

**Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Дворец детского (юношеского) творчества Петродворцового района Санкт-Петербурга
«ПЕТЕРГОФ»**

ПРИНЯТА

Педагогическим советом
ДДЮТ «ПЕТЕРГОФ»
Протокол № 1 от «27» августа 2025 г.

УТВЕРЖДЕНА

Приказом № 340/у от «27» августа 2025 г.
Директор ДДЮТ «ПЕТЕРГОФ»
_____ В.А. Апраксимов

**Дополнительная общеразвивающая программа
«НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ»**

Срок освоения: 2 года
Возраст обучающихся: 6-15 лет

Разработчик:
Круглова Алёна Дмитриевна,
педагог дополнительного образования

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность

Дополнительная общеразвивающая программа «Народно-сценический танец» имеет художественную направленность.

Адресат программы

Программа предназначена для детей 6-15 лет, не имеющих медицинских противопоказаний.

Актуальность

Актуальность данной программы состоит в том, что она отвечает основным тенденциям в развитии системы дополнительного образования. В соответствии с Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года, одной из приоритетных задач является эстетическое, нравственное, патриотическое и этнокультурное воспитание детей через приобщение к искусству, народному творчеству, художественным ремёслам и промыслам. Программа «Народно-сценический танец» способствует достижению этих целей, поскольку позволяет сохранить и передать культурное наследие народов Российской Федерации, включая их обычаи и традиции, выраженные в танцевальном искусстве.

В современных условиях важно уделять внимание эмоциональному и духовному развитию детей, помогая им адаптироваться к быстро меняющемуся миру, а приобщение к народным традициям способствует этому. Народно-сценический танец не только развивает физические качества, такие как координация и мышечная сила, но и способствует эстетическому воспитанию, знакомя участников программы с богатством танцевального народного творчества разных народов. Это, в свою очередь, расширяет творческие возможности обучающихся и помогает им искать новые актёрские способы выразительности.

Кроме того, программа «Народно-сценический танец» позволяет изучить истоки национальных танцевальных культур, в том числе танцы России, Европы и Азии. Углублённое изучение русского танца способствует сохранению национальной культурной идентичности и обогащает внутренний мир ребёнка.

Таким образом, дополнительная общеобразовательная программа «Народно-сценический танец» является актуальной и востребованной в контексте государственной политики в области дополнительного образования детей, поскольку способствует их гармоничному развитию, сохранению культурного наследия и формированию патриотических чувств.

Уровень освоения – общекультурный.

Объем и срок освоения программы

Срок освоения программы – 2 года обучения, всего 288 часов: 144 часа в первый год и 144 часа во второй.

Цель и задачи программы

Цель: духовно-нравственное, творческое и физическое развитие учащихся посредством знакомства с национальными культурами и изучением танцев разных народов.

Задачи

Обучающие задачи:

– Познакомить учащихся с разнообразием народной танцевальной культуры, раскрыть её роль в сохранении культурных традиций и способствовать пониманию значимости танцевального искусства.

– Обучить базовым элементам народного танца и навыкам исполнения танцевальных рисунков.

- Научить выполнять основные перестроения в танце, ориентироваться на сценическом пространстве.
- Научить понимать музыку, её настроение и характер, и выражать это через движения.
- Помочь освоить теоретические основы народно-сценического танца: познакомить их с основными техническими терминами, правилами выполнения элементов танца и принципами сочетания движений в композиции.
- Познакомить учащихся с правилами техники безопасности на занятиях, поведения за кулисами и около сцены, в ходе выступления на сцене, в поездке за пределы города.
- Показать, как грамотно использовать технические средства выступления: освещение, фонограмму, костюм.
- Сформировать начальные навыки сценической культуры: поведение на сцене, работу с партнёрами и синхронность в ансамблях.

Развивающие задачи

- Совершенствовать природные физиологические данные учащихся (выворотность, шаг, выразительная стопа, осанка, гибкость, растяжка, координация, устойчивость и т.д.);
- Развивать эмоциональную выразительность, артистичность, музыкальность и ритмические способности.
- Повысить общую психологическую устойчивость и стрессоустойчивость через регулярные выступления и участие в конкурсах.

Воспитательные задачи:

- Формировать уважение к культурному наследию народов России и мировой культуре через глубокое погружение в искусство народного танца.
- Способствовать развитию активной жизненной позиции, ответственности и дисциплины благодаря регулярным тренировкам и подготовке к выступлениям.
- Воспитывать культуру общения и сотрудничества, формируя навыки командной работы и уважительного отношения к партнерам по танцу.

Планируемые результаты

Личностные результаты:

- Формирование уважительного отношения к культурным традициям разных народов, развитие интереса к изучению культурного наследия через танец.
- Развитие самодисциплины, целеустремлённости и настойчивости в достижении поставленных целей, умение преодолевать трудности и не бояться выступлений.
- Воспитание чувства ответственности за свою часть работы в коллективе, развитие навыков сотрудничества и взаимопомощи.
- Повышение уверенности в себе и своих способностях, развитие эмоциональной устойчивости и способности контролировать свои эмоции в различных ситуациях.

Метапредметные результаты:

- Развитие физиологических природных данных (выворотность, шаг, выразительная стопа, осанка, гибкость, растяжка, координация, устойчивость и т.д.);
- Развитие музыкальности, ритмических способностей, эмоциональности и выразительности;
- Развитие навыков взаимодействия в команде: распределять роли и задачи в ансамбле, находить общие решения в процессе подготовки и исполнения танцев, уметь договариваться, учитывать мнение партнеров, организовывать совместную работу.

Предметные результаты:

Теоретическая подготовка:

- Учащиеся узнают историю возникновения и ключевые стили народно-сценического танца, включая традиции русского народного танца, познакомятся с новыми музыкальными произведениями и костюмами.
- Учащиеся познакомятся с правилами выполнения элементов рисунка танца и принципами сочетания движений в композиции.
- Учащиеся познакомятся с основными техническими терминами народно-сценического танца («pas», «port de bras», «révérence», «demi-plié», «grand plié», «battement tendu», «rond de jambe» и т. д.) и смогут правильно применять их в практике.

