

Принято  
Педагогическим советом МАДОУ д/с№7  
Протокол №1 от 14.08.2024



14.08.2024  
Заведующий МАДОУ д/с№7  
Е.А. Поньва

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
«СТУПЕНЬКИ МАСТЕРСТВА»  
ДЛЯ ДЕТЕЙ 5-8 лет  
срок реализации – 1 год**

автор – воспитатель МАДОУ д/с№7 : Е.Ю.Болдырева

Лебелянь 2024г.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.....	3
2. Содержание программы.....	5
3. Планируемые результаты.....	6
4. Организационно – педагогические условия.....	7
5. Рабочая программа к дополнительной общеразвивающей программе художественной направленности «Ступеньки мастерства» по курсу «Эстрадные танцы».....	11
6. Рабочая программа к дополнительной общеразвивающей программе художественной направленности «Ступеньки мастерства» по курсу «Народные танцы».....	17

## **1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная программа (общеразвивающая) «Ступеньки мастерства» относится к *ознакомительному уровню* и имеет *художественную направленность*.

В настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни. Среди множества форм художественного воспитания особое место занимает хореография.

Искусство танца – это средство воспитания и развития личности ребёнка, которое способно создать благотворную почву для раскрытия потенциальных возможностей маленького человека. Гармоничное соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые раскрепощают ребёнка, делают его поведение естественным.

Занятия танцем развивают физические качества, вырабатывают правильную осанку, посадку головы, походку, силу, ловкость, координацию движений, устраняют физические недостатки (сутулость, косолапость, искривление позвоночника и т.д.)

Танец способствует обучению правилам поведения, хорошим манерам, культуре общения, развивает ассоциативное мышление, пробуждает фантазию и побуждает к творчеству. Содержание программы создаёт условия для самореализации личности, раскрытия её творческого потенциала.

Содержание программы предлагает обширный материал, включающий в себя разные виды деятельности: тренировочные упражнения, выполнение танцевальных движений и этюдов, прослушивание музыки и сказок, игровой материал, которые используются на всех занятиях.

Содержание материала постепенно усложняется. На следующий год обучения педагог возвращается к пройденному материалу на более высоком уровне, на новом музыкальном материале с учетом возрастных особенностей детей. Педагог проявляет определенную гибкость в подходе к каждой конкретной группе детей, учитывая при этом состав группы, физические данные и возможности детей.

Программа направлена на обучение детей умению танцевать красиво, двигаться в свободной непринуждённой манере и владеть ритмопластикой танца, а также решение оздоровительных задач.

### **Цель и задачи программы**

**Цель программы** - укрепление физического и психического здоровья, обучение начальным навыкам танцевального искусства, воспитание хореографической культуры, формирование навыков выполнения танцевальных упражнений.

### **Задачи программы:**

- формирование и развитие творческих способностей детей;

- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, а также на организацию свободного времени;
- развитие чувства ритма, музыкального слуха, эмоциональной отзывчивости на музыку, танцевальной выразительности;
- развитие навыков ориентировки в пространстве;
- развитие координации движений и пластики, навыков владения своим телом;
- развитие выворотности ног;
- развитие опорно-двигательного аппарата;
- развитие танцевального шага.

### **Категория обучающихся**

Программа «Ступеньки мастерства» ориентирована на детей дошкольного возраста от 5 до 8 лет.

Зачисление на обучение по программе осуществляется по желанию детей, по заявлению их родителей (законных представителей). Принимаются дети, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

### **Срок реализации программы**

Программа рассчитана на 1 год. Общая продолжительность образовательного процесса составляет 72 часа

### **Формы организации образовательной деятельности и режим занятий**

#### ***Форма проведения занятий:***

- коллективная – воспитанники рассматриваются как целостный коллектив, имеющих своих лидеров (самостоятельная постановка хореографических композиций).

- групповая – осуществляется с группой воспитанников состоящих из трех и более человек, которые в свою очередь имеют общие цели, и активно взаимодействуют между собой.

- парная – общение с двумя воспитанниками, которые в свою очередь взаимодействуют (дуэтный танец).

- индивидуальная - оказание помощи воспитаннику по усвоению сложного материала. Подготовка к сольному номеру.

#### ***Программа предлагает разные виды занятий:***

- учебное занятие;
- занятие – игра;
- открытое занятие;
- класс – концерт;
- занятие – экскурсия;

#### ***Режим занятий:***

Каждое занятие включает:

- организационную часть,

- разминку,
- экзерсис у станка,
- ритмические упражнения,
- партерный экзерсис,
- подведение итогов занятия,
- проветривание помещения.

