для учащихся начальной школы; «Международный день 8-е марта»; «Концерт для ВОВ, к Дню Победы»; школьных праздниках «Последний звонок в 11 классах», «Выпускной начальной школы»;
- Выступление на городском конкурсе «Радуга Талантов»;
- Выступление на региональных, всероссийских, международных конкурсах, конкурсах-фестивалях (например «Парад Планет» и др.).

### **УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН СТАРШАЯ ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ**

№ п/п	Темы	Количество часов			Формы аттестации
		всего	теория	практика	
1	Организационная работа	1	1		Выступления на концертах в МОУ СОШ № 43: «День матери» «Новогодние ёлки» «8-е марта» «День победы» «Последний звонок» «Выпускной начальной школы» На конкурсах: «Радуга талантов», «Парад планет».
2	Учебно-тренировочная работа	42	2	40	
3	Постановочная и репетиционная работа	42	2	40	
4	Концертная деятельность, участие в конкурсах и фестивалях.	23	-	23	
	<b>ИТОГО:</b>	<b>108</b>	<b>5</b>	<b>103</b>	

#### **Содержание учебного плана.**

##### **1. Организационная работа 1,5 часа:**

- Беседа с ребятами о целях и задачах занятий в кружке. Беседа с учащимися о правилах поведения, определение формы. Беседа о различных видах танца. Беседа с родителями о целях и задачах кружка, о домашней работе.

##### **2. Учебно-тренировочная работа 21 час:**

###### **2.1 Теория (3 часа):**

- Правила техники безопасности на занятиях в хореографическом ансамбле «Мечта»
- Положение корпуса при выполнении упражнений классического танца.

- Особенности выполнения упражнений лечебной физкультуры.

## **2.2 Практика (18 часов)**

- на третьем году обучения повторяются и отрабатываются упражнения классического танца в более ускоренном темпе;
- дополнительно изучаются упражнения: ронде жамб партер; релеве лан крестом на 90<sup>0</sup>;
- выполняются упражнения классического станка на середине зала;
- добавляются прыжки на диагонали.

## **3. Постановочная и репетиционная работа – 75 часов:**

### **3.1 Теория (3 часа):**

- Музыкальные термины (вступление, сильная доля, пауза, определение темпа, характера музыкального сопровождения).
- Как передать характер музыки через танцевальные движения.

### **3.2 Практика (72 часа):**

- танец «Колыбельная» (переменный шаг; простой шаг с носка; припадание по кругу и диагонали; работа с руками; перестроение по линии танца и пр.);
- танец «Россия моя» (перескоки, кружение в парах, перестроения в колонны, шаговые комбинации).
- Танец «Новогодний сюрприз» (чередование подскоки и перескоки, прыжки в парах, перестроение на диагонали)
- танец «Масленичные гулянья» (чередование переменного шага и шага с носка, ковырялочка, дробушка, веревочка, перестроения в круг и на колонны)

### ***К концу 3 года обучения (старшая возрастная группа) обучающиеся овладевают знаниями и навыками:***

- знать правила исполнения основных движений классического танца;
- знать выразительные средства музыки и танца;
- различать стили танцевального искусства;
- уметь исполнять танцы «Колыбельная», «Россия моя»; «Масляничные гулянья».
- выступление на конкурсе массового танца.

## **4. Концертная деятельность, участие в конкурсах и фестивалях - 10,5 часов:**

- выступление на социально-значимых мероприятиях: «День Знаний», «День учителя», «День пожилого человека», «День матери», «Концерт для ветеранов ВОВ, к Дню освобождения гор. Калинина»; «Новогодние ёлки» для учащихся начальной школы; «Международный день 8-е марта»; «Концерт для ВОВ, к Дню Победы»; школьных праздниках «Последний звонок в 11 классах», «Выпускной начальной школы»;



- Выступление на городском конкурсе «Радуга Талантов»;
- Выступление на региональных, всероссийских, международных конкурсах, конкурсах-фестивалях (например «Парад Планет» и др.).
- Посещение выставок, театров, концертов предполагает всем классом посещение значительных выступлений известных хореографических коллективов, выставки в выставочных центрах, балетные постановки театральных коллективов.

