**Пояснительная записка**

Танец таит в себе огромное богатство для успешного художественного и нравственного воспитания ребёнка, он сочетает в себе не только эмоциональную сторону искусства, приносит радость, как исполнителю, так и зрителю - танец раскрывает и растит духовные силы, воспитывает художественный вкус и любовь к прекрасному.

В процессе учебных занятий у школьников происходит снижение работоспособности, ухудшается внимание, память, удлиняется латентный период двигательной реакции; в результате длительного поддерживания статической паузы нарушается осанка, увеличивается тенденция к наклону головы.

**Актуальность** программы заключается в том, что движение в ритме и темпе, заданной музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведёт к общему оздоровлению организма.

Занимаясь систематически у школьника, развивается память логическая, мышечная, танцевальная. Каждый ученик учится владеть своим телом и свободно координировать движения.Занятия в танцевальном коллективе – это более углубленное практическое изучение танца, овладение наиболее сложными его формами и пропаганда лучших его образцов.

Танцевальный клуб – это самая емкая форма работы, дающая неограниченные возможности для развития творческой инициативы учащихся, для осуществления самых широких творческих замыслов тех, кто серьезно увлекается танцами, отдает им свой досуг. Занятие танцем является эффективным средством организации досуга учащихся, культурной формой отдыха. В каникулярное время коллектив не только посещает культурно досуговые центры, но и выступает со своими готовыми номерами.

В МБОУ СОШ №5 приоритетным направлением является «Гражданско-патриотическое воспитание» и программа танцевального коллектива « Наследие» реализуется в рамках Центра ГПВ. В соответствии с программой коллектив готовит танцевальные композиции на различные мероприятия в школе, в городе и в округе.

С 2010 года учебно-тематический план предполагает совместную работу со школьным историко-патриотическим музеем «Поиск».

Для более качественного закрепления материала по курсу,программа предполагает дистанционную форму обучения.

**Цель:**

Формирование духовного-патриотического воспитания детей через культуру общения между собой и с окружающими в танце.

**Задачи:**

***Учебно-воспитательные:***

1. Развить координационные способности.
2. Научить чувствовать и ощущать музыкальный ритм.
3. Выработать способность самостоятельно видоизменять и составлять свой танец.
4. Добиться точности исполнения танца.

***Художественно - воспитательные:***

1. Развить художественные и танцевальные способности  
   учащихся.
2. Развить творческую индивидуальность.
3. Научить правильно и красиво танцевать, понимать язык хореографического искусства.
4. Знакомить с разными направлениями, историей и географией танца.
5. Привить умение через танец выразить различного вида мысли, чувства человека и его взаимоотношение с окружающим миром.

6.Воспитать художественный вкус, эмоционально-ценностное отношение к искусству.

7.Приобщить к истокам народной культуры с учетом регионального компонента.

8.Адаптировать к современной жизни на основе общей культуры, знаний, навыков.

**Отличительные особенности программы от других:**

- Выявление индивидуальных возможностей воспитанника;

- Создание ситуации успеха на занятии;

- Исследовательская деятельность;

Программа – адаптированная, формирование групп проводится на добровольной основе.

**Возраст детей:**

Образовано 2 группы по 10-12 человек, в возрасте от 7- 17 лет. Занятие группы 1 года об. проходит 4 раза в неделю ,2 года об. -5 часов, один час дополняется композиционно-постановочным танцем. В составе групп возможны изменения, так как 9-11 класс являются выпускниками, поэтому данная программа предполагает включение в группу на второй и третий года обучения новых обучающихся.

**Сроки реализации:**

Программа танцевального клуба «Наследие» рассчитана на 3 года обучения (включая каникулярные периоды). В образовательной программе главный принцип – от простого к сложному. Этот принцип учитывается при построении занятия.

**Формы и методы организации учебно-познавательной деятельности:**

В программе использованы приоритетные формы занятий: интегрированные, интегрированные с элементами импровизации, индивидуальные.

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

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

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

4.  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;

**Ожидаемые результаты:**

По итогам обучения воспитанники должны:

**Знать:** терминологию классического, народно-сценического, метроритмические раскладки исполнения движения, особенности и традиции изучаемых народностей.

**Владеть:**культурой исполнения, хореографической памятью, техникой движения.

**Выработать**: пластичность, грациозность, умение преподносить себя окружающим.

**Познать** красоту и силу своего тела.

**Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы**:

За период обучения в танцевальном коллективе воспитанники получают определенный объем знаний, умений и навыков, качество которых проверяется диагностикой три раза в год.