## **2.Содержание изучаемого курса**

Познакомить в форме игры с хореографией – как видом искусства.

Учить детей выполнять музыкально ритмические упражнения, марш «исполняется со сменой размеров», шаг переменный, шаг польки, галоп (прямой и боковой). Ходить на носках «кошечка» и с высоким подниманием бедра «цапля». Строевые упражнения построение в шеренгу, бег по кругу с ориентирами, перестроение в круг.

Разучивать упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов, выворотности ног.

Знакомить с музыкально ритмическими постановками, изучать основной ход и основные движения.

Работать над техникой, синхронностью выполнения движений, вслушиваться в музыкальные фразы и четко попадать движениями в эти фразы.

Разучивать с детьми танцевальные этюды:

- «Веселые лошадки»;
- «На птичьем дворе»;
- «Осеннее настроение»;
- «Под дождем»;
- «Кукла»;
- «Лепим из глины»;
- «Часики»;
- «Большая птица»;
- «Кукла танцует»;
- «противоборство добра и зла»;
- «Волшебные цветы»;
- Баба – Яга»;
- «Добрая волшебница»;
- «Француа»;
- «Фантастическое существо»;
- «Старый – молодой»;
- «Голуби»;
- «Со скалкой мы – подруги»

### **3. Планируемые результаты.**

***В соответствии с поставленными целями и задачами программы ожидаются следующие результаты по курсу народные танцы:***

***Дети будут знать:***

- название основных танцевальных движений и элементов;
- откликаться на динамические оттенки в музыке;
- выполнять простейшие ритмические рисунки;
- красиво и правильно исполнять танцевальные элементы;
- давать характеристику музыкальному произведению.

***Дети будут уметь:***

- двигаться и исполнять различные упражнения в соответствии с контрастным характером музыки;
- реагировать на начало музыки и её окончание, ритмично ходить под музыку, легко бегать, хлопать ладошками, притопывать ногами, вращать кистями рук, кружиться вокруг себя, прыгать на двух ногах, владеть простейшими навыками игры с мячом;
- двигаться по кругу, взявшись за руки друг за другом или парами, располагаться по залу в рассыпную и собираться в круг или в линию;
- выполнять элементы партерной гимнастики;

***В соответствии с поставленными целями и задачами программы ожидаются следующие результаты по курсу эстрадные танцы:***

***Дети будут знать:***

- основные понятия и термины начальной хореографии;
- начало и конец музыкального вступления;
- названия танцевальных элементов и движений;
- правила исполнения движений в паре;

***Дети будут уметь:***

- правильно исполнять основные элементы упражнений;
- выразительно двигаться под музыку;
- реагировать на музыкальное вступление;
- слышать ритмический рисунок мелодии;
- правильно исполнять ритмические комбинации;
- ориентироваться в пространстве на основе круговых и линейных рисунков;
- исполнять движения в парах, в группах;
- держаться правильно на сценической площадке.

#### 4. Организационно педагогические условия

##### Учебный план.

№ п/п	Наименование курса	Количество часов	Формы промежуточной аттестации
1.	Эстрадные танцы	36 часов	Танец «Жить здорово»
2.	Народные танцы	36 часов	Пляска «Мы веселые матрешки»

##### Календарный учебный график.

1. Режим образовательной деятельности: 2 раза в неделю
2. Продолжительность учебного периода: 72 часа
3. Срок реализации: с 1 сентября по 31 мая
4. Возрастной состав: - старшая группа 5-6 лет;  
- подготовительная группа 6-8 лет.

##### Материально – техническое обеспечение

Необходимыми условиями для проведения занятий являются:

- Оборудованный зал (зеркала).
- Форма для занятий: Девочки: белые футболки, белые юбки, носочки, удобная для занятий мягкая танцевальная обувь, волосы хорошо подобраны.  
Мальчики: белые футболки, черные шорты, мягкая обувь – чешки.
- коврики для занятий партерной гимнастикой по количеству детей в группе
- платочки 25 \*25 см по количеству детей в группе
- ленточки 50 см. на кольцах, желательны разных цветов (по 2 на человека)
- погремушки (по 2 на человека)
- султанчики (по 2 на человека)
- флажки разноцветные (по 2 на человека)
- корзинки с цветами, веночки, искусственные цветы по 10 шт
- атрибуты для сюжетно - ролевых танцев

- аудиоаппаратура
- фортепиано

### **Кадровые условия**

Дополнительную общеразвивающую программу художественной направленности «Ступеньки мастерства» реализует воспитатель первой категории Болдырева Елена Юрьевна, которая систематически повышает уровень своей квалификации (1 раз в три года). Среднее профессиональное образование, Липецкое областное культурно-просвет. училище – 1992; ГАУ ДПО Липецкой области «Институт развития образования» (проф. переподготовка), 2015г. Дошкольное образование. Стаж работы 9 лет.