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**  
**СТАРШАЯ ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА (вокально-хореографическая)**  
**3-5 ГОД ОБУЧЕНИЯ**

№ п/п	Темы	Количество часов			Формы аттестации
		всего	теория	практика	
1	Организационная работа	1,5	1,5		Выступление в МОУ СОШ №43: «День знаний», «День учителя», «День матери» «Новогодние ёлки» «8-е марта», «День победы», «Последний звонок», «Выпускной начальной школы» На конкурсах: «Радуга талантов», «Парад планет»
2	Учебно-тренировочная работа	21	3	18	
3	Постановочная и репетиционная работа	40	2	38	
4	Формирование вокально-хоровых навыков	35	2	33	
5	Концертная деятельность, участие в конкурсах и фестивалях.	10,5	-	10,5	
	<b>ИТОГО:</b>	<b>108</b>	<b>7,5</b>	<b>100,5</b>	

**Содержание учебного плана.**

**1. Организационная работа – 1,5 часа:**

**Теория (1,5 часа)**

- Беседа с ребятами о целях и задачах занятий в кружке. Определение формы на занятиях (белая юбочка, тапочки), дисциплина на уроке.
- Беседа с родителями о целях и задачах кружка, о систематическом посещении занятий, о домашней работе над осанкой и корпусом, гигиене голосового аппарата.

**2. Учебно-тренировочная работа (подготовительные танцевальные упражнения) – 21 час:**

**2.1 Теория (3 часа):**

- Правила техники безопасности на занятиях в хореографическом ансамбле «Мечта»

- Положение корпуса при выполнении упражнений классического танца
- Владение своим голосовым аппаратом. Использование певческих навыков.

## **2.2 Практика (18 часов):**

- Шаг с носка по кругу
- Перестроение по 2 человека, 4
- Перестроение в колонну по 4.
- Позиции ног (1, 2, 3, 4, 5, 6)
- Позиции рук (подготовительная, 1, 2, 3)
- Упражнения для развития техники танца
- Деми плие и гран плие по 1, 2, 5 позициям
- Батман тандю крестом из 5 позиции
- Батман фондю вперед - в сторону - назад
- Батман жете по 5 позиции крестом с паузой на каждый такт
- Батман фрапе вперед - в сторону - назад
- Релеве лан на 90°
- Релеве на полупальцах из 1, 2, 5 позиций
- Эшапе (прыжки из 5 позиции во 2 позицию)
- Батман тандю («носок» в характере русского танца)
- Упражнения на середине зала: прыжок с ноги на ногу (жете); танлие вперед; позы: круазе (вперед – назад); арабеск (первый и второй; сначала изучают не поднимая ноги, оставляя ее на полу). Используют упражнения для головы: наклоны, повороты, а также движения и танцевальные композиции, запланированные к постановке.
- Танлие вперед
- Позы круазе (вперед – назад)
- Арабеск (первый и второй; сначала изучают, не поднимая ноги, оставляя ее на полу)
- Батман тандю с 1 позиции вперед, в сторону, назад
- Батман жете с 1 позиции крестом
- Батман фроппе крестом; гран батман в сторону; соте

## ***3. Постановочная и репетиционная работа – 40 часов:***

### **3.1 Теория (2 часа):**

- Музыкальные термины (вступление, сильная доля, пауза, определение темпа, характера музыкального сопровождения).
- Как передать характер музыки через танцевальные движения.

### **3.2 Практика (38 часов):**

- Танец «Друзья» (бег по кругу, движение «перекасти поле»; прыжки по 6 позиции с выносом ноги вперед и в сторону на воздух 25<sup>0</sup>; боковые шаги с поднятием рук и пр.).
- Танец «Новогодний переполох» (подскоки, тройной притоп с поворотом, выпады на правую и левую ногу, перестроения по рисунку танца)
- Танец «Небесный сон» (основной шаг – вальсовый поворот; подебуре; болансе; комбинации для рук и пр.).

