Государственное бюджетное образовательное учреждение

средняя общеобразовательная школа

муниципального района Хворостянский

Самарской области

**Авторская программа внеурочной деятельности по спортивно - оздоровительному направлению**

**«Волшебный мир танца»**

Составила: учитель начальных классов

Фролова Елена Васильевна

ГБОУ СОШ пос. Прогресс

м. р. Хворостянский Самарской области

программа разработана 2012 года

**Оглавление**

1. Пояснительная записка…………………………………….3
2. Межпредметные связи в реализации программы………..9
3. Формы контроля и оценки результатов…………………..10
4. Прогнозируемые результаты………………………………12
5. Ожидаемые результаты…………………………………….14
6. Учебно – тематический план………………………………16
7. Содержание программы……………………………………25
8. Методические рекомендации……………………………...29
9. Список литературы…………………………………………30
10. **Пояснительная записка**

Программа по предмету «Хореографии – Волшебный мир танца» для 1-4-ых классов составлена в соответствии с Государственными стандартами второго поколения, с основными положениями, которая рекомендована Министерством образования и науки РФ. В связи с ведением Федерального государственного образовательного стандарта. Школой реализуется учебный план в соответствии с требованиями нового стандарта, в котором внеурочная деятельность входит в Федеральный стандарт.

Известно, что эффективность образования детей в школе во многом зависит от состояния их здоровья. Мы живём во времена бурного развития современной и массовой гиподинамии, когда ребёнок волей-неволей становится заложником, быстро развивающихся технических систем (телевидения, компьютеры, сотовая связь и т.д.) – всё это приводит к недостатку двигательной активности ребёнка и отражается на состоянии здоровья подрастающего поколения.

***Актуальность*** программы сегодня осознается всеми. Современная школа стоит перед фактором дальнейшего ухудшения не только физического, но и психического здоровья детей. Чтобы внутренний мир, духовный склад детей был богатым, глубоким, а это по настоящему возможно лишь тогда, когда “дух” и “тело”, находятся в гармонии, необходимы меры целостно развития, укрепления и сохранения здоровья учащихся.

Данная программа представляет собой вариант программы организации внеурочной деятельности с учащимися младшего школьного возраста и рассчитана на 4 года.   Таким образом, данная программа  предполагает развитие и воспитание не только одарённых детей, но и всех желающих, так как главный педагогический принцип: воспитание и развитие личности в коллективе.

Художественно-эстетическое воспитание занимает одно из ведущих мест в содержании воспитательного процесса школьного образовательного учреждения и является его приоритетным направлением.

Для эстетического развития личности ребенка огромное значение имеет разнообразная художественная деятельность — изобразительная, музыкальная, художественно-речевая и др. Важной задачей эстетического воспитания является формирование у детей эстетических интересов, потребностей, эстетического вкуса, а также творческих способностей. Богатейшее поле для эстетического развития детей, а также развития их творческих способностей представляет танцевальная деятельность.

Каждый избирает для себя форму досуга в соответствии со своими вкусами, склонностями, возрастом, самочувствием и даже настроением. Для одних нет ничего боле приятного, чем посвятить время книге, другие торопятся на футбольный матч. Но есть такая категория, для которых слово – танец, является источником нетерпеливого, волнующего, многочасового ожидания.

       Материал программы подобран с учетом возрастных особенностей школьников, их возможностей и интересов.

**Для учащихся 1 — 2 классов характерно** сравнительно слабое развитие координации движений, ориентировки в пространстве и коллективе, недостаточное развитие музыкально-ритмического чувства. Поэтому в программе отводится большое место ритмическим и коллективно-порядковым упражнениям, а репертуар составлен из простейших детских танцев, построенных на шагах, подскоках, галопе. Так как дети 7 — 8 лет быстро утомляются, недостаточно внимательны и организованны, предлагается разнообразить занятие и методы обучения, включать музыкальные и дидактические игры, элементы соревнования.

**У школьников 3—4 классов** более развиты координация и ориентировка, чувство ритма. Они физически сильнее, более организованны, но в то же время в этом возрасте появляется некоторая угловатость и стеснительность, что снижает качество исполнения. Предлагается для учащихся этих классов давать меньше парных танцев, а больше групповых (линейных и круговых).