Практическая подготовка:

- Учащиеся научатся свободно и качественно исполнять элементы танца у станка и на середине зала, демонстрируя высокую степень технической подготовки и владение своим телом.
- Учащиеся научатся исполнять рисунки танца (колонна, шеренга, круг, звезда, цепочка и другие фигуры), выполнять простейшие перестроения и ориентироваться на сцене.
- Учащиеся овладеют навыками построения танцевальных композиций, соединяя разные движения и фигуры в единый ансамбль.
- Учащиеся овладеют навыком передачи эмоционального настроения и художественного образа в танце.
- Учащиеся освоят мастерство взаимодействия в группе, выполняя сложные совместные движения и сохраняя синхронность и единство ансамбля.
- Учащиеся будут осознавать и применять на практике правила техники безопасности на занятиях, поведения за кулисами, на сцене и в поездках.
- Учащиеся приобретут опыт эффективного использования технических средств концертной деятельности — работа с фоном, костюмом и взаимодействия со зрителем.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Язык реализации программы

Дополнительная общеразвивающая программа «Народно-сценический танец» реализуется на русском языке.

Форма обучения – очная.

Условия набора на обучение и формирования групп

Условия набора в коллектив: набор в группы свободный, принимаются и мальчики, и девочки 6-14 лет, желающие заниматься по данной программе и имеющие справку-допуск к занятиям в хореографическом коллективе. Специальных знаний, способностей или определенной специальной подготовки не требуется.

Условия формирования групп – группы могут комплектоваться по возрасту или быть разновозрастными. Желательно формировать учебные группы следующего возрастного интервала: 6-8 лет, 8-10 лет и 10-15.

Количество обучающихся в группе. Количество детей в группе составляет: 1 год – не менее 15 человек; 2 год – не менее 12 человек.

Возможность и условия зачисления в группы второго и последующих годов обучения: дополнительный набор учащихся на первый или второй год обучения допускается при наличии вакантного места на основе результатов просмотра и предварительного индивидуального собеседования с ребенком с целью выявления способностей и умений, хореографической подготовки, а также заинтересованности в занятиях.

Формы организации занятий

Программой предусматривается проведение как аудиторных занятий в пределах учебного кабинета под непосредственным руководством педагога, так и внеаудиторных занятий, например, участие в хореографических конкурсах, выступления на концертах и т. п. Внеаудиторные занятия могут быть как по учебному плану, так и за рамками часов учебного плана.

Формы организации деятельности учащихся на занятии:

- фронтальная (работа педагога со всеми учащимися одновременно: показ, объяснение, беседа);
- коллективная (организация творческого взаимодействия между всеми детьми одновременно: групповой показ, репетиция, постановочная работа, концерт);
- групповая (совместные действия, общение, взаимопомощь: работа в малых группах, группах сменного состава, в парах);
- индивидуальная (для коррекции пробелов в знаниях, отработки отдельных навыков, работа с солистами).

Формы проведения занятий:

Основной формой организации деятельности обучающихся в рамках реализации программы является учебное занятие. Также включаются такие формы занятий как: конкурс, контрольное занятие, концерт, мастер-класс, открытое занятие, праздник, репетиция, спектакль, творческая мастерская, творческий отчет, тренинг и другие в соответствии с запросами учащихся и возможностями педагога и образовательного учреждения.

Материально-техническое оснащение программы

Помещение. Хореографический и спортивный зал с зеркалами, хореографическими станками, шведскими стенками.

Оборудование и материалы на учебную группу:

- мультимедийный проектор, экран – 1 шт.,
- компьютер с выходом в Интернет – 1 шт.,
- звуковая аппаратура – 1 шт.,
- маты – 3 шт.

Материалы и инструменты (на 1 учащегося):

- гимнастический коврик – 1 шт.,
- гимнастический кубик – 1 шт.,
- эластичная лента – 1 шт.,
- ролл для МФР – 1 шт.,
- теннисный мяч – 1 шт.

Для успешной реализации программы каждому учащемуся необходимо иметь следующее *личное оснащение:*

- *для девочек:* гимнастический купальник с длинным рукавом чёрного цвета, юбку хореографическую до колена черного цвета, балетное трико персикового цвета, туфли для народных танцев, балетки ввиду обеспечения техники безопасности на занятиях и свободы движения в процессе работы.
- *для мальчиков:* черная футболка, черные танцевальные брюки, характерные туфли.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН 1 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	1	1	Практическое задание, опрос
2.	Азбука музыкального движения	16	3	13	Контрольное задание, опрос
3.	Растяжка, подкачка	18	1	17	Практическое задание
4.	Элементы народного танца у станка	20	1	19	Зачет
5.	Элементы народного танца на середине зала	16	1	15	Зачет
6.	Танцевальные комбинации	14	1	13	Концерт
7.	Репетиционно-постановочная работа	52	1	51	Концерт
8.	Контрольные и итоговые занятия	6	0	6	Показ
Итого часов за учебный год:		144	9	135	

УЧЕБНЫЙ ПЛАН 2 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	1	1	Практическое задание
2.	Азбука музыкального движения	16	3	13	Контрольное задание
3.	Растяжка, подкачка	18	1	17	Практическое задание
4.	Элементы народного танца у станка	20	1	19	Зачет
5.	Элементы народного танца на середине зала	16	1	15	Зачет
6.	Танцевальные комбинации	14	1	13	Концерт
7.	Репетиционно-постановочная работа	52	1	51	Концерт
8.	Контрольные и итоговые занятия	6	0	6	Показ
Итого часов за учебный год:		144	9	135	

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

1 год обучения

Особенности организации образовательного процесса 1 года обучения

На первом году обучения основное внимание уделяется ознакомлению учащихся с основами народно-сценического танца. Учащиеся осваивают базовые элементы танца, изучают азбуку музыкального движения, развивают физическую подготовку и технику исполнения. Особое внимание уделяется работе у станка, освоению простейших танцевальных шагов и комбинаций, а также обучению правильному положению корпуса и координации движений. Занятия включают теоретические основы, направленные на понимание истории и особенностей различных национальных танцев, а также практику, направленную на совершенствование исполнительской техники и развитие артистизма.

