

**УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ «МУХОРШИБИРСКИЙ РАЙОН»
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ»**

Принята на заседании
педагогического совета
Протокол №1
от «01» сентября 2026г



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
художественной направленности
«Корольки»**

Возраст детей: 7-17 лет

Срок реализации: 5 лет (72ч+144ч+216ч+216ч+144ч)

Разработчик: Добрынина Александра Сергеевна, педагог дополнительного образования

у. Мухоршибирь, 2026 г.

№	ПАСПОРТ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	
Титульный лист		
1	Образовательное учреждение	МБОУ ДО «Центр дополнительного образования»
2	СОГЛАСОВАНО:	Протокол №1 от «10» сентября 2024г.
3	УТВЕРЖДАЮ:	Директор МБОУ ДО ЦДО Е.А. Хохлова
4	ДОП, Название	«Корольки», творческое хореографическое объединение, русский народный танец
5	Направленность ДОП	Художественная
6	Охват по возрасту детей:	7 – 17 лет
7	Срок реализации:	5 лет
8	Автор- разработчик, ФИО, должность	Добрынина Александра Сергеевна, педагог дополнительного образования
9	Территория, год	с. Мухоршибирь, с. Мухоршибирь, 2026г.
I. Основные характеристики программы		
I-1. Пояснительная записка		
1.1	Название ДОП	«Корольки», творческое хореографическое объединение, русский народный танец
	Тип программы	Модифицированная программа
	Направленность	Художественная
1.2	Актуальность	Заключается в формировании целостной, духовно - нравственной, гармонично развитой личности, сохранении и развитии национально-культурных традиций, пробуждении мотивации занятием народным танцем, раскрытии индивидуальных творческих способностей, развитии творческой инициативы, приобщении к концертным выступлениям, способствующих положительной самооценке, а главное в сохранении и укреплении здоровья.
1.3	Отличительные особенности ДОП	Отличительной особенностью программы является комплексность. Комплекс хореографических дисциплин объединен общей целью, единым подходом к содержанию, организации, результатом педагогической деятельности по двум образовательным модулям: «Основы русского народного танца», а также работа в фольклорном (региональном) направлении. Не менее важной, особенностью данной программы является - возрождение традиционной русской культуры и сохранение региональных истоков. Во время занятий обучающиеся получают представление о танцевальном искусстве, узнают об истории танца, музыки, костюма республики Бурятия, расширяют свой кругозор.
1.4	Педагогическая целесообразность:	Педагогической целесообразностью данной программы является возможность использования познавательных и воспитательных задач, которые способствуют формированию и развитию у

		обучающихся творческих способностей, чувства прекрасного, эстетического вкуса, нравственности, гуманизма.
1.5	Цель программы	Развитие творческих способностей детей, посредством формирования знаний и практических навыков в области русского народного танца.
1.6	Задачи: обучение, воспитание, развитие детей	Обучающие: - формировать определенные знания и умения в области народного танца; - знать и уметь пользоваться терминологией народного танца; - обучать необходимым теоретическим и практическим знаниям, умениям и навыкам; - расширять знания в области хореографического искусства; - изучать танцевальные элементы народного танца; - научить передавать характер и сценическую манеру исполнения народного танца; - удовлетворять познавательные интересы обучающихся, приобщая их к истокам народного творчества. Воспитательные: - воспитывать стремление к познанию и творчеству; - воспитывать культуру общения и взаимодействия в учебной и воспитательной деятельности; - воспитывать чувства дружбы, товарищества и взаимовыручки; - воспитывать трудолюбие, дисциплинированность, самостоятельность, навыки общения в коллективе; - воспитывать художественный вкус, эмоционально-ценностное отношение к искусству; - приобщать к истокам народной культуры с учетом регионального компонента; - адаптировать к современной жизни на основе общей культуры, знаний, навыков. Развивающие: - развивать мотивацию на творческую деятельность; - укреплять опорно-двигательный аппарат и мышцы; - развивать танцевальные данные (выворотность, гибкость, прыжки, шаги, устойчивость, координация); - развивать силу мышц, выносливость, навыки координации движений, музыкальные способности; - развивать координацию движений и технику исполнения; - развивать точность и внимание в исполнении движений; - совершенствовать пространственную ориентировку; - способствовать реализации творческого самовыражения; - развивать психофизические особенности, способствующие успешной самореализации; - развивать артистизм и индивидуальные возможности детей; - развивать эмоционально-волевые качества; - развивать умения коллективной и творческой деятельности.
1.7	Возраст обучающихся, согласно дифференциации	7-8 лет 9-10 лет 10-12 лет 13-14 лет

		15-17 лет
1.9	Формы занятий	Групповые, индивидуальные
I-2. Объём программы		
2.1	Объём программы (кол-во час. на весь период обучения)	1 год обучения - 72 часа, 2 год - 144 часа 3 год - 216 часов 4 год – 216 часов 5 год – 144 часа
2.2	Срок реализации ДОП(кол. недель, мес., лет)	5 лет
2.3	Режим занятий (ск.раз в нед., всего по годам обучения)	1 год обучения - 2 раза по 1 часу в неделю, 2 год обучения - 2 раза по 2 часа в неделю, 3 год обучения - 3 раза по 2 часа в неделю, 4 год обучения – 3 раза по 2 часа в неделю, 5 год обучения – 2 раза по 2 часа в неделю. После 45 минут занятий 10-ти минутные перерывы.
I-3. Планируемые результаты		
3.1	Планируемые результаты (ЗУН):	знать: - первичные сведения об истории хореографического искусства; - основные позиции и положения рук и ног, головы и корпуса; - экзерсис народного танца; - терминологию танцевальных элементов изученных по программе; - правила самостоятельной и коллективной работы; уметь: - владеть своим мышечным аппаратом; - владеть навыками координации движения; - эмоционально и выразительно исполнять элементы на середине зала; - воспринимать движение, как символ прекрасного, свободного способа самовыражения; - владеть навыками вариативного мышления и самовыражения; - создавать танцевальные образы в этюдах; - проявлять артистизм; - анализировать свою работу и работу других обучающихся; - использовать полученные знания, умения и навыки в социальной среде. исполнять: - танцевальные комбинации на середине зала с использованием координационных движений в русском характере; - танцевальную композицию.
3.2	Способы и формы проверки результатов (система оценочных средств, мониторинг эффективности)	Формы контроля 1. Вводный. Начало учебного года. Диагностика персональных, физических данных в соответствии с требованиями хореографии, испытание. По итогам первичной диагностики дети могут быть приняты в группы второго и следующих годов обучения. А также возможен досрочный перевод обучающихся на следующий год обучения по результатам диагностики и аттестации. Отбор детей

	ДОП)	проводится в форме творческих заданий, позволяющих определить музыкальноритмические и координационные способности ребёнка, а также его физические и пластические данные. 2. Текущий. В течение всего учебного года. Контрольное занятие, показ. Концертная деятельность, открытое занятие в присутствии родителей 3. Итоговый. В конце учебного года. Отчетный концерт, показ, конкурс, фестиваль Курс считается усвоенным при условии качественного выполнения 80% текущих и тематических заданий учебной деятельности учащимися. Мониторинг оценки результатов качества усвоения программного материала и учебной деятельности учащихся проводится с целью выявления уровня усвоения учащимися программного материала, соответствие прогнозируемым результатам программы и позволяет проанализировать уровень усвоения знаний, умений, навыков, определить уровень развития индивидуальных творческих способностей
II. Содержание программы		
2.1. Учебно – тематический план		
	Перечень разделов, тем, всего час, практические теоретические занятия, форма контроля по годам обучения	1 год обучения 72 часа всего, 35 теория, 37 практика Вводный урок. Техника безопасности Антитеррористическая безопасность Экзерсис на середине зала (комплекс упражнений для первоначальной хореографической подготовки и развития танцевальных способностей). Танцевальные шаги и ходы. Бег и подскоки. Группа «Allegro». Portdebras. Упражнения на ориентировку в пространстве. Вращения. Хлопки и хлопушки. Присядки. Повторение пройденного материала за год 2 год обучения 144 часа всего, 35 теория, 109 практика Вводный урок. Техника безопасности Антитеррористическая безопасность Экзерсис на середине зала (комплекс упражнений для первоначальной хореографической подготовки и развития танцевальных способностей). Танцевальные шаги и ходы Дроби Группа «Allegro». Portdebras. Упражнения на ориентировку в пространстве. Вращения. Присядки. Постановочная работа Повторение пройденного материала за год 3 год обучения 216 часов всего 52 теория, 164 практика

		Вводный урок. Техника безопасности Антитеррористическая безопасность Экзерсис на середине зала (комплекс упражнений для первоначальной хореографической подготовки и развития танцевальных способностей). Танцевальные шаги и ходы. Группа «Allegro». Упражнения на ориентировку в пространстве. Вращения. Хоровод. Постановочная работа Повторение пройденного материала 4 год обучения 216 часов всего 52 теория, 164 практика Вводный урок. Техника безопасности Антитеррористическая безопасность Экзерсис на середине зала (комплекс упражнений для первоначальной хореографической подготовки и развития танцевальных способностей). Танцевальные шаги и ходы. Группа «Allegro». Упражнения на ориентировку в пространстве. Вращения. Хоровод. Постановочная работа Повторение пройденного материала 5 год обучения 144 часа всего 35 теория 109 практика Вводный урок. Техника безопасности Антитеррористическая безопасность Экзерсис на середине зала (комплекс упражнений для первоначальной хореографической подготовки и развития танцевальных способностей). Вращения Прыжки Дроби Кадриль Пляски по кругу Постановочная работа Повторение пройденного материала
2.2. Содержание тем по годам		
2.2.1	Основные понятия курса	Поклон, позиции рук, позиции ног, шаг, притоп, подскок, дробь, ключ, припадание, хоровод..
2.2.2	Краткое описание теоретических и практических аспектов по разделам УТП	Содержание деятельности 1 года обучения Модуль "Введение и техника безопасности" Тема 1. Вводное занятие. Техника безопасности в зале хореографии. Тема 2. Антитеррористическая безопасность. Модуль "Экзерсис на середине зала " Тема 1. Правильная постановка корпуса. Правильное положение корпуса (рук, ног, плеч, спины, головы на занятиях хореографией Тема 2. Правильная постановка корпуса. Как правильно держать корпус при выполнении различных движений Тема 3. Основные позиции рук: подготовительное положение рук,

