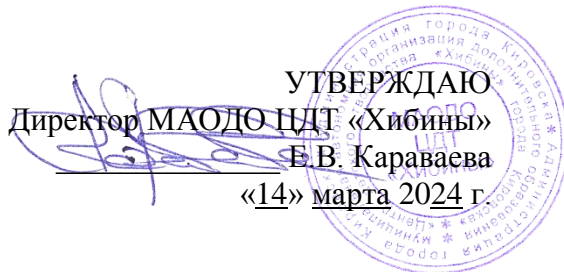


Администрация муниципального округа города Кировска  
с подведомственной территорией Мурманской области

МУНИЦИПАЛЬНАЯ АВТОНОМНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА «ХИБИНЫ» ГОРОДА КИРОВСКА»

Принята на заседании  
педагогического совета  
от «14» марта 2024 г.  
Протокол №3

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОДО ЦДТ «Хибины»  
Е.В. Каравеева  
«14» марта 2024 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

**«НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ»**

Направленность: художественная

Уровень программы: стартовый

Возраст учащихся: 7 лет

Срок реализации: 1 год (144 часа)

Автор составитель:  
Поликанова Татьяна Ивановна,  
педагог дополнительного образования

г. Кировск  
2024 г.

## СОДЕРЖАНИЕ

I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ .....	3
1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА .....	3
1.2 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ .....	5
1.3 СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ .....	5
1.3.1 УЧЕБНЫЙ ПЛАН .....	5
1.3.2 СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА .....	6
1.4 ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ .....	7
II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ .....	8
2.1 КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК .....	8
2.2 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ .....	8
2.3 ФОРМА ДИАГНОСТИКИ .....	8
2.4 ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ .....	9
2.5 МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ .....	10
СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ .....	15
Приложение 1 .....	16
Календарный учебный график на учебный год .....	16

# I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

## 1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Хореография – это искусство синтетическое. Оно позволяет решать задачи физического, музыкально-ритмического, эстетического, и, в целом, психического развития детей. Между тем хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития.

Данная программа направлена на приобщение детей к миру танца. Занятие танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, память и трудолюбие, прививают любовь к прекрасному и способствуют развитию всесторонне-гармоничной личности дошкольника. Дошкольный возраст - один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого ребёнка. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребёнка, формируется личность ребёнка.

В период от четырёх до шести лет ребёнок интенсивно растёт и развивается, движения становятся его потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период.

**Направленность программы:** художественная.

**Уровень программы:** стартовый.

**Тип программы:** дополнительная общеобразовательная общеразвивающая.

**Настоящая программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:**

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 года № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»;

- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 №09-3242 «О направлении информации» вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

- «Методические рекомендации по разработке разноуровневых программ дополнительного образования ГАОУ ВО «МГПУ» АНО ДПО «Открытое образование»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 22 мая 2020 г. № 15 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1.3597-20 «Профилактика новой коронавирусной инфекции (COVID-19)»;

- Положение о структуре, порядке разработки и утверждения дополнительных общеразвивающих образовательных программ МАОДО «ЦДТ «Хибины» г. Кировска.

### **Актуальность программы.**

Народный танец как никакое другое искусство обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я» как составную часть орудия общества.

Танец органично сочетает в себе различные виды искусства, в частности, музыку, песню, элементы театрального искусства, фольклор. Он воздействует на нравственный, эстетический, духовный мир людей различного возраста. Что же касается непосредственно детей, то танец, без преувеличения, развивает ребенка всесторонне.

Программа вводит детей в большой и удивительный мир хореографии, посредством игры знакомит с некоторыми жанрами, видами, стилями танцев. Помогает им влиться в огромный мир музыки - от классики до современных стилей, и попытаться проявить себя посредством пластики близкой детям.

**Новизна** дополнительной общеразвивающей программы художественной направленности «Народный танец для детей» заключается в том, что основополагающим в обучении хореографией является синтез различных методик, таких как: здоровье сберегающие технологии («Здоровьесберегающие технологии на занятиях хореографии» автор: Н.Н Самигуллина; «Здоровьесберегающие технологии» автор: Н.К Смирнов).