Процесс обучения организован таким образом, чтобы каждый ученик мог постепенно освоить необходимые навыки и умения, начиная с простых элементов и переходя к более сложным композициям. Важной частью образовательной программы являются репетиционно-постановочные работы, в ходе которых дети учатся создавать собственные танцевальные композиции, развивать чувство ансамбля и взаимодействовать с партнерами.

Задачи 1 года обучения

Обучающие задачи:

- Познакомить учащихся с разнообразием народной танцевальной культуры, раскрыть её роль в сохранении культурных традиций и способствовать пониманию значимости танцевального искусства.
- Познакомить учащихся с правилами техники безопасности на занятиях, поведения за кулисами и около сцены, в ходе выступления на сцене, в поездке за пределы города.
- Обучить базовым элементам народного танца и навыкам исполнения танцевальных рисунков.
- Учить понимать музыку, её настроение и характер, и выражать это через движения.
- Способствовать усвоению теоретических основ народно-сценического танца.
- Научить выполнять основные перестроения в танце, ориентироваться на сценическом пространстве.
- Показать, как грамотно использовать технические средства выступления: освещение, фонограмму, костюм, образ и взаимодействие со зрителем.
- Сформировать начальные навыки сценической культуры: поведение на сцене, работу с партнёрами и синхронность в ансамблях.
- Дать представление о происхождении и особенностях различных народных танцев, их связи с народным бытом и традициями.

Развивающие задачи

- Совершенствовать природные физиологические данные учащихся (выворотность, шаг, выразительная стопа, осанка, гибкость, растяжка, координация, устойчивость и т.д.);
- Развивать эмоциональную выразительность, артистичность, музыкальность и ритмические способности.
- Повысить общую психологическую устойчивость и стрессоустойчивость через регулярные выступления и участие в конкурсах.

Воспитательные задачи:

- Формировать уважение к культурному наследию народов России и мировой культуре через глубокое погружение в искусство народного танца.

- Способствовать развитию активной жизненной позиции, ответственности и дисциплины благодаря регулярным тренировкам и подготовке к выступлениям.
- Воспитывать культуру общения и сотрудничества, формируя навыки командной работы и уважительного отношения к партнерам по танцу.

Планируемые результаты 1 года обучения

Личностные результаты:

- Формирование уважительного отношения к культурным традициям разных народов, развитие интереса к изучению культурного наследия через танец.
- Развитие самодисциплины, целеустремлённости и настойчивости в достижении поставленных целей, умение преодолевать трудности и не бояться выступлений.
- Воспитание чувства ответственности за свою часть работы в коллективе, развитие навыков сотрудничества и взаимопомощи.
- Повышение уверенности в себе и своих способностях, развитие эмоциональной устойчивости и способности контролировать свои эмоции в различных ситуациях.

Метапредметные результаты:

- Развитие физиологических природных данных (выворотность, шаг, выразительная стопа, осанка, гибкость, растяжка, координация, устойчивость и т.д.);
- Развитие музыкальности, ритмических способностей, эмоциональности и выразительности;
- Развитие навыков командной работы: распределение ролей и задач в ансамбле, поиск общих решений в процессе подготовки и исполнения танцев, умение договариваться, учитывать мнения партнеров.

Предметные результаты:

Теоретическая подготовка:

- Учащиеся будут знать основы направлений народного танца и их историческое наследие.
- Учащиеся познакомятся с правилами выполнения элементов рисунка танца и принципами сочетания движений в композиции.
- Учащиеся узнают происхождение балетной терминологии и усвоят основные её понятия («bras», «port de bras», «révérence»).

Практическая подготовка:

Учащиеся:

- Научатся исполнять рисунки танца (колонна, шеренга, круг, звезда, цепочка и другие фигуры), выполнять простейшие перестроения и ориентироваться на сцене.
- Овладеют навыком передачи эмоционального настроения и художественного образа в танце.
- Освоят исполнение элементарных танцевальных этюдов и фрагментов из репертуара программы.
- Продемонстрируют способность взаимодействовать с партнёрами по танцу, поддерживать общую динамику ансамбля.
- Приобретут опыт эффективного использования технических средств концертной деятельности — работа с фоном, костюмом и взаимодействия со зрителем.
- Учащиеся будут осознавать и применять на практике правила техники безопасности на занятиях, поведения за кулисами, на сцене и в поездках.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1 год обучения

1. ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ

Теория. Знакомство с учащимися. Правила поведения в танцевальном зале, правила пользования дополнительным инвентарем. Народный танец как вид хореографического искусства.

Практика. Входной контроль: практическое задание. Выполнение практических упражнений на определение специальных и физических данных (выворотность ног, растяжка, гибкость, прыжок, подъем стопы, шаг), сформированности хореографических умений. Опрос по изученной технике безопасности и правилам поведения в хореографическом зале.

Форма контроля: практическое задание, опрос.

2. АЗБУКА МУЗЫКАЛЬНОГО ДВИЖЕНИЯ

Теория. Правильное положение спины, работа с мышцами кора. Позиции рук и ног в народном танце. Основные шаги в русском народном танце.

Происхождение балетной терминологии. Термины: «pas», «port de bras», «révérence».

Поклон в русском стиле: история и значение. Основные принципы русского поклона и ориентирование в танцевальном зале. Правильное положение корпуса относительно ключевых точек класса.

Практика. Постановка корпуса, позиции рук и ног в народном танце. Прослушивание музыкальных композиций. Изучение основных шагов в русском народном танце. Перемещение по залу. Освоение пространства.

Освоение поклона в русском стиле. Позиции рук, ног, постановки корпуса. Основные ходы. Изучение зала по основным точкам. Корректное положение корпуса относительно этих точек.

Изучение комбинации на координацию. Согласованное выполнение движений рук, ног и головы. Усложнение данной комбинации с ориентацией в пространстве.

Выполнение упражнений на гибкость и пластичность спины. Изучение Port de bras в русском характере.