	1 позиция рук, 2 позиция рук, 3 позиция рук <i>Тема 4.</i> Правильное положение пальцев в кисти руки. Основные позиции 4, 5, 6, 7 позиции рук, характерные для народно-сценического танца. Аналогия с «классическими» руками и «народными» руками <i>Тема 5.</i> Позиции и положения ног. - 5 позиций ног: - прямые позиции ног (1-5); - свободные позиции ног (1-5); - два скрещенных положения ног <i>Тема 6.</i> Подготовка к выполнению движений. Умение учащихся раскрывать и закрывать одну, две руки, выводя их из подготовительного положения через первую позицию <i>Тема 7.</i> Раскрывание и закрывание одной руки, с поворотом головы. <i>Тема 8.</i> Поочерёдное раскрывание рук. Переводы рук в различные положения <i>Тема 9.</i> Поклоны на месте с добавлением движений рук без продвижения. <i>Тема 10.</i> Поклоны на месте с добавлением движений рук с продвижением и без продвижения. <i>Тема 11.</i> Повороты головы: направо, налево, круговые. Наклоны головы: вперёд, назад, в сторону с различной амплитудой <i>Тема 12.</i> Движения головой. Разновидности движений и наклонов головы. <i>Тема 13.</i> Подъём и опускание плеч: движения плеч наверх, вниз по одному и вместе; вращательные движения плечами вперёд, назад по одному плечу и двумя плечами вместе <i>Тема 14.</i> Разновидности движений плеч <i>Тема 15.</i> Подъём на высокие полупальцы на двух ногах (relevés) по всем выворотным позициям ног <i>Тема 16.</i> Подъём на полупальцы на двух ногах, поочерёдно (подготовка к движению «штопор»). Движение «штопор». <i>Тема 17.</i> Plies (приседания) - demiplies по всем позициям ног <i>Тема 18.</i> Plies. - grandplies по всем позициям ног <i>Тема 19.</i> Battementstendus (упражнение для развития подвижности стопы): - упражнения для развития подвижности стопы по всем направлениям <i>Тема 20.</i> Разновидности Battementstendus: - по третьей свободной позиции; - с работой стопы «носок-каблук-носок». <i>Тема 21.</i> Passe. Упражнения для развития подвижности коленного сустава: - положение рабочей ноги у колена опорной; - перевод рабочей ноги через колено опорной ноги вперёд, назад <i>Тема 22.</i> Упражнения для развития подвижности коленного сустава: - «косыночка» <i>Тема 23.</i> Упражнения для развития подвижности коленного
--	---

	сустава: - «косыночки» на месте и с продвижением <i>Тема 24. Упражнения для развития подвижности коленного сустава:</i> - подготовка к «верёвочке». <i>Тема 25. Движение «Ковырялочка»:</i> - с одинарным притопом; - с двойным притопом. <i>Тема 26. Движение «Ковырялочка»:</i> - с тройным притопом <i>Тема 27. Упражнения на развитие выворотности голеностопного, коленного, тазобедренного суставов</i> <i>Тема 28. Повторение всего пройденного комплекса упражнений</i> Модуль "Танцевальные шаги и ходы" <i>Тема 1. Простые танцевальные шаги:</i> - простой бытовой шаг вперёд с каблука; - простой танцевальный шаг с носка <i>Тема 2. Простые танцевальные шаги:</i> - шаги назад через полупальцы на всю стопу, - шаги на полупальцах, на пятках; - шаги на внешних и внутренних ребрах стоп <i>Тема 3. Простые танцевальные шаги:</i> - шаги с притопом вперёд и назад. <i>Тема 4. Простые танцевальные шаги:</i> - «ёлочка», «гармошка». <i>Тема 5. Простые танцевальные шаги:</i> - «припадание» вправо и влево по третьей свободной позиции. <i>Тема 6. Простые танцевальные шаги:</i> - «припадание» вперёд и назад по первой прямой позиции. <i>Тема 7. Проверка изученности всех шагов и ходов</i> Модуль "Бег и подскоки" <i>Тема 1. Простые беги и подскоки:</i> - простой бег на месте с высоким подъёмом колена вперёд. <i>Тема 2. Простые беги и подскоки:</i> - простой бег на месте с поджатыми «под себя» ногами и вытянутой стопой. <i>Тема 3. Простые беги и подскоки:</i> - простой бег на месте с вытянутыми ногами с выбросом ноги вперёд, в стороны, назад <i>Тема 4. Простые беги и подскоки:</i> - простой бег с продвижением вперёд и назад <i>Тема 5. Простые беги и подскоки:</i> - «тройной бег» на месте и с продвижением <i>Тема 6. Простые беги и подскоки:</i> - «галоп» вправо, влево, вокруг себя <i>Тема 7. Простые беги и подскоки:</i> - «галоп» вправо, влево с притопом <i>Тема 8. Простые беги и подскоки:</i> - подскоки на месте. <i>Тема 9. Простые беги и подскоки:</i> - подскоки с продвижением вперёд, назад и вокруг себя <i>Тема 10. Повторение изученного материала</i>
--	--

		Модуль "Allegro" <i>Тема 1. Tempslevésauté по первой прямой позиции ног</i> <i>Тема 2. «Разножки» в сторону</i> <i>Тема 3. «Разножки» в сторону, вперёд-назад</i> <i>Тема 4. Прыжки с поджатыми под себя ногами по первой прямой позиции ног</i> <i>Тема 5. Прыжки с поджатыми под себя ногами по первой прямой позиции ног на месте и с продвижением по направлениям</i> <i>Тема 6. Повторение изученных прыжков</i> Модуль "Portdebras" <i>Тема 1. Первоначальное обучение движения «Portdebras» - переводы рук из позиции в позицию.</i> <i>Тема 2. Обучение движения «Portdebras» - переводы рук из позиции в позицию. Подготовительное «Portdebras».</i> <i>Тема 3. Обучение движения «Portdebras» - переводы рук из позиции в позицию. Первое «Portdebras».</i> <i>Тема 4. Обучение движения «Portdebras» - переводы рук из позиции в позицию. Второе «Portdebras».</i> <i>Тема 5. Первоначальное обучение движения «Portdebras» - наклоны корпуса вперёд, в стороны, назад.</i> <i>Тема 6. Закрепление движения «Portdebras». Одновременное исполнение движений рук, головы, корпуса</i> <i>Тема 7. Portdebras. Движения рук, наклоны и перегибы корпуса. Повторение изученного</i> Модуль "Упражнения на ориентировку в пространстве. Вращения" <i>Тема 1. Знакомство учащихся с точками в танцевальном зале (1 – 8).</i> <i>Тема 2. Знакомство учащихся с навыком «держат точку»</i> <i>Тема 3. Отработка с учащимися навыка «держат точку».</i> <i>Тема 4. Повороты вправо и влево на месте. Навык «держат точку».</i> <i>Тема 5. Повороты вправо и влево с продвижением по диагонали с навыком «держат точку».</i> <i>Тема 6. Вращения по диагонали «Циркуль», «Shenes».</i> Модуль "Хлопки и хлопучки" <i>Тема 1. Хлопки одинарные, двойные, тройные, скользящие на сильные и слабые доли музыкального сопровождения</i> <i>Тема 2. Хлопки по бедру, по «голенищу сапога» на сильные и слабые доли музыкального сопровождения</i> Модуль "Присядки" <i>Тема 1. Подготовка к присядкам (плавное и резкое приседание вниз по 3 и 6 позициям ног)</i> <i>Тема 2. Присядка «мячик», присядка с вынесением одной ноги на каблук вперёд и в сторону</i> Модуль "Повторение пройденного за год материала" <i>Тема 1, 2. Отработка всего пройденного материала за год. Умение выполнять движения и танцевальные комбинации. Чистота и амплитудность выполнения</i> Содержание деятельности 2 года обучения Модуль "Введение и техника безопасности"
--	--	---

		Тема 1. Вводное занятие. Техника безопасности в зале хореографии. Тема 2. Антитеррористическая безопасность. Модуль "Экзерсис на середине зала" Тема 1. Правильная постановка корпуса на занятиях хореографией. Понятие «arabesque». Положение корпуса: спина, ноги, руки, плечи, мышцы. Тема 2. Основные позиции рук: - подготовительное положение рук, - 1 позиция рук; - 2 позиция рук; - 3 позиция рук. Определённый разворот кисти руки в хореографии: (правильное положение пальцев в кисти руки) Тема 3. Подъём на высокие полупальцы по всем выворотным позициям ног. Попеременное relevés, «штопор» Тема 4. Demi, grandplies по 1, 2, 3, 4, 5, 6-позициям ног. Резкие и плавные demi, grandplies по всем позициям ног народного танца в танцевальных комбинациях Тема 5. Выведение вытянутой стопы по всем направлениям (вперёд, в сторону, назад) по всем музыкальным раскладкам. Разновидности battementsнародно-сценического танца (с demiplies, с выведением рабочей ноги «носок-каблук-носок», «каблучная» и т.д.) Тема 6. Маленькие броски рабочей ногой по всем направлениям (вперёд, в сторону, назад), по 1, 5 выворотным позициям ног по всем музыкальным раскладкам. Разновидности: - маленькие броски вперёд, в сторону, назад по 1,3,5 выворотным позициям ног; - с одним ударом стопой в позиции через demiplies; - с коротким ударом по полу носком или ребром каблука работающей ноги; - с demiplies на опорной ноге Тема 7. Подъём рабочей ноги до колена опорной: - перевод рабочей ноги вперёд, назад через колено опорной ноги. - скольжение рабочей ноги по колену опорной: - в открытом положении на всей стопе, - в открытом положении с проскальзыванием по полу, на опорной ноге, на всей стопе и на полупальцах Тема 8. Подъём натянутой ноги на 90 вперёд, в сторону, назад по 1 и 5 позициям ног, по всем музыкальным раскладкам. - подъём натянутой ноги на 90 вперёд, в сторону, назад по 1 и 5 позициям ног, по всем музыкальным раскладкам, - battementsdeveloped – развёртывание колена работающей ноги на 45 вперёд, в сторону, назад с demiplies Тема 9. Grandbattementjetes по 1, 5 позициям ног вперёд, в сторону, назад по всем музыкальным раскладкам Тема 10. Растяжка с положением работающей ноги на станке с выполнением demi, grandplies на опорной ноге, на всей стопе и на полупальцах,
--	--	---

	- с использованием portdebras; - растяжка на «шпагат»; - упражнения на развитие танцевального шага <i>Тема 11.</i> Танцевальная комбинация plies, построенная на материале народно-сценического танца с выполнением задач demi, grandplies <i>Тема 12.</i> Танцевальная комбинация «Battementstendus», построенная на материале народно-сценического танца: - скольжение натянутой стопы рабочей ноги по полу; - выведение рабочей ноги на каблук из 3 и 5 позиций вперёд, в сторону, назад; - battements tendusc demi plies на опорной ноге; - battementstendus с demiplies в исходной позиции; - выведение рабочей ноги на «носок-каблук-носок» по 3 и 5 позициям ног вперёд, назад, в сторону; - battementstendus с demiplies в момент перевода работающей ноги на каблук; - battementstendus с demiplies при переводе работающей ноги на каблук и возвращении в исходную позицию <i>Тема 13.</i> Разучивание passes, retires: - скольжение работающей ноги по опорной ноге, с продвижением назад и вперёд («косыночки» - подготовка к «верёвочке»); - простая «верёвочка» <i>Тема 14.</i> Разучивание разновидностей «верёвочки»: - простая «верёвочка» с поочерёдными переступаниями; - с двойным ударом сзади; - с выходом на каблук; - с ударом по второй позиции <i>Тема 15.</i> Разучивание разновидностей «ковырялочка»: - «ковырялочка» с двойным притопом; - «ковырялочка» с тройным притопом; - «ковырялочка» на прыжке; - «ковырялочка» с подскоками <i>Тема 16.</i> Разучивание разновидностей «молоточков»: - удары подушечкой работающей ноги об пол, - поочерёдные удары подушечкой стопы сзади, - поочерёдные удары подушечкой стопы в сторону с разворотом корпуса. <i>Тема 17.</i> Разучивание разновидностей «моталочки»: - «моталочки» вперёд-назад правой и левой ногами, - «моталочки» с задеванием пола каблуком, - «моталочки» с акцентом на всю стопу, - «моталочки» с задеванием пола полупальцами, - «моталочки» с задеванием пола поочерёдно каблуком и полупальцами <i>Тема 18.</i> Разучивание разновидностей партерных растяжек: - упражнения на развитие голеностопного, коленного, тазобедренного суставов; - упражнения на развитие выворотности; - упражнения на развитие гибкости; - упражнения на развитие танцевального шага; - упражнения на развитие силы пресса. Модуль "Танцевальные шаги и ходы"
--	--