### **Оценочные материалы**

1. Оценочные материалы к промежуточной аттестации по курсу «Эстрадные танцы»

Промежуточная аттестация проходит в виде исполнения танца «Жить здорово»

Участвуют мальчики – и девочки – 6 – 8 пар

Построение: Дети стоят парами, лицом друг к другу. Руки на поясе и за платье.

Выполняют «пружинку» с полуоборотом.

1 Куплет: а) Взявшись за руки, выполняют «Пилочку» с «пружинкой».

б) Кружатся в паре, держась за руки и разведя их в стороны.

Припев: Снова стоят лицом друг к другу, руки перед грудью, «полочкой»

- Поочередно раскрывают одну руку в сторону, затем другую.

- Закрывают руки поочередно в «полочку».

- кулачок о кулачок с одной стороны, с другой.

2 Куплет: Сидя на коленках, лицом друг к другу, держатся за руки и выполняют «Качельку» (качаются вперед – назад)

Припев: (как в первом припеве, только сидя)

Проигрыш: Мальчики, веселым шагом уходят за фигуру яблока (прячутся)

В это время, девочки, лицом к зрителям «удивляются» (приподнимают и опускают плечи с пружинкой с полуоборотом).

«Смотрят в даль», поставив руку «kozyрьком», в одну сторону, в другую.

3 Куплет: Девочки, веселым шагом идут за фигуру яблока, там строятся с мальчиками «паровозиком» и выходят топающим шагом из – за яблока на полосочку.

На окончание, поднимают руки – «фонариками» вверх

***Рекомендованная музыка «Танцевальная – детская»***

2. Оценочные материалы к промежуточной аттестации по курсу «Народные танцы»



Промежуточная аттестация проходит в виде исполнения танца «Мы веселые матрешки»

**Вступление** : 24 такта – «топающий шаг», левая рука поддерживает левую щеку, правая рука с платочком поддерживает под локоть левую. Девочки расходятся в две колонны или из-за кулис или из «косички».

1-ый куплет Приставные шаги по 2, влево – вправо, либо обе шеренги.

- к центру – от центра, либо через одну девочку. (см. рис.)

4 пружинки держась за юбки, и 4- за косынку.

Руки в И. П., поворот вокруг себя топающим шагом.

На припев на каждое имя выбегает одна девочка, начиная с последних в колоннах чтобы образовался полукруг. Каждая девочка делает плие, руки в И. П. покачивание головой.

«Ковырялочка» правой ногой. Правая рука над головой, поклон «в пояс».

Поворот . Вокруг себя, машем платочком над головой.

2-ой куплет. Идём друг за другом, образуя круг. Машем платочком над головой. Остановка лицом в круг 3 шага в круг, на 4 –ый – притоп и мах платком, то же в обратном направлении. Поворот вокруг себя, машем платочком, Остановка лицом к зрителям.

На припев на каждое имя «распашонка» вправо каждая девочка делает движение по очереди. См. движения в первом припеве. На проигрыш перестроение в пары.

3-ий куплет. Кружение «лодочкой» вправо. Кружение «лодочкой» влево.

«Ладушки» в парах. Кружение, взявшись за правые руки. Остановка Лицом к зрителям.

Припев см. движения ко второму припеву, (проигрыш) девочки собираются в одну колонну по центру зала и поклон. (Конец).