### **4. Формирование вокально-хоровых навыков (35 часов)**

#### **4.1 Теория (2 часа):**

- Знакомство с голосовым аппаратом. Использование певческих навыков.
- Опорное дыхание, артикуляция, певческая позиция. Навыки пения сидя и стоя.

#### **4.2 Практика (33 часа):**

- Упражнения на дыхание. Упражнения-распевания. Различный характер дыхания перед началом пения в зависимости от характера исполняемого произведения: медленное, быстрое.
- Знакомство с навыками «цепного» дыхания (пение выдержанного звука в конце произведения; исполнение продолжительных музыкальных фраз на «цепном дыхании».
- Особенности произношения при пении: напевность гласных, умение их округлять, стремление к чистоте звучания неударных гласных
- Округление гласных, способы их формирования в различных регистрах (головное звучание). Пение нонлегато и легато. Добиваться ровного звучания во всем диапазоне детского голоса, умения использовать головной и грудной регистры.
- Упражнения для интонирования одноголосого пения.
- Музыкальный звук. Высота звука. Нотная грамота. Интонирование.
- Формирование чувства ансамбля. Выработка ритмической устойчивости в умеренных темпах при соотношении простейших длительностей (четверть, восьмая, половинная).
- Выработка активного унисона (чистое и выразительное интонирование диатонических ступеней лада)
- Вокально-хоровые навыки в исполнительском мастерстве.
- Сочетание вокально-хоровых навыков с работой по музыкальной выразительности и созданию сценического образа.
- Формирование сценической культуры. Работа с фонограммой.

***К концу 5 года обучения обучающиеся овладевают знаниями и навыками:***

- знать позиции ног 1; 2; 6; позиции рук – подготовительная, первая, третья;
- знать батман-гандю «носок» в характере русского танца;

- знать правила исполнения основных движений классического танца;
- знать выразительные средства музыки и танца;
- различать стили танцевального искусства;
- уметь начинать движение после вступления;
- слышать сильные доли в тактах музыкального произведения;
- владеть основами нотной грамоты, навыками использования голосового аппарата;
- владеть навыками вокально-хоровой деятельности (вовремя начинать и заканчивать пение, правильно вступать, умение петь по фразам, слушать паузы, правильно выполнять музыкальные, вокальные ударения, четко и ясно произносить слова – артикулировать при исполнении);
- уметь передавать характер песни, правильно распределять дыхание во фразе, уметь делать кульминацию во фразе;
- исполнять вокальные песни напевно, легко, светло, без форсирования звука;
- соблюдать при пении певческую установку: сидеть или стоять прямо, ненапряженно, слегка отводить плечи назад, опустив руки или положив их на колени (при пении сидя);
- исполнять песни и вокально-хоровые упражнения в диапазоне *ре* (до) первой октавы – *до* второй октавы;
- укреплять свои хоровые навыки на основе индивидуального развития голоса;
- освоить двухголосное пение;
- исполнять танцы «Друзья», «Новогодний переполох», «Небесный сон»;
- исполнять вокальные песни, знать их названия и авторов, с хореографическими движениями.

##### **5. Концертная деятельность, участие в конкурсах и фестивалях - 10,5 часов:**

- выступление в социально-значимых мероприятиях: «День Знаний», «День учителя», «День пожилого человека, «День матери», «Концерт для ветеранов ВОВ, к Дню освобождения гор. Калинина»; «Новогодние ёлки» для учащихся начальной школы; «Международный день 8-е марта»; «Концерт для ВОВ, к Дню Победы»; школьных праздниках «Последний звонок в 11 классах», «Выпускной начальной школы»;
- Выступление на городском конкурсе «Радуга Талантов».

#### IV. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Развитие деятельности хореографического ансамбля «Мечта» позволит вовлечь во внеурочную деятельность широкий круг учащихся и создать условия для эстетического развития и самоопределения ребёнка.

Расширение культурного пространства концертной деятельностью способствует возможности передавать профессиональный опыт педагогической деятельности.

Разработка и постановка танцевальных номеров, творческих проектов является творческой основой для реализации инновационных идей и идеи продолжения традиций МОУ СОШ №43.

