

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ  
«ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ «ВОСТОЧНЫЙ»

Программа принята педагогическим  
советом ГБОУДО ДТДиМ «Восточный»  
протокол № 1 от «31» 08 2017 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУДО ДТДиМ «Восточный»

С.Е. Дунаева

Приказ № 28 от «31» 08 2017 г.



Дополнительная общеразвивающая программа  
«Карусель» - (подготовительные группы)»

**Уровень освоения программы: ознакомительный**

**Направленность: художественная**

**Возраст детей: 6-8 лет**

**Срок реализации: 2 года**

Педагог дополнительного образования

**Минейчева Юлия Сергеевна**

**Дымова Елена Васильевна**

**Баталина Ольга Сергеевна**

**Москва, 2017 г.**

## **Раздел 1. Пояснительная записка (характеристика программы)**

### **1.1. Направленность дополнительной общеразвивающей программы: художественная**

### **1.2. Уровень освоения: ознакомительный**

### **1.3. Актуальность и педагогическая целесообразность программы:**

Хореография, являясь одним из синтетических видов творчества, включает в себя основы различных видов искусств: музыкального, театрального, художественного творчества, народного танца и пластики.

Русский танец является одним из наиболее распространенных и древних видов народного творчества. Изучение русского народного танца, как старинного, так и современного, правильное понимание стиля, характера и манеры его исполнения дают возможность создать на сцене средствами танца правдивый образ русского человека, воспитывают хороший вкус, чувство национальной гордости за свой народ, любовь к Родине.

Программа «Основы народного танца» относится к художественно-эстетическому направлению. Она направлена на творческое развитие детей, дошкольного возраста через приобщения их к истокам национальной культуры и необходимости возрождения былых традиций и духовности русского танца.

Данная программа является подготовительным курсом обучения детей дошкольного возраста хореографической студии «Карусель».

### **1.4. Отличительные особенности программы:**

Данная программа является авторской и разработана в соавторстве с педагогом дополнительного образования ГБОУ ДТД и М «ВОСТОЧНЫЙ» Е.А.Филимоновой. Необходимость разработки настоящей программы продиктована концептуальными положениями Программы деятельности ГБОУ ДТД и М «ВОСТОЧНЫЙ», связанными с задачами оздоровления, приобщения к танцевальной культуре и совершенствования творческого потенциала детей.

Отличительными особенностями данной программы является гибкость и универсальность системы работы по направлениям: классический и народный танец.

### **1.5.Цель программы:**

Комплексное эстетическое развитие личности учащегося средством изучения основ танцевального народного искусства.

Развитие творческих способностей детей, приобщение к культуре хореографии, формирование средствами музыки и движений разнообразных умений, способностей, качеств личности.

### **1.6 Задачи программы:**

#### **Учебные:**

- основные правила поведения во время занятий, репетиций
- знакомство с терминологией классического, народного и детского танца. Музыкальная грамота: «музыкальный квадрат», ритм 2/4.
- формирование ориентировки в пространстве, умения исполнять движения в комбинации, развитие памяти движений;
- сформировать умение по комплексному использованию знаний по предметам (народный танец , классический танец, партерная гимнастика);
- сформировать начальные навыки актерского мастерства.

#### **Развивающие:**

- развитие координации движений;
- развитие умения двигаться по площадке в различных рисунках, развитие умения овладеть пространством;
- развитие ловкости, точности, координации движений;
- развить физические данные: гибкость, выносливость, правильную осанку.

## **Воспитательные:**

- формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми, на основе взаимопомощи и сотрудничества;
- формирование внимания, трудолюбия, терпения;
- воспитание интереса и любви к искусству народного танца и хореографии;
- воспитание у детей внимания, дисциплины, ответственности;
- воспитать чувство ансамбля у детей.

## **1.7. Категория обучающихся:**

Данная программа предназначена для занятий детей дошкольного и школьного возраста. В группе первого года обучения занимаются дети 6 - 7 лет, второго года обучения 7 - 8 лет.

## **1.8. Формы организации образовательной деятельности и режим занятий:**

Занятия групповые. В группах занимаются от 12 до 15 человек. Занятия проводятся в просторном зале оборудованном зеркалами. Дети приходят на занятия в специальной форме (костюм, обувь). Режим занятий: занятия первого года обучения - 2 раза в неделю по 1 часу. Всего 2 часа в неделю, занятия второго года обучения - 2 раза в неделю по часу.

