

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Комитет общего и профессионального образования Ленинградской области
Комитет МО Тосненский район

МБОУ «Гимназия №1 г. Никольское»

РАССМОТРЕНО
Кафедра искусства и
здоровья Бобрышева Т.В.
Протокол № 4
от «29» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор
Кожина Н.В.
Приказ № 125
от «29» августа 2023 г.

Рабочая программа
по курсу внеурочной деятельности
«Хореография» в 1-4 классах

на 2023-2024 учебный год

Никольское 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Образовательная программа по хореографии направлена на развитие у детей эмоционального восприятия музыки, чувства ритма, ощущения музыкальных форм и музыкальной памяти. Также на тренировку мышц, развитие координации движения, артистичности.

Новизна программы в том, что наряду с последовательным изучением элементов танца *огромное внимание* уделяется так называемым «Творческим занятиям», где ребенок может придумать самостоятельно различные движения, позы, придать характер тому или иному музыкальному оформлению.

Актуальность заключается в развитии у детей гибкости мышления, творческого самовыражения.

Цели и задачи.

Методика преподавания ставит своей целью помочь ребятам усваивать прогрессии, постепенный переход от простой к сложной нагрузке мышц, прививать детям любовь к занятиям хореографией; воспитывать музыкально-двигательные навыки и умение ориентироваться в пространстве, развивать у детей способность придавать движениям характер, связанный с музыкальным образом.

Образовательные и развивающие задачи.

Формирование музыкально-ритмических навыков, умение четко запоминать лексический материал; совершенствование физического, нравственного, эстетического воспитания детей. Развитие гибкости, координации, пластики; развитие художественного мышления, фантазии, воображения; развитие сценической выразительности, чувства ритма, музыкальной памяти, воспитание чувства товарищества, взаимопонимания и взаимоподдержки в коллективе.

Программа предназначена для детей от 7 до 11 лет.

Срок реализации программы – 2 года.

Занятия проводятся для подготовительной группы 2 раза в неделю, для средней и старшей групп – 3 раза в неделю.

Программа рассчитана на четырехгодичное обучение, результаты наблюдаются ежегодно.

На первом году отрабатываются правильная осанка, шаги, подскоки и т.д. С каждым годом программа усложняется, проводятся повторение и закрепление тем.

Контроль осуществляется с помощью проведения зачетных уроков. Итогом работы являются ежегодные отчетные концерты.

1 год обучения

Возраст детей 7 -9 лет

Седьмой год жизни – продолжение очень важного целостного периода в развитии детей, который начинается в пять лет и завершается к семи годам. На этом году – становление новых психических образований, появившихся, в пять лет.

Одним из важнейших изменений в личности ребенка является в его представлениях о себе, его образ – Я.

Действия детей в играх становятся разнообразными. Продолжает развиваться воображение, внимание. Дети готовы для восприятия более серьезной и насыщенной информации. Нервная система становится более уравновешенной и устойчивой.

Форма проведения занятий – полуигровая.

Учебный план

Название темы	Планирование на 1 час				Количество часов в неделю
	теория	практика	контроль	Самостоятельная работа	
Вводный урок	0,5	0,5	-	-	2
Основные движения	0,2	0,7	0,1	-	18

Общеразвивающие Упражнения	0,2	0,7	0,1	-	18
«Полька»	0,1	0,7	0,1	0,1	18
Импровизация	0,1	0,6	0,1	0,2	20
«Вальс»	-	0,9	0,1	-	20
Дыхательная гимнастика	0,1	0,8	0,1	-	20
«Летка-Енька»	0,1	0,8	0,1	-	20
Итого в год					136