**Рекомендованная музыка** «В лавке на прилавке матрёшечки стоят»

Критерии оценки результатов освоения программы представлены в таблице (Приложение №1)

### **Методические материалы**

- 1.Базарова Н., Мей В. "Азбука классического танца"
- 2.Барышникова Т. "Азбука хореографии".
- 3.Боттмер Пол "Учимся танцевать".
- 4.Даниц Е., Ермаков Д.А., Иванникова О.В. "Азбука танцев".
- 5.Ерохина О.В. "Школа танцев для детей".
- 6.Зуев Е.И. "Волшебная сила растяжки".
- 7.Зарецкая Н.В. "Танцы для детей старшего дошкольного возраста"
- 8.Бриске Э. "Ритмика и танец".
- 9.Сюжетно-ролевые игры.
10. Тобиас М., Стюарт М. "Растягивайся и расслабляйся".
11. Гусев Г.П. "Методика преподавания народного танца".
12. Зарецкая Н.В. "Танцы в детском саду"

13. Пензулаева Л.И. "Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста".
14. Захаров Р.В. "Сочинение танцев".
15. "Основы современного танца".
16. Углов Ф.Г. Береги честь и здоровье смолоду
17. Анохин П.К. Философские аспекты теории функциональных систем // Анохин П.К. Избранные труды. М., 1978. С157-160.
18. Батуев А.С. Высшая нервная деятельность. М.: Высшая школа, 1991.
19. Бернштейн Н.А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности. М.: Наука, 1966.
20. Выготский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте. СПб.: СОЮЗ, 1997. 96с.
21. Гончаров В.Н. Влияние различных видов двигательной и зрительной памяти на успешность овладения физическими упражнениями // Психофизиологическое изучение учебной и спортивной деятельности. Л., 1981.
22. Гончаров В.И. Формирование двигательных умений (мнемические аспекты): ЛГПИ им. Герцена, Л. 1983. 195с.
23. Ильин Е.П. Двигательная память и память на движения-синонимы? // Вопросы психологии, 1990. № 4 с.82-85
24. Конорева Т.С. Соотношение волевой активности и особенности памяти у шестилетних детей в зависимости от пола // Психология и психофизиология активности и саморегуляции поведения деятельности человека. Свердловск, 1989.
25. Кузнецов М.А., Заика Е.В. Методика исследования объема и точности моторной кратковременной памяти // Вопросы психологии, 1989. № 4. С.158-160.
26. Скобенников К.А. Запоминание движений при разучивании вольных упражнений в гимнастике // Вопросы психологии спорта / под ред. А.Ц. Пуни. М., 1955.
27. Соснина И.Г. Специальные способности артиста балета: природа, структура, диагностика // Пермский гос. Пед. Ун-т, Пермь, 1997. 20с.

**Рабочая программа к дополнительной общеразвивающей  
программе художественной направленности  
«Ступеньки мастерства» по курсу «Эстрадные танцы».**

## СОДЕРЖАНИЕ

1.Планируемые результаты.....	13
2.Содержание.....	13
3.Календарно – тематическое планирование.....	16

## **1. Планируемые результаты**

**В соответствии с поставленными целями и задачами программы ожидаются следующие результаты по курсу эстрадные танцы:**

**Дети будут знать:**

- основные понятия и термины начальной хореографии;
- начало и конец музыкального вступления;
- названия танцевальных элементов и движений;
- правила исполнения движений в паре;

**Дети будут уметь:**

- правильно исполнять основные элементы упражнений;
- выразительно двигаться под музыку;
- реагировать на музыкальное вступление;
- слышать ритмический рисунок мелодии;
- правильно исполнять ритмические комбинации;
- ориентироваться в пространстве на основе круговых и линейных рисунков;
- исполнять движения в парах, в группах;
- держаться правильно на сценической площадке.

## **2. Содержание**

**1 занятие. Введение.** Познакомить в форме игры с хореографией - как видом искусства и содержанием программы. Объяснить правила поведения в музыкальном зале и форму одежды.

**2-3 занятие .Танец в ритмах макаренны».**Ритмика - выполнение музыкально .- ритмических упражнений, марш «исполняется со сменой размеров», шаг переменный , шаг польки

Азбука классического танца – правильная постановка на середине (Руки, ноги, голова, спина.)

Танцевальный этюд – «Весёлые лошадки»

Постановка – Знакомство с музыкально – ритмической постановкой, изучение основного хода и основных движений.

**4-5занятие.Танец «В ритмах макаренны».**Ритмика – строевые упражнения(построение в шеренгу и колонну. Ходьба на носках» «кошечка» и с высоким подниманием бедра « Цапля». Азбука классического танца – позиции ног 1,2,3; позиции рук 1-4.Танцевальный этюд – «Весёлые лошадки». Постановка - работа над техникой выполнения основных движений.