		<i>Тема 1.</i> Разучивание разновидностей танцевальных шагов и ходов: - «шаркающий шаг» каблуком по полу; - «шаркающий шаг» полупальцами по полу; - «переменный шаг» с притопом и продвижением вперёд, назад <i>Тема 2.</i> Разучивание разновидностей танцевальных шагов и ходов: - «переменный шаг» с фиксацией одной ноги возле колена другой с продвижением вперёд, назад; - боковое «припадание» с двойным ударом полупальцами сзади; - боковое «припадание» с двойным ударом полупальцами спереди. Модуль "Дробь" <i>Тема 1.</i> Разучивание разновидностей танцевальных дробей: - одинарные дробь; - двойные дробь; - тройные дробь (с работой пятки опорной ноги); - удары на месте и с продвижением <i>Тема 2.</i> Разучивание разновидностей танцевальных дробей: - простые дробь на полупальцах; - простые дробь с ударом всей стопой. <i>Тема 3.</i> Разучивание разновидностей танцевальных дробей: - дробные дорожки с выстукиванием полупальцами и всей стопой на месте и с продвижением <i>Тема 4.</i> Повторение изученных дробей Модуль «Хлопки и хлопущки» <i>Тема 1.</i> Разучивание разновидностей танцевальных хлопков и хлопущек: - удары по голенищу сапога спереди и сзади с продвижением вперёд и назад и в сторону, - фиксирующие и скользящие удары по подошве сапога, по груди, по полу, - поочерёдные удары по голенищу сапога спереди и сзади, - поочерёдные удары по голенищу сапога спереди крест-накрест Модуль "Allegro" <i>Тема 1.</i> Разучивание разновидностей танцевальных прыжков: - прыжки на двух ногах с натянутыми ногами по 1 прямой позиции ног; - «разножки» в сторону и вперёд; - прыжки «с поджатыми» с двух ног. Модуль "Portdebras" <i>Тема 1.</i> Portdebras вперёд, в сторону, назад. Наклоны и перегибы корпуса в сторону и назад лицом к станку, в дальнейшем – одной рукой за станок, добавляя работу рук, повороты головы <i>Тема 1.</i> Различные переводы рук из позиции в позицию, - подготовительное, 1, 2, 3 portdebras <i>Тема 2.</i> - Движения одной рукой в координации с движением ноги, - движения двумя руками в координации с движениями ног, - наклоны и перегибы корпуса в координации с движениями рук Модуль "Упражнения на ориентировку в пространстве. Вращения" <i>Тема 1.</i> Отработка навыка «держать точку», повороты на месте <i>Тема 2.</i> Повороты на месте на полупальцах, - повороты на месте на каблуках <i>Тема 3.</i> Повороты по второй прямой позиции («цикуль») с
--	--	---

	продвижением по диагонали в медленном темпе Модуль "Присядки" <i>Тема 1. Разучивание разновидностей танцевальных присядок:</i> - присядка с выбрасыванием работающей ноги на ребро каблука вперёд и в сторону по 1 прямой и в открытой позиции; - присядка с выбрасыванием ноги на воздух вперёд и в сторону; - присядки с выбрасыванием ноги на каблук и на воздух на месте и с продвижением Модуль "Постановочная работа" <i>Тема 1-36. Отработка танцев</i> Модуль "Повторение пройденного материала за год" <i>Тема 1-2. Отработка всего пройденного материала за год</i> Содержание деятельности 3 года обучения Модуль "Введение и техника безопасности" <i>Тема 1. Вводное занятие. Техника безопасности в зале хореографии.</i> <i>Тема 2. Антитеррористическая безопасность.</i> Модуль «Экзерсис на середине зала» <i>Тема 1. Releve. Подъём на высокие полупальцы по всем выворотным позициям ног. Комплекс упражнений для разогрева голеностопного, коленного, тазобедренного суставов с использованием releves, попеременного releves, движения «штопор», подскоков, «тройного бега» и т. д.</i> <i>Тема 2. Demi, grandplies по 1,2,3,4, 5-позициям ног. Комбинация упражнений для развития выворотности, силы ног с использованием demi и grandplies по всем прямым и выворотным позициям ног в координации с раскрытием рук, резкие и плавные по характеру музыкального сопровождения.</i> <i>Тема 3. Скольжение натянутой ноги по полу вперёд, в сторону, назад по 1 и 5 выворотным позициям. Комбинация упражнений для развития:</i> - выворотности, натянутости ног; - подвижности стопы с использованием работы пятки опорной ноги; - с переводом «носок-каблук-носок», - с разворотом носка вовнутрь, с разворотом бедра. <i>Тема 4. Комбинация упражнений из группы battements, с использованием «Каблучной» от щиколотки, от голени, от колена опорной ноги, с мазком рабочей ноги</i> <i>Тема 5. Маленькие броски рабочей ногой по всем направлениям (вперёд, в сторону, назад), по 1, 5 выворотным позициям ног по всем музыкальным раскладкам.</i> <i>Комбинация упражнений для развития натянутости, силы ног с использованием:</i> - маленьких бросков по 1 и 5 позициям ног; - с двумя ударами стопой работающей ноги по 5 выворотной позиции; - с одновременным ударом пяткой опорной ноги в demiplies вперёд, в сторону, назад; - сквозными бросками по 1 выворотной позиции (balancers); - с ударом пятки опорной ноги в demiplies
--	--

	<i>Тема 6. Passéparterre по 1 выворотной позиции ног;</i> - demi rond de jambe par terre en dedans, en dehors по 1 и 5 выворотным позициям ног; - rond de jambe par terre en dedans, en dehors; - комбинация упражнений для развития выворотности тазобедренного и коленного суставов, подвижности стопы с использованием круговых движений по полу носком с остановкой в направлениях вперёд, в сторону, назад, ребром каблука с остановкой по всем направлениям, с полными круговыми движениями ребром каблука - «восьмёрка». <i>Тема 7. Подведение рабочей ноги в положение surlecoudepié с одновременным demiplies на опорной ноге вперёд, в сторону, назад по 5 выворотной позиции ног.</i> Комбинация с низкими и высокими разворотами рабочей ноги комбинированного характера, с одновременным раскрытием рабочей ноги и выходом из demiplies на опорной ноге, на всей стопе или на высоких полупальцах <i>Тема 8. Battements retirés passes.</i> Скольжение рабочей ноги по опорной из 5 позиции через положение surlecoudepié до колена и возвращение через passes обратно <i>Тема 9. Комбинация упражнений со скольжением рабочей ноги по опорной (passes, retirés). Разновидности «верёвочки»:</i> - с двойным ударом рабочей ноги сзади опорной; - с выходом на каблук, с ударом по второй позиции <i>Тема 10. Flig – flag.</i> Мазок подушечкой стопы по полу «от себя», «к себе» по направлениям вперёд, в сторону, назад. Комбинация упражнений с работой ненапряжённой стопы двумя мазками подушечкой стопы с акцентом «от себя» в прямом положении, и в открытом положении вперёд, в сторону, назад <i>Тема 11. Battements relevés l’ents.</i> Танцевальная комбинация «Adagio». Подъём натянутой ноги на 90 вперёд, в сторону, назад по 1 и 5 позициям ног, по всем музыкальным раскладкам. battements développés – развёртывание колена работающей ноги на 45 вперёд, в сторону, назад с demiplies <i>Тема 12. Grand battement jetés по 1, 5 позициям ног вперёд, в сторону, назад по всем музыкальным раскладкам.</i> <i>Тема 13. Растяжка с положением работающей ноги на станке с выполнением demi, grandplies на опорной ноге, на всей стопе и на полупальцах:</i> - с использованием port de bras; - растяжка на «шпагат»; - упражнения на развитие танцевального шага. <i>Тема 14. Комбинация упражнений с использованием relevés, попеременного relevés по 1 прямой позиции ног, движения «штопор», различных подскоков, «тройного бега».</i> <i>Тема 15. Комбинация упражнений с выполнением задач demi, grandplies, с использованием различных наклонов и перегибов корпуса (port de bras), движений рук, шагов и переступаний, движений народно-сценического танца.</i> <i>Тема 16. Комбинация упражнений с использованием разновидностей движения «верёвочка»:</i> - простая «верёвочка»;
--	--

	- «верёвочка» с ударом по второй выворотной позиции ног; - «верёвочка» с выходом на каблук; - «верёвочка» с двойным ударом рабочей ноги сзади опорной, «верёвочка» с переступаниями; - «верёвочка» простая и двойная с «ковырялочкой»; - «верёвочка» в повороте. <i>Тема 17. Комбинация упражнений с использованием движения «молоточки-моталочки» назад, в сторону в enface и в entourans,</i> - «молоточки-моталочки» в прямом положении на полупальцах или с акцентом на всей стопе, - «молоточки-моталочки» в повороте, с задеванием пола каблуком, с задеванием пола полупальцами, - «молоточки-моталочки» с поочерёдным задеванием пола каблуком и полупальцами, на месте и в повороте. Модуль «Шаги и ходы». <i>Тема 1. Разучивание танцевальных шагов и ходов:</i> - «перекат» - ход с каблука на всю стопу и полупальцы с продвижением вперёд, в сторону; - «трилистник» с правой и левой ног, «трилистник» с переступаниями; - боковой ход на одну ногу, с подъёмом рабочей под колено опорной ноги. <i>Тема 2. Разучивание танцевальных шагов и ходов:</i> - «припадание» (перекрёстный ход) со сменой позиции впереди и сзади; - боковые перескоки с ударами полупальцами в пол; - боковые перескоки с ударом каблуков впереди опорной ноги <i>Тема 3. Разучивание танцевальных шагов и ходов:</i> - выбросы ног крест-накрест с подскоком на опорной ноге; - ход с подскоком на месте, с продвижением, с поворотом <i>Тема 4. Простой шаг с проскальзывающим притопом, с продвижением вперед.</i> <i>Тема 5. Простой шаг с сочетанием шага на ребро каблука, в продвижении вперед и включением работы рук и корпуса.</i> <i>Тема 6. Шаг на ребро каблука с притопом на месте, с продвижением вперед и работой рук</i> <i>Тема 7. Шаг на ребро каблука с разворотами корпуса, наклонами, со сменой ракурсов на притопе</i> <i>Тема 8. Шаг на ребро каблука с проскальзывающим ударом и продвижением вперед</i> <i>Тема 9. Шаг с притопом в продвижении вперед, отходом назад</i> <i>Тема 10. Шаг с «приступкой» (с приставкой).</i> <i>Тема 11. Шаг с продвижением вперед (медленный, плавный). Для девушки с платочком в руке</i> <i>Тема 12. Шаг с переступанием («переступка», с продвижением вперед)</i> <i>Тема 13. Шаг с переступанием с постепенным поворотом корпуса то вправо, то влево.</i> <i>Тема 14. Перекрещивающийся шаг (с перекрещивающимися ногами, с продвижением вперед).</i> <i>Тема 15. Шаг с переступанием («переступка», с продвижением вперед)</i>
--	--

