Управление образования администрации
Муниципального образования «город Северобайкальск»

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
"ЦЕНТР НАЦИОНАЛЬНОЙ КУЛЬТУРЫ "БАЯР"

Принята назаседании

педагогического совета

Протокол № 1

«30» августа 20___ г.

Утверждаю:

Директор МАОУДО «ЦНК «Баяр»

_____ В.Б.Бадмацыренова

от «10» августа 2023 г.

Дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа

«Студия танца «БАЯР»

Направленность: художественная

Возраст учащихся: 5 -17 лет

Срок реализации: 3 года

Составитель: Базаржапова Д.М., Ихисеева М.К.

г. Северобайкальск, 2023 год

Паспорт программы

Название программы	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа художественной направленности Студия танца «БАЯР»
Ф.И.О. автора, где и кем работает	Базаржапова Д.М., Ихисеева М.К. - педагоги дополнительного образования МАОУДО «ЦНК «Баяр»
База эксперимента	МАОУДО «ЦНК Баяр» г.Северобайкальск
Направленность образовательной деятельности	Художественная
Цель программы	**Цель программы** развитие учащихся в процессе изучения основ хореографического искусства и развитие творческого потенциала ребенка, создание условий для личностного и профессионального самоопределения учащихся.
Тип программы	Модифицированный
Продолжительность обучения	3 года
Возраст учащихся	5 -17 лет
Форма проведения занятий	Групповая
Режим занятий	0 год обучения: Подготовительная группа – 2 раза в неделю по 2 часа. 1 год обучения: Младшая группа №1 – 2 раза в неделю по 2 часа 2 год обучения: Младшая группа №2 – 1 раз в неделю 2 часа; 3 год обучения: Средняя группа №1 – 3 раза в неделю по 2 часа Средняя группа №2 – 3 раза в неделю по 2 часа Постановочная работа: 2 год обучения – 1 раз в неделю 2 часа 3 год обучения – 1 раз в неделю 3 часа
Форма организации итоговых занятий	Контрольный урок, концертное выступление
Количество детей в группах	10 и выше
Дата утверждения: сентябрь 2023 год	

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящая дополнительная общеобразовательная программа составлена на основании федерального закона от 29 декабря 2012г. № 273 – РФ «Об образовании в Российской Федерации», **Приказа Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 года № 629** «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам.

1. Основные характеристики программы

1.1. Дополнительная общеразвивающая программа Студия танца «БАЯР» имеет художественно направленность и является модифицированной. Танец – как и музыка, рождается из жизни, рождается, как необходимая потребность в художественной форме передать ощущение красоты жизни, отобразить трудовой процесс, дать выход избытку желаний энергии.

Программа в соответствии с идеями и задачами Нацпроекта «Образование», проекта «Успех каждого ребенка» сориентирована на воспитание гармонично развитой и социально ответственной личности путем подключения каждого обучающегося к выстраиванию индивидуального маршрута по достижению целей самообразования, саморазвития, причем в самых разнообразных областях культуры и искусства.

1.2. Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется образованию, приобщению детей к здоровому образу жизни, укрепление психического и физического здоровья.

Новизна программы состоит в том, что в ней учтены и адаптированы к возможностям детей разных возрастов основные направления танца и пластики, включающие: гимнастику, ритмику, классический, национальный и современный танец. В программе

суммированы особенности программ по перечисленным видам танца, что позволяет ознакомить обучающихся со многими танцевальными стилями и направлениями. Такой подход направлен на раскрытие творческого потенциала и темперамента детей, а также на развитие их сценической культуры.

1.3. Педагогическая целесообразность программы заключаются в том, что она основывается на постепенном развитии природных способностей детей, строгой последовательности в овладении лексикой танцевального искусства, техническими приемами, систематичностью и регулярностью занятий, целенаправленностью учебного процесса.

Программа основывается на следующих принципах:

1) Принцип наглядности – обязывает строить процесс физического воспитания с широким использованием наглядности при обучении и воспитании. Наглядность означает привлечение органов чувств человека в процессе познания.

- зрительная наглядность (демонстрация движений в целом или по частям с помощью ориентиров, наглядных пособий-фото, видеороликов)

- звуковая наглядность (создание определенного ритма по средствам звуковых сигналов)

- двигательная наглядность (проведение по движению).