**6-7занятие .Танец «В ритмах макаренны».**Ритмика – повороты головы, наклоны головы, постановка корпуса , Наклоны вперед , в сторону , назад. Азбука классического танца - Demi – plié в I и II позиции. Танцевальный

этюд – «На птичьем дворе» (ход на полупальцах, махи руками). Постановка – работа над танцем, соединение движений в музыкальные композиции.

**8занятие. Танец «В ритмах макарены».** Индивидуальная работа с детьми, не усвоившими материал из-за болезни, с вновь прибывшими.

**9-10занятие. Танец «В ритмах макарены».** Ритмика: хлопки в такт музыки (образно – звуковые действия «горошинки»), акцентированная ходьба, поднимание и опускание рук на 4 счёта, на 2 счёта и на каждый счёт. Азбука классического танца: Battementstendus с I позиции в сторону, вперед, назад на 2 т. 4/4; затем 1 т. 4/4. Танцевальный этюд: «На птичьем дворе». Постановка: Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах.

**11-12занятие. Танец «В ритмах макарены».** Ритмика: Постановка корпуса. Наклоны корпуса вперёд. Назад, в сторону. Основные положения ног: свободная и 4 позиция. Азбука классического танца: BattementstendusjeteI позиции по 1 т. 4/4. Танцевальный этюд «Оловянные солдатик»- марш, перестроения. Постановка: Работа над выразительностью движений и техникой выполнения.

**13-14занятие. Танец «Колокольчики».** Ритмика: Упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов, выворотности ног. Азбука классического танца: Battementstendus: c demi plie в I позиции в сторону, вперед, назад Танцевальный этюд «Осеннее настроение». Постановка: Знакомство с новым танцем. Отработка основных элементов танца.

**15-16занятие. Танец «Колокольчики».** Ритмика. Прыжки ( на двух ногах, на одной ноге, с поворотом). Азбука классического танца: V и IV позиции ног. Demi plie по V и IV позиции. Постановка Работа над техникой, синхронностью выполнения движений.

**17-18занятие. Танец «Колокольчики».** Ритмика Партерная гимнастика Упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов, выворотности ног, исполняются в положении сидя, лёжа на спине и животе . Растяжка на полу Азбука классического танца: Demi raud de jambe par terre en dehors et en dedans. Танцевальный этюд « Под дождём» с использованием элементов польки, гопака, прыжков. Постановка Отработка элементов связок, перестроений . Работа над музыкальностью и пластичностью движений.

**19-20занятие. Танец «В мире животных».** Ритмика Элементы портерной гимнастики . Упражнения для гибкости спины.

Азбука классического танца: Battementstendusjetes: с I и V позиций в сторону, вперед, назад; rigues в сторону, вперед, назад. Танцевальный этюд «Кукла» - с использованием элементов классического танца. Постановка: Разбор нового танца, обработка старого. Демонстрация движений, его музыкального расклада, особенности исполнения.

**21-22занятие. Танец «В мире животных».** Ритмика Построение и перестроения в соответствии со структурой музыкальных произведений. Азбука классического танца: Releves на полупальцах в I, II и V позициях.

Танцевальный этюд : Вариации с включением изученных элементов. Постановка: Изучение сложных элементов. Исполнение в медленном темпе, а затем в обычном.

**23-24занятие. Танец « Вмире животных».**Ритмика: Шаг польки , галоп ( прямой и боковой).Азбука классического танца: . Battementsfrappes в сторону, вперед, назад. Вначале носком в пол, позднее – на 45 градусов. Танцевальный этюд: Импровизация на музыку П.И. Чайковского « времена года». Постановка Отработка техники выполнения движений ( темп . ритм . повторяемость). Повтор Матрешек.

**25-26занятие. Танец «В мире животных».**Индивидуальная работа с детьми, отстающими в освоении программы и репертуара.

**27-28занятие. Танец «Снежинки».**Ритмика: Упражнения для мышц шеи и верхнего плечевого пояса, упражнения на корпуса и ноги. Азбука классического танца Grandplie в I, II, V, VI позициях. Танцевальный этюд «Лепим из глины».Постановка. Работа над техникой выполнения добиваться синхронности исполнения Разводка танцевальных комбинаций в переходах, образах.

**29-30занятие. Танец «Снежинки».** Ритмика: упражнения на развитие плавности движения рук.

Азбука классического танца Battementsfondu в сторону, вперед, назад, носком в пол, позднее – на 45 градусов. Танцевальный этюд «Пластичный – механичный. Постановка. Знакомство с новым танцем. Прослушать музыкальный материал , разводка танцевальной композиции , закрепление танца «Валенки».