## **1.9. Срок реализации программы:**

Полный курс 1 года обучения (72 ч)  
Второго года обучения (72ч)

## **1.10. Планируемые результаты:**

В результате первого года обучения дети будут **знать:**

- простейшие особенности и отличия лексики танцев разных народов,
- различать на слух их музыкальное сопровождение
- основные элементы русского танца, хореографические упражнения, упражнения партерной гимнастики;

**уметь:** выполнять движения в ритме мелодии, соединять танец и музыку;

- русский лёгкий шаг с движениями рук, бег, дробь;
- подскоки по диагонали, польку с подскоками, прыжки поджатые в «лягушке»;
- исполнять характерные танцы;
- передавать выразительность танца, владеть первоначальным актёрским мастерством;
- реализовывать навыки пространственной ориентации;
- держаться на сцене, танцевать в паре, в линии, в кругу и в других рисунках.

*Прогнозируемые результаты 2 года обучения* дети будут **знать:**

- классические позиции рук и ног (1,2,4,5) и их названия;
- постановку спины, корпуса и головы .

**уметь:**

- выполнять простейшие классические движения у станка и на середине: plie, tendu, releve, jete, port de bras, grand battement, адажио;
- простейшие движения народных танцев: подскоки, присядка, галоп, шаг по 1-й позиции, «ковырялочка», гармошка, верёвочка, топотушки по диагонали (на plie), шпагаты всех видов, «ключ».

Результатом обучения является освоение программы и переход на базовый уровень хореографической студии "КАРУСЕЛЬ".

## Раздел 2. Содержание программы

### 2.1.УЧЕБНЫЙ ( ТЕМАТИЧЕСКИЙ) ПЛАН 1 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

№	Тема	Общее количество часов	В том числе	
			теория	практика
1.	Введение	1	1	-
2.	Классический танец	20	4	16
3.	Народно-сценический танец	20	4	16
4.	Партерная гимнастика	10	2	8
5.	Постановочная работа Репетиционная работа Концертная деятельность	19	3	16
6.	Итоговые занятия	2	-	2
	ИТОГО:	72	14	58

### 2.2. Содержание учебного (тематического) плана 1 года обучения.

#### 1.Введение

- знакомство с обучающимися;
- беседа о значении народного танца в жизни людей разных национальностей;
- выявление интересов ребят, уровня их знаний, возможностей;
- ведение в курс обучения по данной программе;
- ознакомление с планами работы на 1 год обучения;
- инструктаж по технике безопасности.

#### 2. Элементы классического танца

##### Теория (4ч)

Пояснение понятия «Классический танец». Показ основных элементарных позиций рук и ног, постановку корпуса, головы. Понятие «красота» в применении к искусству танца. Беседа с показом видеоматериала о балете.

##### Практика (16)

Изучение подготовительной I, II, III позиций рук; изучение I, II, III, IV позиций ног. Plie у станка, battement tendu, releve, адажио на 45 градусов. Прыжки по 1 позиции. Начало изучения tours chaines. Приобретение устойчивости, умение распределять центр тяжести корпуса равномерно на одну или две ноги.

Упражнения у станка и на середине: приседания plie, tendu, releve, jete, port de bras, grand battement.

#### 3. Элементы народно-сценического танца

##### Теория (4ч)

Знакомство с разнообразием русских народных танцев. Сюжеты и темы: «хоровод». Изучение рисунков: линий, диагонали, круги в русских движениях в сольном и групповом танцах. Особенности открывания и закрывания рук. Прослушивание русской фольклорной музыки.

##### Практика (16ч)

Изучение женского и мужского поклонов. Основные движения русских народных танцев: «ковырялочка», «гармошка», «веревочка», «хлопушки», «присядки», «ключ». Оттачивание умения стучать об пол четко, отрывисто, легко. Удары полной стопой, каблуком, носком, в медленном, умеренном и быстром темпе, в продвижении. Русский шаг с каблука; припадание, «бегунок»; дробь с подскоком. Присядки в продвижении в сторону: присядка с «ковырялочкой», с «хлопушкой», с опусканием ноги на каблук. Соединение движений с руками и головой. Постановка корпуса в хороводе. Изучение вращательных упражнений.