Учебно-тематический план

№ п/п	Название темы	Планирование на 1 час				Количество часов В неделю
		теория	Практика	Контроль	Самостоятельная работа	
1	I вводный урок.	0,5	0,5	-	-	2
2	II Основные движения Ходьба	0,2	0,7	0,1	-	4
	Упражнения в равновесии.	0,2	0,7	0,1	-	4
	Бег	0,2	0,7	0,1	-	5
	Прыжки	0,2	0,7	0,1	-	5
	Итого					18
3	III Общеразвивающие упражнения. Упражнения для кистей рук	0,2	0,7	0,1	-	2
	Плечи	0,2	0,7	0,1	-	2
	Упражнения для спины и позвоночника	0,2	0,7	0,1	-	2
	Упражнения в упоре сидя и лежа	0,2	0,7	0,1	-	2
	Упражнения сидя и лежа	0,2	0,7	0,1	-	3
	Упражнения для мышц брюшн. пояса	0,2	0,7	0,1	-	3
	Упражнения для ног	0,2	0,7	0,1	-	3
	Резерв.	-	-	-	-	1
	Итого					18
4	IV «Полька» Основной ход.	0,1	0,7	0,1	0,1	3
	Галоп	0,1	0,7	0,1	0,1	3

	Поворот под рукой	0,1	0,7	0,1	0,1	3
	Компоновка	0,1	0,7	0,1	0,1	4
	Закрепление	0,1	0,7	0,1	0,1	5
	Итого					18
5	V Импровизация. «Эхо»	0,1	0,6	0,1	0,2	6
	«Вопрос – ответ»	0,1	0,6	0,1	0,2	6
	«Ритм-загадка»	0,1	0,6	0,1	0,2	7
	Резерв.	-	-	1	-	1
	Итого					20
6	VI «Вальс» «Вальсовая дорожка»	-	0,9	0,1	-	4
	«Балансе»	-	0,9	0,1	-	4
	«Вальсовая дорожка» с поворотом.	-	0,9	0,1	-	4
	Вальсовый ход с поворотом под рукой	-	0,9	0,1	-	3
	Этюд.	-	0,9	0,1	-	4
	Закрепление	-	-	1	-	1
	Итого					20
7	VII Дыхательная гимнастика. Смешанный тип.	0,1	0,8	0,1	-	5
	Диафрагмальная фаза	0,1	0,8	0,1	-	5
	Реберная фаза	0,1	0,8	0,1	-	5
	Выдох	0,1	0,8	0,1	-	5
	Итого					20
8	VIII «Летка-Енька» Основной ход.	0,1	0,8	0,1	-	6
	«Цепочка»	0,1	0,8	0,1	-	6
	Этюд	0,1	0,8	0,1	-	7
	Резерв	-	-	1	-	1
	Итого					20
						136 часов

Содержание

№ урока	Тема
1	1 Вводный урок. Тест на воспроизведение основных танцевальных элементов, выученных в прошлом году.
2	II Основные движения. Ходьба обычная, на полупальцах с различными положениями рук; на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена. Ходьба в различных направлениях: по кругу, по прямой с поворотом, в рассыпную. Ходьба в сочетании с другими видами движений.
3	Упражнение в равновесии. Кружение с закрытыми глазами (с остановкой и выполнением различных фигур). Шаги поочередно, поднимая прямую ногу и делая под ним хлопок. Предлагается игра «Быстро возьми, быстро положи».
4	Бег обычный, на носках, высоко поднимая колена, сильно сгибая ноги назад, выбрасывая прямые ноги вперед, мелким и широким шагом, челночный бег. Бег со скакалкой, в различных направлениях, с различными заданиями. Предлагается игра «Краски».
5	Прыжки на двух ногах, на месте, в чередовании с ходьбой, с поворотом кругом. Прыжки вверх из глубины плие; через короткую скакалку разными способами (на двух ногах, с ноги на ногу), прыжки через длинную скакалку; по одному, парами. Игра «Лягушка и цапля».
6	III Общеразвивающие упражнения. Упражнения для кистей рук. Развитие и укрепление мышц плечевого пояса. Поднятие рук вверх из положения руки к плечам. Игра «Не попадись»
7	Плечи. Поднимать и опускать плечи; энергично разгибать согнутые в локтях локти назад (рывки 2-3 раза) и выпрямлять руки перед грудью. Игра «Волк во рву»
8	Упражнение для спины и позвоночника. Опускать и поворачивать голову в стороны. Поворачивать туловище в стороны, поднимая руки вверх – в стороны из положения руки к плечам (руки из-за головы), наклоняться вперед, поднимая руки вверх, держа руки в стороны.
9	Упражнения в упоре сидя и лежа. Поднимать обе ноги (оттянув носки), удерживая ноги в этом положении. Садиться из положения, лежа на спине (закрепив ноги) и снова ложиться. Прогибаться лежа на спине (закрепив ноги) и снова ложиться. Игра «Совушка»
10	Упражнение сидя и лежа. Прогибаться лежа на животе. Из положения, лежа на спине поднимать обе ноги одновременно, стараясь коснуться лежащего за головой предмета. Игра «Перенеси предмет»
11	Упражнения для мышц брюшного пресса. Выставлять ногу вперед на носок скрестно: приседать, держа руки над головой; поочередно пружинисто сгибать ноги (стоя, ноги врозь): приседать из положения ноги врозь, перенося массу тела с одной ноги на другую, не поднимаясь. Игра «Перелет птиц».
12	Упражнение для ног. Выполнять выпад вперед, в сторону; касаться носком выпрямленной ноги (мах вперед) ладони вытянутой вперед руки; свободно размахивать ногой вперед-назад, держась за опору. Игра «догони свою пару».
13	Резерв.
14	IV «Полька» -разучивание этюда. Основной ход. Начинаем разучивать по кругу. Исходное положение – третья позиция в ногах, руки на поясе, правая нога впереди. Музыкальный размер $\frac{3}{4}$. Основной ход парами, руки крест накрест.
15	Галоп – это боковой шаг с вынесением свободной ноги. Галоп с остановкой. Разучиваем по кругу движение вправо. Музыкальный размер $\frac{2}{4}$. Чередуем галоп с