		<i>Тема 16.</i> Шаг с переступанием с постепенным поворотом корпуса то вправо, то влево. <i>Тема 17.</i> Переkreщивающийся шаг (с переkreщивающимися ногами, с продвижением вперед). <i>Тема 18.</i> Шаг с продвижением вперед (медленный, плавный). Для девушки с платочком в руке. <i>Тема 19.</i> Шаг с переступанием («переступка», с продвижением вперед) <i>Тема 20.</i> Переkreщивающийся шаг (с переkreщивающимися ногами, с продвижением вперед). Модуль «Allegro» <i>Тема 1.</i> Разучивание разновидностей прыжков: - прыжки «с поджатыми» ногами на месте и с продвижением вперед; - прыжки с одной ногой прямой, другой – согнутой в колене спереди или сзади <i>Тема 2.</i> Разучивание разновидностей прыжков: - прыжки по первой прямой позиции «с поджатыми» с поворотом в воздухе (3-1, 2-2, 1-3); - «разножки» в сторону, вперед, назад Модуль «Вращения» <i>Тема 1.</i> Разучивание разновидностей вращений: - вращения по второй прямой позиции «циркуль»; - вращения по первой прямой позиции «Shenes». <i>Тема 2.</i> Бег по 1 прямой позиции поворот за два бега, поворот за один бег <i>Тема 3.</i> Большие «блинчики» в сочетании с бегом в различных ритмических рисунках <i>Тема 4.</i> Большие «блинчики» в чередовании с маленькими «блинчиками», различных ритмических рисунков <i>Тема 5.</i> Большой «блинчик» в сочетании с shaine <i>Тема 6.</i> Маленький «блинчик» в сочетании с вращением шаг на «каблучок» <i>Тема 7.</i> Прием шаг-retere, вращение за один шаг <i>Тема 8.</i> Подскоки, вращение за один шаг <i>Тема 9.</i> Маленькие «блинчики», поворот за один шаг, Большие «блинчики» <i>Тема 10.</i> «Шаг-каблучок», вращение за один шаг Модуль «Хоровод» <i>Тема 1.</i> Изучение разновидностей хороводов: игровой, орнаментальный, наборный. Хороводный шаг <i>Тема 2.</i> Фигуры хоровода: круг, два круга, круг в круге, «улитка», «капустка», звездочка, «ручеек», змейка, стенка на стенку, восьмёрка... и др. <i>Тема 3.</i> Символика хореографического рисунка построения хоровода. Функциональная специфика хороводов в традиционных обрядах и праздниках <i>Тема 4.</i> Разновидности хороводных ходов в сочетании с другими движениями и движениями рук в характере изучаемой локальной традиции. <i>Тема 5.</i> Ход с подбивкой и продвижением вперед. Ход на ребро каблук с подбивкой и продвижением вперед. Шаг-бег.
--	--	---

	Модуль «Повторение пройденного материала» Тема 1-3. Отработка всего пройденного материала за полугодие и за год. Модуль «Постановочная работа» Тема 1-48. Отработка танцев Содержание деятельности 4 года обучения Модуль "Введение и техника безопасности" Тема 1. Вводное занятие. Техника безопасности в зале хореографии. Тема 2. Антитеррористическая безопасность. Тема 3. Теоретическое занятие включающее в себя знакомство с бурятами, татарами, семейскими и казаками, их обычаями, традициями и бытом. Модуль «Бурятский танец» Тема 1. Изучение основ бурятского танца. Слушание песен. Тема 2. Изучение манеры исполнения бурятского танца. Тема 3. Знакомство с танцем «Ёхор». Его история. Тема 4. Основные виды движений в Ёхоре: медленное кружение, быстрое кружение с эффектом пульсации круга и кружение с подскоками и прыжками вверх. Тема 5. Шаги, которые применяются в Ёхоре Тема 6. Рисунки ёхора: по диагонали со скольжением, стенка на стенку и т.д. Тема 7. Разучивание композиций ёхора. Тема 8. Обобщение знаний о бурятской культуре и народном танце Ёхоре. Модуль «Семейский танец» Тема 1. Изучение основ семейского танца. Слушание традиционных песен. Тема 2. Изучение манеры исполнения семейского танца. Тема 3. Основные положения и движения рук в семейском танце. Тема 4. Шаги в семейском танце. Общий дробный ход. Тема 5. Изучение семейских дробей. Тема 6. Разучивание Композиции семейского танца с использованием традиционных дробей Тема 7. Импровизация в семейском танце. Тема 8. Обобщение знаний о семейской культуре и народном танце семейских. Модуль «Казачий танец» Тема 1. Изучение основ казачьего танца. Слушание традиционных песен. Тема 2. Изучение манеры исполнения казачьего танца. Тема 3. История фланкировки. Основные положения рук и ног при фланкировке. Тема 4. Простые движения фланкировки: прокрут вперед и назад, восьмёрка. Тема 5. Изучение движений фланкировки: чёрт, переброс Тема 6. Разучивание комбинаций фланкировки и движений традиционного казачьего танца Тема 7. Разучивание Композиции казачьего танца с элементами
--	---

		фланкировки Тема 8.Обобщение знаний о казачьей культуре и народном танце казаков с элементами фланкировки. Модуль «Повторение пройденного материала» Тема 1-3. Отработка всего пройденного материала за полугодие и за год. Модуль «Постановочная работа» Тема 1-48. Отработка танцев Содержание деятельности 5 года обучения Модуль "Введение и техника безопасности" Тема 1. Вводное занятие. Техника безопасности в зале хореографии. Тема 2. Антитеррористическая безопасность. Модуль «Повторение изученного» Тема 1.Вращения. Повторение пройденного Тема 2.Комбинация вращений Тема 3.Прыжки. Повторение пройденного Тема 4.Комбинация прыжков Тема 5.Дроби. Повторение пройденного Тема 6.Комбинация дробей Тема 7.Комбинация вращений, прыжков и дробей в русском танце Модуль «Кадриль» Тема 1. Кадриль. История и традиции Тема 2.Кадриль. Традиционные движения: па-де-баск, шассе, глиссады, притопы и др. Тема 3. Кадриль. Основные формы построения: квадратные, линейные, круговые Тема 4.Кадриль. Фигуры: четвёрка, шестёрка, восьмёрка Модуль «Пляски по кругу» Тема 1.Игровые хороводы. История и традиции Тема 2. Пляски по кругу. Танок Тема 3.Пляски по кругу. Полька, Матаня Тема 4.Пляски по кругу. Акулинка, Тимоня Модуль «Повторение пройденного материала» Тема 1-3. Отработка всего пройденного материала за полугодие и за год. Модуль «Постановочная работа» Тема 1-48. Отработка танцев
2.2. 3	Формы контроля по разделам и уровням: стартовый, базовый, продвинутый	Наблюдение, контрольное занятие, демонстрация
2.3. Календарно-учебный график		
2.3. 1	Составляется в форме таблицы: дата, часы проведения, форма занятий, количество часов, тема, место проведения, форма контроля по каждому году обучения (приложение)	
III. Организационно-педагогические условия и формы аттестации		
3.1.	Методическое обеспечение ДОП (методики, технологии)	1. Игровые технологии 2. Здоровьесберегающие 3. ИКТ-технологии 4. Личностно-ориентированные
3.2	Метод.виды	Исполнение итоговой танцевальной композиции

	продукции	Участие в различных мероприятиях.
3.3.	Условия реализации ДОП (ресурсы для проведения занятий)	Танцевальный зал с зеркалами, аудио-аппаратура, сценические костюмы для мероприятий.
3.4.	Используемая литература	1. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца – Танцевальные движения и комбинации на середине зала. – М: Владос, 2004. 2. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Упражнения у станка. – М: Владос, 2005. 3. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Этюды. – М: Владос, 2004. 4. Звягин Д.Е. Народно-характерный танец. Первый год обучения: методическая разработка для студентов хореографического отделения.– СПб, 1999. 5. Мельников М.Н. Детский фольклор и проблемы народной педагогики / М.Н. Мельников - Новосибирск, Просвещение 1987. 6. http://www.horeograf.com/knigi
3.5.	Интернет ресурсы для учащихся и родителей	1. Богаткова Л. Хоровод друзей.– М: Детиздат, 1957. 2. Богданов Г.Ф. Урок русского народного танца / Г.Ф. Богданов. - М., 1995. - С.23. 3. https://vuzlit.ru/75189/spisok_literatury

Пояснительная записка

Программахореографического творческого объединения «Корольки» (далее программа) разработана с учетом следующих нормативных документов:

- Федеральный закон РФ № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Минпросвещения России от 27.06.2022 № 629;
- Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 года № 678-р.;
- Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №2.
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 г. № 816;
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).
- Устав учреждения МБОУ ДО «Центр дополнительного образования».
- Положение о дополнительной общеразвивающей программе МБОУ ДО «Центр дополнительного образования».

Хореография - искусство синтетическое, в ней музыка живёт в движении, приобретает осязательную форму, а движения как бы становятся слышимыми. В «век гиподинамии», когда дети проводят большое количество времени сидя за партой, за компьютером или просто у телевизора, занятия хореографией становятся особенно актуальными. Во-первых, танец –это движение, которое развивает физическую силу, выносливость, ловкость, формирует фигуру. Во-вторых - искусство, развивающее художественное воображение, ассоциативную память, творческие способности. Хореография является дополнительным резервом двигательной активности детей, источником их здоровья, радости, повышения работоспособности, разрядки умственного и психического напряжения, а следовательно, одним из условий их успешной подготовки к учебной и трудовой деятельности.

Образовательное и воспитательное значение занятий хореографией огромно.Занятия хореографией при их правильной организации развивают умственные способности воспитанников, расширяют их художественный кругозор. Формируют нравственные представления и содействуют формированию творческого отношения к окружающему миру.

Работа по хореографическому воспитанию отличается большим многообразием форм, которые требуют от воспитанников проявления организованности, самостоятельности, инициативы. Это способствует воспитанию организационных навыков, активности, находчивости.Осуществляемое в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим воспитанием хореографическое воспитание содействует всестороннему развитию детей.

Основные средства хореографического воспитания –физические упражнения. Они формируют двигательные умения и навыки, способствуют развитию двигательного аппарата, улучшают кровообращение и обмен веществ, благотворно влияют на дыхание.

Актуальность, педагогическая целесообразность программы заключается в том, что в современной хореографии интерес к народным хореографическим традициям незаслуженно снижается, а активно пропагандируются новые формы танцевального

искусства, популярные танцевальные стили и направления. Тенденция увлечения современными танцами позволяет удовлетворить естественную физическую потребность ребёнка в разнообразных формах движения, расширить его художественный кругозор, но это увлечение не несёт того огромного воспитательного воздействия на развитие личности ребёнка, как народный танец. Использование ценностей народной культуры способствует формированию активной и полноценной личности, воспитанию у обучающихся уважения к народной культуре. Обучение детей народно - сценическому танцу является одним из средств воспитания через танец таких личностных качеств, которые характеризуют культурного человека, гражданина своей страны, сохранения русских хореографических традиций. Народный танец предоставляет значительные возможности для приобщения детей к богатству танцевального народного творчества, воспитывает чувство любви и уважения к народному танцевальному творчеству. Он удивительно богат своими красками, разнообразием движений, композиционных построений и форм (хороводы, кадрили, переплясы, пляски), сюжетов (лирические, игровые, веселые и удалые). Его развитие тесно связано со всей историей русского народа, его бытом и обычаями. Народно-сценический танец близок детям, и благодаря богатству образов, танцевального языка, мелодиям, знакомству с русской культурой, национальными особенностями, народными обрядами, традициями, народным костюмом представляет собой ценнейший материал для художественного развития детей. Для русского народного танца характерны: широта движения, удаль, особенная жизнерадостность, поэтичность, сочетание скромности и простоты с большим чувством собственного достоинства.

Программа дополнительного образования детей «Корольки» ориентирована на сохранение наследия народного сценического танца, возрождение и популяризацию народных хореографических традиций.

