

Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
Центр детского творчества городского округа Вичуга

Принята на заседании  
координационно-методического  
совета МБУ ДО ЦДТ  
Протокол № 6 от 31.05.2022г



Утверждаю  
Директор МБУ ДО ЦДТ  
Н.Б.Верховская  
Приказ № 14а от 01.06.2022 г

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
художественной направленности

## «Радуга танца»

Возраст обучающихся: 6-17лет  
Срок реализации: 1 год

Разработчик программы,  
педагог дополнительного образования:  
Баранова Татьяна Анатольевна,  
педагог дополнительного образования

Вичуга 2022

## ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Пояснительная записка	3	
2. Характеристика содержания программы		5
3. Прогнозируемый результат	6	
4. Условия реализации образовательной программы		8
5. Учебный план	10	
6. Содержание программы	11	
7. Методическое обеспечение образовательной программы	18	
8. Список литературы	19	
Приложение к программе:		
Приложение 1 «Календарный учебный график»		20
Приложение 2 «Календарный план мероприятий по воспитательной работе»	21	

## 1.ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Радуга танца» разработана с учётом нормативно-правовых документов:

- Закон «Об образовании в РФ» № 273-ФЗ 29.12.2012 года;
- Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022г №678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015г №996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в РФ на период до 2025 года»;
- Федеральный закон от 29.12.2010г ;436- ФЗ (ред. 18.12.2018г) «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию»;
- Приказ Минпросвещения РФ от 09.11.2018г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Национальный проект «Образование» (Пр. 24.12.2018г);
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка», (07.12.2018г);
- Федеральный проект «Патриотическое воспитание» (01.01.2021г);
- Целевая модель развития региональной системы дополнительного образования детей (приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2018г №467);
- Постановлениеглавного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г №28 «Об утверждении СанПин 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (зарегистрированного в Минюсте России 18.12.2020г №61573);
- Конвенция о правах ребенка (принята резолюцией 44 25 Генеральной Ассамблеей от20.11.1989г.).

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Радуга танца» направлена на формирование у детей представления о выразительности танцевальной пластики, отражающей внутренний мир человека, совершенствует выразительность, легкость движений, силу и грацию, а также на общее, гармоничное духовное и физическое развитие ребенка.

Актуальность и новизна данного общеразвивающего курса заключается в том, что у современных школьников ярко выражен интерес к танцевальному искусству, поэтому она популярна и востребована.Занятия по разучиванию танца развивают у ребёнка свободу движений, чувство пространства, образное мышление, память, внимание, музыкальность, эмоциональность, пластичность, гибкость, координацию движений и творческие способности.

Ведущая идея программы: чем раньше ребенок получит гамму разнообразных впечатлений, чувственного опыта, тем более гармоничным, естественным, музыкально-ритмичным будет дальнейшее его развитие и становление личности. Занятия по разучиванию танца развивают у ребёнка свободу движений, чувство пространства, образное мышление, память, внимание, музыкальность, эмоциональность, пластичность, гибкость, координацию движений и творческие способности.

Программа позволяет педагогу раскрыть в детях возможность владения своим телом более свободно, что ведет к глубокому осмыслению эмоциональной сферы ребенка, способствуя активизации его умственной деятельности, дает залог профессионального исполнения танца.

Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие.

### **Цели и задачи программы**

**Цель программы:** развитие творческого потенциала обучающихся в процессе обучения искусству хореографии.

#### **Задачи:**

#### **Обучающие:**

1. Познакомить с искусством хореографии.
2. Ознакомить с основными движениями танца.
3. Дать представление о танцевальном образе.
4. Дать первоначальную хореографическую подготовку.
5. Обучить детей закономерностям музыкальной формы и ритмической организации современного танца.

#### **Развивающие:**

1. Развивать у обучающихся музыкальный слух, двигательные способности, чувство ритма, память, внимание.
2. Способствовать эстетическому развитию и самоопределению ребёнка.
3. Развивать выразительность и осмысленность исполнения танцевальных движений.
4. Пробуждать познавательный интерес, расширять кругозор детей.
5. Развивать художественный вкус и творческое воображение.

### **Воспитательные:**

1. Воспитывать у обучающихся интерес и любовь к музыке, потребность к самовыражению в движении под музыку и творческому поиску.
2. Воспитывать духовно богатую личность через приобщение к хореографическому искусству.
3. Приучать к трудолюбию, усидчивости, воспитывая силу воли в достижении поставленной цели.
4. Воспитывать умение работать в коллективе.
5. Прививать интерес к занятиям, любовь к танцам.

## **2. ХАРАКТЕРИСТИКА СОДЕРЖАНИЯ ПРОГРАММЫ**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Радуга танца» рассчитана на детей 6-17 лет, набор детей производится в три разновозрастные группы (младшая: 6-10 лет, средняя: 11-13 лет, старшая: 14-17 лет), отбор детей не имеющих медицинских противопоказаний для занятий данным видом деятельности.

Освоение программы: рассчитана на 1 год обучения и включает в себя занятия по народному, современному и эстрадно-музыкальному танцу.