**31 – 32занятие. Танец «Снежинки».**Ритмика: Упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов выворотности ног, исполняются в положении сидя, лёжа на спине и животе . Растяжка на полу. Азбука классического танца V и IV позиции ног. Demiplie по V и IV позиции. Танцевальный этюд «Кукла». Постановка. Разбор сложных элементов работа над пластичностью и музыкальностью.

**33 -34занятие. Танец «Снежинки».** Ритмика: Строевые упражнения построение в шеренгу, бег по кругу с ориентирами . перестроение в круг. Азбука классического танца Battementstendus: с опусканием пятки во II позицию; с demiplie во II позицию без перехода с опорной ноги и с переходом с опорной ноги. Танцевальный этюд «Часики».Постановка. Работа над техникой выполнения движений. Закрепление выученного танца.

**35-36занятие. Танец «Снежинки».** Индивидуальные занятия. Помощь ребятам, отстающим в освоении программы из-за болезни.

### 3.Календарно- тематическое планирование

№ занятия	Тема занятия	Дата по плану	Дата по факту
1.	Ознакомление с хореографическим искусством	03.09.24.	
2.-3.	Танец «В ритме макарены»	05.09.23., 10.09.24.	
4.-5.	Танец «В ритме макарены»	12.09.23., 17.09.24.	
6.-7.	Танец «В ритме макарены»	19.09.23., 24.09.24.	
8.	Танец «В ритме макарены»	26.09.24.	
9.-10.	Танец «В ритме макарены»	01.10.24., 03.10.24.	
11.-12.	Танец «В ритме макарены»	08.10.24., 10.10.24.	
13.-14.	Танец «Колокольчики»	15.10.24, 17.10.24.	
15.-16.	Танец «Колокольчики»	22.10.24., 24.10.24.	
17.-18.	Танец «Колокольчики»	29.10.24., 31.10.24.	
19.-20.	Танец «В мире животных»	05.11.24., 07.11.24.	
21.- 22.	Танец «В мире животных»	12.11.24., 14.11.24.	
23.-24.	Танец «В мире животных»	19.11.24., 21.11.24.	
25.-26.	Танец «В мире животных»	26.11.24., 28.11.24.	
27.-28.	Танец «Снежинки»	03.12.24., 05.12.24.	
29.-30.	Танец «Снежинки»	10.12.24., 12.12.24.	
31.-32.	Танец «Снежинки»	17.12.24., 19.12.24.	
33.-34.	Танец «Снежинки»	24.12.24., 26.12.24.	
35.-36.	Танец «Снежинки»	27.12.24.	



**Рабочая программа к дополнительной общеразвивающей  
программе художественной направленности  
«Ступеньки мастерства» по курсу «Народные танцы».**

## СОДЕРЖАНИЕ

1.Планируемые результаты.....	19
2.Содержание.....	19
3.Календарно – тематическое планирование.....	22

## 1. Планируемые результаты.

*В соответствии с поставленными целями и задачами программы ожидаются следующие результаты по курсу народные танцы:*

*Дети будут знать:*

- название основных танцевальных движений и элементов;
- откликаться на динамические оттенки в музыке;
- выполнять простейшие ритмические рисунки;
- красиво и правильно исполнять танцевальные элементы;
- давать характеристику музыкальному произведению.

*Дети будут уметь:*

- двигаться и исполнять различные упражнения в соответствии с контрастным характером музыки;
- реагировать на начало музыки и её окончание, ритмично ходить под музыку, легко бегать, хлопать ладошами, притопывать ногами, вращать кистями рук, кружиться вокруг себя, прыгать на двух ногах, владеть простейшими навыками игры с мячом;
- двигаться по кругу, взявшись за руки друг за другом или парами, располагаться по залу в рассыпную и собираться в круг или в линию;
- выполнять элементы партерной гимнастики.

## 2. Содержание

**37 -38 занятие. Русский народный танец с ложками.** Ритмика: Партерная гимнастика: освоение простейших элементов на полу (растяжка, работа над осанкой), упражнения на развитие выворотности стопы, упражнения для укрепления мышц брюшного пресса. Азбука классического танца Grandplie в I, II, V, VI позициях. Танцевальный этюд «Большая птица». Постановка Изучение танцевальных движений, соединение движений в танцевальные композиции.