Новизна и оригинальность программы заключается в поиске новых форм обучения народно-сценическому танцу, с использованием региональных особенностей народного танца и личного практического опыта работы педагога в области хореографии. Главным основанием для построения такой программы выступает ориентация на дифференциацию и индивидуализацию детей, что позволяет реализовать принцип личностной ориентации в образовательном процессе через определенные условия, способствующие развитию детей с разными образовательными возможностями и потребностями. Данная программа предполагает обучение эмоциональной выразительности исполнения, умению точно передавать национальный стиль и манеру народного танца. Обучение народному танцу совершенствует координацию движений, способствует дальнейшему укреплению мышечного аппарата, дает возможность овладеть разнообразием стилей и манерой исполнения танцев различных народов, формируя качества и навыки, которые не могут быть развиты за счет обучения только классическому танцу.

Отличительной особенностью программы является комплексность. Комплекс хореографических дисциплин объединен общей целью, единым подходом к содержанию, организации, результатом педагогической деятельности по двум образовательным модулям: «Основы русского народного танца», а также работа в фольклорном (региональном) направлении.

Не менее важной, особенностью данной программы является - возрождение традиционной русской культуры и сохранение **региональных** истоков. Во время занятий обучающиеся получают представление о танцевальном искусстве, узнают об истории танца, музыки, костюма республики Бурятия, расширяют свой кругозор.

Программа творческого хореографического объединения «Корольки» соответствует **художественной направленности** и рассчитана на детей с разной степенью одаренности и склонности к танцевальному искусству.

Цель программы: развитие творческих способностей детей, посредством формирования знаний и практических навыков в области русского народного танца.

Задачи.

Обучающие:

- формировать определенные знания и умения в области народного танца;
- знать и уметь пользоваться терминологией народного танца;
- обучать необходимым теоретическим и практическим знаниям, умениям и навыкам;
- расширять знания в области хореографического искусства;
- изучать танцевальные элементы народного танца;
- научить передавать характер и сценическую манеру исполнения народного танца;
- удовлетворять познавательные интересы обучающихся, приобщая их к истокам народного творчества.

Воспитательные:

- воспитывать стремление к познанию и творчеству;
- воспитывать культуру общения и взаимодействия в учебной и воспитательной деятельности;
- воспитывать чувства дружбы, товарищества и взаимовыручки;
- воспитывать трудолюбие, дисциплинированность, самостоятельность, навыки общения в коллективе;
- воспитывать художественный вкус, эмоционально-ценностное отношение к искусству;
- приобщать к истокам народной культуры с учетом регионального компонента;
- адаптировать к современной жизни на основе общей культуры, знаний, навыков.

Развивающие:

- развивать мотивацию на творческую деятельность;
- укреплять опорно-двигательный аппарат и мышцы;
- развивать танцевальные данные (выворотность, гибкость, прыжки, шаги, устойчивость, координация);
- развивать силу мышц, выносливость, навыки координации движений, музыкальные способности;
- развивать координацию движений и технику исполнения;
- развивать точность и внимание в исполнении движений;
- совершенствовать пространственную ориентировку;
- способствовать реализации творческого самовыражения;
- развивать психофизические особенности, способствующие успешной самореализации;
- развивать артистизм и индивидуальные возможности детей;
- развивать эмоционально-волевые качества;
- развивать умения коллективной и творческой деятельности.

Сроки реализации образовательной программы :

По программе «Корольки» могут заниматься дети 7 - 17 лет. Курс обучения планируется на пять учебных лет:

1 год обучения - 72 часа,

2 год - 144 часа

3 год - 216 часов

4 год – 216 часов

5 год – 144 часа

Режим работы:

1 год обучения - 2 раза по 1 часу в неделю,

2 год обучения - 2 раза по 2 часа в неделю,

3 год обучения - 3 раза по 2 часа в неделю,

4 год обучения – 3 раза по 2 часа в неделю

5 год обучения – 2 раза по 2 часа в неделю

После 45 минут занятий 10-ти минутные перерывы.

Посещение учащимися кружка осуществляется на добровольной основе.

Ожидаемые результаты и способы их проверки

В соответствии с поставленными целями и задачами образовательной программы творческого хореографического объединения «Корольки» после освоения содержания ожидаются следующие результаты.

Предметные результаты:

В результате освоения программы, обучающиеся будут знать:

- Правила техники безопасности во время занятий;
- основы личной гигиены, гигиена питания, отдыха;
- правила поведения в танцевальном зале;
- осознавать влияние занятий физическими упражнениями;
- правила дыхания во время выполнения физических упражнений;
- грамотно выполнять основные движения;
- выполнять специальные упражнения для согласования их с музыкой;
- знать элементарные понятия элементов классического танца;
- самостоятельно выполнять упражнения на развитие выносливости, силы, гибкости.

Метапредметные результаты:

В результате освоения программы обучающиеся будут способны:

- Принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- уметь планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- ориентироваться в содержании теоретических понятий предметной области и использовать их при выполнении творческих заданий;
- ориентироваться в правилах и обязанностях как члена коллектива;
- руководить группой при выполнении учебной, творческой задачи;
- участвовать в обсуждении учебных, творческих проблем;
- использовать полученные знания, умения, навыки для выполнения самостоятельных творческих работ- танцевальных композиций.

Личностные результаты:

- Формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

Формы контроля

1. Вводный. Начало учебного года. Диагностика персональных, физических данных в соответствии с требованиями хореографии, испытание. По итогам первичной диагностики дети могут быть приняты в группы второго и следующих годов обучения. А также возможен досрочный перевод обучающихся на следующий год обучения по результатам диагностики и аттестации. Отбор детей проводится в форме творческих заданий, позволяющих определить музыкально-ритмические и координационные способности ребёнка, а также его физические и пластические данные.

2. Текущий. В течение всего учебного года. Контрольное занятие, показ. Концертная деятельность, открытое занятие в присутствии родителей

3. Итоговый. В конце учебного года. Отчетный концерт, показ, конкурс, фестиваль

Курс считается усвоенным при условии качественного выполнения 80% текущих и тематических заданий учебной деятельности учащимися.

Мониторинг оценки результатов качества усвоения программного материала и учебной деятельности учащихся проводится с целью выявления уровня усвоения учащимися программного материала, соответствие прогнозируемым результатам программы и позволяет проанализировать уровень усвоения знаний, умений, навыков, определить уровень развития индивидуальных творческих способностей

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА ПО ГОДАМ ОБУЧЕНИЯ

Учебно-тематический план 1 года обучения

№п/п	Название раздела	Количество часов			Форма аттестации и контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводный урок. Техника безопасности Антитеррористическая безопасность	2	1	1	Знание правил поведения в танцевальном зале.
2.	Экзерсис на середине зала (комплекс упражнений для первоначальной хореографической подготовки и развития танцевальных способностей).	28	14	14	Правильное выполнение движений из экзерсисов у станка и на середине зала.
3.	Танцевальные шаги и ходы.	7	3,5	3,5	Умение правильно и амплитудно выполнять разновидности танцевальных шагов (по тематическому планированию).
4.	Бег и подскоки.	10	5	5	Умение правильно и амплитудно выполнять разновидности бега и подскоков

					на месте и с продвижением (по тематическому планированию).
5.	Группа «Allegro».	6	3	3	Умение правильно и амплитудно выполнять разновидности прыжков (по тематическому планированию).
6.	Portdebras.	7	3,5	3,5	Знание и правильное выполнение всех разновидностей Portdebras.
7.	Упражнения на ориентировку в пространстве. Вращения.	6	3	3	Умение ориентироваться в пространстве, выполнение вращений на месте и с продвижением.
8.	Хлопки и хлопушки.	2	1	1	Умение слышать ритмический рисунок, чёткое исполнение ударов в хлопушках, разновидности хлопушек.
9.	Присядки.	2	1	1	Умение слышать ритмический рисунок, чёткое исполнение присядок, разновидности присядок.
10.	Повторение пройденного материала за год	2		2	Умение выполнять движения точно, амплитудно, музыкально и выразительно
11.	Итого:	72	35	37	

Содержание деятельности 1 года обучения

Модуль "Введение и техника безопасности"

Тема 1. Вводное занятие. Техника безопасности в зале хореографии.

Тема 2. Антитеррористическая безопасность.

Модуль "Экзерсис на середине зала "

Тема 1. Правильная постановка корпуса. Правильное положение корпуса (рук, ног, плеч, спины, головы на занятиях хореографией

Тема 2. Правильная постановка корпуса. Как правильно держать корпус при выполнении различных движений

Тема 3. Основные позиции рук: подготовительное положение рук, 1 позиция рук, 2 позиция рук, 3 позиция рук

Тема 4. Правильное положение пальцев в кисти руки. Основные позиции 4, 5, 6, 7 позиции рук, характерные для народно-сценического танца. Аналогия с «классическими» руками и «народными» руками

Тема 5. Позиции и положения ног. - 5 позиций ног:

- прямые позиции ног (1-5);
- свободные позиции ног (1-5);
- два скрещенных положения ног

Тема 6. Подготовка к выполнению движений. Умение учащихся раскрывать и закрывать одну, две руки, выводя их из подготовительного положения через первую позицию

Тема 7. Раскрывание и закрывание одной руки, с поворотом головы.

Тема 8. Поочерёдное раскрывание рук. Переводы рук в различные положения

Тема 9. Поклоны на месте с добавлением движений рук без продвижения.

Тема 10. Поклоны на месте с добавлением движений рук с продвижением и без продвижения.

Тема 11. Повороты головы: направо, налево, круговые.

Наклоны головы: вперёд, назад, в сторону с различной амплитудой

Тема 12. Движения головой. Разновидности движений и наклонов головы.

Тема 13. Подъём и опускание плеч:

движения плеч вверх, вниз по одному и вместе; вращательные движения плечами вперёд, назад по одному плечу и двумя плечами вместе

Тема 14. Разновидности движений плеч

Тема 15. Подъём на высокие полупальцы на двух ногах (relevés) по всем выворотным позициям ног

Тема 16. Подъём на полупальцы на двух ногах, поочерёдно (подготовка к движению «штопор»). Движение «штопор».

Тема 17. Plies (приседания)

- demiplies по всем позициям ног

Тема 18. Plies.

- grandplies по всем позициям ног

Тема 19. Battementstendus (упражнение для развития подвижности стопы):

- упражнения для развития подвижности стопы по всем направлениям

Тема 20. Разновидности Battementstendus:

- по третьей свободной позиции;
- с работой стопы «носок-каблук-носок».

Тема 21. Passe. Упражнения для развития подвижности коленного сустава:

- положение рабочей ноги у колена опорной;
- перевод рабочей ноги через колено опорной ноги вперёд, назад

Тема 22. Упражнения для развития подвижности коленного сустава:

- «косыночка»

Тема 23. Упражнения для развития подвижности коленного сустава:

- «косыночки» на месте и с продвижением

Тема 24. Упражнения для развития подвижности коленного сустава:

- подготовка к «верёвочке».

Тема 25. Движение «Ковырялочка»:

- с одинарным притопом;
- с двойным притопом.

Тема 26. Движение «Ковырялочка»:

- с тройным притопом

Тема 27. Упражнения на развитие выворотности голеностопного, коленного, тазобедренного суставов

Тема 28. Повторение всего пройденного комплекса упражнений

Модуль "Танцевальные шаги и ходы"

Тема 1. Простые танцевальные шаги:

- простой бытовой шаг вперёд с каблука;
- простой танцевальный шаг с носка

Тема 2. Простые танцевальные шаги:

- шаги назад через полупальцы на всю стопу,
- шаги на полупальцах, на пятках;
- шаги на внешних и внутренних ребрах стоп

Тема 3. Простые танцевальные шаги:

- шаги с притопом вперёд и назад.