#### 4. Партерная гимнастика

##### Теория (2ч)

Знакомство с названиями отдельных технических движений: подъем ноги, стопа, пальцы, пах, поясница, «птичка», пресс. Название и особенности движений на полу. Объяснение необходимости терпения. Психологический настрой на неприятные ощущения при растягивании мышц.

##### Практика (8ч)

Приобретение умения фиксировать выворотность и вытянутость колена и стопы ноги: упражнение сокращение и вытягивание. Вращательные движения стопой. чувствовать напряжение мышц ног, в чередовании с полным расслаблением мышц. Приобретение эластичности седалищных мышц и голеностопа с помощью складки («книжка») к ногам. Выворачивание паховых связок («лягушка» на спине; сидя; на животе). Изучение правильности исполнения «шпагатов» — прямых и боковых. Закачивание пресса с помощью поднятия ног, «березка». Растяжение связок спины посредством упражнений: «лодочка», «колечко», «мостик». Растяжение шейных и плечевых мышц при этом движении. У мальчиков присутствие силовых упражнений на полу - отжимание на руках, которое способствует укреплению мышц рук.

#### 5. Постановочная и репетиционная работа

Теория (3ч) Рассказ о концертных выступлениях, сведения о значимости концертов и всякого рода творческих мероприятий. Значение зрителя в зале, умение вести себя на сцене и за кулисами.

Просмотр выступлений других детских и взрослых коллективов и информация о них. Драматургия танцев, композиция, художественное воплощение музыкального материала в танце, рождение образов на эту тему. Постановка танцевальных номеров: "Веселые лягушата", "Самовар", хоровод "Рябинушка".

Практика (16) Отработка движений танцевального номера. Работа над синхронностью исполнения танца. Точность исполнения фигур и перестроений в танце. Ориентирование на сценической площадке.

##### **Концертная деятельность.**

Участие в концертах Дворца, отчетном концерте студии.

#### 6.Итоговые занятия.

Открытое занятие по освоенному материалу: «Народно-сценический танец», отчетный концерт студии.

### 2.3.УЧЕБНЫЙ (ТЕМАТИЧЕСКИЙ) ПЛАН 2 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

№	Тема	Общее количество часов	В том числе	
			теория	практика
1.	Введение	1	1	-
2.	Классический танец	20	4	16
3.	Народно-сценический танец	20	4	16
4.	Партерная гимнастика Акробатика	9	1	8
5.	Постановочная работа Репетиционная работа Концертная деятельность	20	4	16
6.	Итоговые занятия	2	-	2
	ИТОГО:	72	14	58

#### 2.4. Содержание учебного (тематического) плана второго года обучения.

**1. Вводное занятие.** Инструктаж по технике безопасности.

Беседа о целях и задачах на будущий год. Повторение пройденного материала за 1 год обучения.

Правила техники безопасности и поведения во время занятий. Расписание занятий.

## **2. Классический танец**

Теория (4ч) Рассказ о Московском, Ленинградском и других хореографических училищах и школах. Показ педагогом отдельных простых движений выразительность движений корпуса, заключающуюся в его свободных наклонах, перегибах, в гармоничных переходах из одной позы в другую, в сочетании с движениями рук и головы. Беседы на этические и эстетические темы.

Практика (16ч) Развитие элементарных навыков координации движений, с помощью разнообразия работы рук и ног у станка. Plie соединяем с port de bras; tendu в сочетании с plie, jete, pike. Изучение с руками port de bras (первое) и (второе). Выполнение полностью экзерсиса у станка. Изучение новых позиций ног III и V, применением их в движении. Отработка положений ног sur le cou-de-pied и passe для последующего использования в движениях: adagio pas de bourree (подготовка к пируэтам). Исполнение прыжков по I, II и III позиций. Формирование навыков развития «баллона», то есть способности задерживаться в воздухе в определенной позе. Новые прыжки, такие как pas echappe (с двух на две ноги), changement de pieds, с поджатыми ногами, и их роль в развитии прыжка. Приобретение красивой формы рук и спины во время вращения: подскоки в повороте, туры chaines, как вправо, так и влево. Совершенствование исполнения «польки», подскоков и галопа.