Развития у учащихся чувства гордости и патриотизма, выступая в социально-значимых мероприятиях: «День Знаний», «День учителя», «День пожилого человека», «День матери», «Концерт для ветеранов ВОВ, к Дню освобождения гор. Калинина»; «Новогодние ёлки» для учащихся начальной школы; «Международный день 8-е марта»; «Концерт для ВОВ, к Дню Победы»; школьных праздниках «Последний звонок в 11 классах», «Выпускной начальной школы»; Выступление на городском конкурсе «Радуга Талантов»; Выступление на региональных, всероссийских, международных конкурсах, конкурсах-фестивалях (например «Парад Планет» и др.).

Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности повседневной жизни.

#### Оценка эффективности программы.

*Оценка эффективности освоения курса программы определяется с помощью критериев:*

- **Познавательный:** творческий подход к созданию танцевальных комбинаций в импровизационных этюдах.
- **Коммуникативный:** умение слушать и слышать руководителя, принимать во внимание мнение других учащихся, соблюдение этики взаимоотношений..
- **Личностный:** внутренняя мотивация (интерес к занятиям, стремление к самоутверждению, самосовершенствованию, нравственно-этическая ориентация).

*Методы отслеживания результатов:*

- Наблюдения за обучающимися в процессе обучения, беседы с родителями об изменении в поведении.
- Участие в фестивалях и конкурсах различного уровня.
- Участие в мероприятиях различного уровня: активность, творческий подход.

*Оценкой эффективности программы «Мир танца» являются:*

- Востребованность творчества танцевального и вокально-хореографического коллективов «Мечта» во всех общешкольных, общегородских культурных мероприятиях и концертных программах.
- Результаты выступлений на городском конкурсе «Радуга Талантов», на региональных, всероссийских, международных конкурсах, конкурсах-фестивалях (например «Парад Планет» и др.).

## **V. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ (методическое обеспечение)**

### ***Материально-технические условия реализации программы:***

- просторное, светлое, чистое помещение;
- магнитофон или музыкальный центр;
- записи используемых композиций;
- гимнастические коврики для выполнения упражнений лечебной физкультуры;
- спортивный инвентарь для выполнения упражнений растяжки;
- фортепиано, акустическая система (колонки, микрофоны, микшерный пульт);
- ноутбук.

### ***Учебно-методическое и информационное обеспечение программы:***

- Научно-методический аспект нашей деятельности связан с руководством методическим объединением педагогов дополнительного образования. Кадровое обеспечение разработки и реализации дополнительной общеобразовательной программы осуществляются педагогами дополнительного образования, что закрепляется Профессиональным стандартом «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (Приказ Минтруда России от 08.09.2015 г. № 613н).

### ***СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:***

1. «Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях», Бондаренко Л., - Киев, 1985.
2. «Волшебный мир танца», Пасютинская В.М., : Кн. для учащихся. – М., 1985.
3. «Классический танец»: Методическая разработка для учащихся КПУ хореографической ориентации, Сост. М.В. Смирнова. – М., 1988.
4. «Народный танец», Методическая разработка для учащихся и преподавателей хореографической специализации КПУ, Сост. М.И. Шляпкинова. – М., 1988.
5. «Ритмика»: Методическое пособие, Чибрикова-Луговская А.Е.- М.: «Дрофа», 1998