Для этой цели промежуточный контроль – участие в концертах, фестивалях, конкурсах и итоговый контроль.

Ежегодно в танцевальном объединении проводится творческий отчет о работе педагога и детей, проделанной за весь учебный год. Отчет проводится в форме концерта для родителей.

Педагог подводит итог всей учебно-воспитательной работы, делает анализ творческих достижений детей.

**Календарно-тематический план**

**первого года обучения**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дата** | **№ п/п** | **Тема занятия** | **Количество часов**  **теории** | **Количество**  **часов практики** |
| **Введение.** | | | | |
|  |  | Организационные вопросы | 1 |  |
|  |  | Работа с документацией | 1 |  |
|  |  | Инструктаж по технике безопасности | 1 |  |
|  |  | Знакомство с целями и задачами в новом учебном году | 1 |  |
|  |  | Характер музыки (спокойный, торжественный и т.д.), темп. | 1 |  |
|  |  | Доли счета, сильные и слабые доли | 1 |  |
| **Основные движения и шаги.** | | | | |
|  |  | Поклон ,простой шаг | 1 |  |
|  |  | Поклон ,простой шаг |  | 1 |
|  |  | Танцевальный шаг с вытянутых пальцев, шаги на п/п. | 1 |  |
|  |  | Танцевальный шаг с вытянутых пальцев, шаги на п/п. |  | 1 |
|  |  | Шаг с высоким подниманием бедра, легкий бег. |  | 1 |
|  |  | Шаг с высоким подниманием бедра, легкий бег |  | 1 |
|  |  | «Молоточки», бег «лошадки». | 1 |  |
|  |  | «Молоточки», бег «лошадки». |  | 1 |
|  |  | Боковой галоп, подскоки. |  | 1 |
|  |  | Боковой галоп, подскоки. |  | 1 |
|  |  | Разучивание танцевальных шагов -попеременный шаг | 1 |  |
|  |  | Разучивание танцевальных шагов- попеременный шаг |  | 1 |
|  |  | Разучивание танцевальных шагов- припадание |  | 1 |
|  |  | Разучивание танцевальных шагов- припадание |  | 1 |
|  |  | Движения на развитие координации, элементы асимметричной гимнастики (видео просмотр) | 1 |  |
|  |  | Движения на развитие координации, элементы асимметричной гимнастики |  | 1 |
|  |  | Движения на развитие координации, элементы асимметричной гимнастики |  | 1 |
|  |  | Движения на развитие координации, элементы асимметричной гимнастики |  | 1 |
|  |  | Движения на развитие координации, элементы асимметричной гимнастики |  | 1 |
|  |  | Движения на развитие координации, элементы асимметричной гимнастики |  | 1 |
|  |  | Движения на развитие координации, элементы асимметричной гимнастики |  | 1 |
| **Упражнения для развития тела** | | | | |
|  |  | Упражнения для улучшения эластичности плечевого пояса | 1 |  |
|  |  | Упражнения для улучшения эластичности плечевого пояса |  | 1 |
|  |  | Упражнения для улучшения эластичности плечевого пояса |  | 1 |
|  |  | Упражнения для улучшения эластичности плечевого пояса |  | 1 |
|  |  | Упражнения для улучшения эластичности плечевого пояса |  | 1 |
|  |  | Упражнения для улучшения эластичности плечевого пояса |  | 1 |
|  |  | Упражнения для улучшения подвижности суставов позвоночника |  | 1 |
|  |  | Упражнения для улучшения подвижности суставов позвоночника |  | 1 |
|  |  | Упражнения для улучшения подвижности суставов позвоночника |  | 1 |
|  |  | Упражнения для улучшения подвижности суставов позвоночника |  | 1 |
|  |  | Упражнения для улучшения подвижности суставов позвоночника |  | 1 |
|  |  | Упражнения для увеличения подвижности и эластичности мышц бедра |  | 1 |
|  |  | Упражнения для увеличения подвижности и эластичности мышц бедра |  | 1 |
|  |  | Упражнения для увеличения подвижности и эластичности мышц бедра |  | 1 |
|  |  | Упражнения для увеличения подвижности и эластичности мышц бедра |  | 1 |
|  |  | Упражнения для увеличения подвижности и эластичности мышц бедра |  | 1 |