	правой ноги (вправо), с левой ноги (влево), галоп с разворотом.
16	Поворот под рукой. Движение парное. Музыкальный размер $\frac{3}{4}$. Исполняется два движения полочки вперед, затем один партнер кружится под рукой другого. Партнеры между собой меняются.
17	Компоновка. Собираем все движения в одну цепочку, добавляя переходики.
18	Закрепление. (Текущий контроль).
19	V Импровизация. «Эхо». Музыка русская народная. Задающий движения ученик должен выразить характер музыки движениями. Исполняющие задание ученики должны быстро и правильно его скопировать, как бы откликаясь на него, как эхо.
20	«Вопрос – ответ». Музыка народная. Ребятам предлагается встать против друга, затем исполнить импровизацию. Один ученик задает ритмический рисунок – вопрос , другой отвечает движением – ответ .
21	«Ритм-загадка». Без музыкального оформления. Дается хлопками ритмический рисунок в различных музыкальных размерах. Ребята отвечают движениями ног – притопы, шаги, переступания и т.д.
22	Резерв.
23	VI «Вальс» - разучивание этюда. «Вальсовая дорожка». Разучиваем вальсовый ход по кругу. Музыкальный размер $\frac{3}{4}$. Исходная позиция третья. Руки на поясе. По мере усвоения шаг в повороте, правая нога вперед, левая назад.
24	«бальяне». Музыкальный размер и позиция ног остается прежняя. Движение изучается по одному вправо и влево. Затем становимся по парам. Руки в положении «качели», пара стоит лицом друг к другу. Исполняется баланс по линии танца и против.
25	«Вальсовая дорожка» с поворотом. Исходная позиция лицом друг к другу. Исполняются 3 вальсовые дорожки, на четвертую партнеры меняются местами. Положение рук у партнеров «Окошечко».
26	Вальсовый ход с поворотом под рукой. Исполняется вальсовая дорожка по линии танца, 2 дорожки, один поворот к партнеру. Положение рук «Окошечко». Партнеры стоят рядом, плечами друг к другу.
27	Этюд. Из всех разученных движений собираем этюд. Музыкальный размер $\frac{3}{4}$. Пары выстраиваются по желанию детей.
28	Закрепление (текущий контроль)
29	VII Дыхательная гимнастика. Смешанный тип дыхания. Ознакомить со смешанным типом дыхания, уделяя главное внимание расслаблению. Закрывать глаза, произвольно расслабить мышцы, участвующие в дыхании. Дыхание обычным способом, расслабившись. Дыхание смешанным типом, расслабившись.
30	Диафрагмальная фаза. Разучить этот тип дыхания – закрыть глаза, расслабить дыхательную мускулатуру. Смешанное дыхание, уделяя главное внимание началу входа за счет выпячивания брюшной стенки. Диафрагмальное дыхание, смешанное дыхание, концентрируя внимание на диафрагмальной фазе.
31	Реберная фаза. Упражнение в расслаблении. Диафрагмальное дыхание. Смешанное дыхание, концентрируя внимание на начале грудной фазы дыхания. Реберное дыхание с переключением на смешанный тип дыхания.
32	Выдох. Упражнение в расслаблении. Смешанное дыхание, концентрировать внимание на глубоком вдохе.
33	VIII «Летка-Енька» -этюд. Основной ход. Музыкальный размер $\frac{2}{4}$. Изучаем стоя по одному по линии танца, ноги в шестой позиции. Два движения правой ногой, два левой, прыжки вперед, назад.