2) Принцип доступности и индивидуализации. В физическом воспитании означает требование оптимального соответствия задач, средств и методов физического воспитания возможностями занимающихся. При реализации принципа должна быть учтена готовность занимающихся к обучению/выполнения той или иной тренировочной нагрузки и определена мера доступности заданий.

3) Принцип непрерывности процесса физического воспитания (основные положения):

Первое положение принципа непрерывности предполагает, что процесс физического воспитания является целостной системой, в которой предусматривается последовательность в проведении занятий.

Второе положение принципа непрерывности обязывает специалистов при построении системы занятий обеспечить полную постоянную преемственность эффекта занятий. Знания должны наслаиваться на эффект предыдущих занятий с тем, чтобы в конечном итоге произошло накопление этих эффектов.

4) Принцип системного чередования нагрузок и отдыха. В процессе физического воспитания является важным положением, от которого в конечном итоге зависит суммарный эффект занятий. Систематическое повторение нагрузок на фоне не довосстановления приведет к снижению работоспособности организма в результате истощения ресурсов.

5) Принцип возрастной адекватности направлений физического воспитания. Этот принцип обязывает последовательно изменять направленность физического воспитания и объем нагрузок в соответствии с возрастными этапами. Периоды возрастного физического развития организма: дошкольный, младший, средний, старший.

1.5. Цель программы развитие учащихся в процессе изучения основ хореографического искусства и развитие творческого потенциала ребенка, создание условий для личностного и профессионального самоопределения учащихся.

1.6. Задачи:

Обучающие:

- изучение танцевальной культуры;
- художественное просвещение детей, привитие им интереса к искусству танца;
- формирование необходимых исполнительских знаний, умений и навыков;

- формирование знаний о здоровом образе жизни (сохранение здоровья, режим дня, гигиена).

Воспитательные:

- формирование духовно-нравственных основ качества личности на основе традиций культуры народов Бурятии, России;
- привитие сценической культуры, воспитание культуры поведения и общения;
- воспитание внимания, дисциплинированности, воли, самостоятельности;
- воспитание чувства дружбы, товарищества и взаимовыручки в сотрудничестве;

Развивающие:

- развитие творческих способностей обучающихся;
- развитие умений сотрудничать и работать в коллективе;
- развитие выразительности и музыкальности исполнения (умение передать характер, стиль и манеру исполнения различных народных танцев);
- развитие эмоционально-волевых качеств.

Разработанная программа дает обучающимся знания, умения и навыки, которые образуют прочный фундамент для дальнейшего обучения, готовит детей к самореализации в жизнедеятельности.

1.7. Возраст учащихся

Данная программа предназначена для обучающихся на хореографическом отделении МАОУДО «ЦНК«Баяр» и рассчитана на детей от 5 до 17 лет.

Группы формируются по возрасту и ив зависимости от смен в школе. В студии танца «БАЯР» 3 смены:

I смена – 09^{00} – 10^{40};

II смена – 14^{00} – 15^{40}; 15^{50} – 17^{35};

III смена – 19^{00} – 20^{40}.

Набор детей в объединение осуществляется в установленные учреждением сроки при наличии медицинской справки и по личному заявлению родителей (лиц их заменяющих).

1.8. Формы и методы обучения, тип и формы организации занятий.

Форма обучения: очная.

Методы обучения:

- метод практического обучения;
- метод словесного обучения;
- наглядные методы обучения;
- практические методы обучения;
- метод активного слушания музыки.

Типы занятий:

- изучение новой информации;
- занятия по формированию новых умений;
- обобщение и систематизация изученного;
- практическое применение знаний, умений (закрепление);
- комбинированные занятия (теория – практика);
- контрольно-проверочные занятия.

Виды занятий:

- лекционные занятия,
- практические занятия,
- тренировочные занятия,
- занятие-соревнование,
- видеозанятие,
- занятия взаимообучения учащихся,
- занятие – игра

Практические занятия.

Основная задача данного вида урока – освоение отдельных элементов и соединений. Одновременно с этим решаются задачи физического развития, воспитания музыкальности, выразительности.

Тренировочные занятия.

Главная задача этого вида урока – подготовка организма к предстоящей работе, а также сохранение достигнутого уровня танцевального мастерства. В последнем случае подбор и дозировка упражнений направлены на решение задач специально – двигательной подготовки, совершенствования выразительности, музыкальности, пластики движений.