Тема 4. Простые танцевальные шаги:

- «ёлочка», «гармошка».

Тема 5. Простые танцевальные шаги:

- «припадание» вправо и влево по третьей свободной позиции.

Тема 6. Простые танцевальные шаги:

- «припадание» вперёд и назад по первой прямой позиции.

Тема 7. Проверка изученности всех шагов и ходов

Модуль "Бег и подскоки"

Тема 1. Простые беги и подскоки:

- простой бег на месте с высоким подъёмом колена вперёд.

Тема 2. Простые беги и подскоки:

- простой бег на месте с поджатыми «под себя» ногами и вытянутой стопой.

Тема 3. Простые беги и подскоки:

- простой бег на месте с вытянутыми ногами с выбросом ноги вперёд, в стороны, назад

Тема 4. Простые беги и подскоки:

- простой бег с продвижением вперёд и назад

Тема 5. Простые беги и подскоки:

- «тройной бег» на месте и с продвижением

Тема 6. Простые беги и подскоки:

- «галоп» вправо, влево, вокруг себя

Тема 7. Простые беги и подскоки:

- «галоп» вправо, влево с притопом

Тема 8. Простые беги и подскоки:

- подскоки на месте.

Тема 9. Простые беги и подскоки:

- подскоки с продвижением вперёд, назад и вокруг себя

Тема 10. Повторение изученного материала

Модуль "Allegro"

Тема 1. Tempslevesautté по первой прямой позиции ног

Тема 2. «Разножки» в сторону

Тема 3. «Разножки» в сторону, вперёд-назад

Тема 4. Прыжки с поджатыми под себя ногами по первой прямой позиции ног

Тема 5. Прыжки с поджатыми под себя ногами по первой прямой позиции ног на месте и с продвижением по направлениям

Тема 6. Повторение изученных прыжков

Модуль "Portdebras"

Тема 1. Первоначальное обучение движения «Portdebras» - переводы рук из позиции в позицию.

Тема 2. Обучение движения «Portdebras» - переводы рук из позиции в позицию.

Подготовительное «Portdebras».

Тема 3. Обучение движения «Portdebras» - переводы рук из позиции в позицию. Первое «Portdebras».

Тема 4. Обучение движения «Portdebras» - переводы рук из позиции в позицию. Второе «Portdebras».

Тема 5. Первоначальное обучение движения «Portdebras» - наклоны корпуса вперед, в стороны, назад.

Тема 6. Закрепление движения «Portdebras». Одновременное исполнение движений рук, головы, корпуса

Тема 7. Portdebras. Движения рук, наклоны и перегибы корпуса.

Повторение изученного

Модуль "Упражнения на ориентировку в пространстве. Вращения"

Тема 1. Знакомство учащихся с точками в танцевальном зале (1 – 8).

Тема 2. Знакомство учащихся с навыком «держат точку»

Тема 3. Отработка с учащимися навыка «держат точку».

Тема 4. Повороты вправо и влево на месте. Навык «держат точку».

Тема 5. Повороты вправо и влево с продвижением по диагонали с навыком «держат точку».

Тема 6. Вращения по диагонали «Циркуль», «Shenes».

Модуль "Хлопки и хлопушки"

Тема 1. Хлопки одинарные, двойные, тройные, скользящие на сильные и слабые доли музыкального сопровождения

Тема 2. Хлопки по бедру, по «голенщику сапога» на сильные и слабые доли музыкального сопровождения

Модуль "Присядки"

Тема 1. Подготовка к присядкам (плавное и резкое приседание вниз по 3 и 6 позициям ног)

Тема 2. Присядка «мячик», присядка с вынесением одной ноги на каблук вперед и в сторону

Модуль "Повторение пройденного за год материала"

Тема 1, 2. Отработка всего пройденного материала за год. Умение выполнять движения и танцевальные комбинации. Чистота и амплитудность выполнения

Структура курса 2 года обучения

№\п	Название раздела	Количество часов			Форма аттестации и контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводный урок. Техника безопасности Антитеррористическая безопасность	4	1	3	Знание правил поведения в танцевальном зале.
2.	Экзерсис на середине зала (комплекс упражнений для первоначальной хореографической подготовки и развития танцевальных способностей).	36	9	27	Правильное выполнение движений из экзерсисов у станка и на середине зала.

3.	Танцевальные шаги и ходы.	4	1	3	Умение правильно и амплитудно выполнять разновидности танцевальных шагов (по тематическому планированию).
4.	Дробь	8	2	6	Разучивание разновидностей танцевальных дробей
5.	Группа «Allegro».	2	0,5	1,5	Умение правильно и амплитудно выполнять разновидности прыжков (по тематическому планированию).
6.	Portdebras.	6	1,5	4,5	Знание и правильное выполнение всех разновидностей Portdebras.
7.	Упражнения на ориентировку в пространстве. Вращения.	6	1,5	4,5	Умение ориентироваться в пространстве, выполнение вращений на месте и с продвижением.
8.	Присядки.	2	0,5	1,5	Умение слышать ритмический рисунок, чёткое исполнение присядок, разновидности присядок.
9.	Постановочная работа	72	18	54	Разучивание движений и танцевальных комбинаций из танцев репертуарного плана.
10.	Повторение пройденного материала за год	4		4	Умение выполнять движения точно, амплитудно, музыкально и выразительно
11.	Итого:	144	35	109	

Содержание деятельности 2 года обучения

Модуль "Введение и техника безопасности"

Тема 1. Вводное занятие. Техника безопасности в зале хореографии.

Тема 2. Антитеррористическая безопасность.

Модуль "Экзерсис на середине зала"

Тема 1. Правильная постановка корпуса на занятиях хореографией. Понятие «aplombe».

Положение корпуса: спина, ноги, руки, плечи, мышцы.

Тема 2. Основные позиции рук:

- подготовительное положение рук,
- 1 позиция рук;
- 2 позиция рук;
- 3 позиция рук.

Определённый разворот кисти руки в хореографии: (правильное положение пальцев в кисти руки)

Тема 3. Подъём на высокие полупальцы по всем выворотным позициям ног.

Попеременное relevés, «штопор»

Тема 4. Demi, grandplies по 1, 2, 3, 4, 5, 6-позициям ног.

Резкие и плавные demi, grandplies по всем позициям ног народного танца в танцевальных комбинациях

Тема 5. Выведение вытянутой стопы по всем направлениям (вперёд, в сторону, назад) по всем музыкальным раскладкам.

Разновидности battementsнародно-сценического танца (с demiplies, с выведением рабочей ноги «носок-каблук-носок», «каблукная» и т.д.)

Тема 6. Маленькие броски рабочей ногой по всем направлениям (вперёд, в сторону, назад), по 1, 5 выворотным позициям ног по всем музыкальным раскладкам.

Разновидности:

- маленькие броски вперёд, в сторону, назад по 1,3,5 выворотным позициям ног;
- с одним ударом стопой в позиции через demiplies;
- с коротким ударом по полу носком или ребром каблука работающей ноги;
- с demiplies на опорной ноге

Тема 7. Подъём рабочей ноги до колена опорной:

- перевод рабочей ноги вперёд, назад через колено опорной ноги.
- скольжение рабочей ноги по колену опорной:
- в открытом положении на всей стопе,
- в открытом положении с проскальзыванием по полу, на опорной ноге, на всей стопе и на полупальцах

Тема 8. Подъём натянутой ноги на 90 вперёд, в сторону, назад по 1 и 5 позициям ног, по всем музыкальным раскладкам.

- подъём натянутой ноги на 90 вперёд, в сторону, назад по 1 и 5 позициям ног, по всем музыкальным раскладкам,
- battementsdeveloped – развёртывание колена работающей ноги на 45 вперёд, в сторону, назад с demiplies

Тема 9. Grandbattementjetes по 1, 5 позициям ног вперёд, в сторону, назад по всем музыкальным раскладкам

Тема 10. Растяжка с положением работающей ноги на станке с выполнением demi, grandplies на опорной ноге, на всей стопе и на полупальцах,

- с использованием portdebras;
- растяжка на «шпагат»;
- упражнения на развитие танцевального шага

Тема 11. Танцевальная комбинация plies, построенная на материале народно-сценического танца с выполнением задач demi, grandplies

Тема 12. Танцевальная комбинация «Battementstendus», построенная на материале народно-сценического танца:

- скольжение натянутой стопы рабочей ноги по полу;
- выведение рабочей ноги на каблук из 3 и 5 позиций вперёд, в сторону, назад;
- battements tendus с demi plies на опорной ноге;
- battementstendus с demiplies в исходной позиции;
- выведение рабочей ноги на «носок-каблук-носок» по 3 и 5 позициям ног вперёд, назад, в сторону;
- battementstendus с demiplies в момент перевода работающей ноги на каблук;
- battementstendus с demiplies при переводе работающей ноги на каблук и возвращении в исходную позицию

Тема 13. Разучивание passes, retires: - скольжение работающей ноги по опорной ноге, с продвижением назад и вперёд («косыночки» - подготовка к «верёвочке»);

- простая «верёвочка»

Тема 14. Разучивание разновидностей «верёвочки»:

- простая «верёвочка» с поочерёдными переступаниями;
- с двойным ударом сзади;
- с выходом на каблук;
- с ударом по второй позиции

Тема 15. Разучивание разновидностей «ковырялочка»:

- «ковырялочка» с двойным притопом;
- «ковырялочка» с тройным притопом;
- «ковырялочка» на прыжке;
- «ковырялочка» с подскоками

Тема 16. Разучивание разновидностей «молоточков»:

- удары подушечкой работающей ноги об пол,
- поочерёдные удары подушечкой стопы сзади,
- поочерёдные удары подушечкой стопы в сторону с разворотом корпуса.

Тема 17. Разучивание разновидностей «моталочки»:

- «моталочки» вперёд-назад правой и левой ногами,
- «моталочки» с задеванием пола каблуком,
- «моталочки» с акцентом на всю стопу,
- «моталочки» с задеванием пола полупальцами,
- «моталочки» с задеванием пола поочерёдно каблуком и полупальцами

Тема 18. Разучивание разновидностей партерных растяжек:

- упражнения на развитие голеностопного, коленного, тазобедренного суставов;
- упражнения на развитие выворотности;
- упражнения на развитие гибкости;
- упражнения на развитие танцевального шага;
- упражнения на развитие силы пресса.

Модуль "Танцевальные шаги и ходы"

Тема 1. Разучивание разновидностей танцевальных шагов и ходов:

- «шаркающий шаг» каблуком по полу;
- «шаркающий шаг» полупальцами по полу;
- «переменный шаг» с притопом и продвижением вперёд, назад

Тема 2. Разучивание разновидностей танцевальных шагов и ходов:

- «переменный шаг» с фиксацией одной ноги возле колена другой с продвижением вперёд, назад;
- боковое «припадание» с двойным ударом полупальцами сзади;
- боковое «припадание» с двойным ударом полупальцами спереди.

Модуль "Дробь"

Тема 1. Разучивание разновидностей танцевальных дробей:

- одинарные дроби;
- двойные дроби;
- тройные дроби (с работой пятки опорной ноги);
- удары на месте и с продвижением

Тема 2. Разучивание разновидностей танцевальных дробей:

- простые дроби на полупальцах;
- простые дроби с ударом всей стопой.