34	«Цепочка». Основной ход выполняется стоя в цепочку один за другим. Руки сзади стоящего лежат на поясе впереди стоящего. Выполняется движение без перерыва.
35	Этюд. Движения собираются в одно целое. Музыкальный размер 2/4, исполняем этюд.
36	Резерв.

Умения и навыки

К концу учебного года дети должны уметь:

1. Выполнять правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки)
2. Выполнять физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку.
3. Сохранять правильную осанку.
4. Внимательно слушать музыку, эмоционально откликаться на выраженные в ней чувства и настроение.
5. Определять общее настроение, характер музыкального произведения в целом и его частей.
6. Выразительно и ритмично двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, музыкальными образами; передавать несложный музыкальный ритмический рисунок; самостоятельно начинать движения после музыкального вступления; активно участвовать в выполнении творческих заданий.

Контроль

Входящий контроль.

Тесты – слуховые, ритмические, координационные.

Текущий контроль.

- Анализ работ в конце каждого урока.
- Закрепление материала после прохождения большой темы.

Итоговый контроль.

- Концерт

Диагностика

Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Ребенок плохо воспринимает ритм музыки. Не может после первого занятия запомнить ритмическую цепочку, данную педагогом, отсюда – не способен сразу исполнить и повторить хореографические движения.	Ребенок воспринимает ритм музыки. Запоминает новое движение, понимает и показывает его, но делает это через определенный отрезок времени. Чувствует стиль и характер музыки. Хорошо может определить музыкальное настроение. Исполняет хореографические связки, данные педагогом.	Ребенок легко воспринимает ритм музыки, счет педагога и ритмизованную речь. Быстро запоминает новое движение, способен понять и показать его через небольшой отрывок времени, способен описать и просчитать его. Свободно чувствует стиль, характер музыки. Двигательная культура неотрывно связана с духовным миром ребенка, отсюда осознанное исполнение хореографических композиций.

2 год обучения
Возраст детей 10 -11 лет

Второй год обучения предполагает более глубокое изучение народного и классического танцев. Обучение классическому танцу начинается с изучения позиций рук и ног, а затем экзерсиса. В экзерсисе разносторонне развивается мускулатура ног, их выворотность, шаг и плие, постановка корпуса, рук и головы, координация движений. В результате фигура приобретает подтянутость, мышцы становятся эластичными и готовыми к более сложным нагрузкам.

Форма проведения занятий – тренировочная

Учебный план

Название темы	Планирование на 1 час				Количество Часов в неделю
	Теория	Практика	Контроль	Самостоятельная работа	
I.Введение	0,5	0,5	-	-	2
II.Основные физические упражнения	0,2	0,7	0,1	-	40
III.Экзерсис	0,2	0,7	0,1	-	40
IV.Танцевальные элементы	0,2	0,7	0,1	0,1	40
V.Постановка танца	0,1	0,7	0,1	0,2	48
Итого в год					170