6. Шушкина З. «Ритмика», - М., 2006
7. «Основы современного танца», Поляков С.С.- Ростов-на-Дону: Кн. Изд-во, - 2006.
8. «Системно-деятельностный подход к разработке стандартов нового поколения» , А.Г. Асмолов, М.: Педагогика., - 2009.
9. «Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования», Министерство образования и науки РФ, 2-е изд. М.: Просвещение, 2011. - 31 с.
10. «Урок в начальной школе, Реализация системно-деятельностного подхода к обучению», Дусавицкий А.К., Кондратьев Е.М., Толмачева И.Н., Шилкунова З.И. М.: ВИТА-ПРЕСС, 2011. — 288 с.
11. «Психология педагогика», Столяренко А.М. М.: Юнити-Дана, 2010. – 540 с.
12. «Индивидуальный образовательный маршрут школьника. Методический конструктор. Модели. Анализ. ФГОС», Кунаш М.А. М.: Учитель, - 2013. (ISBN: 978-5-7057-3505-1)
13. «Постановка певческого голоса», Белоусенко М.И. Белгород: 2006г
14. « Распевание на уроках пения в детском хоре начальной школы», Миловский С. М.: «Музыка», 1997г.
15. «Музыка в школе», составитель Е. Критская, М.: «Просвещение», 2016 г.
16. «Мир вокального искусства» : (программа разработки занятий, методические рекомендации), составит. Г.А Суязова, Волгоград: «Учитель» - 2009г.
17. «Современный урок музыки»: методика конструирования, сценарии проведения, тестовый контроль: учебно-методическое пособие Т.А Зяткина- М.: Глобус 2007
18. «Распевание на уроках пения и в детском хоре начальной школы», С. Миловский, М.: «Музыка», 1997г

### ***ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ:***

#### ***Справочная информация:***

<https://ru.wikipedia.org/wiki/YouTube>

<https://vse-kursy.com/read/261-uroki-vokala-dlya-nachinayuschih-besplatnye-video-dlya-zanyatii-doma.html>

<https://4brain.ru/blog/>

<https://kladraz.ru/blogs/ekaterina-borisovna-eremeva/primenenie-igrovyyh-tehnologii-na-zanjatijah-horeografiei.html>

#### ***Минусовые фонограммы песен:***

<http://x-minus.club/lang/1?sb=id&page=8>

[https://grom-muzi.ru/track/neposedy\\_moya-rossiya-moya-strana--x-minus-org](https://grom-muzi.ru/track/neposedy_moya-rossiya-moya-strana--x-minus-org)

<https://minusovku.ru/>

**Комплекс упражнений лечебной физкультуры  
на занятиях в хореографическом ансамбле «Мечта»**

**В результате регулярных занятий с использованием упражнений лечебной физкультуры:**

- Уменьшается плоскостопие
- Создается мышечный корсет
- Исправляются недостатки осанки
- Решается задача общего укрепления и физического развития ребенка.

**Упражнения для стоп:**

- ✓ Исх. пол. - сидя на коврик, ноги вытянуты, руки за спиной  
На счет 1 – носки стоп натянуть на себя;  
На счет 2 – носки стоп вытянуть вниз.
- ✓ Исх. пол. - сидя на коврик, ноги вытянуты, руки за спиной  
На счет 1 – одна стопа вытянута вниз, другая натянута на себя;  
На счет 2 – поменять положение стоп.
- ✓ Исх. пол. - сидя на коврик, ноги вытянуты, руки за спиной  
На счет 1 – круговые движения стоп от центра  
На счет 2 – круговые движения стоп к центру.

**Упражнения на создание мышечного корсета:**

- ✓ Исх. пол. - сидя на коврик,) ноги вытянуты, руки за спиной  
На счет 1 – мах правой ногой (нога крепко вытянута, носок острый)  
На счет 2 – нога опускается в исходное положение  
На счет 3 – мах левой ногой (нога крепко вытянута, носок острый)  
На счет 4 – нога опускается в исходное положение.
- ✓ («Ножницы») Исх. пол. - сидя на коврик, ноги вытянуты, руки за спиной  
На счет 1 – две ноги (крепко вытянутые) поднимаются и делают движение на крест  
На счет 2 - две ноги (крепко вытянутые) Раскрываются в стороны
- ✓ («Уголок») Исх. пол. - сидя на коврик, ноги вытянуты, руки за спиной  
На счет 1 .2 .3 - крепко вытянутые ноги (носки острые) поднимаются на 45 градусов, руки раскрываются в стороны  
На счет 4 – ноги возвращаются в исходное положение