Использование и применение знаний в обучающем процессе из области биомеханики тела, пальчиковой гимнастики, силовых упражнений, акробатики, различных психологических тренингов привило к повышению результативности и заинтересованности детей. Апробировав данный подход в обучении хореографическому искусству, отмечается его эффективность и качество самого учебного процесса, что неопровержимо влияет на становление коллектива и психологического в нем климата.

### **Отличительные особенности программы.**

Данная программа даёт возможность с раннего возраста знакомить детей с миром танца и музыки, постепенно вводя основы хореографии быть хозяином движения, научить его думать, переживать через движение. Изучение народного танца способствует развитию эмоционального исполнения, координации движения. Воспитывать чувство гордости за свой народ, интерес к его историческим и культурным традициям и т.д.

**Педагогическая целесообразность** программы ориентирована на создание условий для развития личности ребёнка, повышение его уверенности в себе, в своих силах, на его свободное творческое самовыражение, формирование творчески и социально активной личности ребенка. Программа способствует развитию и поддержке одаренных детей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в художественно-эстетическом, духовно-нравственном развитии на занятиях хореографией.

Данная программа опирается на метод интенсивного развития координации, пластики, чувства ритма и т.д. способствует правильному формированию танцевального исполнения, благодаря чему ребёнок развивается в целесообразном режиме. Это означает, что активная нагрузка на тело компенсируется комплексом восстанавливающих упражнений. Такие условия позволяют активно развивать у детей координацию между слухом и ритмом, эффективно осваивать танцевальные навыки, расширять, совершенствовать интеллектуальное развитие и основные психические функции.

**Срок освоения программы:** 1 год.

**Объем программы:** 144 часа.

Занятия направлены на общее развитие детей. Умение передать характер музыки и содержание образа движениями, способность управлять своим телом, освоение азов танцевальной техники, развитие внимания и воспитание воли обучающегося.

### **Режим занятий:**

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа (академический час длится 45 минут). Режим занятий соответствует требованиям СанПиН. Соблюдается режим

проветривания помещений, санитарное содержание помещений и площадок проведения занятий.

**Наполняемость группы** – 12-15 человек.

**Адресат программы.** Программа предназначена для детей 7 лет.

**Формы и особенности организации образовательного процесса.**

Основная форма организации образовательного процесса – групповая и индивидуально-групповая. Занятие по типу может быть: комбинированным, теоретическим, практическим, контрольным, репетиционным, вводным, итоговым.

## 1.2 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

**Цель программы** – развитие творческих способностей, укрепление физического и психического здоровья детей младшего школьного возраста через танцевальное искусство.

**Задачи:**

- выработка правильной, красивой осанки;
- развитие мышечного чувства;
- умение красиво и координационно правильно двигаться под музыку;
- развитие музыкального слуха и чувства ритма;
- активизация и развитие творческих и созидательных способностей детей;
- развитие необходимых двигательных навыков, повышение функциональных возможностей внутренних органов и систем;
- совершенствование психомоторных способностей детей;
- формировать у детей культуру поведения и общения;
- прививать детям навыки вежливости, умения вести себя в обществе;
- формирование у детей эстетического вкуса;
- воспитание в детях силы воли, трудолюбия и дисциплины.

## 1.3 СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### 1.3.1 УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Наименование темы, раздела	Часы			Форма аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Азбука музыкального движения.	10	2	8	Беседа, педагогическое наблюдение, опрос
2	Упражнения на середине зала.	24	4	20	Беседа, педагогическое наблюдение, обсуждение
3	Народный танец.	30	2	28	Беседа, педагогическое наблюдение, обсуждение
4	Партерная гимнастика.	30	0	30	Педагогическое наблюдение, обсуждение
5	Музыкальные игры, этюды.	20	0	20	Педагогическое наблюдение, обсуждение
6	Репетиционно - постановочная работа.	30	0	30	Педагогическое наблюдение, обсуждение результатов
<b>Итого часов:</b>		<b>144</b>	<b>8</b>	<b>136</b>	

### 1.3.2 СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

#### **Тема 1. Азбука музыкального движения. – 10 часов.**

Мелодия и движение. Темп (быстро, медленно, умеренно). Музыкальные размеры: 2/4, 3/4, 4/4. Контрастная музыка (быстрая - медленная, веселая - грустная). Правила и логика перестроения из одного рисунка в другой.