Учебно-тематический план

	Название темы	Планирование на 1 час				Количество во Часов в неделю
		Теория	Практика	Контроль	Самостоятельная работа	
1.	I.Введение	0,5	0,5	-	-	2
2	II.Основные физические упражнения. Ходьба обычная и с приставным шагом	0,2	0,7	0,1	-	10
	Упражнения для кистей рук	0,2	0,7	0,1		10
	Упражнения иды и лежа	0,2	0,7	0,1		10
	Поднятие на полупальцы	0,2	0,7	0,1		5
	наклоны	0,2	0,7	0,1		5
	Итого					40
3	III.Экзерсис Позиция рук	0,2	0,7	0,1	-	4
	Позиция ног	0,2	0,7	0,1		4
	Демь, гранд, плие	0,2	0,7	0,1		4
	Батман тандю	0,2	0,7	0,1		4
	Батман тандю жэтэ	0,2	0,7	0,1		4
	Батман тандю фраппе	0,2	0,7	0,1		4
	Ронд де жамб партер	0,2	0,7	0,1		4
	Батман тандю анлер	0,2	0,7	0,1		4
	Батман фондю	0,2	0,7	0,1		4
	Гранд батман	0,2	0,7	0,1		4
	Итого					40

4	IV.Танцевальные элементы русского языка Ковырялочка	0,2	0,7	0,1	0,1	5
	Гармошка	0,2	0,7	0,1	0,1	10
	Припадание	0,2	0,7	0,1	0,1	5
	Выстукивание	0,2	0,7	0,1	0,1	10
	Триоль	0,2	0,7	0,1	0,1	10
	Итого					40
5	V.Постановка танца Русская плясовая	0,1	0,7	0,1	0,2	25
	«Шаян» (татарский)	0,1	0,7	0,1	0,2	23
	Итого					48
						170ч.

Содержание

№ урока	Тема
1	I.Вводный урок Тестирование, входящий контроль
2	II.Основные физические упражнения. Ходьба обычная и с приставным шагом. Ходьба на полупальцах, пятках, наружных сторонах стоп; ходьба с высоким подниманием колен. Мелким и широким шагом. Ходьба с приставным шагом в сторону (направо и налево). Ходьба в колонне по одному (парами), по кругу.
3	Упражнения для кистей рук Вращение кистей руки из исходного положения руки вперед, в сторону (поворот кисти к корпусу и от него) Волнообразное движение кисти.
4	Упражнения сидя и лежа Поднимать, сгибать, выпрямлять и опускать ноги на пол из исходного положения, лёжа на спине и сидя. При выполнении этих упражнений обратить внимание на то, чтобы колени и подъем были вытянуты. Раскрытие ног в сторону, в положении полусидя с вытянутыми коленями и возвращение их в исходное положение.
5	Наклоны Наклоны вперед, касаясь пальцами рук носков ног. Наклоны необходимо выполнять с вытянутыми коленями для того, чтобы развивались подколенные связки.
6	III.Экзерсис Позиция рук Постановка рук начинается с подготовительного положения, которое в учебной работе является обязательным. Из этого положения руки начинают движение в позиции и различные положения. Руки опущены вниз перед корпусом и не соприкасаются с ним. Локти направлены в сторону, несколько согнуты и образуют овал правильной формы. I позиция: руки подняты вверх корпусом на уровне диафрагмы, немного согнуты в локтях и запястьях, образуя овал как и в подготовительном положении. Ладони обращены к себе. Локти и пальцы в одном уровне. Плечи опущены. Кисти приближены друг к другу. II позиция: руки раскрыты в стороны на высоте плеч. Плечи, локти и кисти находятся на одном уровне, локти обращены назад, линия рук дугообразная, ладони повернуты к зрителю. Положение пальцев то же, что и в других позициях. III позиция: руки подняты вверх и образуют овал над головой. Кисти сближены, как и в других положениях. Ладони обращены вниз. Положение пальцев прежнее.