Формы организации деятельности:

- групповая
- индивидуальная
- коллективная

Продолжительность одного занятия – не более 45 мин с 10 минутным перерывом после каждого занятия. В подготовительной группе (детский сад) продолжительность одного занятия 30 мин с 10 минутным перерывом.

2. Объем программы:

2.1. Объем программы

Количество часов на весь период обучения по программе:

0 год обучения:

подготовительная группа (детский сад) – 144 ч/год

1 год обучения:

младшая группа №1 – 144 ч/год

2 год обучения:

младшая группа №2 – 144 ч/год

3 год обучения:

смешанная группа №1 – 144 ч/год

смешанная группа №2 – 144 ч/год, постановочная работа – 36 ч/год.

Итого: 756 ч/год.

2.2. Срок и этапы реализации программы

Для реализации «Образовательной программы хореографического отделения» образовательный процесс организован в рамках двух этапов:

1 этап – накопление базовых знаний и навыков.

2 этап – применение накопленных знаний в рамках урока и концертно-сценических мероприятий.

По окончании каждого из этапов ребенок может перейти на следующий уровень обучения, либо закончить обучение по данной программе.

Каждое занятие строится по следующему плану:

- разминка;
- упражнения на середине зала;
- танцевальные движения;
- индивидуальные упражнения;
- упражнения на расслабление.

2.3. Режим занятий:

0 год обучения:

подготовительная группа (детский сад) – 2 раза в неделю

1 год обучения:

младшая группа №1 – 2 раза в неделю

2 год обучения:

младшая группа №2 – 2 раза в неделю

3 год обучения:

смешанная группа №1 – 2 раза в неделю

смешанная группа №2 – 2 раза в неделю, 1 раз в неделю постановочная работа.

3. Планируемые результаты

3.1. Ожидаемые результаты:

За период обучения учащиеся получают определенный объем знаний и умений.

Знания:

- основы постановочной и концертной деятельности;
- различные направления в хореографии;

Умения:

- выполнять классический экзерсис у танцевального станка;
- уметь выполнять классику на середине зала;
- применять на практике правила постановки корпуса рук, ног и головы в хореографии;
- выполнять основные ориентиры (рисунки) по инструкции педагога;
- выполнять комплекс акробатических упражнений;
- применять актерское мастерство и сценическое перевоплощение, и выразительность в хореографических композициях;
- использовать специальную хореографическую терминологию на занятиях;

Иметь навыки:

- выразительности и техники выполнения движений в хореографических композициях.

Иметь представление:

- о постановке хореографической композиции.

3.2. Способы и формы проверки результатов

Проводится мониторинг знания 1-ое, 2-ое полугодие; исследуется маршрут развития индивидуально на каждого ребенка.

II. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

0 год обучения

Подготовительная группа (детский сад)

№	Танцевальные направления, разделы, темы	из них		Всего
		теория	практика	
1.	**«Знакомимся с искусством хореографии» вводные занятия. Входной контроль**	**2**	**-**	**2**
1.1	Танцевальное искусство, как вид детского творчества. Техника безопасности.	1	-	
1.2	Хореографический язык	1	-	
2.	**Ритмика**	**3**	**26**	**29**
2.1	Характер музыки Средства музыкальной выразительности	1	8	8
2.2	Музыкальные размеры	1	8	8
2.3	Музыкальная форма	1	10	10
4.	**Партерная гимнастика**	**-**	**42**	**42**
4.1	Работа со стопами	-	6	6
4.2	Выполнение складки, растяжки	-	6	6
4.3	Работа со спиной	-	10	10
4.4	Упражнения на закачку пресса	-	10	10
4.5	Элементы акробатики	-	10	10
5.	**Игровые танцевальное творчество**	**2**	**23**	**25**
5.1	Образы животных по кругу, диагонали, линии	1	6	7
5.2	Разминочка по кругу	-	4	4
5.3	«Каблук-носок»	-	4	4
5.4	«Качели»	-	4	4
5.5	Изучение одноплановых и многоплановых рисунков и фигур: линейных-плоскостных (шеренга,колонна), объемных (круг, «цепочка»)	1	5	6
6.	**Детский танец**	**-**	**42**	**42**
6.1	«Романтика»	-	42	42
7.	**Контрольный урок (открытое занятие)**	**-**	**2**	**2**