## **3. Народно-сценический танец**

Теория(4ч) Беседы по истории традиций и обрядов. Рассказы о танцевальном народном русском творчестве, о характерности танцев других народов, их отличие от исполнения русских движений. Значение знаний о культуре других стран. Показ педагогом простейших элементов разных танцев. Показ костюмов и рассказ о значении сценического костюма. Знакомство с творчеством ансамбля Игоря Моисеева.

Практика (16ч) Соединение выученных за 1-й год обучения движений в танцевальные комбинации. Усовершенствование исполнения дробей; двойные дробь, дробь в продвижении; присядок и вращений: бегунок, «поджатие». «Веребочка» комбинируется с другими движениями: притопы, ковырялочка, переступания. Использование рук во время исполнения того или иного элемента. Приобретение манеры исполнения в «кадрильном» шаге и хороводных элементах. Изучение простейших движений из белорусских танцев: «крыжачок», «лявониха»; из украинских танцев: «гопак», «ползунец». Знакомство с простейшими элементами характерного экзерсиса у станка: plie (русское) и tendu (русское). Исполнение движений на середине в повороте. Усложнение хлопущек у мальчиков, их усовершенствование. Обращение внимания на характер исполнения. Этика общения с партнером.

## **4. Партерная гимнастика**

Теория (1ч)

Рассказы о системе растягивания гимнастов и учеников хореографических школ. Создание психологического настроя и оказание помощи педагогом при выполнении упражнений.

Акробатика. Объяснение необходимости присутствия акробатических и трюковых элементов в народном танце, их четкое исполнение и аккуратность, дисциплина при изучении. Обязательный показ педагогом всех изучаемых движений.

Практика (8ч)

Усиление амплитуды нажима во всех движениях, пройденных за 1-й год обучения. Увеличение количества некоторых упражнений: бросков ног, круговых движений стопой, «лодочки», «колечка», «шпагатов». Во время исполнения боковых «шпагатов» применение складывания к ногам, во время прямого шпагата — складка вперед. Отработка при растяжении паховой выворотности: «лягушки» на животе с прогибом назад. Оказание индивидуальной помощи педагогом каждому ученику, что дает ускорение процесса растяжения связок. Исполнение движений, выученных на уроке классического танца: rond, adagio, tendu, jete. Исполнение «ступеней» для укрепления мышц живота.

Акробатика. В подготовку, к исполнению сложных трюковых элементов, входит закачивание мышц рук и ног, с помощью партерной гимнастики. Исполнение силовых больших прыжков «стульчик»; «ножницы»; «поджатые» по диагонали и на месте. Изучение движения «колесо» и его усовершенствование в течение учебного года. Приобретение резкости и четкости в исполнении движения «ползунок» на одной, двух ногах и без рук, прыжки из присядки для укрепления коленных суставов и развития «баллона», а также для дальнейшего изучения в конце года

движений: «разножка» снизу-сверху; «щучка» снизу, сверху. Обучение движению «бочонок» по диагонали. Для укрепления пресса - движение «уголок» и «отжимания» на кулаках.

### **5. Постановочная и репетиционная работа.**

#### Теория(4ч)

Совершенствование работы над умением ориентироваться в пространстве. Драматургия танцев, композиция, художественное воплощение музыкального материала в танце.

#### Практика (16ч)

Постановка различных танцев, разного стиля и направления (от русского до стилизованного и современного).

Постановка танцевальных номеров: "Карандаши", "Зимушка", "Соловушка".

#### Репетиционная работа.

Отработка движений танцевального упражнения или танцевального номера. Работа над четкостью и выразительностью исполнения упражнения или номера.

#### **Концертная деятельность.**

Участие в концертах Дворца и других концертных площадках, участие в отчетном концерте студии.

### **6. Итоговое занятие - по освоенному материалу «Народно-сценический танец».**

Результатом обучения является освоение программы и переход на базовый уровень хореографической студии "КАРУСЕЛЬ".

## **Раздел 3. Формы контроля и оценочные материалы**

Итоги работы по данной программе подводятся каждое полугодие в форме открытых занятий, так же отчетных концертов.

Главными критериями оценки работы занимающихся являются:

- владение знаниями и навыками в рамках программы;
- активность, участие в концертах;
- творческий рост занимающихся

#### **Виды контроля:**

- Предварительный контроль (проверка знаний учащихся на начальном этапе освоения программы). Проводится в начале обучения в виде просмотра и опроса.
- Текущий контроль (отслеживание активности обучающихся в выполнении ими заданий).
- Итоговый контроль (заключительная проверка знаний, умений, навыков на последнем занятии)

#### **Формы и содержание итоговой аттестации:**

- выступление для родителей (в форме открытого занятия)
- в ходе реализации программы - участие в отчетном концерте хореографической студии, участие в концертах Дворца.