Контрольное задание: исполнение выученного материала по группам. Устный опрос на усвоение позиций рук и ног.

Форма контроля: контрольное задание, опрос.

3. РАСТЯЖКА, ПОДКАЧКА

Теория. Правильная физическая подготовка как основа для успешного освоения техники народно-сценического танца, укрепления здоровья и предотвращению травм. Методика выполнения базовых упражнений для развития физических данных танцора.

Практика. Выполнение комплекса упражнений на артикуляцию позвоночника, подвижность лопаток и плечевого пояса.

Выполнение комплекса упражнений на закачку мышц пресса, ягодиц, спины, ног, икроножных мышц, мышц рук.

Выполнение комплекса упражнений на развитие выворотности и подъёма стопы.

Выполнение комплекса упражнений на развитие выносливости. Аэробные упражнения, прыжки на скакалке, бег.

Выполнение комплекса упражнений на раскрытие ТБС, мобильность и выворотность.

Выполнение комплекса упражнений на растяжку задней поверхности бедра, мышц голени, плечевого пояса, мышц рук и спины.

Практическое задание: выполнение комплекса практических упражнений на замер физических показателей (растяжка, выносливость, сила).

Форма контроля: практическое задание.

4. ЭЛЕМЕНТЫ НАРОДНОГО ТАНЦА У СТАНКА

Теория. Терминология в народно-сценическом танце. Выработка правильной постановки корпуса, осанки. Понятие «поза», «позиция» «опора», «выворотность», «эластичность». Положения у хореографического станка, правила работы у станка, понятия «рабочая нога», «опорная нога».

Практика. Исполнение элементов народного танца у станка:

- Demi-plie из III и VI позиции лицом к палке на 2 такта 2/4.
- Grand plie из VI позиции лицом к палке на 2 такта 4/4.
- Port de bras из I свободной позиции в сторону на 2 такта 4/4; 2 такта 2/4.
- Port de bras из I свободной позиции в сторону и назад из III свободной позиции на 2 такта 4/4 с добавлением работы рук, корпуса, головы.
- Battements tendus на 1 т. 4/4.
- Battements tendus на 1 т. 2/4.
- Battements tendus jette на 1 т. 4/4.
- Battements tendus jette на 1 т. 2/4.

Изучение ударов каблуком: одинарных и двойных, всей стопой, полупальцем.

Зачет по техническому и эмоциональному исполнению изученных движений.

Форма контроля: зачет.

5. ЭЛЕМЕНТЫ НАРОДНОГО ТАНЦА НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА

Теория. Разновидности русских народных танцев. Танцы народов мира. Сюжеты и темы некоторых танцев. Особенности народных движений. Понятия: «характер танца», «партнер», «ансамбль».

Практика.

Беседа «Народный танец, его красота и богатство»: отражение истории, быта и природы в народных танцах, значение народных танцев в сохранении культуры и формировании национальной самобытности, важность изучения танцев и передачи традиций.

Исполнение основных танцевальных ходов: простой шаг с носка и каблука; простой шаг на $\frac{1}{4}$ (в направлении вперед и назад); переменный шаг, переменный шаг с выносом ноги, с подъемом коленей.

Исполнение танцевальных шагов (бег – основной вид, боковые ходы, припадание по VI позиции); наклоны, повороты головы.

Исполнение дробных движений – удары всей ступней одинарные; исполнение упражнений для мягкости рук, подвижности запястья.

Подготовительные упражнения для поворотов на месте/ с продвижением. Развитие вестибулярного аппарата.

Подготовка к поворотам по диагонали. Исполнение поворота на 1 т. 2/4.

Подготовка к повороту на одной ноге en dehors/en dedans. Исполнение поворота на 1 т. 2/4.

Изучение припадания, упадания на месте и с продвижением.

Зачет по техническому и эмоциональному исполнению изученных движений.

Форма контроля: зачет.

6. ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ КОМБИНАЦИИ

Теория. Контрастность стиля русских, белорусских, украинских и молдавских танцев. Источники народных тем, сюжетов, движений, их связь с образом жизни народов. Сказки, былины, игры представителей разных национальностей, сходство и различие. Исконные традиции русского народа.

Практика. Русский этюд: исполнение танцевальной комбинации на 32 т. 2/4 на основе изученных движений; медленная хороводная часть (16 т. 2/4); работа над мягкостью и пластичностью рук в выученном фрагменте; быстрая темповая часть (16 т. 2/4). Работа над качеством исполнения танцевальной комбинации.

Восточный этюд: изучение и исполнение Port de bras в восточной стилистике 64 т. 4\4; работа над мягкостью и пластичностью рук в выученном фрагменте.

Выступление на концерте с выученными этюдами.

Форма контроля: выступление на концерте.

7. РЕПЕТИЦИОННО-ПОСТАНОВОЧНАЯ РАБОТА

Теория. Русский танец, настроение и характер (задорный, озорной, лирический и т.д.). Хороводы. Характер среднерусских – московских, рязанских и южнорусских – воронежских хороводов. Игровые и орнаментальные хороводы. Понятие «Стилизация», «Рисунок танца».

Практика. Постановка номера: изучение хореографии и рисунков русского танца (хоровод/кадриль); разбор и разучивание базовых элементов народного танца; изучение рисунков танца (линии, круги, спирали и т.д.). Повторение ключевых связок и комбинаций; адаптация движений к условиям выступления; работа в костюмах и с реквизитом; проверка готовности к показу; отработка выхода на сцену и поклонов. При постановке номера педагогом делается акцент на индивидуальный подход к каждому участнику коллектива, синхронности и точности исполнения, а также используются видеозаписи для анализа и коррекции ошибок.

Репетиция: отработка элементов русского танца, исправление ошибок; работа над техникой исполнения движений; развитие творческого мышления и способности к самовыражению через танец; создание собственных танцевальных комбинаций; анализ и интерпретация музыкального сопровождения; использование различных музыкальных инструментов и звуковых эффектов; синхронизация движений с музыкой; работа над сложными комбинациями и связками. Проведение мини-выступлений, обкатка номера. Актерская составляющая, работа с эмоциями. Работа над ошибками. Отработка номера.