8.	**Отчетный концерт**	**-**	**2**	**2**
ВСЕГО		**7**	**137**	**144**

1 год обучения

Младшая группа №1

№	Танцевальные направления, разделы, темы	из них		Всего
		теория	практика	
1.	**«Знакомимся с искусством хореографии» вводные занятия. Входной контроль**	**2**	**-**	**2**
1.1	Танцевальное искусство, как вид детского творчества. Техника безопасности.	1	-	
1.2	Хореографический язык	1	-	
2.	**Ритмика**	**3**	**9**	**12**
2.1	Характер музыки Средства музыкальной выразительности	1	3	4
2.2	Музыкальные размеры	1	3	4
2.3	Музыкальная форма	1	3	4
3.	**Вдохновение классического танца**	**1**	**24**	**25**
3.1	Положение корпуса в классическом танце	1	4	4
3.2	Позиции рук – 1,2,3, подготовительная	-	4	4
3.3	Позиции ног – 6,1,2,3	-	4	4
3.4	releve	-	4	4
3.5	demi-plie	-	4	4
3.6	Releve, demi-plie	-	4	4
4.	**Танцевальные элементы**	**1**	**22**	**23**
4.1	Изучение одноплановых и многоплановых рисунков и фигур: линейных-плоскостных (шеренга,колонна), объемных (круг, «цепочка»)	1	6	7
4.2	Танцевальные шаги и ходы	-	6	6
4.3	Реверанс для девочек и поклон для мальчиков на 2/4	-	2	2
4.4	Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства	-	8	8
5.	**Партерная гимнастика**		**42**	**42**
5.1	Работа со стопами	-	6	6
5.2	Растяжка	-	6	6
5.3	Работа со спиной	-	10	10

5.4	Упражнения на закачку пресса	-	10	10
5.5	Элементы акробатики	-	10	10
6.	**Детский танец**	**-**	**40**	**40**
6.1	«Тоб тобороб» «Птичий двор»	-	40	40
Всего часов		**7**	**137**	**144**

2 год обучения

Младшая группа №2

№	Танцевальные направления, разделы, темы	из них		Всего
		теория	практика	
	ГИМНАСТИКА			
1.	**Теория дисциплины**	**1**	**-**	**1**
1.1	Партерная гимнастика – подготовка к классическому экзерсису	1	-	**-**
2.	**Элементы партерной гимнастики (исполняются на гимнастических ковриках).**	**-**	**14**	**14**
2.1	Упражнения, укрепляющие мышцы спины	-	2	2
2.2	Упражнения, развивающие подъем стопы	-	2	2
2.3	Упражнения, развивающие гибкость позвоночника	-	2	2
2.4	Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса	-	2	2
2.5	Упражнения, развивающие подвижность тазобедренных суставов	-	2	2
2.6	Упражнения, развивающие выворотность ног	-	2	2
2.7	Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага	-	2	2
3.	**Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов (исполняются на середине зала)**	**-**	**12**	**12**
3.1	Упражнения для развития шеи и плечевого пояса	-	2	2
3.2	Упражнения для развития плечевого сустава и рук	-	2	2
3.3	Упражнения на развитие поясничного пояса	-	2	2
3.4	Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног	-	2	2
	ТАНЕЦ			
4.	**Теория дисциплины**	**1**	**50**	**51**
4.1	Музыкально-хореографическая, образная выразительность	1	-	**-**
4.3	Изучение одноплановых и многоплановых	-	6	6

	рисунков и фигур: линейных-плоскостных (шеренга,колонна), объемных (круг, «цепочка»)			
4.4	«Ёхор»	-	18	18
4.5	«Лабутены»	-	26	26
5.	**Танцевальные элементы**	**-**	**14**	**14**
5.1	Танцевальные шаги и ходы	-	6	6
5.2	Реверанс для девочек и поклон для мальчиков на 2/4	-	2	2
5.3	Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства	-	6	6
Всего часов:		**2**	**90**	**92**

«Основы классического танца»