|  |  | Упражнения для исправления осанки | 1 |  |
|  |  | Упражнения для исправления осанки |  | 1 |
|  |  | Упражнения для исправления осанки |  | 1 |
|  |  | Упражнения для исправления осанки |  | 1 |
| **Партерный экзерсис** | | | | |
|  |  | Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов | 1 |  |
|  |  | Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов | 1 |  |
|  |  | Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов |  | 1 |
|  |  | Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов |  | 1 |
|  |  | Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов | 1 |  |
|  |  | Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов |  | 1 |
|  |  | Упражнения на улучшение гибкости коленных суставов, упражнения для развития выворотности ног и шага. |  | 1 |
|  |  | Упражнения на улучшение гибкости коленных суставов, упражнения для развития выворотности ног и шага. |  | 1 |
|  |  | Упражнения на улучшение гибкости коленных суставов, упражнения для развития выворотности ног и шага. | 1 |  |
|  |  | Упражнения на улучшение гибкости коленных суставов, упражнения для развития выворотности ног и шага. |  | 1 |
| **Упражнения по народному танцу** | | | | |
|  |  | Положения корпуса и головы, шаг «сударушки», приседания (молоточки) | 1 |  |
|  |  | Положения корпуса и головы, шаг «сударушки», приседания (молоточки |  | 1 |
|  |  | Положения корпуса и головы, шаг «сударушки», приседания (молоточки) | 1 |  |
|  |  | Положения корпуса и головы, шаг «сударушки», приседания (молоточки |  | 1 |
|  |  | Положения корпуса и головы, шаг «сударушки», приседания (молоточки) | 1 |  |
|  |  | Положения корпуса и головы, шаг «сударушки», приседания (молоточки) |  | 1 |
|  |  | Хлопушки (дробное выстукивание), каблучные упражнения |  | 1 |
|  |  | Хлопушки (дробное выстукивание), каблучные упражнения |  | 1 |
|  |  | Хлопушки (дробное выстукивание), каблучные упражнения | 1 |  |
|  |  | Хлопушки (дробное выстукивание), каблучные упражнения |  | 1 |
|  |  | Хлопушки (дробное выстукивание), каблучные упражнения |  | 1 |
|  |  | Прыжки, разножка, свечка |  | 1 |
|  |  | Прыжки, разножка, свечка |  | 1 |
|  |  | Прыжки, разножка, свечка |  | 1 |
|  |  | Прыжки, разножка, свечка |  | 1 |
|  |  | Танцевальная «зарисовка» по выученным движениям |  | 1 |
|  |  | Танцевальная «зарисовка» по выученным движениям |  | 1 |
|  |  | Танцевальная «зарисовка» по выученным движениям |  | 1 |
|  |  | Танцевальная «зарисовка» по выученным движениям |  | 1 |
|  |  | Танцевальная «зарисовка» по выученным движениям |  | 1 |
|  |  | Закрепление выученных движений и танца |  | 1 |
|  |  | Закрепление выученных движений и танца |  | 1 |
|  |  | Закрепление выученных движений и танца | 1 |  |
|  |  | Закрепление выученных движений и танца |  | 1 |
|  |  | Закрепление выученных движений и танца |  | 1 |
| **Разучивание танца «Полька»** | | | | |
|  |  | Основное движение: по одному, в парах | 1 |  |
|  |  | Основное движение: по одному, в парах |  | 1 |
|  |  | Основное движение: по одному, в парах |  | 1 |
|  |  | Основное движение: по одному, в парах |  | 1 |
|  |  | Галоп: по одному, в парах | 1 |  |
|  |  | Галоп: по одному, в парах |  | 1 |
|  |  | Галоп: по одному, в парах |  | 1 |
|  |  | Галоп: по одному, в парах |  | 1 |
|  |  | Попеременный шаг: по одному, в парах | 1 |  |
|  |  | Попеременный шаг: по одному, в парах |  | 1 |
|  |  | Попеременный шаг: по одному, в парах |  | 1 |
|  |  | Попеременный шаг: по одному, в парах |  | 1 |
|  |  | Приставной шаг: по одному, в парах | 1 |  |
|  |  | Приставной шаг: по одному, в парах |  | 1 |
|  |  | Композиция танца |  | 1 |