	Недопустимо, чтобы руки заходили за голову.
7	<p>Позиции ног</p> <p>1 <i>позиция</i>: ступни развернуты в сторону по одной прямой линии выворотню, пятки соединены. Следить за коленями, чтобы они были плотно прижаты друг к другу. Свод на ногах приподнят, чтобы не допустить завала на большие пальцы. Корпус ровно, плечи опущены вниз.</p> <p>2 <i>позиция</i>: Ступни также развернуты по одной прямой но пятки стоят одна от другой на расстоянии длины ступни. Все требования к положению стоп такие же, как и первой позиции.</p> <p>3 <i>позиция</i>: ступни стоят одна перед другой, пятка одной ноги плотно примыкает к середине другой. Колени плотно прижать. Мышцы ног подтянуты вверх. Шея вытянута, подбородок приподнят.</p> <p>4 <i>позиция</i>: ступни ног стоят параллельно одна напротив другой на расстоянии длины ступни. Носок одной ноги стоит точно напротив пятки другой стопы. Тяжесть корпуса распределена между ногами, чтобы не было завала переднюю или заднюю ногу.</p> <p>5 <i>позиция</i>: ступни стоят выворотню одна перед другой и плотно примыкают друг к другу. Носок одной ноги должен точно быть у пятки другой. Своды обеих ног приподняты вверх, колени плотно прижаты. Все мышцы подтянуты.</p> <p>6 <i>позиция</i>: ступни стоят рядом, плотно прижаты друг к другу. Пятка возле пятки, носок возле носка. Между ногами не допускается никакого просвета, все мышцы подтянуты.</p>
8	<p>Деми, гранд, плие</p> <p>В этом упражнении участвуют корпус, руки и голова, мышцы и связки ног растягиваются и сокращаются в спокойных медленных движениях. Тело подготавливается к более сложным движениям «разогревается», и поэтому рационально начинать урок с приседаний.</p>
9	<p>Батман тандю</p> <p>Упражнение для развития стопы. Изучается по пятой позиции. Стопа заводится вперед до того положения, пока не поднимется на полупалец и возвращается в исходное положение. Это основное движение, тренирующее подвижность стопы. Упражнение выполняется крестом.</p>
10	<p>Батман тандю жэтэ</p> <p>Это упражнение органически связано с батман тандю и поэтому выполняется непосредственно за ним. Темп исполнения по сравнению с батман тандю ускоряется в два раза. Нога через прохождение батман тандю резко выбрасывается в воздух на 45 градусов и возвращается в исходное положение.</p>
11	<p>Батман тандю фραπε</p> <p>Упражнение изучается по пятой позиции. Подъем находится в положении исходного кудепье. Колено отведено точно в сторону. Нога выбрасывается вперед и с ударом возвращается в исходное положение. Упражнение выполняется крестом. Важно обратить внимание на положение кудепье и кудепье.</p>
12	<p>Ронд де жамп партер</p> <p>Круговое движение развивает подвижность тазобедренного сустава; изучается лицом к станку с первой позиции по точкам – вперед в сторону, в сторону вперед, позднее назад в сторону, в сторону назад. Положение ноги сюрле кудепье «обхватное» (обхватывает щиколотку опорной ноги), развивает выворотню и подвижность ноги, «условное» - сильно вытянутые пальцы рабочей ноги касаются опорной.</p>
13	<p>Батман тандю анлер</p> <p>Круговое движение ноги в воздухе на 45 градусов. Начинается изучение по первой позиции лицом к станку. Рекомендуется выполнять это упражнение на 90 градусов</p>