Один из важных факторов работы на начальном этапе обучения – использование минимума танцевальных элементов при максимуме возможности их сочетаний. Длительное изучение, проработка небольшого количества материала (движений) дает возможность качественного его усвоения, что в дальнейшем явиться прочным фундаментом знаний. Обучение танцевальным движениям происходит путем практического показа и словесных объяснениях.

*В процессе разучивания массовых танцев педагог добивается*, чтобы школьники исполняли выученные композиции грамотно, музыкально, осмысленно, выразительно, сохраняя стиль эпохи и национальный характер танца.

Большое воспитательное значение имеет проведение танцевальных вечеров, показательных выступлений, конкурсов и смотров. Эти формы работы являются для учащихся школой общественного поведения, приучают их красиво, культурно и интересно проводить свой досуг в коллективе, а также участвовать в пропаганде лучших танцев и хорошей манеры исполнения.

*Школьники должны* принимать самое активное участие в подготовке и проведении этих мероприятий.

*Основными показателями танцевальной культуры и эстетической воспитанности школьников, прошедших полный курс обучения, можно считать*:

* музыкальность и выразительность, правдивость и искренность в передаче танцевального образа, сдержанность, благородство манеры исполнения, свойственное советской хореографической школе;
* осмысленное отношение к танцу как к художественному произведению, отражающему чувства и мысли, национальную специфику и социальный характер;
* понимание единства формы и содержания в танце;

понимание выразительности отдельных элементов танца и музыки в передаче определенного содержания;

* эмоциональное восприятие хореографического искусства; способность самостоятельно оценивать хореографическое произведение.

Танцевальная, музыкально-ритмичная деятельность детей – яркий, эмоциональный путь передачи музыкально – эстетических переживаний. Приобретается опыт музыкального восприятия, умение самостоятельно определить на слух характер музыки и передать его в движении, слышать вступление, легко различать двух-, трехчастную форму произведения; отмечать в движении изменение динамики, темпа, чувствовать чередование музыкальных фраз, предложений.

Танец откроет для детей богатый мир добра, света, красоты, научит творческой преобразовательной деятельности

Добиваться, чтобы движения у детей были естественными, непринужденными, выразительными. У детей необходимо выработать активную реакцию на музыку, умение эмоционально, образно передать в движениях настроение, чувства, развитие сюжетной лини, которая заложена в характере музыки. Ребята должны не просто передать образ отдельными движениями, а уметь показать характер персонажа, наиболее яркие, своеобразны его повадки. Познакомить детей с различными жанрами музыкальных произведений (пляска, вальс, полька, марш).

Использование различных движений дает положительные результаты: повышает эффективность обучения, позволяет подготовить исполнителей к тонкому восприятию и воспроизведению манеры различных по характеру танцев, значительно развивает координацию и пластику занимающихся, кроме того, многие движения – яркие, зрелищные, выразительные.

В первой части занятий обычно даются несколько упражнений, упражнения должны строиться на активных двигательных действиях, обеспечивающих максимальную моторную плотность знаний. Затем целесообразно разучивать пляску, проводить занятие танцевально – игрового творчества.

Главная задача – создать эмоциональный настрой у детей во время занятий.

**Основная цель программы:**

Формирование целостной и гармонично развитой личности путем развития способностей у детей воспринимать, чувствовать и понимать прекрасное через танец. Укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма.

**Задачи обучения;**

*Обучающая.* Обучение детей основам танца и импровизации, изучение танцевальных движений и схем, индивидуальных и массовых танцевальных композиций.

*Развивающая.* Развитие музыкального слуха и ритма, пластики и грации в движениях, а также эстетического вкуса. Способствовать физическому развитию детей и общему оздоровлению организма

*Воспитательная.* Воспитание в детях морально-волевых качеств: терпение, настойчивость, уверенность в своих силах, уважению к партнерам по танцу, чувство товарищества, ответственности, воспитание коммуникативных качеств ребенка.

* + Приобщение к миру танца, знакомство с различными направлениями, историей и географией танца;
  + улучшение осанки;
  + формирование походки;
  + укрепление мышечного аппарата.

Эти задачи решаются через овладение учащимися разнообразными формами движения: выполнение с музыкальным сопровождением ходьбы, бега, прыжков, подскоков, гимнастических и танцевальных упражнений, которые в свою очередь положительно влияют на физическое развитие детей и координацию движений.

В выполнении учебно-воспитательных задач решающее значение принадлежит репертуару и методам работы. Основными критериями отбора танцев является их художественная ценность, соответствие современным эстетическим требованиям.