Выступление на отчётном концерте.

Форма контроля: выступление на концерте.

8. КОНТРОЛЬНЫЕ И ИТОГОВЫЕ ЗАНЯТИЯ

Практика.

Промежуточная аттестация за 1 полугодие: контрольное занятие — показ всего изученного материала в малых группах.

Промежуточная аттестация за 2 полугодие: открытое занятие — показ изученной программы.

Отчетное выступление, подведение итогов работы за 1 год обучения.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

2 год обучения

Особенности организации образовательного процесса 2 года обучения

На втором году обучения основное внимание уделяется углублению знаний и совершенствованию технических навыков обучающихся. Ребята продолжают изучать базовые элементы у станка, развивая правильную постановку корпуса, позы рук и ног, улучшая выворотность и эластичность мышц. Особое внимание уделяется освоению сложных танцевальных комбинаций, включающих элементы русской народной культуры, таких как дробь, вращения и гармонические переходы. Практические занятия включают работу над элементами народного танца на середине зала, такие как перескоки, вращение и характерные движения, направленные на улучшение координации и физической формы.

Помимо технического совершенствования, особое внимание уделяется артистической составляющей. Учащиеся осваивают умение взаимодействовать с партнерами в танце, развивать индивидуальное творчество и способность интерпретировать музыкальный материал. Занятия направлены на формирование чувства ансамбля, повышение уровня исполнительской культуры и подготовку к сценическим выступлениям.

Задачи 2 года обучения

Обучающие задачи

- Закрепить ранее полученные знания и навыки, углубив представление о народно-сценическом танце, и расширить репертуар исполняемых танцев.
- Повысить качество технической подготовки, освоив более сложные танцевальные элементы и комбинации у станка и на середине зала.
- Совершенствовать технику исполнения, увеличивать скорость и точность движений.
- Пополнить запас теоретических знаний, включающий историю и специфику народного танца, познакомиться с новыми музыкальными произведениями и костюмами.
- Дать представление о происхождении и особенностях различных народных танцев, их связи с народным бытом и традициями.

Развивающие задачи

- Совершенствовать природные физиологические данные учащихся (выворотность, шаг, выразительная стопа, осанка, гибкость, растяжка, координация, устойчивость и т.д.);
- Развивать эмоциональную выразительность, артистичность, музыкальность и ритмические способности.
- Повысить общую психологическую устойчивость и стрессоустойчивость через регулярные выступления и участие в конкурсах.

Воспитательные задачи:

- Формировать уважение к культурному наследию народов России и мировой культуре через глубокое погружение в искусство народного танца.
- Способствовать развитию активной жизненной позиции, ответственности и дисциплины благодаря регулярным тренировкам и подготовке к выступлениям.
- Воспитывать культуру общения и сотрудничества, формируя навыки командной работы и уважительного отношения к партнерам по танцу.

Планируемые результаты 2 года обучения

Личностные результаты:

- Формирование уважительного отношения к культурным традициям разных народов, развитие интереса к изучению культурного наследия через танец.

- Развитие самодисциплины, целеустремлённости и настойчивости в достижении поставленных целей, умение преодолевать трудности и не бояться выступлений.
- Воспитание чувства ответственности за свою часть работы в коллективе, развитие навыков сотрудничества и взаимопомощи.
- Повышение уверенности в себе и своих способностях, развитие эмоциональной устойчивости и способности контролировать свои эмоции в различных ситуациях.

Метапредметные результаты:

- Развитие физиологических природных данных (выворотность, шаг, выразительная стопа, осанка, гибкость, растяжка, координация, устойчивость и т.д.);
- Развитие музыкальности, ритмических способностей, эмоциональности и выразительности;
- Развитие навыков командной работы: распределение ролей и задач в ансамбле, поиск общих решений в процессе подготовки и исполнения танцев, умение договариваться, учитывать мнения партнеров.

Предметные результаты:

Теоретическая подготовка:

- Учащиеся узнают историю возникновения и ключевые стили народно-сценического танца, включая традиции русского народного танца, познакомиться с новыми музыкальными произведениями и костюмами
- Учащиеся познакомятся с основными техническими терминами народно-сценического танца (*demi-plié, grand plié, battement tendu, rond de jambe* и т. д.) и смогут правильно применять их в практике.

Практическая подготовка:

- Учащиеся научатся свободно и качественно исполнять элементы танца у станка и на середине зала, демонстрируя высокую степень технической подготовки и владение своим телом.
- Учащиеся овладеют навыками построения танцевальных композиций, соединяя разные движения и фигуры в единый ансамбль.
- Учащиеся освоят мастерство взаимодействия в группе, выполняя сложные совместные движения и сохраняя синхронность и единство ансамбля.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2 год обучения

1. ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ

Теория. План и содержание работы на новый учебный год. Расписание занятий, правила поведения и техники безопасности в танцевальном классе.

Практика. Практическое задание на определение специальных и физических данных (выворотность ног, растяжка, гибкость, прыжок, подъем стопы, шаг), сформированности хореографических умений. Выполнение практических упражнений на ориентацию в пространстве.

Форма контроля: практическое задание.

2. АЗБУКА МУЗЫКАЛЬНОГО ДВИЖЕНИЯ

Теория. Мелодия и движения. Темп (быстро, медленно, умеренно). Контрастная музыка (медленная, весёлая, грустная). Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворотов вправо и влево. Соотношение пространственных построений с музыкой. Такт и затакт. Музыкальные размеры: 4/4; 2/4; 3/4.

Практика. Обучение ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, простейшим ритмическим рисунком в хлопках. Согласовать с музыкой следующие

движения: ходить легко, ритмично, бегать быстро, с высоким подъёмом ног, скакать с ноги на ногу, передавать игровые образы различного характера.

Приобретение навыков строить самостоятельно ровный круг, соблюдая расстояние между парами, суживать и расширять круг. В игровой форме обучение действовать самостоятельно, искать выразительные движения, не подражая друг другу.