|  |  | Композиция танца |  | 1 |
|  |  | Закрепление выученного танца « Полька» |  | 1 |
|  |  | Закрепление выученного танца « Полька» |  | 1 |
|  |  | Закрепление выученного танца « Полька |  | 1 |
|  |  | Беседа « Представление о культурных наследиях родного края» | 1 |  |
|  |  | Беседа « Возникновение русского танца» | 1 |  |
|  |  | Беседа «Основы народной культуры и быта казаков» | 1 |  |
|  |  | Основы казачьего народного танца | 1 |  |
|  |  | Основы казачьего народного танца |  | 1 |
|  |  | Основы казачьего народного танца |  | 1 |
|  |  | Основы казачьего народного танца |  | 1 |
|  |  | Разучивание танцевальных элементов «присядка»(мальчики),» упадание»(девочки) |  | 1 |
|  |  | Разучивание танцевальных элементов «присядка»(мальчики),» упадание»(девочки) |  | 1 |
|  |  | Разучивание танцевальных элементов «присядка» (мальчики), »упадание»(девочки) |  | 1 |
|  |  | Разучивание элемента « мячик» (мальчики),»переступы» (девочки) |  | 1 |
|  |  | Разучивание элемента « мячик» (мальчики),»переступы» (девочки) |  | 1 |
|  |  | Разучивание элемента « мячик» (мальчики),»переступы» (девочки) |  | 1 |
|  |  | Разучивание элемента « мячик» (мальчики),»переступы» (девочки) |  | 1 |
|  |  | Разучивание элемента «подбивка» (мальчики), «ковырялочка» (девочки) |  | 1 |
|  |  | Разучивание элемента «подбивка» (мальчики), «ковырялочка» (девочки) |  | 1 |
|  |  | Разучивание элемента «подбивка» (мальчики), «ковырялочка» (девочки) |  | 1 |
|  |  | Разучивание элемента «подбивка» (мальчики), «ковырялочка» (девочки) |  | 1 |
|  |  | Разучивание элемента « хлопушка»( мальчики) « моталочка» (девочки) |  | 1 |
|  |  | Разучивание элемента « хлопушка»( мальчики) « моталочка» (девочки) |  | 1 |
|  |  | Разучивание элемента « хлопушка»( мальчики) « моталочка» (девочки) |  | 1 |
|  |  | Разучивание элемента « хлопушка»( мальчики) « моталочка» (девочки) |  | 1 |
|  |  | Разучивание элемента « хлопушка»( мальчики) « моталочка» (девочки) |  | 1 |
|  |  | Отработка танцевальных элементов |  | 1 |
|  |  | Отработка танцевальных элементов |  | 1 |
|  |  | Отработка танцевальных элементов |  | 1 |
|  |  | Отработка танцевальных элементов |  | 1 |
|  |  | Композиция танцевальной « зарисовки» |  | 1 |
|  |  | Композиция танцевальной « зарисовки» |  | 1 |
|  |  | Композиция танцевальной « зарисовки» |  | 1 |
|  |  | Композиция танцевальной « зарисовки» |  | 1 |
|  |  | Композиция танцевальной « зарисовки» |  | 1 |
|  |  | Закрепление выученного танцевального материала |  | 1 |
|  |  | Закрепление выученного танцевального материала |  | 1 |
|  |  | Закрепление выученного танцевального материала |  | 1 |
|  |  | Закрепление выученного танцевального материала |  | 1 |
|  |  | Закрепление выученного танцевального материала |  | 1 |
|  |  | Закрепление выученного танцевального материала |  | 1 |
|  |  | Творчество ансамбля народного танца имени И. Моисеева | 1 |  |
|  |  | Просмотр концерта ансамбля имени И. Моисеева, посвященного 90-летию руководителя |  | 1 |
|  |  | Просмотр концерта ансамбля имени И. Моисеева, посвященного 90-летию руководителя |  | 1 |
|  |  | История создания ансамбля народного танца Сибири имени М. Годенко | 1 |  |
|  |  | История создания ансамбля народного танца Сибири имени М. Годенко | 1 |  |
|  |  | Просмотр концерта ансамбля Сибири имени М. Годенко |  | 1 |
|  |  | Просмотр концерта ансамбля Сибири имени М. Годенко |  | 1 |
|  |  | Знакомство с творчеством ансамбля народного танца имени Файзи Гаскарова | 1 |  |
|  |  | Знакомство с творчеством ансамбля народного танца имени Файзи Гаскарова | 1 |  |
|  |  | **Итоговое занятие** |  | 1 |
|  | **ИТОГО:** | |  | **149ч** |