Практическая часть:

Маршировка в ритме музыки в разных ракурсах (по кругу, диагонали, по прямой, в 2 круга). Танцевальные шаги в образах («олень», «Зайчик», «медведь», «пингвин», «бабочка» и т.д.).

#### **Тема 2. Упражнения на середине зала. – 24 часов.**

1. Разучивание поклон, а (исходное положение - 1 позиция ног).
2. Поднимание на полупальцах (исходное положение - 6 позиция ног).
3. Приседание вниз на полупальцах (исходное положение - 6 позиция ног, спина прямая).
4. Наклоны головы (вниз, вверх, вправо, влево, на плечо).
5. Упражнения для рук (исходное положение - 1 позиция ног, руки по очереди через стороны поднимаем вверх, затем обе одновременно 1, III позиции).
6. Упражнения для плеч (поднимаем плечо вверх, вниз, по очереди).
7. «Мячики». Прыжки в положение сидя на полупальцах -7 раз, на 8-й соскок в полный рост.
8. Наклон корпуса вперед, назад, вправо, влево.
9. Подскоки на месте по 6 позиции ног.

#### **Тема 3. Народный танец. – 30 часов.**

- «Ковырялочка» с двойным притопом и тройным притопом;
- Танцевальная комбинация «ладушки». (В парах - «ладушки», «ковырялочка» с притопом, «галоп» держась за руки друг перед другом);
- Присядка для мальчиков (плавное опускание вниз по 1 прямой и свободной позициям ног);
- Притопы с продвижением вперед (подготовка к дробным движениям);
- «Переменный» шаг;
- «Моталочка» в прямом положении на полупальцах и с соскоком.

#### **Тема 4. Партерная гимнастика. – 30 часов.**

1. Сокращение стоп (исходное положение - сидя на коврик, руки на поясе, спина прямая, ноги вытянуты, тянем носки на себя, от себя; вместе по очереди).
2. Выглянуло солнышко (исходное положение - лежа на спине, поднимаемся, обнимаем колени, вытягиваем ноги перед собой, руки в сторону - сидим на 4 счета, медленно опускаемся в исходное положение).
3. «Я на солнышке лежу» (исходное положение тоже, руки в сторону, поднимаем правую ногу, затем левую, две вместе).
4. «Золотая рыбка» (исходное положение - лежа на животе, руки вытянуты вперед, закрыты в замок, носки вытянуты; поднимаем руки и ноги вверх).
5. «Царевна-лягушка» (исходное положение тоже; опираясь на руки, поднимаем корпус, подгибаем ноги в коленях и достаем носочками до головы).
6. «Кораблик» (исходное положение тоже; взяться руками за подъемы ноги, поднять ноги вверх, к потолку).
7. «Разбойники» (исходное положение тоже; опираясь на руки, поднять корпус вверх, ноги на полу, опуститься 4 раза; руки на локти, подбородок на ладошки, сгибаем по очереди в коленях).

8. «Самовар» (исходное положение - сидя на полу, стопы соединить, колени согнуть и уложить на пол, руки кулачками на пояс, работаем головой).

9. «Верблюд» (исходное положение - сидя на коленях, руки назад, ладонями на спину; перегибы в спине назад, головой на пятки).

10. «Жили у бабуси 2 веселых гуся» (исходное положение - сидя, ноги вытянуты по сторонам (растяжка); носки вытянуты, руки вперед; сокращение стоп с наклоном головы, наклоны животом вперед, руки перед собой).

11. Упражнения на мышцы живота (исходное положение - лежа на спине, опираясь на локти, ноги перед собой «рисуют» нолики или едут на велосипеде).