**Упражнения растяжки:**

- ✓ Исх. пол. - сидя на коврик, ноги поджаты к себе, колени вместе, руками держаться за носочки  
На счет 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 – переступая пятками, ноги вытягиваются вперед, корпус ложиться на ноги. В положении лежа, ребенок находится на 4 счета
- ✓ Исх. пол. - сидя на ковриках, ноги широко раскрыты, крепко вытянуты, руки тянутся вверх, спина – прямая  
На счет 1 – лечь на правую ногу  
На счет 2 – исходное положение  
На счет 3 – лечь на левую ногу  
На счет 4 – исходное положение  
На счет 5, 6, 7 – лечь вперед, руки поставить на локти, голову положить на руки  
На счет 8 – исходное положение



- ✓ («Лягушка») Исх. пол. - сидя на коврике, ноги сложены стопа к стопе, поджатые к корпусу, руки кладутся на колени)
  - На счет 1, 2, 3 – руками нажимать на колени, стараясь положить колени на пол
  - На счет 4 – вернуться в исходное положение
- ✓ Исх. пол. - лежа на спине, ноги крепко вытянуты на полу
  - На счет 1,2 – поднять крепкие, прямые ноги.
  - На счет 3, 4, 5, 6 – раскрыть крепкие ноги в стороны (шпагат лежа)
  - На счет 7 – ноги собрать вместе
  - На счет 8 – вернуться в исходное положение

#### **Упражнения на гибкость корпуса:**

- ✓ («Кошечка 1») Исх. пол. – стоя на четвереньках, колени вместе
  - На счет 1, 2 – прогиб спины (ямка), голова поднята вверх
  - На счет 3, 4 – Спина выгибается в другую сторону (горка), голова опускается вниз
- ✓ («Кошечка 2») Исх.пол. – стоя на четвереньках, колени вместе
  - На счет 1, 2 – сесть на ноги
  - На счет 3, 4, 5, 6, 7, 8 – лечь на пол (изображая как кошечка пролезает под забором), голова поднимается назад
  - На счет 1, 2, 3, 4, 5, 6 – возвращение в положение сидя по той же траектории
  - На счет 7, 8 – встать в исходное положение
- ✓ (Упр. – отдых «Дельфин и русалка») Исх. пол. – лежа на животе, ноги вытянуты, стопы раскрыты в первую позицию («рыбий хвостик»), руки перед собой
- ✓ Исх. пол. – лежа на животе ноги вытянуты, носки и пятки вместе, руки согнуты в локтях
  - На счет 1, 2, 3, 4 – подняться на вытянутые руки и прогнуться назад, голова тянется назад
  - На счет 5, 6, 7, 8 – медленно вернуться в исходное положение
- ✓ («Лодочка») Исх. пол. – лежа на животе, носки, пятки – вместе, руки вытянуты по полу вперед
  - На счет 1, 2, 3, 4 – напрягая мышцы, поднять крепкие руки и вытянутые ноги, голова остается прижата к коврику
  - На счет 5, 6, 7, 8 – вернуться в исходное положение
- ✓ («Самолет») Исх. пол. - лежа на животе, носки, пятки – вместе, руки вытянуты по полу в стороны
  - На счет 1, 2, 3, 4 - напрягая мышцы, поднять крепкие руки (в стороны) и вытянутые ноги (вместе)
  - На счет 5, 6, 7, 8 - вернуться в исходное положение
- ✓ («Корабль») Исх. пол. - лежа на животе, носки, пятки – вместе, руки вытянуты вдоль корпуса
  - На счет 1, 2, 3, 4 - напрягая мышцы, поднять крепкие руки (скрепленные в замок за спиной) и вытянутые ноги (вместе)
  - На счет 5, 6, 7, 8 - вернуться в исходное положение
- ✓ («Корзиночка») Исх. пол. – лежа на животе, руками взять ноги за щиколотки
  - На счет 1, 2, 3, 4, - поднять руками ноги вверх, изображая корзиночку
  - На счет 5, 6, 7, 8 - вернуться в исходное положение
- ✓ («Колобок») Исх. пол. – сидя на ковриках, обхватить руками колени, голу прижать к коленям
  - На счет 1, 2 – оттолкнуться ногами и качнуться назад, положение корпуса остается сгруппированным. На счет 3, 4 - вернуться в исходное положение.