**Календарно-тематический план**

**второго года обучения**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дата** | **№ п/п** | **Тема занятия** | **Количество**  **часов**  **теории** | | **Количество**  **часов практики** |
|  |  | **Введение.** |  | |  |
|  |  | Организационные вопросы. | 1 | |  |
|  |  | Знакомство с целями и задачами в новом учебном году. | 1 | |  |
|  |  | **Основные движения и шаги** |  | |  |
|  |  | Поклон в народном стиле, простой шаг. |  | | 1 |
|  |  | Основы народного танца: элементы русского танца на середине зала  - экзерсис у станка;  - элементы русского танца на середине зала |  | | 1 |
|  |  | Основы народного танца: элементы русского танца |  | | 1 |
|  |  | Основы народного танца: элементы русского танца |  | | 1 |
|  |  | Основные движения народного танца на середине |  | | 1 |
|  |  | **Определение и передача движения** |  | |  |
|  |  | Характер музыки (спокойный, торжественный и т.д.), темп. |  | | 1 |
|  |  | Доли счета. |  | | 1 |
|  |  | Сильные и слабые доли. |  | | 1 |
|  |  | **Упражнения для развития тела** |  | |  |
|  |  | Упражнения для плечевого пояса. |  | | 1 |
|  |  | Упражнения для подвижности суставов. |  | | 1 |
|  |  | Упражнения для осанки. |  | | 1 |
|  |  | Упражнения для осанки. |  | | 1 |
|  |  | Упражнения для осанки. |  | | 1 |
|  |  | Упражнения для головы |  | | 1 |
|  |  | Упражнения для головы |  | | 1 |
|  |  | **Упражнения на ориентировку в пространстве** |  | |  |
|  |  | Различие левой, правой руки, ноги, плеча |  | | 1 |
|  |  | Различие левой, правой руки, ноги, плеча |  | | 1 |
|  |  | Движения по линии танца и против линии танца |  | | 1 |
|  |  | Движение по диагонали |  | | 1 |
|  |  | Упражнения на развитие координации. |  | | 1 |
|  |  | Упражнения на развитие координации. | 1 | |  |
|  |  | Упражнения на развитие координации.(видео просмотр) |  | | 1 |
|  |  | Элементы ассиметричной гимнастики. |  | | 1 |
|  |  | Дыхательные упражнения в имитационных и образных движениях. |  | | 1 |
|  |  | Дыхательные упражнения в имитационных и образных движениях. | 1 | |  |
|  |  | **Партерный экзерсис** |  | |  |
|  |  | Упражнения для развития гибкости. |  | | 1 |
|  |  | Упражнения для плечевого и поясного суставов |  | | 1 |
|  |  | Упражнения для плечевого и поясного суставов |  | | 1 |
|  |  | Упражнения для гибкости коленных суставов. |  | | 1 |
|  |  | Упражнения для выворотности ног. |  | | 1 |
|  |  | Упражнения для выворотности ног. |  | | 1 |
|  |  | Упражнения для танцевального шага | 1 | |  |
|  |  | Упражнения для танцевального шага |  | | 1 |
|  |  | Комбинация на координацию |  | | 1 |
|  |  | Комбинация на координацию |  | | 1 |
|  |  | Комбинация на координацию. |  | | 1 |
|  |  | Комбинация на координацию. |  | | 1 |
|  |  | **Классический экзерсис (лицом к станку)** | |  |  |
|  |  | Позиция ног I, II, III, IV. | |  | 1 |
|  |  | Позиция ног I, II, III, IV. | |  | 1 |
|  |  | Поклон из I позиции. | |  | 1 |
|  |  | Поклон из I позиции. | |  | 1 |
|  |  | Позиция рук - подготовительное положение I, II, III(на середине). | |  | 1 |
|  |  | Позиция рук - подготовительное положение I, II, III(на середине). | |  | 1 |
|  |  | Releve по I,II,III,IV позициям; Releve по I,II,III,IV позициям в сочетании с полуприседанием. | |  | 1 |
|  |  | Releve по I,II,III,IV позициям; Releve по I,II,III,IV позициям в сочетании с полуприседанием. | |  | 1 |
|  |  | Перегибы корпуса в сторону и назад. | |  | 1 |
|  |  | Перегибы корпуса в сторону и назад. | |  | 1 |
|  |  | Port de bras (I, II, IV позиции). | |  | 1 |
|  |  | Port de bras (I, II, IV позиции). | |  | 1 |
|  |  | Sote по I,III,IV позиции. | |  | 1 |
|  |  | Sote по I,III,IV позиции. | |  | 1 |
|  |  | **Разучивание элементов народного танца** | |  |  |