№	Направления, разделы, темы	из них		
		теория	практика	Всего
	ОСНОВЫ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА			
1.	**Теория дисциплины**	**2**	**-**	**2**
1.1	Правильное произношение французских терминов и перевод названий классических pas	1	-	-
1.2	Предназначение, правила выполнения и музыкальные раскладки элементов классического танца	1	-	-
2.	**Экзерсис у станка**	**-**	**14**	**14**
2.1	Постановка корпуса (в полувыворотных позициях)	-	2	2
2.2	Позиции ног – 1,2,3,6	-	2	2
2.3	Позиции и положения рук: подготовительное положение, 1,2,3	-	2	2
2.4	Разучивание элементов классического танца у станка	-	8	8
3.	**Экзерсис на середине зала**	**-**	**20**	**20**
3.1	Постановка корпуса (в полувыворотных позициях).	-	4	4
3.2	Позиции ног – 1,2,3,6	-	4	4
3.3	Позиции и положения рук: подготовительное положение, 1,2,3	-	4	4
3.4	Разучивание элементов классического танца на середине зала	-	8	8
4.	**Allegro**	-	**16**	**16**
4.1	Temps levés sautés в 1 и 2 свободной позиции ног – лицом к станку	-	8	8
4.2	Трамплинные прыжки в 1 и 2 свободной позиции ног – на середине зала	-	8	8
Всего часов		**2**	**50**	**52**

3 год обучения

Смешанная группа №1

№	Танцевальные направления, разделы, темы	из них		Всего
		теория	практика	
	ГИМНАСТИКА			
1.	**Теория дисциплины**	**1**	**-**	**1**
1.1	Партерная гимнастика – подготовка к классическому экзерсису	1	-	**-**
2.	**Элементы партерной гимнастики (исполняются на гимнастических ковриках).**	**-**	**14**	**14**
2.1	Упражнения, укрепляющие мышцы спины	-	2	2
2.2	Упражнения, развивающие подъем стопы	-	2	2
2.3	Упражнения, развивающие гибкость позвоночника	-	2	2
2.4	Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса	-	2	2
2.5	Упражнения, развивающие подвижность тазобедренных суставов	-	2	2
2.6	Упражнения, развивающие выворотность ног	-	2	2
2.7	Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага	-	2	2
3.	**Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов (исполняются на середине зала)**	**-**	**8**	**8**
3.1	Упражнения для развития шеи и плечевого пояса	-	2	2
3.2	Упражнения для развития плечевого сустава и рук	-	2	2
3.3	Упражнения на развитие поясничного пояса	-	2	2
3.4	Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног	-	2	2
	ТАНЕЦ			
4.	**Теория дисциплины**	**1**	**5**	**6**
4.1	Музыкально-хореографическая, образная выразительность	1	-	1
4.3	Изучение одноплановых и многоплановых рисунков и фигур: линейных-плоскостных	-	5	5

	(шеренга,колонна), объемных (круг, «цепочка»)			
5.	**Танцевальные элементы**	**-**	**6**	**6**
5.1	Танцевальные шаги и ходы	-	2	2
5.2	Реверанс для девочек и поклон для мальчиков на 2/4	-	2	2
5.3	Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства	-	2	2
Всего часов:		**2**	**33**	**35**

«Классический танец»

№	Разделы, темы	из них		Всего
		теория	практика	
	КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ			
1.	**Теория дисциплины**	**2**	**-**	**2**
1.1	Правильное произношение французских терминов и перевод названий классических pas.	1	-	1
1.2	Предназначение, правила выполнения и музыкальные раскладки элементов классического танца.	1	-	1
2.	**Экзерсис у станка**	-	**14**	**14**
2.1	Постановка корпуса (в выворотных позициях).	-	2	2
2.2	Позиции ног – 1,2,3,5	-	2	2
2.3	Позиции и положения рук: подготовительное положение, 1,3,5 позиции.	-	2	2
2.4	Разучивание элементов классического танца у станка.	-	8	8
3.	**Экзерсис на середине зала**	**-**	**12**	**12**
3.1	Постановка корпуса (в выворотных позициях).	-	2	2
3.2	Позиции ног – 1,2,3,5	-	2	2
3.3	Позиции и положения рук: подготовительное положение, 1,2,3 позиции.	-	2	2
3.4	Разучивание элементов классического танца на середине зала	-	6	6
4.	**Allegro**	-	**9**	**9**
4.1	Temps levés sautés в 1 и 2 свободной позиции ног – лицом к станку, затем на середине зала.	-	4	4
4.2	Трамплинные прыжки в 1 и 2 свободной позиции ног – на середине зала.	-	5	5
Всего часов		**2**	**35**	**37**

«Современный и народный танец»