В процессе работы над репертуаром **педагог должен развивать** у учащихся чувство любви и танцевальному искусству своей страны и уважение к танцевальной культуре других народов.

Программа «Волшебный мир танца» предназначена для детей в 1-х, 2-х, 3-х, 4-х классов.

Количество учащихся в группе не более 15 человек.

Занятия проводятся 1 раза в неделю 1-2 классы – 40 минут, 3- 4 класы – 60 минут.

1. **Межпредметные связи в реализации программы**

Программа составлена с учётом реализации межпредметных связей по разделам:

**«Музыкальное воспитание»**, где дети учатся слышать в музыке разное эмоциональное состояние и передавать его движениями.Учащиеся усваивают понятия "ритм", "счет", "размер" и узнают, что музыка состоит из тактов и музыкальных фраз, при этом дети должны учатся различать вступление и основную мелодию, вступать в танец с начала музыкальной фразы.

**«Ознакомление с окружающим»**, где дети знакомятся с явлениями общественной жизни, предметами ближайшего окружения, природными явлениями, что послужит материалом,входящим в содержание танцевальных игр и упражнений. Каждый танец, который включен в программу, имеет определенные исторические корни и географическое происхождение. Приступая к изучению того или иного танца, учащиеся знакомятся с историей его создания, узнают, в какой стране, у какого народа он появился, в какую страну переместился. Уклад и обычаи, характер и темперамент народа отражаются в танце, и наоборот, изучая танец, учащиеся узнают о тех или иных народах, странах.

Самая тесная взаимосвязь прослеживается с **физкультурой**: и по строению занятия, и по его насыщенности, каждое занятие имеет конкретную цель — тренировать те или иные группы мышц для выполнения различных движений. Регулярные занятия танцами, как и занятия физкультурой, создают и укрепляют мышечный корсет, улучшают работу сердца, нервной системы, укрепляют психику. В ходе занятий учащиеся сталкиваются с понятиями "угол поворота", "направление движения", "доли счета" (1/4, 2/4, 3/4 и т. д.).

Умение ориентироваться в пространстве, необходимость развития и использования абстрактного мышления создает тесную взаимосвязь с изучением **математики**.

1. **Формы контроля и оценки результатов.**

* Проведение открытых уроков для родителей;
* Участие в праздничных программах, концертах, внеклассных мероприятиях
* Проведение итогового занятия в конце учебного года.

Оценивание результатов освоения программного материала не производится.

В ходе реализации программного материала возможно использование информационных технологий ( применение медиапроектора для просмотра танцевальных композиций). Также на уроках курса предполагается широкое применение игровых форм деятельности. Формы организации детей: индивидуальная, групповая, коллективная.

**Для реализации программы применяются методы и приемы**:   
 1. Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения-образы.   
 2. Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др.   
 3. Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям.   
 4. Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.

1. Игровой метод используется при проведении музыкально — ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения.
2. **Прогнозируемые результаты**

Результатом освоения программы будет являться формирование таких качеств личности как организованность, толерантность, целеустремлённость, любознательность, коммуникабельность, артистичность, дружелюбие, организаторские способности, потребность в здоровом образе жизни.

Программа «Волшебный мир танца» ориентирована на формирование гармонически развитой личности.

К числу планируемых результатов освоения курса основной образовательной программы отнесены:

• личностные результаты - активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей.

• метапредметные результаты – обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления; анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения; видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека; управление эмоциями; технически правильное выполнение двигательных действий.

• предметные результаты – выполнение ритмических комбинаций, развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки), развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.

Будут развиты следующие компетенции:

o коммуникативные - активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями, проявление дисциплинированности;

o Музыкально ритмические - выполнение ритмических комбинаций на хорошем уровне, развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки), развитие чувства ритма, согласовывать музыку и движении.

1. **Ожидаемые результаты.**

В результате освоения программы **1 года** обучения дети должны овладеть коммуникативным навыком, осознать свою значительность в коллективе, должны

знать:

* позиции рук и ног;
* названия танцев;
* первичные сведения об искусстве хореографии.

уметь:

* воспринимать движение, как символ прекрасного, свободного способа самовыражения;
* соединять отдельные движения в хореографической композиции;
* исполнять движения каждого изученного танца.