	с выворотным бедром. Упражнение развивает выворотность и силу бедра.
14	Батман фондю Это первое движение, в котором опорная нога поднимается на полупальце, подготавливаясь к дальнейшей, более усиленной работе. Упражнение разучивается лицом к станку по пятой позиции. Рекомендуется исполнять на 90 градусов . с сохранение высоты на всем протяжении упражнения.
15	Гранд батман Упражнение разучивается по первой позиции лицом к станку. Это финальное упражнение, где сила ног достигает своего апогея. Нога выбрасывается минимум на 90 градусов и возвращается в исходное положение. Корпус при этом остается в вертикальном положении.
16	IV Танцевальные элементы русского танца Ковырялочка Одно из простейших элементов русского танца. Разучивание элемента начинается на середине. Исходное положение ног первая позиция, руки на поясе. Нога выводится согнутой коленкой внутрь. Ставится на подъем, затем разворачивается на пятку и через высокое колено возвращается в исходное положение. Движение можно комбинировать с притопами, выпадами, поворотами и т.д.
17	Гармошка Разучивание движения рекомендуется начинать возле станка для того, чтобы корпус сохранить в вертикальном положении и не было провала в коленях при исполнении движения. Движение разучивается как вправо, так и влево. Стопы поочередно перемещаются с носка на пятку, а затем с пятки на носок. При исполнении движения всегда должна просматриваться первая позиция выворотная и первая позиция не выворотная.
18	Припадание Упражнение разучивается на середине. Исходная позиция третья свободная. Нога на затакт выносится в сторону правой ноги. На сильную долю левая нога присоединяется к правой в положении кудеье, затем выносится на полупальцы. Движения дублируются.
19	Выстукивание Изучение начинаем с 6 позиции. Поочередный удар правой, затем левой ногой. Музыкальный размер второй четверти. К выстукиваниям добавляются шаги, повороты в сторону, подъемы на полупальцы и т.д. Большое внимание при изучении притопов и дробей нужно уделить силе удара. Удар должен быть сухой и короткий.
20	Триоль Это движение является разновидностью выстукивания «тройной». Музыкальный размер 2 четверти. Изучение происходит по 6 позиции. На «раз» пятка левой ноги делает удар по полу, одновременно правая нога выносится согнутым коленом вверх. На «два» правая нога совершает два удара по полу. Движение дублируется.
	VI Постановка танца «Русская плясовая» В постановке принимают участие 10 девочек.
	«Шаян» (Татария) В постановке принимают участие 3 девочки и 3 мальчика

Умения и навыки

К концу учебного года ребенок может рядом умений и навыков:

1. Владеть основными навыками, требуемые школой классического танца. Исполнять движения, сохраняя осанку, выворотность, владеть движениями стопы.

2. Уметь правильно исполнять экзерсис у станка. Исполнять движения в характере музыки – четко, сильно.
3. Знать основные движения русского танца.
4. Знать основные элементы «Шаян». Уметь работать с партнером.

Контроль

Входящий контроль

Тестирование на знание экзерсиса у палки

Текущий контроль

- анализ работ в конце каждого урока
- закрепление материала после прохождения большой темы.

Итоговый контроль

- концерт

Диагностика

Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
<p>Не усваивает материал, не умеет сопоставить музыку и лексический материал</p>	<p>Не в полной мере усваивает материал. Выполняет требования преподавателя. С удовольствием выполняет все движения. Работает добросовестно и качествен. Эмоционально не раскрепощен</p>	<p>В полной мере усваивает материал, выполняет требования преподавателя. Правильно и с удовольствием исполняет движения. Активно принимает участие в постановках. Старается лучше всех исполнить то или иное задание. Умеет придумывать движения, не боится показаться смешным и неловким. Эмоционально раскован, свободен в исполнении движений. Умеет думать.</p>

Условия,

необходимые для реализации программы

чтобы программа была реализована в полном объеме, необходимо максимальное внимание и высокий уровень усваиваемости материала на занятиях.

Если с первого занятия ребенок будет предельно настроен и заинтересован, то с каждым годом он будет прогрессировать в своих знаниях, развивать память, слух, чувство ритма, пластики и т.д.

Только в этом случае можно будет считать заданную цель ***выполненной***.

Список литературы

1. Бриске И.Э. *Упражнения, этюды, танцы для дошкольников*. – Челябинск, 1996.
2. Ваганова А.Я. *Основы классического танца*. – М., 1963.
3. Ванслов Б. *Балеты Григоровича и проблемы хореографии*. – М., 1968.
4. Васильева Е.А. *Танец*. – М., 1968.
5. Васильева М.А., Гербова В.Р., Комарова Т.С. *Программа воспитания и обучения в детском саду*. – М., 2005.
6. Новер Ж. *Письма о танце и балетах*. – М., 1965.
7. Филиппова С.О., Пономарев Г.Н. *Теория и методика физической культуры дошкольников*. – М., 2004.
8. Ткаченко Т.С. *Народный танец*. – Искусство, М., 1953г.