№	Разделы, темы	из них		Всего
		теория	практ ика	
	СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ			
1.	**Теория дисциплины**	**-**	**-**	**1**
1.1	Стили современного танца. Их отличительные особенности.	1	-	1
2.	**Экзерсис на середине зала, тренаж**	**-**	**40**	**40**
2.1	Повторение пройденного материала	-	2	2
2.2	Разминочная комбинация (roll, stretching, силовая нагрузка)	-	4	4
2.3	Кросс – перекат из планки, по одному/по парам Кросс – 3 chine (шене) и колесо Кросс – отработка движения из постановки	-	4	4
2.4	Танцевальная комбинация, повторение медленно	-	4	4
2.5	Соединение движений в танцевальные композиции	-	2	2
2.6	Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах	-	2	2
2.7	Развитие импровизация	-	2	2
2.8	Работа над музыкальностью	-	2	2
2.9	Развитие пластичности	-	2	2
2.10	Синхронность в исполнении	-	4	4
2.11	Выразительность и эмоциональность исполнения	-	4	4
2.12	«На дискотеку»	-	8	8
	БУРЯТИЯ, МОНГОЛИЯ, КИТАЙ (ЭТНОС ЛАБОРАТОРИЯ)			
2.	**Рассказ о национальной культуре, традициях и объяснение техники исполнения танцев**	**1**	**31**	**30**
2.1	Танцевальные комбинации на основе этноса танцев народов Бурятии	-	4	4

2.2	Лирические комбинации на основе этноса танцев народов Монголии	-	5	4
2.3	Лирические комбинации на основе этноса танцев народов Китая	-	4	4
2.4	Закрепление и доработка комбинаций	-	4	4
2.5	Синхронность исполнения	-	4	4
2.6	«Ёхор» «Китайский»	-	10	10
Всего часов:		**2**	**71**	**72**

3 год обучения

Смешанная группа №2

№	Танцевальные направления, разделы, темы	из них		Всего
		теория	практика	
	ГИМНАСТИКА			
1.	**Теория дисциплины**	**1**	**-**	**1**
1.1	Партерная гимнастика – подготовка к классическому экзерсису	1	-	**-**
2.	**Элементы партерной гимнастики (исполняются на гимнастических ковриках).**	**-**	**14**	**14**
2.1	Упражнения, укрепляющие мышцы спины	-	2	2
2.2	Упражнения, развивающие подъем стопы	-	2	2
2.3	Упражнения, развивающие гибкость позвоночника	-	2	2
2.4	Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса	-	2	2
2.5	Упражнения, развивающие подвижность тазобедренных суставов	-	2	2
2.6	Упражнения, развивающие выворотность ног	-	2	2
2.7	Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага	-	2	2
3.	**Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов (исполняются на середине зала)**	**-**	**8**	**8**
3.1	Упражнения для развития шеи и плечевого пояса	-	2	2
3.2	Упражнения для развития плечевого сустава и рук	-	2	2
3.3	Упражнения на развитие поясничного пояса	-	2	2
3.4	Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног	-	2	2
	ТАНЕЦ			
4.	**Теория дисциплины**	**1**	**5**	**6**
4.1	Музыкально-хореографическая, образная выразительность	1	-	1
4.3	Изучение одноплановых и многоплановых	-	5	5

	рисунков и фигур: линейных-плоскостных (шеренга,колонна), объемных (круг, «цепочка»)			
5.	**Танцевальные элементы**	**-**	**6**	**6**
5.1	Танцевальные шаги и ходы	-	2	2
5.2	Реверанс для девочек и поклон для мальчиков на 2/4	-	2	2
5.3	Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства	-	2	2
Всего часов:		**2**	**33**	**35**

«Классический танец»

№	Разделы, темы	из них		Всего
		теория	практ ика	
	КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ			
1.	**Теория дисциплины**	**2**	**-**	**2**
1.1	Правильное произношение французских терминов и перевод названий классических pas.	1	-	1
1.2	Предназначение, правила выполнения и музыкальные раскладки элементов классического танца.	1	-	1
2.	**Экзерсис у станка**	-	**14**	**14**
2.1	Постановка корпуса (в выворотных позициях).	-	2	2
2.2	Позиции ног – 1,2,3,5	-	2	2
2.3	Позиции и положения рук: подготовительное положение, 1,3,5 позиции.	-	2	2
2.4	Разучивание элементов классического танца у станка.	-	8	8
3.	**Экзерсис на середине зала**	**-**	**14**	**14**
3.1	Постановка корпуса (в выворотных позициях).	-	2	2
3.2	Позиции ног – 1,2,3,5	-	2	2
3.3	Позиции и положения рук: подготовительное положение, 1,2,3 позиции.	-	2	2
3.4	Разучивание элементов классического танца на середине зала	-	8	8
4.	**Allegro**	-	**9**	**9**
4.1	Temps levés sautés в 1 и 2 свободной позиции ног – лицом к станку, затем на середине зала.	-	4	4
4.2	Трамплинные прыжки в 1 и 2 свободной позиции ног – на середине зала.	-	5	5
Всего часов		**2**	**37**	**39**