В конце **2 года** обучения учащиеся должны закрепить знания 1 года обучения, чувствовать и ценить красоту, стать социально-активной личностью, должны

знать:

* основные элементы народного танца;
* значение слов ритм, акцент, темп.

уметь:

* грамотно исполнять движения хореографических постановок;
* определять темп, ритм, характер в предлагаемой мелодии;
* самостоятельно придумывать движения, фигуры во время игр.

В конце **3 года** обучения учащиеся должны развить художественно-эстетический вкус, умение держаться на сцене, должны

знать:

* новые направления, виды хореографии и музыки;
* осмысленное отношение к танцу как к художественному произведению, отражающему чувства и мысли,

уметь:

* выразительно и грамотно исполнять танцевальные композиции;
* контролировать и координировать своё тело;
* сопереживать и чувствовать музыку.

В конце **4 года** обучения учащиеся должны сформироваться, как всесторонне развитая личность с художественно-эстетическим вкусом, раскрыть свои потенциальные способности и укрепить своё здоровье, а также должны

знать:

* историю создания танцев;
* лучшие образы хореографического, музыкального искусства.

уметь:

* выразительно и ритмично двигаться в соответствии с образом танца;
* выражать свои собственные ощущения, используя язык хореографии, литературы, изобразительного искусства;
* держать себя на сцене, показать суть танца.