Акцентировка на сильную долю такта. Видоизменение движений в зависимости от акцентов в музыкальном материале.

Движение по линии танца, против линии танца. Танцевальные шаги в образах. Выделение сильной доли. Повторение изученной комбинации. Усложнение данной комбинации с ориентацией в пространстве.

Музыкально-пространственные упражнения: маршировка в темпе и ритме музыки, повороты, шаги по диагонали, перестроения в круг, из круга в колонну, шеренгу.

Выполнение упражнений на развитие музыкальности. Выполнение упражнений на гибкость и пластичность спины.

Контрольное задание: исполнение выученного материала по группам. Просчитать любую музыкальную фразу на 3/4, 4/4, 2/4.

Форма контроля: контрольное задание.

3. РАСТЯЖКА, ПОДКАЧКА

Теория. Строение опорно-двигательного аппарата. Расположение основных мышц и связок. Для чего необходимо их растяжение-сжатие. Задачи данной программы. Правила дыхания при исполнении упражнений.

Практика. Выполнение комплекса упражнений на артикуляцию позвоночника, подвижность лопаток и плечевого пояса.

Выполнение комплекса упражнений на закачку икроножных мышц, мышц рук, ягодиц, пресса, спины и ног.

Выполнение комплекса упражнений на развитие выносливости, выворотности и подъёма стопы.

Аэробные упражнения, прыжки на скакалке, бег.

Выполнение комплекса упражнений на раскрытие ТБС, мобильность и выворотность.

Выполнение комплекса упражнений на растяжку задней поверхности бедра, мышц голени, плечевого пояса, мышц рук и спины.

Практическое задание: выполнение комплекса практических упражнений на замер физических показателей (растяжка, выносливость, сила).

Форма контроля: практическое задание.

4. ЭЛЕМЕНТЫ НАРОДНОГО ТАНЦА У СТАНКА

Теория. Знания и навыки. Правильность исполнения элементов экзерсиса у станка. Правильность исполнения элементов экзерсиса у станка.

Практика. Исполнение элементов народного танца у станка:

- Preparation. Demi plie, grand plie по I, II, V позициях в русском характере;
- Battements tendus по I, II, V позициям и battements tendus jete из V позиции в белорусском характере;
- Исполнение Port de bras из I свободной позиции в сторону на 2 такта 4/4; 2 такта 2/4;
- Passe, подготовка к «веревочке»;
- Rond de jambe par terre en dehors et en dedans в эстонском характере;
- Положение ноги sur le cou-de-pied вперед и назад («условное», для battements fondus); Battements fondus в финском характере;
- Подготовка к Flic-flac. Техника мазка и мягкой стопы;
- Перегибание корпуса назад и в сторону (лицом к станку) в саамском характере;

- Дробные выстукивания в характере русского танца;
- Grand battements jetes с I и V позиций вперед, в сторону, назад в венгерском характере;

Контрольное исполнение изученных комбинаций по группам.

Зачет по техническому и эмоциональному исполнению изученных комбинаций по группам.

Форма контроля: зачет.

5. ЭЛЕМЕНТЫ НАРОДНОГО ТАНЦА НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА

Теория. Краски русского танца: знакомство с музыкальным материалом, костюмом, характером и видами русского танца. Правильность исполнения русских народных движений. Умение общаться с партнером в танце.

Практика. Исполнение элементов народного танца на середине зала:

- Перескоки. Боковые перескоки с ударами полупальцами в пол. Боковые перескоки с ударом каблуком впереди стоящей ноги.
- Дробь. «Ключ» одинарный (с двойной дробью). Дробная «дорожка» с продвижением вперед и с поворотом. Двойная дробь на месте, с поворотом и с продвижением вперед. Дробь «трилижник».
- «Моталочка»: с задеванием пола каблуком, с акцентом на всю стопу.
- Вращения: на подскоках с продвижением вперед по диагонали. В комбинации с движением «моталочка».
- «Молоточки». Подготовительные упражнения к «молоточкам» и «молоточки».
- Гармошка, ёлочка. Перенос веса тела с пятки на носок. Согласованная работа корпуса при перемещении гармошкой/ёлочкой.
- «Ковырялочка» без подскоков, с подскоком
- «Блинчик». Трамплинные прыжки, подготовка к «блинчику», исполнение «блинчика».

Зачет по техническому и эмоциональному исполнению изученных движений.

Форма контроля: зачет.

6. ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ КОМБИНАЦИИ

Теория. Особенности танцевального образа (испанский этюд, венгерский этюд). Костюм. Манера и характер исполнения.

Практика. Разучивание и отработка танцевальной комбинации: испанский этюд:

- Положения ног. Положения рук. Переводы рук в различные положения.
- Ходы: удлиненные шаги в полуприседании с продвижением вперед в прямом положении (женское), удлиненный шаг вперед на всю стопу в прямом положении в полуприседании, с последующими двумя переступаниями по 1-й прямой позиции на полупальцах или двумя небольшими шагами (с продвижением вперед).
- Соскоки: в 1-ю прямую позицию на всю стопу с вытянутыми коленями и в полуприседание, в 1-ю, 4-ю прямые и 5-ю свободную позиции на полупальцы в полуприседание.
- Удлиненный шаг в сторону с последующими двумя переступаниями по 5-й свободной позиции в полуприседании (pas balance) со скользящим подведением другой ноги сзади, с поворотом корпуса и с руками.

Разучивание и отработка танцевальной комбинации: венгерский этюд:

- Положения ног. Положения и движения рук (восьмерка). Шаги: пружинистый, боковой, ход с каблука, перекрестный. «Ключ» – удар каблуками а) одинарный, б) двойной. Заключение (усложненный «ключ»): а) одинарное, б) двойное.
- Шаг в сторону с двумя переступаниями (pas balance). Перебор – три переступания на месте с открыванием ноги. «Веревочка» на месте, с продвижением назад и в повороте.

Развертывание ноги (battements developpe) вперед и в полуприседании: а) с последующими шагами, б) с шагом на полупальцы и подведением другой ноги сзади.