#### **Тема 5. Музыкальные игры. Этюды. – 20 часов.**

Этюды на закрепление позиций рук «Кукла», этюд «Утята», «Песенка крокодила Гены», «В траве сидел кузнечик», «На балу у Золушки» (шаг, приставка, шаг, ногу на носок - 2 раза; по очереди поднимаем правую руку, затем левую, поворот, поклон). Прыжковые комбинации «Скакалочка», «Прятки», «Лягушки». Игра «Музыкальные паровозики», «Птицы в клетке», «Эхо», «Изобреталки».

#### **Тема 6. Репетиционно-постановочная работа. – 30 часов.**

### **1.4 ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

По итогам обучения по программе, обучающимися могут быть достигнуты следующие результаты:

#### Личностные результаты:

Социально-коммуникативное развитие:

- социальный и эмоциональный интеллект, эмоциональная отзывчивость, сопереживание, готовность к совместной деятельности со сверстниками;
- владение разными формами и видами игры.

#### Познавательное развитие:

- любознательность, познавательная мотивация, интерес к познавательной и творческой деятельности;
- воображение и творческая активность.

Речевое развитие:

- владение речью как средством общения и культуры;
- обогащение активного словаря;

#### Художественно-эстетическое развитие:

- становление эстетического отношения к окружающему миру;
- сформированность основ музыкальной культуры, развитие художественного вкуса;
- способность к восприятию музыки;
- способность сопереживания персонажам музыкальных произведений;
- развитое воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре.

#### Физическое развитие:

- приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением сценических движений направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения.

## II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

### 2.1 КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Количество учебных часов на год: 1 год обучения – 144 академических часа.

Учебный график обучения рассчитан на 36 учебных недель. Занятия по программе проводятся (первый год обучения) со второй недели сентября, 2 год обучения с первой недели сентября по 31 мая каждого учебного года, включая каникулярное время, кроме зимних каникул (праздничных дней).

Занятия и контроль обучающихся проводятся в соответствии с календарно-учебным графиком (Приложение №1).

### 2.2 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Для занятий по программе требуется спортивный или хореографический зал с со звуко-техническим оборудованием. Зал должен быть площадью не менее 75 м<sup>2</sup>. (на 12-15 обучающихся), имеющие пригодное для танца напольное покрытие (деревянный пол или специализированное пластиковое (линолеумное) покрытие).

#### **Комплект для занятий:**

- гимнастические коврики.

Оборудование:

- музыкальный центр;

- компьютер, проектор для просмотра видеоматериалов.

**Требования к музыкальному оформлению занятия.** Важная роль отводится музыкальному оформлению занятия. Устанавливая единый для всех темп и ритм исполнения движений, музыка несет функцию организатора. Музыкальный материал на занятиях особенно важен, т.к. музыка, являясь импульсом к движению, дает эмоциональный заряд, помогает повысить работоспособность, вырабатывает характер, четкость и законченность исполнения, то есть несет художественно-воспитательную функцию. В связи с этим высокие требования к ее выбору, предлагающему и исполняющему соответствующие учебным задачам музыкальные произведения.

### 2.3 ФОРМА ДИАГНОСТИКИ

Отслеживание результатов проводится различными формами: зачеты, викторины, творческие задания. Для выявления уровня освоения обучающимися программы и качества образовательного процесса предусматриваются следующие методы педагогической диагностики:

– текущая, осуществляется в ходе повседневной работы с целью проверки освоения предыдущего материала и выявления пробелов в знаниях обучающихся;

– промежуточная, проводится в марте месяце с целью определения степени усвоения учебного материала;

– итоговая, проводится в конце учебного года, дает информацию об уровне теоретической и технологической подготовки обучающихся, определение результатов обучения.

Для проведения диагностики освоения образовательных программ разработаны диагностические таблицы, которые включают уровень усвоения программы и критерии для каждого года обучения:

- теоретические знания;

- практическую подготовку обучающегося;

- личностные результаты;

- творческие способности обучающегося.