1. **Учебно-тематический план**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Раздел, тема** | **Количество**  **часов** | | |
|  |  | **Всего** | **Теория** | **Практика** |
| **1.** | **Первый год обучения**  (1 класс)  Музыкально-ритмические  и  ритмопластические  навыки | 33 часа |  |  |
| **1.1.** | **Раздел 1. Ритмика** | **8 часов** |  |  |
| 1.1.1. | *Музыка и движения.* Темп. Характер музыкального произведения. Контрастная музыка (быстрая-медленная, весёлая-грустная). Музыкальный размер 4/4, 2/4, 3/4. Тактирование. Выделение сильной доли такта. Музыкальная фраза |  | 1 час | 2 часа |
| Подбор различных видов движения (шаги, бег, прыжки, повороты и др.), соответствующих характеру музыки. Выделение сильной доли такта хлопком, притопом. Отработка на ходьбе и беге начала и окончания музыкальной фразы в такт музыки |  |  | 2 часа |
| 1.1.2. | *Пространственная ориентация.*Шеренга. Колонна.  Правила построения и перестроения по два, по четыре. Фигурная маршировка с перестроениями из колонны в шеренгу и обратно. Круг. Принцип дробления и собирания круга. Линия танца. Нумерация точек зала. Повороты на месте на 1/4 и  1/2  круга |  |  | 3 часа |
| **1.2.** | **Раздел 2. Азбука хореографии** | **5 часов** |  |  |
| **1.2.1.** | *Правила постановки корпуса.*Положение стопы и подъёма. Выворотность. Позиции ног (6, 1,2,3). Позиции (1,2,3) и положения рук. |  | 1 час | 1 час |
| *Разучивание и отработка элементов танцевальной разминки.*Полуприседание по 1,2,3 позициям. Выдвижение ноги вперёд и в сторону. Наклоны вперед и в сторону.  Прыжки на двух ногах по 6 и 2 (невыворотной), вытягивая колени и подъём. Подъём на полупальцы по 1,2,3 позициям (сохранение равновесия) |  | 1 час | 2 часа |
| **1.3.** | **Раздел 3. Танцевальные движения** | **7 часов** |  |  |
| 1.3.1. | *Танцевальные движения.* Упражнения для развития гибкости рук, плечевого пояса и шеи. Шаги: строевой, скользящий, на носочках, приставной. Танцевальный шаг с носка. Прямой и боковой галопы. Подскоки на одной и двух ногах. Перескоки. Притопы. Кружения на переступаниях, на подскоках. Хлопки в ладоши (различные сочетания). Хлопушки по бедру |  |  | 7 часов |
| **1.4.** | **Раздел 4. Развитие актёрского мастерства** | **4 часа** |  |  |
| 1.4.1. | *Язык жестов — пантомима*. Передача при помощи жестов и мимики характера, чувств, настроения |  | 0,5 часа |  |
| Танцевальные шаги и движения в образах животных, птиц. Этюды, передающие явления природы (падают снежинки, идёт дождь и др.). Тематические игры: «Весёлый оркестр», «магазин игрушек», «Солдатушки — бравы ребятушки», «Зеркало», «Трамвайчик», «Куклы» (по выбору учителя). Инсценировка детских песен (по выбору учителя) |  |  | 3,5 часа |
| **1.5.** | **Раздел 5.Танцевальный репертуар** | **8 часов** |  |  |
| 1.5.1. | Полька «Четвёрки» |  |  | 1 час |
| 5.1.2. | Полька с хлопками |  |  | 1 час |
| 5.1.3. | Полька парами |  |  | 1 час |
| 5.1.4. | Танцевальный этюд «Паровозики» |  |  | 1 час |
| 5.1.5. | Танцевальный этюд «Первоклассница» |  |  | 1 час |
| 5.1.6. | Танцевальный этюд «Весёлые ребята |  |  | 1 час |
| 5.1.7. | Танцевальный игры |  |  | 2 час |
| **1.6** | **Раздел 6. Заключительное занятие** | **1 час** |  |  |
| 1.6.1. | Обобщающее занятие «Музыкальные игры и танцы» |  |  | 1 час |
|  | **Второй год обучения**  (2 класс)  Русский народный танец | **34 час** |  |  |
|  | Введение «Народное танцевальное творчество» |  | 1 час |  |
| **1.1.** | **Раздел 1. Музыкальная грамота** | **3 часа** |  |  |
| 1.1.1. | Музыкальное вступление. Вступительные и заключительные аккорды. Затактное построение мелодии |  | 1 час |  |
| 1.1.2. | Подготовка рук на музыкальное вступление. Начало движения из-за такта |  |  | 2 часа |
| **1.2.** | **Раздел 2.Элементы русского танца** | **11 часов** |  |  |
| 1.2.1. | Положение рук в танце (в сольном, парном, массовом) |  | 1 час | 1 час |
| 1.2.2. | *Танцевальные движения.*«Гармошечка», «Ёлочка», «Ковырялочка», «Припадания по 6 позиции на месте и в повороте», «Кружения» (девочки). Полуприсядки и полные присядки по 6 и 1 позициям (мальчики) |  |  | 5 часа |
| 1.2.3. | *Танцевальные шаги, бег.*Шаг с притопом. Шаг с точкой. Переменный шаг на всю ступню. Боковой приставной шаг. Боковой шаг с выведением рабочей ноги на каблук. Бег с поджатыми ногами. Бег соскоком по 6 позиции. Прыжки |  |  | 4 часа |
| **1.3.** | **Раздел 3.Танцевальный и игровой репертуар** | **18 часов** |  |  |
| 1.3.1. | *Хороводы.* Рисунки хороводов |  | 2 час |  |
| *Построение хороводов*(по усмотрению учителя) |  |  | 2 часа |
| 1.3.2. | Хоровод «Сударушка» |  |  | 3 часа |
| 1.3.3. | Русский танец «Вечером на лавочке» |  |  | 2 часа |
| 1.3.4. | Русский танец «Семечки» |  |  | 2 часа |
| 1.3.5. | Парный танец «Кадриль» |  |  | 2 часа |
| 1.3.6. | Русский танец «Валенки» |  |  | 2 часа |
| 1.3.7. | Музыкальная игра «Цепочки» |  |  | 1 часа |
| 1.3.8 | Музыкальная игра «Тройки» |  |  | 1 часа |
| **1.4.** | **Раздел 4. Заключительное занятие. «Танцевальная мозаика»** | **1 час** |  | 1 час |
|  | **Третий год обучения**  (3 класс)  Народный танец | **34 часа** |  |  |
| **1.1.** | **Раздел 1.Экзерсис у станка** | **8 часов** |  |  |
| 1.1.1. | Введение. Станок и его назначение |  | 1 час |  |
| Полуприседания и полные приседания. Батман тандю. Батман тандю жете. Каблучный батман. Флик-фляк. Па тортье. Дробные выстукивания. Прыжки. Присядки и разножки с фиксацией ног на полу |  |  | 7 часов |
| **1.2.** | **Раздел 2.Элементы русского танца** | **9 часов** |  |  |
|  | *Ходы  проходки.*Проскальзывающий, шаркающий шаги. Шаг на ребро каблука. Дробная «дорожка». Па де баск (припляс). Шаг польки. |  |  | 2 часа |
|  | *Движения русского танца.*«Ковырялочка» с полуповоротом», «Моталочка», «Припадания по 3 позиции», вращения на шаге и беге (девочки), присядки, хлопушки (мальчики), простой «ключ» |  |  | 7 часов |
| **1.3.** | **Раздел 3.**  **Азбука классического танца** | **6 часов** |  |  |
| 1.3.1. | Элементы классического танца |  | 1 час | 5 часов |
| **1.4.** | **Раздел 4. Танцевальный репертуар** | **10 часов** |  |  |
| 1.3.1. | Танец «Русский лирический» |  |  | 3 часа |
| 1.3.2. | Танец «Барыня» |  |  | 3 часа |
| 1.3.3. | Танец «Перепляс» |  |  | 2 часа |
| 1.3.4. | Танец «Московская кадриль» |  |  | 2 часа |
| **1.5.** | **Раздел 5. Заключительное занятие. «Танцевальный марафон»** | **1 час** |  |  |
|  | **Четвёртый год**  (4 класс)  Народный танец | **34 часа** |  |  |
|  | Введение. Танцуем русскую кадриль | **1 час** | 0,5  часа |  |
| 1.1. | **Раздел 1. Экзерсис у станка** | **7 часов** |  |  |
| 1.1.1. | Комбинирование полуприседаний и приседаний. Комбинирование батманов. Ронд де жамб партер. Подготовка к «верёвочке». Гранд батман жете. «Качалочка». «Голубец» |  |  | 7 часов |
| **1.2.** | **Раздел 2.Элементы русского танца.** | **12 часов** |  |  |
| 1.2.1. | *Дроби и дробные ходы.* Дробный ход вперёд с проскальзывающим ударом каблучка. Дробный ход назад. Дробный «ключ». Дробь в такт. Дробь из-за такта. Комбинированные дроби |  | 1 час | 5 часов |
| 1.2.2. | *Движение русского танца*. «Верёвочка». Вращение на прыжках (девочки). «Мельница». «Ползунок». «Подсечка» (мальчики) |  |  | 6 часов |
| **1.3.** | **Раздел 3. Азбука классического танца** | **6 часов** |  |  |
| 1.3.1. | Элементы классического танца |  | 1 час | 5 часов |
| **1.4.** | **Раздел 4. Знакомство с народным танцем** | **7 часов** |  |  |
| 1.4.1. | Из истории народного танца |  | 0,5  часа |  |
| Украинский народный танец |  |  | 1 час |
| 1.4.2. | Цыганский народный танец |  |  | 2 час |
| 1.4.3. | Испанский народный танец |  |  | 2 час |
| 1.4.4. | Молдавский народный танец |  |  | 1 час |
| 1.4.5. | Венгерский народный танец |  |  | 1 час |
| **1.5.** | **Раздел 6.Заключительное занятие «Класс-концерт»** | **1 час** |  | 1 час |