**39-40 занятие. Русский народный танец с ложками.** Ритмика: упражнения для развития подъёма стопы, упражнения на растяжку связок и развития выворотности тазобедренного сустава. Азбука классического танца . Battement developpes вперед, в сторону, назад. Танцевальный этюд «Кукла танцует». Постановка Работа над плавностью и гибкостью рук. Над техникой выполнения движений, разбор наиболее сложных. Учить вслушиваться в музыкальные фразы и чётко попадать движениями в эти фразы.

**41. – 42 занятие. Русский народный танец с ложками.** Ритмика: Партерная гимнастика. Упражнения на гибкость (мостик, рыбка, закидушка). Азбука классического танца Grandbattements jetes с I и V позиция – вперед, в сторону, назад. Танцевальный этюд «Противоборство добра и зла». Постановка: Работа над танцем: синхронность выполнения, ориентировка в пространстве, работа над ритмичностью исполнения в соответствии с музыкальной фразировкой.

**43-44занятие.Русский народный танец с ложками.** Постановка: Закрепление последовательности исполнения движений, работа над выразительностью и синхронностью Ритмика: упражнения для развития подъёма стопы, упражнения на растяжку связок и развития выворотности тазобедренного сустава. Азбука классического танца Battementdeveloppees вперед, в сторону, назад. Танцевальный этюд «Кукла танцует».

**45-46занятие.Танец «Ах, вы сени».**Постановка: Прослушивание музыкального материала, обсуждение сюжета, характера и настроения в музыке Знакомство с движениями танца Ритмика партерная гимнастика на все виды мышц. Силовые упражнения ( для ног -выпады с переносом тяжести тела вправо и влево, для рук – «Волна» в положении лёжа). Азбука классического танца Battements tendus jetes: balancoir; в «маленьких» и «больших» позах. Танцевальный этюд « Баба – Яга».

**47-48занятие.Танец «Ах, вы сени».**Ритмика. Упражнения для выразительности и плавности рук под музыку в различном темпе. Азбука классического танцаRond de jambe par terre en dehors et en dedans в demi-plies.Танцевальный этюд «Добрая волшебница». Постановка Разучивание движениями работа над плавностью и гибкостью рук.

**49-50занятие. Танец «Варенька».**Ритмика. Мягкий высокий шаг носках. Поворот на 180 градусов на шагах. Азбука классического танца Grandbattementsjetes во всех позах. Танцевальный этюд « Француз».

Постановка Разбор наиболее сложных движений в танце , связок и перестроений.

**51 -52занятие.Танец «Варенька».**Индивидуальная работа с детьми, отстающими в усвоении программы из-за пропусков и болезни.

**53-54занятие. Танец «Варенька».**Ритмика партерная гимнастика : тренировочный комплекс для развития подъёма стопы ( в положениях «выворотно» и «невыворотно»).Азбука классического танца Rond de jambe en l'air en dehors et en dedans на всей стопе.Танцевальный этюд «Фантастическое существо». Постановка Работа над характером, выразительностью и синхронностью выполнения движений.

**55-56занятие.Танец «Варенька».** Ритмика партерная гимнастика, тренировочный комплекс для развития выворотности стопы на основе I и 2 позиции, а также на полупальцах. Азбука классического танца Battements fondus: с plie-releve навсейстопе; вразныхпозах.Танцевальный этюд «Старый – молодой».Постановка Знакомство с новым танцем, с муз.мат. постановки, изучение основного хода и основных движений.

**57-58занятие. Танец «Варенька».**Ритмика партерная гимнастика, упражнение «Воздушные пяточки (напряжение и расслабление мышц ноги одновременно с поднятием и опусканием стопы). Азбука классического танца Releves по I, II, V позициям. Постановка работа над синхронностью и выразительностью движения. Соединение движений к композиции с помощью различных связок.

**59-60занятие. Танец«Самовар».** Ритмика партерная гимнастика, упражнение «Лягушка» (развитие выворотности бедра). Азбука

классического танца Demi – plie в I и II позиции. BattementstendusjeteI позиции. Танцевальный этюд «На птичьем дворе» (ход на полупальцах, махи руками) для развития образного мышления. Постановка: отработка элементов; работа над музыкальностью; развитие пластичности; синхронность в исполнении.

**61-62заяние. Танец«Самовар».** Ритмика партерная гимнастика, упражнение для укрепления мышц спины «Самолётики»

Азбука классического танца Battementstendus: с demi plie в I позиции в сторону, вперед, назад; с V позиции,

Танцевальный этюд «Веселые лошадки». Постановка: соединение движений в танцевальные композиции; разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах.