|  |  | Изучение танцевальных элементов | | 1 |  |
|  |  | Изучение танцевальных элементов | | 1 |  |
|  |  | Элементы для головы (повороты, наклоны, вращение по точкам слитно и с присоединением); | |  | 1 |
|  |  | Элементы для головы (повороты, наклоны, вращение по точкам слитно и с присоединением); | |  | 1 |
|  |  | Варьирование танцевальных элементов | |  | 1 |
|  |  | Варьирование танцевальных элементов | |  | 1 |
|  |  | Варьирование танцевальных элементов | |  | 1 |
|  |  | Варьирование танцевальных элементов | |  | 1 |
|  |  | Положение рук на поясе, переводы рук; | |  | 1 |
|  |  | Положение рук на поясе, переводы рук; | |  | 1 |
|  |  | Графическое перестроение | |  | 1 |
|  |  | Графическое перестроение | |  | 1 |
|  |  | Графическое перестроение | |  | 1 |
|  |  | Закрепление выученных элементов | |  | 1 |
|  |  | Закрепление выученных элементов | | 1 |  |
|  |  | Работа над выразительным и эмоциональным исполнением | |  | 1 |
|  |  | Работа над выразительным и эмоциональным исполнением | |  | 1 |
|  |  | Манера, характер, стиль исполнения. | |  | 1 |
|  |  | Манера, характер, стиль исполнения. | |  | 1 |
|  |  | «Моталочка» , « ковырялочка» с продвижением. | | 1 |  |
|  |  | «Моталочка» , « ковырялочка» с продвижением. | |  | 1 |
|  |  | «Моталочка» , « ковырялочка» с продвижением. | |  | 1 |
|  |  | «Моталочка» , « ковырялочка» с продвижением. | |  | 1 |
|  |  | «Ковырялочка с перестукиванием» | |  | 1 |
|  |  | «Ковырялочка с перестукиванием» | | 1 |  |
|  |  | «Ковырялочка с перестукиванием» | |  | 1 |
|  |  | Выдвижение ноги в сторону и вперед с переводом «носок, каблук». | |  | 1 |
|  |  | Выдвижение ноги в сторону и вперед с переводом «носок, каблук». | |  | 1 |
|  |  | Выдвижение ноги в сторону и вперед с переводом «носок, каблук». | |  | 1 |
|  |  | Выдвижение ноги в сторону и вперед с переводом «носок, каблук». | | 1 |  |
|  |  | Дроби (дробушки) | |  | 1 |
|  |  | Дроби (дробушки) | |  | 1 |
|  |  | Дроби (дробушки) | |  | 1 |
|  |  | Дроби (дробушки) | |  | 1 |
|  |  | Работа над техникой исполнения движений | |  | 1 |
|  |  | Работа над техникой исполнения движений | |  | 1 |
|  |  | Работа над техникой исполнения движений | |  | 1 |
|  |  | Работа над техникой исполнения движений | |  | 1 |
|  |  | Отработка ансамблевого исполнения; | |  | 1 |
|  |  | Отработка ансамблевого исполнения; | |  | 1 |
|  |  | Отработка ансамблевого исполнения; | |  | 1 |
|  |  | Отработка ансамблевого исполнения; | |  | 1 |
|  |  | Отработка ансамблевого исполнения; | |  | 1 |
|  |  | Отработка ансамблевого исполнения; | |  | 1 |
|  |  | Композиция танца | |  | 1 |
|  |  | Композиция танца | |  | 1 |
|  |  | Композиция танца | |  | 1 |
|  |  | Композиция танца | |  | 1 |
|  |  | Репетиционные занятия на сцене | |  | 1 |
|  |  | Репетиционные занятия на сцене | |  | 1 |
|  |  | Репетиционные занятия на сцене | |  | 1 |
|  |  | Репетиционные занятия на сцене | |  | 1 |
|  |  | Репетиционные занятия на сцене | |  | 1 |
|  |  | Репетиционные занятия на сцене | |  | 1 |
|  |  | Репетиционные занятия на сцене | |  | 1 |
|  |  | Просмотр дидактического материала( видео) | |  | 1 |
|  |  | Просмотр дидактического материала( видео) | |  | 1 |
|  |  | Движения русского народного танца на середине | |  | 1 |
|  |  | Движения русского народного танца на середине | |  | 1 |
|  |  | Движения русского народного танца на середине | |  | 1 |
|  |  | Движения русского народного танца на середине | |  | 1 |
|  |  | Девичий ход с переступаниями | |  | 1 |
|  |  | Девичий ход с переступаниями | |  | 1 |
|  |  | Девичий ход с переступаниями | |  | 1 |
|  |  | Девичий ход с переступаниями | |  | 1 |
|  |  | Девичий ход с переступаниями | |  | 1 |
|  |  | Подготовка к « веревочке» | |  | 1 |