## 2.4 ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Диагностика образовательных результатов обучающихся по программе проводится в следующих формах: текущая работа, отчетный концерт.

Используются методы: наблюдение, опрос, самооценка, взаимооценка, взаимоконтроль и осуществляется по 3 бальной системе:

Минимальный уровень (1 балл) – дети усваивают материал после длительных тренировочных работ, выполняют лишь простейшие задания на основе образцов, затрудняются выделить существенное, нуждаются в постоянной помощи и контроле педагога.

Средний уровень (2 балла) – дети владеют знаниями и способами действия, переносят их в новые работы; выделяют основное и существенное не сразу, а после упражнений; хорошо ориентируются в способах выполнения заданий.

Максимальный уровень (3 балла) – дети освоили практически весь объем знаний и овладели всеми умениями и навыками, предусмотренными программой; легко переносят знания в новые работы, выполняют задания творчески, не затрудняются в способах изучения новых знаний.

Диагностика образовательных результатов осуществляется по следующим критериям:

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества
1. Теоретические знания (по основным разделам учебно-тематического плана Программы).	Соответствие теоретических знаний ребенка программным требованиям.	<i>минимальный</i> уровень ребенок овладел менее чем V объема знаний, предусмотренных Программой); <i>средний</i> уровень (объем усвоенных знаний составляет более V); <i>максимальный</i> уровень (ребенок освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период).
2. Практические умения и навыки, предусмотренные программой (по основным разделам учебно-тематического плана Программы).	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям.	<i>минимальный</i> уровень ребенок овладел менее чем V предусмотренных умений и навыков); <i>средний</i> уровень (объем усвоенных умений и навыков составляет более V); <i>максимальный</i> уровень (ребенок овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными Программой за конкретный период).
3. Владение специальным оборудованием, оснащением и инструментами.	Отсутствие затруднений в использовании специального оборудования, оснащения и инструментов.	<i>минимальный</i> уровень умений (ребенок испытывает серьезные затруднения при работе с оборудованием и инструментами); <i>средний</i> уровень (работает с оборудованием и инструментами с помощью педагога);

		максимальный уровень работает с оборудованием и инструментами самостоятельно, не испытывает особых трудностей).
--	--	---

В результате освоения программы у обучающихся повышаются способности: анализировать, сравнивать, сопоставлять объекты окружающего мира, развивается пространственное мышление и воображение.

Разумно организованная, во время занятия, система контроля, а также объективная оценка результатов работы детей, во время отчетных концертов и показательных выступлений, дают возможность определить степень освоения каждым ребенком программы, а также проследить развитие личностных качеств обучающихся.

## 2.5 МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

### Методические материалы.

#### Формы организации занятий по хореографии предусматривают

Форма проведения занятия:

1. Занятия-беседы, на которых осуществляется знакомство с народными традициями, особенностями народного костюма и т.д.;
2. Занятия-игры, на которых в игровой форме разучиваются танцевальные движения.
3. Учебно-тренировочные занятия, на которых отрабатываются основы народного и классического танца, изучается техника движения.
4. Композиционно-постановочные занятия, на которых строятся танцевальные композиции, отрабатываются элементы актерского мастерства и сценические движения.

**Структура занятий** включает в себя три основные части: подготовительную, основную, заключительную.

**Подготовительная часть занятия.** Общее назначение – подготовка организма к предстоящей работе. Конкретными задачами этой части является: организация группы; повышение внимания и эмоционального состояния занимающихся; умеренное разогревание организма. Основными средствами подготовительной части являются: строевые упражнения; различные формы ходьбы и бега; несложные прыжки; короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов; упражнения на связь с музыкой и др. Все упражнения выполняются в умеренном темпе и направлены на общую подготовку опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

*Методические особенности.* Продолжительность подготовительной части определяется задачами и содержанием занятия, составом занимающихся и уровнем их подготовки. На эту часть отводится примерно 10-15% общего времени занятия.

**Основная часть занятия.** Задачами основной части являются: развитие и совершенствование основных физических качеств; формирование правильной осанки; воспитание творческой активности; изучение и совершенствование движений танцев и его элементов; отработка композиций и т.д.