Тема 3. Разучивание разновидностей танцевальных дробей:

- дробные дорожки с выстукиванием полупальцами и всей стопой на месте и с продвижением

Тема 4. Повторение изученных дробей

Модуль «Хлопки и хлопущки»

Тема 1. Разучивание разновидностей танцевальных хлопков и хлопущек:

- удары по голенищу сапога спереди и сзади с продвижением вперёд и назад и в сторону,
- фиксирующие и скользящие удары по подошве сапога, по груди, по полу,
- поочерёдные удары по голенищу сапога спереди и сзади,
- поочерёдные удары по голенищу сапога спереди крест-накрест

Модуль "Allegro"

Тема 1. Разучивание разновидностей танцевальных прыжков:

- прыжки на двух ногах с натянутыми ногами по 1 прямой позиции ног;
- «разножки» в сторону и вперёд;
- прыжки «с поджатыми» с двух ног.

Модуль "Portdebras"

Тема 1. Portdebras вперёд, в сторону, назад. Наклоны и перегибы корпуса в сторону и назад лицом к станку, в дальнейшем – одной рукой за станок, добавляя работу рук, повороты головы

Тема 1. Различные переводы рук из позиции в позицию,

- подготовительное, 1, 2, 3 portdebras

Тема 2. - Движения одной рукой в координации с движением ноги,

- движения двумя руками в координации с движениями ног,
- наклоны и перегибы корпуса в координации с движениями рук

Модуль "Упражнения на ориентировку в пространстве. Вращения"

Тема 1. Отработка навыка «держать точку», повороты на месте

Тема 2. Повороты на месте на полупальцах,

- повороты на месте на каблуках

Тема 3. Повороты по второй прямой позиции («циркуль») с продвижением по диагонали в медленном темпе

Модуль "Присядки"

Тема 1. Разучивание разновидностей танцевальных присядок:

- присядка с выбрасыванием работающей ноги на ребро каблука вперёд и в сторону по 1 прямой и в открытой позиции;
- присядка с выбрасыванием ноги на воздух вперёд и в сторону;
- присядки с выбрасыванием ноги на каблук и на воздух на месте и с продвижением

Модуль "Постановочная работа"

Тема 1-36. Отработка танцев

Модуль "Повторение пройденного материала за год"

Тема 1-2. Отработка всего пройденного материала за год

Учебно-тематический план 3 года обучения

№п/п	Название раздела	Количество часов			Форма аттестации
		Всег	Теория	Практика	

		о			и контроля
1.	Вводный урок. Техника безопасности Антитеррористическая безопасность	4	1	3	Знание правил поведения в танцевальном зале.
2.	Экзерсис на середине зала (комплекс упражнений для первоначальной хореографической подготовки и развития танцевальных способностей).	34	8,5	25,5	Правильное выполнение движений из экзерсисов у станка и на середине зала.
3.	Танцевальные шаги и ходы.	40	10	30	Умение правильно и амплитудно выполнять разновидности танцевальных шагов (по тематическому планированию).
4.	Группа «Allegro».	4	1	3	Умение правильно и амплитудно выполнять разновидности прыжков (по тематическому планированию).
5.	Упражнения на ориентировку в пространстве. Вращения.	20	5	15	Умение ориентироваться в пространстве, выполнение вращений на месте и с продвижением.
6.	Хоровод.	10	2,5	7,5	Изучение разновидностей, фигур хороводов. Исполнение хороводных шагов
7.	Постановочная работа	98	24	74	Разучивание движений и танцевальных комбинаций из танцев репертуарного плана.
8.	Повторение пройденного материала	6	-	6	Умение выполнять движения точно, амплитудно,

					музыкально и выразительно
9.	Итого:	216	52	164	

Содержание деятельности 3 года обучения

Модуль "Введение и техника безопасности"

Тема 1. Вводное занятие. Техника безопасности в зале хореографии.

Тема 2. Антитеррористическая безопасность.

Модуль «Экзерсис на середине зала»

Тема 1. *Releve*. Подъём на высокие полупальцы по всем выворотным позициям ног.

Комплекс упражнений для разогрева голеностопного, коленного, тазобедренного суставов с использованием *relevés*, попеременного *relevés*, движения «штопор», подскоков, «тройного бега» и т. д.

Тема 2. *Demi, grandplies* по 1,2,3,4, 5-позициям ног. Комбинация упражнений для развития выворотности, силы ног с использованием *demi* и *grandplies* по всем прямым и выворотным позициям ног в координации с раскрытием рук, резкие и плавные по характеру музыкального сопровождения.

Тема 3. Скольжение натянутой ноги по полу вперёд, в сторону, назад по 1 и 5 выворотным позициям. Комбинация упражнений для развития:

- выворотности, натянутости ног;
- подвижности стопы с использованием работы пятки опорной ноги;
- с переводом «носок-каблук-носок»,
- с разворотом носка вовнутрь, с разворотом бедра.

Тема 4. Комбинация упражнений из группы *battements*, с использованием «Каблучной» от щиколотки, от голени, от колена опорной ноги, с мазком рабочей ноги

Тема 5. Маленькие броски рабочей ногой по всем направлениям (вперёд, в сторону, назад), по 1, 5 выворотным позициям ног по всем музыкальным раскладкам.

Комбинация упражнений для развития натянутости, силы ног с использованием:

- маленьких бросков по 1 и 5 позициям ног;
- с двумя ударами стопой работающей ноги по 5 выворотной позиции;
- с одновременным ударом пяткой опорной ноги в *demiplies* вперёд, в сторону, назад;
- сквозными бросками по 1 выворотной позиции (*balancers*);
- с ударом пятки опорной ноги в *demiplies*

Тема 6. *Passéparterre* по 1 выворотной позиции ног;

- *demi rond de jambe par terre* dedans, endehors по 1 и 5 выворотным позициям ног;
- *rond de jambe par terre* dedans, endehors;
- комбинация упражнений для развития выворотности тазобедренного и коленного суставов, подвижности стопы с использованием круговых движений по полу носком с остановкой в направлениях вперёд, в сторону, назад, ребром каблука с остановкой по всем направлениям, с полными круговыми движениями ребром каблука - «восьмёрка».

Тема 7. Подведение рабочей ноги в положение *surlecoudepied* с одновременным *demiplies* на опорной ноге вперёд, в сторону, назад по 5 выворотной позиции ног.

Комбинация с низкими и высокими разворотами рабочей ноги комбинированного характера, с одновременным раскрытием рабочей ноги и выходом из *demiplies* на опорной ноге, на всей стопе или на высоких полупальцах

Тема 8. *Battementsretirespasses*. Скольжение рабочей ноги по опорной из 5 позиции через положение *surlecoudepied* до колена и возвращение через *passes* обратно

Тема 9. Комбинация упражнений со скольжением рабочей ноги по опорной (*passes, retires*). Разновидности «верёвочки»:

- с двойным ударом рабочей ноги сзади опорной;
- с выходом на каблук, с ударом по второй позиции

Тема 10. Flig – flag. Мазок подушечкой стопы по полу «от себя», «к себе» по направлениям вперёд, в сторону, назад.

Комбинация упражнений с работой ненапряжённой стопы двумя мазками подушечкой стопы с акцентом «от себя» в прямом положении, и в открытом положении вперёд, в сторону, назад

Тема 11. Battements releves l'ents.

Танцевальная комбинация «Adagio». Подъём натянутой ноги на 90 вперёд, в сторону, назад по 1 и 5 позициям ног, по всем музыкальным раскладкам. battements developés – развёртывание колена работающей ноги на 45 вперёд, в сторону, назад с demiplies

Тема 12. Grand battement jetés по 1, 5 позициям ног вперёд, в сторону, назад по всем музыкальным раскладкам.

Тема 13. Растяжка с положением работающей ноги на станке с выполнением demi, grandplies на опорной ноге, на всей стопе и на полупальцах:

- с использованием port de bras;
- растяжка на «шпагат»;
- упражнения на развитие танцевального шага.

Тема 14. Комбинация упражнений с использованием relevés, попеременного relevés по 1 прямой позиции ног, движения «штопор», различных подскоков, «тройного бега».

Тема 15. Комбинация упражнений с выполнением задач demi, grandplies, с использованием различных наклонов и перегибов корпуса (port de bras), движений рук, шагов и переступаний, движений народно-сценического танца.

Тема 16. Комбинация упражнений с использованием разновидностей движения «верёвочка»:

- простая «верёвочка»;
- «верёвочка» с ударом по второй выворотной позиции ног;
- «верёвочка» с выходом на каблук;
- «верёвочка» с двойным ударом рабочей ноги сзади опорной, «верёвочка» с переступаниями;
- «верёвочка» простая и двойная с «ковырялочкой»;
- «верёвочка» в повороте.

Тема 17. Комбинация упражнений с использованием движения «молоточки-молоточки» назад, в сторону в en face и в en tournants,

- «молоточки-молоточки» в прямом положении на полупальцах или с акцентом на всей стопе,
- «молоточки-молоточки» в повороте, с задеванием пола каблуком, с задеванием пола полупальцами,
- «молоточки-молоточки» с поочерёдным задеванием пола каблуком и полупальцами, на месте и в повороте.

Модуль «Шаги и ходы».

Тема 1. Разучивание танцевальных шагов и ходов:

- «перекат» - ход с каблука на всю стопу и полупальцы с продвижением вперёд, в сторону;
- «трилистник» с правой и левой ног, «трилистник» с переступаниями;
- боковой ход на одну ногу, с подъёмом рабочей под колено опорной ноги.

Тема 2. Разучивание танцевальных шагов и ходов:

- «припадание» (перекрёстный ход) со сменой позиции впереди и сзади;
- боковые перескоки с ударами полупальцами в пол;
- боковые перескоки с ударом каблуков впереди опорной ноги

Тема 3. Разучивание танцевальных шагов и ходов:

- выбросы ног крест-накрест с подскоком на опорной ноге;
- ход с подскоком на месте, с продвижением, с поворотом

Тема 4. Простой шаг с проскальзывающим притопом, с продвижением вперёд.

Тема 5. Простой шаг с сочетанием шага на ребро каблука, в продвижении вперед и включением работы рук и корпуса.

Тема 6. Шаг на ребро каблука с притопом на месте, с продвижением вперед и работой рук

Тема 7. Шаг на ребро каблука с разворотами корпуса, наклонами, со сменой ракурсов на притопе

Тема 8. Шаг на ребро каблука с проскальзывающим ударом и продвижением вперед

Тема 9. Шаг с притопом в продвижении вперед, отходом назад

Тема 10. Шаг с «приступкой» (с приставкой).

Тема 11. Шаг с продвижением вперед (медленный, плавный). Для девушки с платочком в руке

Тема 12. Шаг с переступанием («переступка», с продвижением вперед)

Тема 13. Шаг с переступанием с постепенным поворотом корпуса то вправо, то влево.

Тема 14. Перекрещивающийся шаг (с перекрещивающимися ногами, с продвижением вперед).

Тема 15. Шаг с переступанием («переступка», с продвижением вперед)

Тема 16. Шаг с переступанием с постепенным поворотом корпуса то вправо, то влево.

Тема 17. Перекрещивающийся шаг (с перекрещивающимися ногами, с продвижением вперед).

Тема 18. Шаг с продвижением вперед (медленный, плавный). Для девушки с платочком в руке.

Тема 19. Шаг с переступанием («переступка», с продвижением вперед)

Тема 20. Перекрещивающийся шаг (с перекрещивающимися ногами, с продвижением вперед).