**63-64заяние. Танец«Самовар».** Ритмика партерная гимнастика.

Упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов, выворотности ног; исполняются в положении сидя, лежа на спине и на животе. Азбука классического танца Demi raud de jambe par terre en dehors et en dedans. Танцевальный этюд « Синеглазка» – соединение танцевального шага с поклоном, позиция рук. Постановка работа над техникой танца; отработка четкости и чистоты в рисунке построений и перестроений.

**65-66заяние. Пляска.** Ритмика Основные положения рук: вдоль корпуса, на поясе. Прыжки (на двух ногах, на одной ноге, с поворотом). Азбука классического танца Battementstendusjetes: с I и V позиций в сторону, вперед, назад; Танцевальный этюд «Голуби» – этюд на построение и перестроение. Постановка: Знакомство с новым танцем, обсуждение его характера окраски, ассоциаций, эмоциональное восприятие.

**67.-68заяние. Пляска.** Ритмика: партерная гимнастика, растяжки на полу, упражнения для гибкости спины. Азбука классического танца Grandplie в I, II, V, VI позициях. Танцевальный этюд «Со скакалкой мы – подруги». Постановка: отработка элементов; работа над музыкальностью; развитие пластичности; синхронность в исполнении.

**69-70заяние. Пляска.** Индивидуальная работа с детьми, отстающими в усвоении программы из-за пропусков и болезни.

**71-72заяние. Пляска.** Ритмика: партерная гимнастика, растяжки на полу, упражнения для гибкости спины. Азбука классического танца Grandplie в I, II, V, VI позициях. Танцевальный этюд «Со скакалкой мы – подруги». Постановка: отработка элементов; работа над музыкальностью; развитие пластичности; синхронность в исполнении.

### 3.Календарно- тематическое планирование.

№ занятия	Тема занятия	Дата по плану	Дата по факту
37.-38.	Русский народный танец с ложками	14.01.25., 16.01.25.	
39.-40.	Русский народный танец с ложками	21.01.25., 23.01.25.	
41.-42.	Русский народный танец с ложками	04.02.25., 06.02.25.	
43.-44.	Русский народный танец с ложками	01.02.25., 06.02.25.	
45.-46.	Танец «Ах, вы сени»	11.02.25.,13.02.25.	
47.-48.	Танец «Ах, вы сени»	18.02.25., 20.02.25.	
49.-50.	Танец «Варенька»	25.02.25., 27.02.25.	
51.-52.	Танец «Варенька»	04.03.25., 06.03.25.	
53.-54.	Танец «Варенька»	11.03.25., 13.03.25.	
55. – 56.	Танец «Варенька»	18.03.25., 20.03.25.	
57. -58.	Танец «Варенька»	25.03.25., 27.03.25.	
59.-60.	Танец «Самовар»	01.04.25., 03.04.25.	
61.-62.	Танец «Самовар»	08.04.25., 10.04.25.	
63.-64	Танец «Самовар»	15.04.25.,17.04.25.	
65.-66.	Пляска	22.04.25., 24.04.25.	
67.-68.	Пляска	29.04.25.	
69.-70.	Пляска	06.05.25., 08.05.25.	
71.-72.	Пляска	13.05.25.,15.05.25.	

Критерии	Уровни		
	Высокий	Средний	Низкий
Координация движений	обучающийся хорошо знает и применяет все виды техник в танце и справляется со сложными комбинированнокоординационными упражнениями	у обучающегося не всегда присутствует точность движений в сложных комбинациях	обучающийся недостаточно хорошо согласовывает движения различных частей тела в усложненных комбинированных упражнениях и справляется не со всеми видами танца.
Эмоциональное восприятие	обучающийся отзывчив, музыкален, ярко выражены театральносценические способности	обучающийся не так ярко отзывчив в самовыражении и раскрепощении в сценическом образе	обучающийся недостаточно хорошо согласовывает движения различных частей тела в усложненных комбинированных упражнениях и справляется не со всеми видами классического танца
Техника исполнения танцевальных элементов	обучающийся отлично выполняет самые сложные танцевальные элементы в продолжительной связке, с большой выносливостью	обучающийся хорошо выполняет танцевальные элементы, но недостаточно вынослив и	у обучающегося не всегда хватает выносливости выполнить технически правильно

		грамотен в исполнении	танцевальные силовые элементы.
--	--	--------------------------	--------------------------------------