1. **Содержание программы**

**1 класс (первый год обучения) – 33 часа**

**Музыкально-ритмические и ритмопластические навыки**

**Раздел 1. Ритмика (8 часов)**

*Музыка и движения.* Темп. Характер музыкального произведения. Контрастная музыка (быстрая-медленная, весёлая-грустная). Музыкальный размер 4/4, 2/4, 3/4. Тактирование. Выделение сильной доли такта. Музыкальная фраза.

Подбор различных видов движения (шаги, бег, прыжки, повороты и др.), соответствующих характеру музыки. Выделение сильной доли такта хлопком, притопом. Отработка на ходьбе и беге начала и окончания музыкальной фразы в такт музыки.

*Пространственная ориентация.* Шеренга. Колонна.  Правила построения и перестроения по два, по четыре. Фигурная маршировка с перестроениями из колонны в шеренгу и обратно. Круг. Принцип дробления и собирания круга. Линия танца. Нумерация точек зала. Повороты на месте на 1/4 и  1/2  круга.

**Раздел 2. Азбука хореографии (5 часов)**

*Правила постановки корпуса.* Положение стопы и подъёма. Выворотность. Позиции ног (6, 1,2,3). Позиции (1,2,3) и положения рук.

*Разучивание и отработка элементов танцевальной разминки.*Полуприседание по 1,2,3 позициям. Выдвижение ноги вперёд и в сторону. Наклоны вперед и в сторону.  Прыжки на двух ногах по 6 и 2 (невыворотной), вытягивая колени и подъём. Подъём на полупальцы по 1,2,3 позициям (сохранение равновесия).