|  |  | Подготовка к « веревочке» | |  | 1 |
|  |  | Подготовка к « веревочке» | |  | 1 |
|  |  | Подготовка к « веревочке» | |  | 1 |
|  |  | « Веревочка» простая | |  | 1 |
|  |  | « Веревочка» простая | |  | 1 |
|  |  | « Веревочка» простая | |  | 1 |
|  |  | « Веревочка» простая | |  | 1 |
|  |  | « Веревочка» с переступанием | |  | 1 |
|  |  | « Веревочка» с переступанием | |  | 1 |
|  |  | « Веревочка» с переступанием | |  | 1 |
|  |  | « Веревочка» с переступанием | |  | 1 |
|  |  | « Веревочка» с переступанием | |  | 1 |
|  |  | « Ковырялочка» с двойным притопом | |  | 1 |
|  |  | « Ковырялочка» с двойным притопом | |  | 1 |
|  |  | « Ковырялочка» с двойным притопом | |  | 1 |
|  |  | « Ковырялочка» с двойным притопом | |  | 1 |
|  |  | « Ковырялочка» с двойным притопом | |  | 1 |
|  |  | « Ковырялочка» с тройным притопом | |  | 1 |
|  |  | « Ковырялочка» с тройным притопом | |  | 1 |
|  |  | « Ковырялочка» с тройным притопом | |  | 1 |
|  |  | « Ковырялочка» с тройным притопом | |  | 1 |
|  |  | « Ковырялочка» с тройным притопом | |  | 1 |
|  |  | « Ключ» простой | |  | 1 |
|  |  | « Ключ» простой | |  | 1 |
|  |  | « Ключ» простой | |  | 1 |
|  |  | « Ключ» простой | |  | 1 |
|  |  | «Ключ» простой | |  | 1 |
|  |  | «Ключ» с переступанием | |  | 1 |
|  |  | « Ключ» с переступанием | |  | 1 |
|  |  | «Ключ» с переступанием | |  | 1 |
|  |  | «Ключ» с переступанием | |  | 1 |
|  |  | «Ключ» с переступанием | |  | 1 |
|  |  | « Хлопки» и «хлопушки» одинарные , двойные и тройные | |  | 1 |
|  |  | « Хлопки» и «хлопушки» одинарные , двойные и тройные | |  | 1 |
|  |  | « Хлопки» и «хлопушки» одинарные , двойные и тройные | |  | 1 |
|  |  | « Хлопки» и «хлопушки» одинарные , двойные и тройные | |  | 1 |
|  |  | « Хлопки» и «хлопушки» одинарные , двойные и тройные | |  | 1 |
|  |  | « Хлопки» и «хлопушки» одинарные ,двойные и тройные | |  | 1 |
|  |  | Перескоки с ноги на ногу, на всю стопу(подготовка к дроби) | |  | 1 |
|  |  | Перескоки с ноги на ногу, на всю стопу(подготовка к дроби | |  | 1 |
|  |  | Перескоки с ноги на ногу, на всю стопу(подготовка к дроби | |  | 1 |
|  |  | Перескоки с ноги на ногу, на всю стопу(подготовка к дроби | |  | 1 |
|  |  | Дробные выстукивания | |  | 1 |
|  |  | Дробные выстукивания | |  | 1 |
|  |  | Дробные выстукивания | |  | 1 |
|  |  | Дробные выстукивания | |  | 1 |
|  |  | Дробные выстукивания | |  | 1 |
|  |  | Дробные выстукивания | |  | 1 |
|  |  | Дорожка боковая с переступаниями | |  | 1 |
|  |  | Дорожка боковая с переступаниями | |  | 1 |
|  |  | Дорожка боковая с переступаниями | |  | 1 |
|  |  | Дорожка боковая с переступаниями | |  | 1 |
|  |  | КПТ( композиционно-постановочный танец), русский перепляс | |  | 1 |
|  |  | КПТ( композиционно-постановочный танец), русский перепляс | |  | 1 |
|  |  | КПТ( композиционно-постановочный танец), русский перепляс | |  | 1 |
|  |  | КПТ( композиционно-постановочный танец), русский перепляс | |  | 1 |
|  |  | КПТ( композиционно-постановочный танец), русский перепляс | |  | 1 |
|  |  | Отработка выученной композиции | |  | 1 |
|  |  | Отработка выученной композиции | |  | 1 |
|  |  | Отработка выученной композиции | |  | 1 |
|  |  | Отработка выученной композиции | |  | 1 |
|  |  | Отработка выученной композиции | |  | 1 |
|  |  | Закрепление и отработка танца на сцене | |  | 1 |
|  |  | Закрепление и отработка танца на сцене | |  | 1 |
|  |  | Закрепление и отработка танца на сцене | |  | 1 |
|  |  | Закрепление и отработка танца на сцене | |  | 1 |
|  |  | Закрепление и отработка танца на сцене | |  | 1 |
|  |  | Закрепление и отработка танца на сцене | |  | 1 |
|  |  | **Итоговое занятие** | |  | 1 |
|  |  | **Итоговое занятие** | |  | 1 |
|  |  | **Итого:** | |  | **187** |