Средства основной части занятия: упражнения на силу, растягивание и расслабление (экзерсисы); хореографические упражнения; элементы классического, народного танца; танцевальные композиции; постановочная работа.

*Методические особенности.* На данную часть занятия отводится примерно 75-85% общего времени. Порядок решения двигательных задач в этой части строится с учетом динамики работоспособности детей. Разучивание и корректировка новых движений происходит в начале основной части, в конце – отработка знакомого материала.

**Заключительная часть занятия.** Основные задачи – постепенное снижение нагрузки; краткий анализ работы, подведение итогов. На эту часть отводится 5-10% общего времени.

Основными средствами являются: спокойные танцевальные шаги и движения; упражнения на расслабление; плавные движения руками; знакомые танцы, исполнение которых доставляет детям радость.

*Методические особенности.* В заключительной части проводится краткий разбор достигнутых на занятии успехов в выполнении движений, что создает у учащихся чувство удовлетворения и вызывает желание совершенствоваться. Замечания и советы по поводу недостаточно освоенных движений помогает учащимся сосредоточить на них внимание на следующем занятии.

При реализации программы «Народный танец» используются следующие методы и приемы:

**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.

Этот метод используется на занятиях-беседах, учебно-тренировочных занятиях и других.

**Методы наглядного восприятия** способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению обучающимися программы «Народный танец», повышения интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести: показ упражнений, демонстрацию плакатов, рисунков, видеозаписей, 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. Этот метод используется на всех формах занятий.

**Практические методы** основаны на активной деятельности самих учащихся. Это методы целостного освоения упражнений, ступенчатый метод и игровой.

**Метод целостного освоения 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 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 музыкально – ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышения ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения.

Все вышеперечисленные методы и приемы способствуют освоению программы «Народный танец».

Для обеспечения выполнения программы используется следующее дидактический материал:

- *таблицы:* «Позиция ног», «Позиция рук», «Положение ноги», «Положение рук»,

«Положение корпуса», «Положение головы», «Положение кисти», «План зала» (для построения композиции танца и расположения танцующих) и др.;

– *музыкальные произведения («Народный танец»):* «Хорошенький, молоденький», «Матаня», «Акулинка», «Кадриль», «Смоленский гусачок», «Барыня», «Подай балалайку», «Белолица, круглолица»; *авторские песни:* Н. Бакалейников «Вальс «Грусть», Г. Пономоренко «Ивушка»;

– *музыкальные произведения («Классический танец»):* Чайковский «Мазурка», «Ноктюрн», Шопен Ф. «Классический танец», вальс «Семиор», «Прелюдия ля-мажор», Шуберт «музыкальный момент»;

### **Педагогические технологии**

– Разноуровневый подход – ориентация на разный уровень сложности программного материала, доступного ученику;

– Дифференцированный подход – выделение групп детей по возрастным особенностям;

– Индивидуальный подход – распределение детей по способностям;

– Субъектно-личностный подход – отношение к каждому ребёнку как к уникальности, несхожести, неповторимости;

– Здоровьесберегающие.

### **Методические материалы**

#### **Формы организации занятий по хореографии предусматривают**

Форма проведения занятия:

1. Занятия-беседы, на которых осуществляется знакомство с народными традициями, особенностями народного костюма и т.д.;

2. Занятия-игры, на которых в игровой форме разучиваются танцевальные движения.

3. Учебно-тренировочные занятия, на которых отрабатываются основы народного и классического танца, изучается техника движения.

4. Композиционно-постановочные занятия, на которых строятся танцевальные композиции, отрабатываются элементы актерского мастерства и сценические движения.