– «Голубец»: а) простой с подгибанием ноги в сторону, б) в прыжке с двойными ударами по 1-й прямой позиции.

Выступление на концерте с выученными этюдами.

Форма контроля: выступление на концерте.

7. РЕПЕТИЦИОННО-ПОСТАНОВОЧНАЯ РАБОТА

Теория. Итальянский народный танец – комбинации, этюды и танцы в характере итальянского народного танца (Тарантелла).

Практика. Постановка номера: изучение хореографии и рисунков итальянского танца; разбор и разучивание базовых элементов народного танца; изучение рисунков танца (линии, круги, спирали и т.д.); работа над сложными комбинациями и связками (в т.ч. индивидуальная работа с участниками коллектива); отработка синхронности и точности исполнения; повторение ключевых связок и комбинаций; адаптация движений к условиям выступления; работа в костюмах и с реквизитом; анализ и исправление ошибок, в т.ч. с помощью видеозаписей; проверка готовности к показу; отработка выхода на сцену и поклонов.

Репетиция: отработка элементов народного танца, исправление ошибок; работа над техникой исполнения движений; развитие творческого мышления и способности к самовыражению через танец; создание собственных танцевальных комбинаций; анализ и интерпретация музыкального сопровождения; использование различных музыкальных инструментов и звуковых эффектов; синхронизация движений с музыкой; работа над сложными комбинациями и связками; проведение мини-выступлений, обкатка номера; актерская составляющая, работа с эмоциями; работа над ошибками; отработка номера.

Выступление на отчётном концерте.

Форма контроля: выступление на концерте.

8. КОНТРОЛЬНЫЕ И ИТОГОВЫЕ ЗАНЯТИЯ

Практика.

Промежуточная аттестация за 1 полугодие: контрольное занятие – показ всего изученного материала в малых группах.

Итоговый контроль: открытое занятие – показ изученной программы.

Отчетное выступление, подведение итогов работы по программе.

МЕТОДИЧЕСКИЕ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Технологии, приемы и методы организации образовательного процесса.

Обучение по общеразвивающей программе «Народно-сценический танец» основывается на следующих педагогических **принципах**:

- принцип систематичности и последовательности в практическом овладении техниками хореографии;
- принцип движения «от простого к сложному» (постепенное усложнение упражнений и заданий);
- принцип постепенности в развитии танцевальных возможностей учащихся;
- принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения (практический показ движений педагогом);
- принцип доступности и индивидуального подхода в обучении, учитывающий возрастные особенности и возможности учащегося (определение посильных заданий для каждого учащегося).

Для достижения поставленных задач используются следующие группы **методов**:

- по источнику получения знаний: наглядно-зрительные и наглядно-слуховые: демонстрация наглядных пособий и иллюстраций, фотографий, видеофильмов;
 - словесные: рассказ, беседа, объяснение, пояснение, анализ полученной информации;
 - практические: практические задания и работы;
- по характеру познавательной деятельности учащихся:
- репродуктивный метод (объяснение нового материала, на основе пройденного).

При обучении используются следующие педагогические **технологии**:

- групповые технологии (одновременная работа со всей группой, с малыми группами, работа в парах, групповая работа на принципах дифференциации);
- игровые технологии как форма активного обучения используются как для практического освоения материала, так и на итоговых занятиях. Игры рассматривают как приём обучения, направленный на формирование внутренней мотивации, моделирование действительности. При этом игровая технология позволяет создать условия для формирования всех четырёх компонентов содержания образования: знаний, умений, опыта творческой деятельности и опыта эмоционально-ценностного отношения к миру;
- личностно-ориентированный подход (обращение к опыту учащегося, то есть к опыту его собственной жизнедеятельности, личностным особенностям; признание самобытности и уникальности каждого учащегося, создание условий для достижения успеха через участие в фестивалях, концертах);
- дифференциация и индивидуализация для развития навыков творческой работы учащихся на различных этапах обучения, что позволяет достигать более высоких результатов в обучении танцам;
- здоровьесберегающие технологии (сохранение и укрепление здоровья учащихся, соответствие содержания организации обучения возрастным особенностям учащихся, формирование правильной осанки, формирование ответственности за свое здоровье).
- информационные технологии (на занятиях педагог использует компьютер, проектор и экран как наглядное пособие для показа презентаций, фотографий, фильмов).

Методические материалы

Дидактические средства

Демонстрационный, наглядный, иллюстративный материал:

- подборка фотографий правильного положения корпуса и позвоночного столба,
- подборка фотографий правильного исполнения основных элементов классического и народного танцев,
- подборка рисунков региональных костюмов народов России.

Электронные образовательные ресурсы:

- презентация «Великие мастера Pas»,
- фонотека музыкальных произведений для занятий, импровизационных композиций, постановок.

Информационные источники

Список литературы для педагогов:

1. Барышникова, Т. К. Азбука хореографии / Т. К. Барышникова. – Москва : Айрис-Пресс, 1999. – 262 с.
2. Бочаров, А. И. Основы характерного танца / А. И. Бочаров, А. В. Лопухов, А. В. Ширяев. – Москва : Искусство, 1939. – 188 с.
3. Бриске И.Э. Народно-сценический танец и методика его преподавания / И.Э. Бриске. – Ч. : ЧГАКИ, 2007. – 93 с. Ваганова А.Я. «Основы классического танца» М., Л., 2001 г.
4. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала: Учеб. пособие для студ. вузов культуры и искусств. / Г.П. Гусев. – М. : Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. – 208 с.
5. Климов А.А. Основы русского народного танца. Учебник для студентов хореограф. отд., балетмейст. ф-тов театр. ин-тов и учащихся хореограф. училищ / А.А. Климов. – М : Искусство, 1981. – 270 с.
6. Колодницкий, Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей / Г.А. Колодницкий. – Учебно-метод. пос.. – Москва : Гном-Пресс, 2000. – 236 с.
7. Лопухов А.В. Основы характерного танца. 4-е изд / А.В. Лопухов, А.В. Ширяев, А.И. Бочаров. – СПб : Лань, Планета Музыки, 2010. – 344 с.
8. Матвеев, В. Ф. Русский народный танец. Теория и методика преподавания : учебное пособие / В. Ф. Матвеев. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Планета музыки, 2013. — 256 с.
9. Народно сценический танец / К. Зацепина, А. Климов, К. Рихтер, Н. Толстая. – Москва : "Искусство", 1976. – 225 с.
10. Тарасов Н. И. Классический танец, школа мужского исполнительства / Н. И. Тарасов. – СПб : Лань, 2017. – 512 с.
11. Ткаченко, Т.С. Народный танец / Т.С. Ткаченко. – Москва : Искусство, 1995. – 352 с.
12. Устинова, Т. А. Избранные русские народные танцы / Т. А. Устинова; — Москва : Искусство, Реклам.-изд. центр "САМПО", 1996. — 592 с.