Направленность программы: художественная.

Уровень освоения программы: стартовый (ознакомительный).

Основной формой работы в объединение является групповое занятие по расписанию.

Основная форма образовательной работы с детьми: музыкально-тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка.

Расширяя кругозор детей, знания о фольклоре и в целом о культуре народов разных стран программа предполагает такие формы, как:

- демонстрация техники исполнения основных движений танца;
- демонстрация вариаций;
- отработка движений;
- постановка танца;
- репетиции.

В процессе занятий сочетается коллективная и индивидуальная форма обучения. Образовательный процесс строится в соответствии с возрастом, психофизиологическими возможностями детей. Постепенно, от занятия к занятию, усложняется учебный материал: движения, ритмика, пластика и т.д. Поначалу необходимо заинтересовать ребёнка, развить желание заниматься в

коллективе и только потом переходить к целенаправленному формированию исполнительских умений и навыков.

Программа позволяет развивать индивидуальные творческие способности, совершенствовать полученные знания и приобретенные исполнительские навыки. Подготовка и участие в концертах и конкурсных выступлениях предполагает возможную необходимую коррекцию времени и режима занятий.

Учебное планирование программы блочно-модульное и состоит из основных блоков: эстрадный танец, народный танец, современный танец, ритмопластика. Каждый блок включает повторяющиеся законченным циклом основные составляющие: тренаж – ритмика – хореография – ОФП – танец.

Итогом работы по освоению программного материала являются показатели уровня развития детей, знания, умения и навыки, приобретенные и выработанные в процессе обучения. В программе они представлены дифференцированно.

### 3. ПРОГНОЗИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

(по группам обучения)

Год обучения	Группа обучения	Знать	Уметь
Первый	Младшая (6 – 10 лет)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Основную постановку рук, ног, корпуса;</li> <li>• Подготовительные упражнения хореографии;</li> <li>• Элементы народного танца;</li> <li>• Что такое характер музыки, темп, динамические оттенки, строение музыкального произведения;</li> <li>• Позиции и упражнения классического танца;</li> <li>• Основные танцевальные движения в эстрадном танце;</li> <li>• Классический поклон;</li> <li>• Построения и</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Начинать и заканчивать движения вместе с музыкой;</li> <li>• Различать темп и характер музыки;</li> <li>• Исполнять танцевальный шаг вперед и назад, на полупальцах и пяточках, шаг с подскоком, боковой галоп;</li> <li>• Выполнять поклон;</li> <li>• Исполнять упражнения классического танца;</li> </ul>

		перестроения.	
Первый	Средняя (11 – 13 лет)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Что такое такт и затакт;</li> <li>• Различные танцевальные жанры;</li> <li>• Позиции рук и ног;</li> <li>• Основные движения в русском народном танце;</li> <li>• Танцевальные жанры эстрадного танца;</li> <li>• Танцевальную лексику;</li> <li>• Основные танцевальные движения;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Определять на слух танцевальный размер;</li> <li>• Отчитывать такт и определять затактовое построение;</li> <li>• Анализировать музыку разучиваемого танца.</li> <li>• Самостоятельно составлять небольшие танцевальные композиции;</li> </ul>
Первый	Старшая подростковая (14 – 17 лет)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Рисунок танца, его композиция;</li> <li>• Стили и манеры исполнения танцевальных композиций;</li> <li>• Направление модерн, джаз, хип-хоп, хаус.</li> <li>• Стили и манеры исполнения танцевальных композиций;</li> <li>• Направление модерн, джаз, хип-хоп, хаус.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Самостоятельно составлять небольшие танцевальные композиции;</li> <li>• Подобрать музыкальный материал;</li> <li>• Составить свой импровизированный этюд.</li> <li>• Подобрать музыкальный материал;</li> </ul>

			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Составить свой импровизированный этюд.</li> </ul>
--	--	--	--

## Модель выпускника

Выпускник образовательной программы «Радуга танца» должен хорошо ориентироваться во всем многообразии видов хореографического искусства: эстрадном, народном танце. Знать отличительные особенности каждого из вышеперечисленных видов, определять вид танца при его просмотре, уметь выполнять наиболее распространенные элементы каждого из видов. Наличие всех этих знаний и умений определяет владение навыками хореографического искусства.

Из отдельных танцевальных элементов составлять этюды, в зависимости от музыкального сопровождения, а также производить соединение отдельных этюдов в единую танцевальную композицию.

Выпускник способен к самостоятельности и самовыражению.

Полученные знания в области хореографического искусства дают выпускнику «Радуга танца» возможность обрести чувство уверенности в своих силах, проявить скрытые индивидуальные возможности.

## 4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

**Материально-технические условия.** Для занятий обучающихся «Радуга танца» используется кабинет общей площадью 81 кв. м. В кабинете имеется 6 окон (3 на юг, 3 на запад). Для компенсации и нехватки естественного освещения (при пасмурной погоде и в вечернее время) используется 10 люстр. Пол в кабинете паркетный с ковровым покрытием.