**Структура занятий** включает в себя три основные части: подготовительную, основную, заключительную.

**Подготовительная часть занятия.** Общее назначение – подготовка организма к предстоящей работе. Конкретными задачами этой части является: организация группы; повышение внимания и эмоционального состояния занимающихся; умеренное разогревание организма. Основными средствами подготовительной части являются: строевые упражнения; различные формы ходьбы и бега; несложные прыжки; короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов; упражнения на связь с музыкой и др. Все упражнения выполняются в умеренном темпе и направлены на общую подготовку опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

*Методические особенности.* Продолжительность подготовительной части определяется задачами и содержанием занятия, составом занимающихся и уровнем их подготовки. На эту часть отводится примерно 10-15% общего времени занятия.

**Основная часть занятия.** Задачами основной части являются: развитие и совершенствование основных физических качеств; формирование правильной осанки; воспитание творческой активности; изучение и совершенствование движений танцев и его элементов; отработка композиций и т.д.

Средства основной части занятия: упражнения на силу, растягивание и расслабление (экзерсисы); хореографические упражнения; элементы классического, народного танца; танцевальные композиции; постановочная работа.

*Методические особенности.* На данную часть занятия отводится примерно 75-85%

общего времени. Порядок решения двигательных задач в этой части строится с учетом динамики работоспособности детей. Разучивание и корректировка новых движений происходит в начале основной части, в конце – отработка знакомого материала.

**Заключительная часть занятия.** Основные задачи – постепенное снижение нагрузки; краткий анализ работы, подведение итогов. На эту часть отводится 5-10% общего времени.

Основными средствами являются: спокойные танцевальные шаги и движения; упражнения на расслабление; плавные движения руками; знакомые танцы, исполнение которых доставляет детям радость.

*Методические особенности.* В заключительной части проводится краткий разбор достигнутых на занятии успехов в выполнении движений, что создает у учащихся чувство удовлетворения и вызывает желание совершенствоваться. Замечания и советы по поводу недостаточно освоенных движений помогает учащимся сосредоточить на них внимание на следующем занятии.

При реализации программы «Народный танец» используются следующие методы и приемы:

**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.

Этот метод используется на занятиях-беседах, учебно-тренировочных занятиях и других.

**Методы наглядного восприятия** способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению воспитанниками программы «Народный танец», повышения интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести: показ упражнений, демонстрацию плакатов, рисунков, видеозаписей, 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. Это метод используется на всех формах занятий.

**Практические методы** основаны на активной деятельности самих обучающихся. Это методы целостного освоения упражнений, ступенчатый метод и игровой.

**Метод целостного освоения 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 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 музыкально – ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышения ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения.

Все вышеперечисленные методы и приемы способствуют освоению программы «Народный танец».

Для обеспечения выполнения программы используется следующее дидактический материал:

– *таблицы*: «Позиция ног», «Позиция рук», «Положение ноги», «Положение рук», «Положение корпуса», «Положение головы», «Положение кисти», «План зала» (для построения композиции танца и расположения танцующих) и др.;

– *музыкальные произведения («Народный танец»)*: «Хорошенький, молоденький», «Матаня», «Акулинка», «Кадриль», «Смоленский гусачок», «Барыня», «Подай балалайку», «Белолица, круглолица»; *авторские песни*: Н. Бакалейников «Вальс «Грусть», Г. Пономоренко «Ивушка»;

– *музыкальные произведения («Классический танец»)*: Чайковский «Мазурка», «Ноктюрн», Шопен Ф. «Классический танец», вальс «Семинос», «Прелюдия ля-мажор», Шуберт «музыкальный момент»;

#### **Педагогические технологии**

– Разно уровневый подход – ориентация на разный уровень сложности программного материала, доступного ученику;

– Дифференцированный подход – выделение групп детей по возрастным особенностям;

– Индивидуальный подход – распределение детей по способностям;

– Субъектно-личностный подход – отношение к каждому ребёнку как к уникальности, несхожести, неповторимости;

– Здоровьесберегающие.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Горшкова, Е. От жеста к танцу. Методика и конспекты занятий по развитию у детей 5-7 лет творчества в танце. / Е. Горшкова. – М.: Издательство «Гном и Д», 2002. – 120 с.
2. Гусев, Г.Л. Методика преподавания народного танца. / Г.Л. Гусев. – Москва: Владос, 2002. – 20 с.
3. Степанова, Л.А. Методическое пособие по ритмике для детей 5-7 лет. / Л.А. Степанова. – Издательство: Аллегро, 2022. – 88 с.