**Раздел 3. Танцевальные движения (7 часов)**

*Танцевальные движения.* Упражнения для развития гибкости рук, плечевого пояса и шеи. Шаги: строевой, скользящий, на носочках, приставной. Танцевальный шаг с носка. Прямой и боковой галопы. Подскоки на одной и двух ногах. Перескоки. Притопы. Кружения на переступаниях, на подскоках. Хлопки в ладоши (различные сочетания). Хлопушки по бедру.

**Раздел 4. Развитие актёрского мастерства (4 часа)**

*Язык жестов – пантомима*. Передача при помощи жестов и мимики характера, чувств, настроения. Танцевальные шаги и движения в образах животных, птиц. Этюды, передающие явления природы (падают снежинки, идёт дождь и др.). Тематические игры: «Весёлый оркестр», «магазин игрушек», «Солдатушки — бравы ребятушки», «Зеркало», «Трамвайчик», «Куклы» (по выбору учителя). Инсценировка детских песен (по выбору учителя).

**Раздел 5.Танцевальный репертуар (8 часов)**

Полька «Четвёрки», полька с хлопками , полька парами, танцевальный этюд «Паровозики», танцевальный этюд «Первоклассница», танцевальный этюд «Весёлые ребята», танцевальные игры.

**Раздел 6. Заключительное занятие (1 час)**

Обобщающий урок«Музыкальные игры и танцы».

**2 класс (второй год обучения) – 34 часа**

**Русский народный танец**

Введение «Народное танцевальное творчество» (1 час)

**Раздел 1. Музыкальная грамота (4 часа)**

Музыкальное вступление. Вступительные и заключительные аккорды. Затактное построение мелодии.Подготовка рук на музыкальное вступление. Начало движения из-за такта.

**Раздел 2. Элементы русского танца (11 часов)**

Положение рук в танце (в сольном, парном, массовом).

*Танцевальные движения.* «Гармошечка», «Ёлочка», «Ковырялочка», «Припадания по 6 позиции на месте и в повороте», «Кружения» (девочки). Полуприсядки и полные присядки по 6 и 1 позициям (мальчики).

*Танцевальные шаги, бег.*Шаг с притопом. Шаг с точкой. Переменный шаг на всю ступню. Боковой приставной шаг. Боковой шаг с выведением рабочей ноги на каблук. Бег с поджатыми ногами. Бег соскоком по 6 позиции. Прыжки.

**Раздел 3. Танцевальный и игровой репертуар (18 часов)**

*Хороводы.* Рисунки хороводов.

*Построение хороводов*(по усмотрению учителя). Русский танец «Сударушка», «Вечером на лавочке», «Семечки», парный танец «Кадриль», русский танец «Валенки». Музыкальная игра «Цепочки», музыкальная игра «Тройки».

**Раздел 4. Заключительное занятие. «Танцевальная мозаика» (1 час)**

**3 класс (третий год обучения) – 34 часа**

**Народный танец**

**Раздел 1.Экзерсис у станка (8 часов)**

Введение. Станок и его назначение.

Полуприседания и полные приседания. Батман тандю. Батман тандю жете. Каблучный батман. Флик-фляк. Па тортье. Дробные выстукивания. Прыжки. Присядки и разножки с фиксацией ног на полу.

**Раздел 2.Элементы русского танца (9 часов)**

*Ходы  проходки.*Проскальзывающий, шаркающий шаги. Шаг на ребро каблука. Дробная «дорожка». Па де баск (припляс). Шаг польки.

*Движения русского танца.* «Ковырялочка» с полуповоротом», «Моталочка», «Припадания по 3 позиции», вращения на шаге и беге (девочки), присядки, хлопушки (мальчики), простой «ключ».

**Раздел 3. Азбука классического танца ( 6 часов)**

(позиции рук, ног 1, 2, 3, 4, 5; постановка корпуса, demi – plie, batman tendus, batman tendus jetes, port de bras, grant batman tendus, связывающие движения, группы прыжков)

**Раздел 4. Танцевальный репертуар (10 часов)**

Танец «Русский лирический», «Барыня», «Перепляс», «Русский медленный», «Московская кадриль», «Ромашки».

**Раздел 5. Заключительное занятие. «Танцевальный марафон» (1 час)**

**4 класс** (**четвёртый год обучения)**

**Народный танец**

Введение (1 час)

**Раздел 1. Экзерсис у станка (7 часов)**

Комбинирование полуприседаний и приседаний. Комбинирование батманов. Ронд де жамб партер. Подготовка к «верёвочке». Гранд батман жете. «Качалочка». «Голубец».