Список литературы для учащихся и родителей:

1. Александрова Н.А. Балет. Танец. Хореография: Краткий словарь танцевальных терминов и понятий / Н.А. Александрова. – Санкт-Петербург : Планета музыки, 2011. – 624 с. Баглай В.Е. Этническая хореография народов мира. – Ростов н/Д.: Феникс, 2007. – 405 с.
2. Есаулов И.Г. Народно-сценический танец: Учебное пособие. — 2-е изд., / И.Г. Есаулов, К.А. Есаулова. – СПб : Лань; Планета Музыки, 2014. – 208 с.
3. Лопухов, А. В. Основы характеристического танца / А. В. Лопухов, А. В. Ширяев, А. И. Бочаров. – Санкт-Петербург : издательство ПЛАНЕТА МУЗЫКИ; издательство Лань, 2010. – 344 с.
4. Цорн, А.Я. Грамматика танцевального искусства и хореографии/ А.Я. Цорн. – 2-е изд., испр. – Санкт-Петербург : Планета музыки, 2011. – 544 с.

Интернет-источники которые можно рекомендовать детям, родителям и педагогам, преподающим народно-сценический танец:

1. Информационный портал для педагогов по хореографии : сайт. – 2009-2022. – URL: <https://www.horeograf.com/> – Режим доступа: свободный. – Текст : электронный.
2. Хореографический ресурс : сайт . – Новосибирск, 2020. – URL: <https://choreoresour.ru/> – Режим доступа: свободный. – Текст : электронный.
3. Хореографу в помощь! : сайт. – URL: <https://www.dancehelp.ru/> – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся: входной и текущий контроль, промежуточная аттестация и итоговый контроль (итоговое оценивание).

Входной контроль проводится на начальном этапе формирования коллектива (сентябрь первого года обучения) с целью определения начального уровня образовательных возможностей обучающихся при поступлении. Входной контроль проводится в форме практического задания (учащиеся выполняют практические упражнения на определение специальных и физических данных и сформированности хореографических умений) и опроса.

Входной контроль в форме просмотра и собеседования также проводится для детей, которые принимаются в учебную группу на вакантные места.

Текущий контроль осуществляется на занятиях в течение всего учебного года для отслеживания уровня и качества освоения учебного материала программы по итогам окончания разделов программы в следующих формах: практическое задание, опрос, практическое задание, зачет по техническому и эмоциональному исполнению изученных движений, выступление на концерте. Отслеживание достигнутых учащимися результатов осуществляется *методом педагогического наблюдения* и отражается педагогом в оценочных бланках, карте диагностики предметных результатов (в Портфолио достижений учащихся).

Промежуточная аттестация проводится в середине учебного года (как провалило, в декабре) и в конце 1 года обучения (как провалило, в мае) в целях изучения динамики освоения предметного содержания, личностного развития, взаимоотношений в коллективе. Промежуточная аттестация проводится в форме показа изученного материала.

Итоговый контроль (итоговое оценивание) проводится по завершению всего периода обучения в конце 2 года (как правило, в мае) для оценки уровня и качества освоения учащимися программы. Итоговый контроль проводится в форме показа изученной программы на открытом занятии или отчетного выступления.

Отслеживание метапредметных и личностных результатов учащихся в ходе освоения и по результатам освоения программы осуществляется методом педагогического наблюдения в ходе совместной репетиционно-постановочной деятельности, выступлений и участия в конкурсных мероприятиях, а также выполнения практических заданий. Результаты фиксируются в карте наблюдений «Метапредметные и личностные результаты».

Все результаты отражаются в информационной карте «Уровень освоения учащимися программы “Народно-сценический танец”».

ФОРМЫ ВЫЯВЛЕНИЯ, ФИКСАЦИИ И ПРЕДЪЯВЛЕНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА

уровень освоения учащимися программы «Народно-сценический танец»

за полугодие 20 /20/ учебного года

Педагог дополнительного образования: _____, группа № _____

№ п/п	Фамилия, имя учащегося	Результаты обучения по программе			Средний балл	Уровень освоения программы (начальный/ средний/ высокий)
		Предметные результаты	Метапредметные результаты	Результаты личностного развития учащихся		
1.						
...						

Уровень освоения программы определяется исходя из среднего балла результатов обучения по программе:

Начальный уровень – от 1 до 1,4 балла

Средний уровень – от 1,5 до 2,4 баллов

Высокий уровень – от 2,5 до 3 баллов

Информационная карта участия и результативности учащихся в конкурсных мероприятиях

Образовательная программа «Народно-сценический танец»

за _____ полугодие 20____/20____ учебного года

Педагог дополнительного образования: _____, группа № _____

№ п/ п	Фамилия, имя учащегося	На уровне учреждения			На уровне района			На уровне города			На международном и всероссийском уровне			Итого баллов
		Участие (выступление)	Призер, дипломант	Победитель, лауреат	Участие (выступление)	Призер, дипломант	Победитель, лауреат	Участие (выступление)	Призер, дипломант	Победитель, лауреат	Участие (выступление)	Призер, дипломант	Победитель, лауреат	
		1 б	2 б	3 б	2 б	3 б	4 б	3 б	4 б	5 б	4 б	5 б	6 б	
1.														
...														
Общая сумма баллов по группе:														