«Современный и народный танец»

№	Разделы, темы	из них		Всего
		теория	практ ика	
	СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ			
1.	**Теория дисциплины**	**-**	**-**	**1**
1.1	Стили современного танца. Их отличительные особенности.	1	-	1
2.	**Экзерсис на середине зала, тренаж**	**-**	**50**	**50**
2.1	Повторение пройденного материала	-	2	2
2.2	Разминочная комбинация (roll, stretching, силовая нагрузка)	-	4	4
2.3	Кросс – перекат из планки, по одному/по парам Кросс – 3 chine (шене) и колесо Кросс – отработка движения из постановки	-	4	4
2.4	Танцевальная комбинация, повторение медленно	-	4	4
2.5	Соединение движений в танцевальные композиции	-	2	2
2.6	Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах	-	2	2
2.7	Развитие импровизация	-	2	2
2.8	Работа над музыкальностью	-	2	2
2.9	Развитие пластичности	-	2	2
2.10	Синхронность в исполнении	-	4	4
2.11	Выразительность и эмоциональность исполнения	-	4	4
2.12	«На дискотеку»	-	18	18
	БУРЯТИЯ, МОНГОЛИЯ, КИТАЙ (ЭТНОС ЛАБОРАТОРИЯ)			
2.	**Рассказ о национальной культуре, традициях и объяснение техники исполнения танцев**	**1**	**54**	**55**
2.1	Танцевальные комбинации на основе этноса танцев народов Бурятии	-	8	8

2.2	Лирические комбинации на основе этноса танцев народов Монголии	-	6	6
2.3	Лирические комбинации на основе этноса танцев народов Китая	-	6	6
2.4	Закрепление и доработка комбинаций	-	4	4
2.5	Синхронность исполнения	-	4	4
2.6	«Ёхор» «Китайский»	-	26	26
Всего часов:		**2**	**71**	**106**

III. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ И ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

3.1. Методическое обеспечение программы:

Занятия на каждом этапе обучения строятся последующей схеме: подготовительная часть, основная часть, заключительная часть.

При обучении и разучивании танцев важное место на занятиях отводится тренажу – это определённая система тренировочных упражнений, которые помогают обучающимся легче разучить и усвоить танцевальный репертуар. Построенные по степени усложнения, упражнения подготавливают к более сложным движениям, и физической нагрузке, укрепляют мышцы спины и ног, способствуют координации движений. Каждый элемент танца раскладывается на ряд более простых движений. По мере усвоения схемы движения добавляются детали, постепенно доводящие данный элемент до его законченной формы.

Обычно педагог показывает и объясняет движения, проделывает их совместно с детьми сначала в медленном темпе, со счётом вслух, без музыкального сопровождения; затем с музыкой – в спокойном темпе, пока они не будут усвоены обучающимися.

На последнем занятии повторяются и закрепляются эти движения, постепенно совершенствуя их и сочетая с элементами танца.

Параллельно с отрабатыванием движений ног, рук и корпуса, идет работа над выразительностью мимики лица, выражением глаз. Чувствуя и

пропуская через себя образ, который дети воплощают в танце, они с большим удовольствием работают над артистичностью исполнения танца.

Теоретическая часть даётся по ходу занятий в соответствии с содержанием нового материала (историческая справка, сведения о жизни и творчестве выдающихся танцоров, характере музыкальных произведений в сочетании с танцевальными движениями, этике поведения и сценической культуре).

Практическая часть зависит от уровня навыков, желания ребёнка (особенно на начальном этапе), сложности отдельных элементов танца.