### **Критерии оценки планируемых результатов освоения программы.**

Высокий уровень освоения программы	Учащийся демонстрирует высокую заинтересованность в учебной и творческой деятельности, составляющей содержание программы; на итоговом выступлении показывает отличный результат (полностью выполненные без ошибок заданные упражнения, концертный номер).
Средний уровень освоения программы	Учащийся демонстрирует достаточную заинтересованность в учебной и творческой деятельности, составляющей содержание

	программы; на итоговом выступлении показывает хороший результат, но с незначительными ошибками.
Низкий уровень освоения программы	Учащийся демонстрирует слабую заинтересованность в учебной и творческой деятельности, составляющей содержание программы; на итоговом выступлении показывает слабый результат (частично или полностью невыполненные упражнения с большим количеством ошибок).

### Формы диагностики ожидаемых результатов

Вводный контроль	Текущий (промежуточный) контроль	Итоговый контроль	Итоги реализации образовательной программы
Собеседование при приеме в группу  Педагогическое наблюдение	- Итоговое занятие - Педагогическое наблюдение - Самооценка обучающихся -Беседы с обучающимися	- Итоговое занятие Педагогическое наблюдение - Участие в концертах	- Итоговое занятие - Участие в концертах

Реализация этой программы возможна на основе следующих принципов: целенаправленность учебного процесса; систематичность и регулярность занятий; постепенность развития природных данных учащихся; доступность учебного материала; учёт возрастных физических возможностей детей; результативность обучения; индивидуальный подход в обучении.

## Раздел 4. Организационно-педагогические условия реализации программы

### 4.1. Учебно-методическое обеспечение и информационное обеспечение программы:

№ п/п	Название раздела, темы	Формы и название методических разработок
1.	Вводное занятие.	Правила поведения во Дворце, учебном кабинете; правила техники безопасности; диагностический материал: план – конспект «Введение в образовательную программу»
2.	По тематике образовательной программы.	Коллекция видео-аудио записей: а) отчетные концерты студии б) выступления на фестивалях и конкурсах в) диски с классической музыкой г) диски с народной музыкой д) диски с детскими песнями
3.	Итоговое занятие.	План – конспект итоговых занятий ( для каждого года обучения) Формы: «Результативность образовательной деятельности», Протокол аттестации обучающихся ( учебный год)



#### **4.2. Материально-технические условия реализации программы.**

Для успешной реализации программы необходимо: чтобы занятия проводились в хореографическом зале, оборудованном балетными станками и зеркалами. На полу специальное покрытие для занятий танцами (гимнастические коврики для занятий гимнастикой).

В работе используются CD-диски (воспроизводимые на магнитофоне, музыкальном плеере или музыкальном центре).

Дети приходят на занятия в специальной репетиционной форме и танцевальной обуви.

#### **4.3. Учебно - информационное обеспечение программы.**

Список использованной литературы:

1. Самсонова Н.Н., Ховаева А.В. Образовательная программа дополнительного образования детей, 2007.
2. Асафьев Б. Статьи, рецензии, воспоминания. М., 1994.
3. Богданов Г. Самобытность русского танца. М., 2002.
4. Богданов Г. Хореографическое образование. М., 2001.
5. Ваганова А.Я. Основы классического танца. М., 1980.
6. Васильева Е. Танец. М., 1998
7. Головина С.Н., Григорович Ю.Н. Там, где рождается танец. М., 2001.
8. Заикин Н. Областные особенности русского народного танца. М., 2009.
9. Захаров Р. Слово о танце. М.Д 1999.
10. Климов А. Особенности русского народного танца. М., 2002.
11. Климов А. Русский народный танец. М., 2002.
12. Костровицкая В. 100 уроков классического танца. М., 1981.
13. Устинова Т.А. Избранные русские народные танцы. М., 1996.

#### **Кадровое обеспечение программы**

Программа может быть реализована одним педагогом дополнительного образования, имеющим музыкальное образование и своевременно проходящим курсы повышения квалификации.