## Календарный учебный график на учебный год

№ п/п	Месяц	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	Сентябрь	групповая	2	Азбука музыкального движения.	ул. Советская, д.8	Беседа, педагогическое наблюдение, опрос
2.		групповая	2	Азбука музыкального движения.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, опрос
3.		групповая	2	Азбука музыкального движения.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, опрос
4.		групповая	2	Азбука музыкального движения.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, опрос
5.		групповая	2	Азбука музыкального движения.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, опрос
6.		групповая	2	Упражнения на середине зала.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение
7.		групповая	2	Упражнения на середине зала.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение
8.		групповая	2	Упражнения на середине зала.	ул. Советская, д. 8	Педагогическое наблюдение, обсуждение
9.	Октябрь	групповая	2	Упражнения на середине зала.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение
10.		групповая	2	Упражнения на середине зала.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение
11.		групповая	2	Упражнения на середине зала.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение
12.		групповая	2	Упражнения на середине зала.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение
13.		групповая	2	Упражнения на середине зала.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение
14.		групповая	2	Упражнения на середине зала.	ул. Советская, д. 8	Педагогическое наблюдение, обсуждение
15.		групповая	2	Упражнения на середине зала.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение
16.		групповая	2	Упражнения на середине зала.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение



17.	Ноябрь	групповая	2	Упражнения на середине зала.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение
18.		групповая	2	Народный танец.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение
19.		групповая	2	Народный танец.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение
20.		групповая	2	Народный танец.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение
21.		групповая	2	Народный танец.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение
22.		групповая	2	Народный танец.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение
23.		групповая	2	Народный танец.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение
24.		групповая	2	Народный танец.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение
25.		Декабрь	групповая	2	Народный танец.	ул. Советская, д.8
26.	групповая		2	Народный танец.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение
27.	групповая		2	Народный танец.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение
28.	групповая		2	Народный танец.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение
29.	групповая		2	Народный танец.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение
30.	групповая		2	Народный танец.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение
31.	групповая		2	Народный танец.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение
32.	групповая		2	Народный танец.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение
33.	Январь	групповая	2	Партерная гимнастика.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение
34.		групповая	2	Партерная гимнастика.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение
35.		групповая	2	Партерная гимнастика.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение



54.		групповая	2	Музыкальные игры, этюды.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение
55.		групповая	2	Музыкальные игры, этюды.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение
56.		групповая	2	Музыкальные игры, этюды.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение
57.	Апрель	групповая	2	Музыкальные игры, этюды.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение
58.		групповая	2	Репетиционно-постановочная работа.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение результатов
59.		групповая	2	Репетиционно-постановочная работа.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение результатов
60.		групповая	2	Репетиционно-постановочная работа.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение результатов
61.		групповая	2	Репетиционно-постановочная работа.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение результатов
62.		групповая	2	Репетиционно-постановочная работа.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение результатов
63.		групповая	2	Репетиционно-постановочная работа.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение результатов
64.		групповая	2	Репетиционно-постановочная работа.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение результатов
65.	Май	групповая	2	Репетиционно-постановочная работа.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение результатов
66.		групповая	2	Репетиционно-постановочная работа.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение результатов
67.		групповая	2	Репетиционно-постановочная работа.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение

						результатов
68.		групповая	2	Репетиционно-постановочная работа.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение результатов
69.		групповая	2	Репетиционно-постановочная работа.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение результатов
70.		групповая	2	Репетиционно-постановочная работа.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение результатов
71.		групповая	2	Репетиционно-постановочная работа.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение результатов
72.		групповая	2	Репетиционно-постановочная работа.	ул. Советская, д.8	Педагогическое наблюдение, обсуждение результатов
<b>Всего часов по программе</b>			<b>144</b>	<b>часа</b>		