**Раздел 2. Элементы русского танца (12часов)**

*Дроби и дробные ходы.* Дробный ход вперёд с проскальзывающим ударом каблучка. Дробный ход назад. Дробный «ключ». Дробь в такт. Дробь из-за такта. Комбинированные дроби.

*Движение русского танца*. «Верёвочка». Вращение на прыжках (девочки). «Мельница». «Ползунок». «Подсечка» (мальчики).

**Раздел 3. Азбука классического танца (6 часов) (** позиции рук, ног 1, 2, 3, 4, 5; постановка корпуса, demi – plie, batman tendus, batman tendus jetes, port de bras, grant batman tendus, связывающие движения, группы прыжков)

**Раздел 4. Знакомство с народным танцем (7 часов)**

Из истории народного танца.

Украинский народный танец (позиции положения рук, ног; положения рук в парном танце; притопы, «вихилясник», «дорожка простая, плетёнка».)

Цыганский народный танец ( основные положения корпуса, рук, ног; мелкие скользящие шаги подряд на вытянутых ногах, переменный шаг, ход назад с открыванием ноги вперёд, шаг в сторону.)

Испанский народный танец ( основные положения корпуса, ног, рук; основные элементы испанского танца «Арагонская хота»)

Молдавский народный танец (положение корпуса, рук, ног; основные шаги, движения в танце)

Венгерский народный танец (основные положения корпуса, ног, рук; основные шаги. Движения, «ключи2)

**Раздел 5. Заключительное занятие «Класс-концерт» (1 час)**

1. **Методические рекомендации**

Программа предполагает создание для учащихся комфортной среды в которой они чувствуют себя уверенно и свободно. Этому должен способствовать комплекс методов, форм и средств образовательного процесса.

Занятия должны быть разнообразными как по содержанию (ритмические упражнения, задания на ориентировку, разучивание упражнений тренировочного характера, разучивание и повторение танцев), так и по набору применяемых методов:

* беседа в виде вопросов и ответов;
* прослушивание музыки  и разбор её;
* наблюдение учащихся за объяснением и показам педагога;
* разучивание и повторение движений, танцев.

 В ходе реализации программы уместно использовать следующие приемы:

* словесные ( рассказ, беседа);
* наглядные (видеоматериалы, просмотр выступлений детских танцевальных коллективов, фотографии, буклеты;
* практические (объяснение и показ педагогом движений, поз, переходов, рисунков танца с последующим повторением учениками; разучивание по частям; временное упрощение заданий, соединение отдельных комбинаций в фигуры танца).

Методические приемы активного обучения позволяют разнообразить учебную деятельность, реализовать личностно- ориентированный подход в обучении.

Формирование знаний осуществляется исследовательским методом, который заключается в сочетании наглядности, осмыслении, творческим поиском учащихся.

Уместно использование следующих форм организации учебного процесса:

* учебное занятие;
* занятие наблюдение;
* практические занятия;
* конкурсы и развлекательные программы;
* концертная деятельность.

1. **Список литературы**

1. Барышникова Т. Азбука хореографии.- Москва.- Айрис-Пресс.- 1999

2. Богомолова Л.В. Основы танцевальной культуры/ программа экспериментального курса.- Москва.- Новая школа.- 1993

3. Боттомер П. Урок танца.- Москва.- Эксмо-Пресс.- 2003

4. Ваганова А.Я. Основы классического танца.- Ленинград.- Искусство.- 1985

5. Идом Х., Кэтрэк Н. Хочу танцевать.- Москва.- Махаон.- 1998

6. Зимина А. Н. Образные упражнения и игры в музыкально-ритмическом развитии детей: практикум для педагогов. М.: Тандем: Гном-Пресс. 1998

7. Костровицкая В.С., Писарев А.А. Школа классического танца.- Санкт-Петербург.- Искусство.- 2001

8. Слуцкая С. Л. Танцевальная мозаика. М.: Линка-пресс, 200610. Танцы и ритмика в начальной школе/ методическое пособие.- Москва.- 1995

9. Ткаченко Т.Т. Народный танец.- Москва. 2002

10. С.Л. В.Г. Шершнев. От ритмики к танцу. Программа для образовательных учреждений дополнительного образования. М.: 2008

11. DVD «Классика и балет»