Основная часть занятия – разучивание танца. Сначала даётся общее представление о цели – показ танца в законченной форме. Приступая к разбору и разучиванию танца, сначала прослушивается музыка к нему, определяется характер, стиль, разучиваются отдельные движения танца и лишь затем вся композиция. Главным приёмом в работе над танцем является развитие самостоятельности и инициативы у ребят, подчёркивание их индивидуальности.

Основные методы работы с обучающимися:

- словесный (устное изложение материала)
- иллюстрированный (просмотр видео и наглядных материалов)
- репродуктивный (практическое изучение материала по образцу педагога)

Методы обучения по источнику знаний:

- объяснительно-наглядный (репродуктивный) - (подробно объясняю правила выполнения тех или иных упражнений, элементов танца с одновременной демонстрацией, задача детей – понять и воспроизвести)
- словесный метод - донести до обучающихся эмоциональный характер танца задача непростая, поэтому через объяснения, беседы имеется возможность сообщить большое количество материала.

- практический метод - источником знания является практическая деятельность обучающихся в активной работе над исполнительской техникой, которая позволяет развивать профессиональные навыки, в проученных движениях, а в дальнейшем и в танце.

Большое место в осуществлении данной программы принадлежит наглядным и словесным методам, так как увлечение детей творческим процессом возможно в том случае, если во время демонстрации приемов работы действия будут комментироваться доступным для восприятия детьми языком.

Основные формы работы с обучающимися по количественному составу:

- индивидуальная;
- по подгруппам;
- групповая;
- фронтальная.

3.2. Условия реализации программы

Для успешной реализации программы Центром обеспечены условия необходимые для реализации программы в течение всего периода:

- помещение в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН;
- танцевальный станок;
- зеркальная стена;
- репетиционная форма;
- танцевальная обувь;
- музыкальная колонка, музыкальный центр;
- коврики;
- танцевальный инвентарь;
- ноутбук.

По мере необходимости планируется усовершенствование

материально-технического оснащения:

- пошив новых комплектов костюмов (в соответствии с тематикой постановки);

Методическое обеспечение программы содержит необходимые информационные ресурсы для ведения качественного образовательного процесса и представлено в виде фоно- и видео – медиатеки, тематической литературы, методических разработок занятий, фотоальбомов. Методическое обеспечение программы регулярно пополняется.

Финансовое обеспечение программы

Финансирование программы дополнительного образования осуществляется за счет средств, заложенных в смете учреждения.

Обеспечение безопасности жизни и здоровья обучающихся

Общие правила техники безопасности:

В творческое объединение (ТО) допускаются обучающиеся ознакомившиеся и выполняющие требования техники безопасности;

Обо всех неисправностях, поломках, утечках необходимо сообщать руководителю ТО и не приступать к занятиям до устранения их нарушений.

До и после занятий необходимо проветривать помещение.

Бережно относиться к имуществу Центра.

В Центре находиться в сменной обуви, без головного убора.

3.3. Список литературы

1. ФЗ от 29.2012г. № 273 – РФ «Об образовании в Российской Федерации»
2. Приказа Министерства образовании и науки РФ от 29.08.2013г № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам.
3. Базарова Н.П., Мей В.П. Азбука классического танца. – М., 2006

4. Барышкинова Т. Азбука хореографии. – М., 1999
5. Бочаров А.И., Лопухов А.В., Ширлев А.В. Основы характерного танца. – М., 2006
6. Гергесова, Т. Е. Бурятские народные танцы / Т. Е. Гергесова. - Улан-Удэ, 2002
7. Звездочкин В.А. Классический танец. – Ростов-на-Дону 2005
8. Интегрированные занятия с детьми 6-8 лет: Книга для педагогов дополнительного образования и учителей начальных классов/Под ред. Т.С.Комаровой. – 2-е изд. – М.: АРКТИ, 2003. – 96 с. (Развитие и воспитание дошкольника).
9. Иванов, Ф. С. Бурятские танцы / Ф.С.Иванов. - Улан-удэ, 1984
10. Тарасов Н. Классический танец. – СПб., 2005
11. Шипилова С.Г. Танцевальные упражнения. – М., 2004
12. https://docviewer.yandex.ru/view/0/?*=
13. https://infourok.ru/programma-dopolnitelnogo-obrazovaniya-sovremennaya-horeografiya-1539572.html

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 698875933354843316134420126408267428494147114395

Владелец Бадмацыренова Вероника Бимбаевна

Действителен С 17.04.2025 по 17.04.2026