**Содержание программы**

1. **Введение.** Оценка танцевальной подготовленности учащихся Знакомство с целями и задачами в танцевальном коллективе, с равными хореографическими жанрами, историей возникновения танца. При отборе детей для занятия в танцевальном коллективе обращают внимание на внешние сценические данные, а так же проводят проверку его профессиональных физических данных, таких как выворотность ног, состояние стоп (в том числе подъема), танцевальный шаг, гибкость тела, прыжок.
2. **Упражнения для развития тела** для того, чтобы научиться хорошо и красиво танцевать, нужно овладеть инструментом - своим телом. Но для начала нужно его постепенно изучить. И поэтому даются упражнения для развития тела. Некоторые из них простые похожие на обычную гимнастику, другие же упражнения более сложные и требуют дополнительных усилий и настойчивости для достижения хороших результатов?
3. **Партерный экзерсис.** Экзерсис в хореографии является фундаментом танца. Экзерсис бывает партерный, классический, народно-характерный, джазовый и в стиле «модерн». Упражнения на полу, или партерный экзерсис, позволяет с наименьшими затратами энергии достичь сразу трёх целей:

* повысить гибкость суставов,
* улучшить эластичность мышц и связок,
* нарастить силу мышц.

Эти упражнения так же способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают вырабатывать выворотность ног, развивать гибкость, эластичность стоп.

1. **Классический экзерсис.**

Упражнения у станка «разогревают» танцующих, то есть постепенно вводят в движение весь суставно-связочный аппарат, вырабатывают технику танца. Они необходимы для, того чтобы затем учащиеся хорошо и красиво исполняли танцевальные движения на середине.

1. **Упражнения по народному танцу.**

В народном танце существуют те же позиции ног, что и в классическом. Однако эти позиции выполняются несколько иначе, а именно - менее выворотно, чем в классике.

Упражнения у станка по народному танцу преследуют две цели:

* развить подвижность в суставах,
* укрепить эластичность связок,
* развить определённые группы мышц, особенно те, которые недостаточно тренируются на занятиях по классическому танцу.

1. **Составление и изучение танцевальных вариаций.**

Внутри танцевального искусства существуют две формы пластического высказывания - танцевальная и пантомимическая. Разные формы их взаимодействия способствуют создать различные стилевые типы и даже сформировать некоторые танцевальные вариации.

Существование конкретного танца мимолётно. Его предметно - пространственные формы существуют только во времени разворачивающейся танцевальной композиции.

**Условия реализации программы**

1. Материально-техническое обеспечение:
2. музыкальное сопровождение.
3. танцевальный зал.
4. Методическое обеспечение:
5. методические разработки
6. пособия
7. видеокассеты с концертами танцевальных ансамблей
8. аудиозаписи для постановок.

**Список литературы**

1. «Азбука хореографии» (автор Т.Барышникова, Москва 2001г.)
2. «Танцы от А до Я» (автор А. Лельевр)
3. «Работа в танцевальном коллективе» (автор Т. Ткаченко)
4. Видеокассета «Аэробика фитнес хит класс - II» (автор В.Снежик)
5. Методика преподавания народного танца. (автор Г.П.Гусев)
6. Методика преподавания народного танца. Этюды. (автор Г.П.Гусев)
7. Классический танец (автор В.А. Звездочкин