Модуль «Allegro»

Тема 1. Разучивание разновидностей прыжков:

- прыжки «с поджатыми» ногами на месте и с продвижением вперёд;
- прыжки с одной ногой прямой, другой – согнутой в колене спереди или сзади

Тема 2. Разучивание разновидностей прыжков:

- прыжки по первой прямой позиции «с поджатыми» с поворотом в воздухе (3-1, 2-2, 1-3);
- «разножки» в сторону, вперёд, назад

Модуль «Вращения»

Тема 1. Разучивание разновидностей вращений:

- вращения по второй прямой позиции «циркуль»;
- вращения по первой прямой позиции «Shenes».

Тема 2. Бег по 1 прямой позиции поворот за два бега, поворот за один бег

Тема 3. Большие «блинчики» в сочетании с бегом в различных ритмических рисунках

Тема 4. Большие «блинчики» в чередовании с маленькими «блинчиками», различных ритмических рисунках

Тема 5. Большой «блинчик» в сочетании с shaine

Тема 6. Маленький «блинчик» в сочетании с вращением шаг на «каблук»

Тема 7. Прием шаг-retere, вращение за один шаг

Тема 8. Подскоки, вращение за один шаг

Тема 9. Маленькие «блинчики», поворот за один шаг, Большие «блинчики»

Тема 10. «Шаг-каблук», вращение за один шаг

Модуль «Хоровод»

Тема 1. Изучение разновидностей хороводов: игровой, орнаментальный, наборный.

Хороводный шаг

Тема 2. Фигуры хоровода: круг, два круга, круг в круге, «улитка», «капустка», звёздочка, «ручеек», змейка, стенка на стенку, восьмёрка... и др.

Тема 3. Символика хореографического рисунка построения хоровода. Функциональная специфика хороводов в традиционных обрядах и праздниках

Тема 4. Разновидности хороводных ходов в сочетании с другими движениями и движениями рук в характере изучаемой локальной традиции.

Тема 5. Ход с подбивкой и продвижением вперед. Ход на ребро каблука с подбивкой и продвижением вперед. Шаг-бег.

Модуль «Повторение пройденного материала»

Тема 1-3. Отработка всего пройденного материала за полугодие и за год.

Модуль «Постановочная работа»

Тема 1-48. Отработка танцев

Учебно-тематический план 4 года обучения

№п/п	Название раздела	Количество часов			Форма аттестации и контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводный урок. Техника безопасности Антитеррористическая безопасность	4	1	3	Знание правил поведения в танцевальном зале.
2.	Народности Мухоршибирского района. Семейские, казаки, буряты, татары	2	2	-	Знакомство с бурятами, татарами, семейскими и казаками, их обычаями, традициями и бытом
3.	Буряты	16	4	12	Знание основ бурятской культуры, умение исполнить комбинации движений из Ёхора.
4.	Семейские	16	4	12	Знание основ семейской культуры, умение исполнить комбинации семейского танца с национальными дробями.
5.	Казаки	16	4	12	Знание основ казачьей культуры, умение исполнить комбинации движений казачьего танца с элементами фланкировки казачьей шашкой.
6.	Татары	16	4	12	Знание основ

					татарской культуры, умение исполнить комбинации движений татарского танца.
7.	Постановочная работа	142	46	96	Разучивание движений и танцевальных комбинаций из танцев репертуарного плана.
8.	Повторение пройденного материала	4	-	4	Умение выполнять движения точно, амплитудно, музыкально и выразительно
9.	Итого:	216	65	151	

Модуль "Введение и техника безопасности"

Тема 1. Вводное занятие. Техника безопасности в зале хореографии.

Тема 2. Антитеррористическая безопасность.

Модуль «Народности Мухоршибирского района. Семейские, казаки, буряты, татары»

Тема 1. Теоретическое занятие включающее в себя знакомство с бурятами, татарами, семейскими и казаками, их обычаями, традициями и бытом.

Модуль «Буряты».

Тема 1. Изучение основ бурятского танца. Слушание традиционных песен.

Тема 2. Изучение манеры исполнения бурятского танца.

Тема 3. Знакомство с танцем «Ёхор». Его история.

Тема 4. Основные виды движений в Ёхоре: медленное кружение, быстрое кружение с эффектом пульсации круга и кружение с подскоками и прыжками вверх.

Тема 5. Шаги, которые применяются в Ёхоре

Тема 6. Рисунки ёхора: по диагонали со скольжением, стенка на стенку и т.д.

Тема 7. Разучивание композиций ёхора.

Тема 8. Обобщение знаний о бурятской культуре и народном танце Ёхоре.

Модуль «Семейские»

Тема 1. Изучение основ семейского танца. Слушание традиционных песен.

Тема 2. Изучение манеры исполнения семейского танца.

Тема 3. Основные положения и движения рук в семейском танце.

Тема 4. Шаги в семейском танце. Общий дробный ход.

Тема 5. Изучение семейских дробей.

Тема 6. Разучивание Композиции семейского танца с использованием традиционных дробей

Тема 7. Импровизация в семейском танце.

Тема 8. Обобщение знаний о семейской культуре и народном танце семейских.

Модуль «Казаки»

Тема 1. Изучение основ казачьего танца. Слушание традиционных песен.

Тема 2. Изучение манеры исполнения казачьего танца.

Тема 3. История фланкировки. Основные положения рук и ног при фланкировке.

Тема 4. Простые движения фланкировки: прокрут вперед и назад, восьмёрка.

Тема 5.Изучение движений фланкировки: чёрт, переброс

Тема 6.Разучивание комбинаций фланкировки и движений традиционного казачьего танца

Тема 7: Разучивание Композиции казачьего танца с элементами фланкировки

Тема 8. Обобщение знаний о казачьей культуре и народном танце казаков с элементами фланкировки.

Модуль «Татары».

Тема 1.Изучение основ татарского танца. Слушание традиционных песен.

Тема 2.Изучение манеры исполнения татарского танца.

Тема 3. Шаги татарского танца: Переменный шаг с прыжком. Первый дробный шаг.

Припадание. Подскоки с переступанием (двойной бишек). Основной ход. Татарский ход.

Бурма. Ковырялочка. Бег вперед. Ход в сторону. Ход с каблука.

Тема 4. Татарские дробы: Первый дробный ход. Второй дробный ход. Третий дробный ход.

Тема 5.Основные движения татарского танца: Одинарное «чалыштыру». Двойное «чалыштыру». «Борма». «Забивание гвоздей». «Люлька»

Тема 6.Упражнения на ориентировку в пространстве. Движение в колонны по одному с разных сторон по диагонали. Движение с переходом в центре "через одного".

Перестроение из одного круга в два. Перестроение из двух кругов в "корзиночку".

Тема 7. Разучивание композиций татарского танца, подготовка к празднику «Сабантуй».

Тема 8. Обобщение знаний о татарской культуре и народном танце татар

Модуль «Повторение пройденного материала»

Тема 1-2. Отработка всего пройденного материала за полугодие и за год.

Модуль «Постановочная работа»

Тема 1-71. Отработка танцев

Учебно-тематический план 5 года обучения

№п\п	Название раздела	Количество часов			Форма аттестации и контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводный урок. Техника безопасности Антитеррористическая безопасность	4	1	3	Знание правил поведения в танцевальном зале.
2.	Повторение пройденного материала по вращениям, прыжкам, дробям	14	6	8	Умение исполнять комбинации вращений, дробей, прыжков
3.	Кадриль	8	2	6	Знание основ танца «Кадриль», умение исполнять танец
4.	Пляски по кругу	8	2	6	Знание основ плясок по кругу, умение исполнять варианты плясок.
5.	Постановочная работа	104	34	70	Разучивание движений и танцевальных комбинаций из танцев репертуарного

					плана.
8.	Повторение пройденного материала	6	-	6	Умение выполнять движения точно, амплитудно, музыкально и выразительно
9.	Итого:	144	45	99	

Модуль "Введение и техника безопасности"

Тема 1. Вводное занятие. Техника безопасности в зале хореографии.

Тема 2. Антитеррористическая безопасность.

Модуль «Повторение изученного»

Тема 1. Вращения. Повторение пройденного

Тема 2. Комбинация вращений

Тема 3. Прыжки. Повторение пройденного

Тема 4. Комбинация прыжков

Тема 5. Дробы. Повторение пройденного

Тема 6. Комбинация дробей

Тема 7. Комбинация вращений, прыжков и дробей в русском танце

Модуль «Кадриль»

Тема 1. Кадриль. История и традиции

Тема 2. Кадриль. Традиционные движения: па-де-баск, шассе, глиссады, притопы и др.

Тема 3. Кадриль. Основные формы построения: квадратные, линейные, круговые

Тема 4. Кадриль. Фигуры: четвёрка, шестёрка, восьмёрка

Модуль «Пляски по кругу»

Тема 1. Игровые хороводы. История и традиции

Тема 2. Пляски по кругу. Танок

Тема 3. Пляски по кругу. Полька, Матаня

Тема 4. Пляски по кругу. Акулинка, Тимоня

Модуль «Повторение пройденного материала»

Тема 1-3. Отработка всего пройденного материала за полугодие и за год.

Модуль «Постановочная работа»

Тема 1-48. Отработка танцев

После прохождения и изучения новое движение вводятся в экзерсис как составляющий элемент, повторяются и отрабатываются на каждом занятии, то есть происходит наработка танцевального материала и отработка исполнительского мастерства.

Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

- Наличие оборудованного зала для занятий.
- Наличие у детей специальной формы для занятий (у мальчиков шорты и футболка, у девочек купальник-трико, либо купальник для занятий и юбочка).
- Музыкальное сопровождение (наличие аудиозаписей, кассеты, диски)
- Наличие сценических костюмов для концертных номеров.

Программно-методическое обеспечение

- Методические разработки, литература по хореографическому искусству;
- Литература по педагогике и психологии;
- Методические видеоматериалы различных направлений

хореографии.

- Видеозаписи балетных спектаклей и выступлений профессиональных коллективов народного танца и современной хореографии.

Список литературы

Литература для педагога

1. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца –Танцевальные движения и комбинации на середине зала. –М: Владос, 2004.
2. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Упражнения у станка. –М: Владос, 2005.
3. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Этюды. –М: Владос, 2004.
4. Звягин Д.Е. Народно-характерный танец. Первый год обучения: методическая разработка для студентов хореографического отделения.–СПб, 1999.
5. Мельников М.Н. Детский фольклор и проблемы народной педагогики / М.Н. Мельников - Новосибирск, Просвещение 1987.
6. <http://www.horeograf.com/knigi>

Литература для обучающихся и родителей

1. Богаткова Л. Хоровод друзей.–М: Детиздат, 1957.
2. Богданов Г.Ф. Урок русского народного танца / Г.Ф. Богданов. - М., 1995. - С.23.
3. <https://vuzlit.ru/> HYPERLINK "https://vuzlit.ru/75189/spisok_literatury"75189 HYPERLINK "https://vuzlit.ru/75189/spisok_literatury"/spisok_literatury

**Мониторинг оценки результатов качества усвоения программного
материала и учебной деятельности учащихся (итоговый)**

№	ФИО	Уровень развития физических качеств и двигательных умений	Полнота и правильность выполнения задания;	Владение техникой упражнений
		* растяжка * выносливость * координация * гибкость * постановка корпуса	*самостоятельность выполнения задания; *темп выполнения задания;	умение воспринимать музыку; *умение импровизировать под музыку; * использование музыкальных образов
1				

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 647030360437668574821219143876024766403350371024

Владелец Хохлова Елена Александровна

Действителен с 20.01.2026 по 20.01.2027