Кабинет оснащен необходимым оборудованием для проведения занятий:

- зеркалами (расположенными на северной стороне кабинета, длиной 8 м);
- станками (установленными в стационарном положении вдоль стен западной и северной стороны);
- ноутбук.

**Организационные условия.** Занятия проводятся в группах численностью 10-12 человек.

Помещение кабинета с данной площадью позволяет свободно передвигаться каждому из учащихся группы.

**Методические условия.** Для методического сопровождения реализации программы имеется необходимый методический инструментарий:

- интернет-ресурсы;



- аудио-видеоматериалы;
- медиатека;
- авторские методические разработки
- особенности работы в условиях COVID 19 (расписание перемены и т.п.)

Для реализации содержания программы необходимо учитывать элементарные требования:

К подбору музыкального сопровождения.

Необходимо стремиться, чтобы музыка отвечала требованиям высокой художественности, воспитывала вкус ребенка и при этом вызывала моторную реакцию, была «удобной» для двигательных упражнений. Она должна быть небольшой по объему (для младшего возраста умеренной по темпу и разнообразной, а для старшего – быстрой, медленной, с ускорениями и замедлениями и обязательно законченной).

К подбору движений.

Первое правило: движения должны соответствовать музыке и быть доступными для возраста, понятными, разнообразными и нестереотипными и выражать рисунок хореографической композиции.

При этом важно педагогу правильно рассчитать и выдержать интенсивность нагрузки от заданного темпа.

Во время занятий необходимо контролировать самочувствие детей (дозировку физической нагрузки на каждом этапе занятия).

**Внешние условия.** Работа по программе «Радуга танца» организуется при условии активной деятельности по реализации своего творческого потенциала, участия в различных концертных программах и массовых мероприятиях, как в Центре детского творчества, так и на городском (муниципальном) уровне.

**5.УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
на 2022-2023 учебный год

№п/п	Наименование раздела, темы	1 год обучения			1 год обучения			1 год обучения		
		Младшая группа(6-10 лет)			Средняя группа(11-13лет)			Старшая группа(14-18лет)		
		Теория	Практика	Всего	Теория	Практика	Всего	Теория	Практика	Всего
<b>I</b>	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>2</b>
<b>II</b>	<b>Эстрадный танец</b>	<b>6</b>	<b>28</b>	<b>34</b>	<b>6</b>	<b>14</b>	<b>20</b>	<b>6</b>	<b>14</b>	<b>20</b>
1.	ОФП	1	3	4	1	1	2	1	1	2
2.	Ритмика	1	3	4	1	2	3	1	2	3
3.	Растяжка	1	5	6	1	2	3	1	2	3
4.	Элементы хореографии	1	5	6	1	2	3	1	2	3
5.	Эстрадный тренаж	1	6	7	1	3	4	1	3	4
6.	Постановка танца	1	6	7	1	4	5	1	4	5
<b>III</b>	<b>Народный танец</b>	<b>5</b>	<b>19</b>	<b>24</b>	<b>5</b>	<b>15</b>	<b>20</b>	<b>5</b>	<b>15</b>	<b>20</b>
1.	ОФП	1	3	4	1	3	4	1	3	4
2.	Народный тренаж	1	3	4	1	3	4	1	3	4
3.	Растяжка	1	3	4	1	3	4	1	3	4
4.	Элементы хореографии	1	5	6	1	3	4	1	3	4
5.	Постановка танца	1	5	6	1	3	4	1	3	4
<b>IV</b>	<b>Современный танец</b>				<b>6</b>	<b>12</b>	<b>18</b>	<b>6</b>	<b>12</b>	<b>18</b>
1.	ОФП	-	-	-	1	2	3	1	2	3
2.	Ритмика	-	-	-	1	2	3	1	2	3
3.	Растяжка	-	-	-	1	2	3	1	2	3
4.	Элементы хореографии	-	-	-	1	2	3	1	2	3
5.	Современный тренаж	-	-	-	1	2	3	1	2	3
6.	Постановка танца	-	-	-	1	2	3	1	2	3
<b>V</b>	<b>Ритмопластика Постановка образа</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
<b>VI</b>	<b>Подготовка и участие в мероприятиях</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
<b>VII</b>	<b>Контрольное занятие</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
<b>ИТОГО:</b>		<b>16</b>	<b>56</b>	<b>72</b>	<b>22</b>	<b>50</b>	<b>72</b>	<b>22</b>	<b>50</b>	<b>72</b>

## **6.СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

### **Младшая группа: 6-10 лет**

#### **Вводное занятие (2 часа)**

**Теория (2 часа).**Проведение в форме организованной работы, беседы с детьми о целях и задачах первого года обучения, о правилах поведения на занятиях, о форме одежды для занятий, о наличии медицинского заключения состояния здоровья ребенка. Просмотр видеозаписи с выступлениями и занятиями детей других годов обучения. Инструктаж по технике безопасности.

#### **Эстрадный танец (34 часа)**

**Теория (6 часов).** Элементарные понятия, с которыми знакомятся учащиеся первого года обучения:

- характер музыки, темп, ритм, музыкальный размер;
- динамические оттенки в музыке (форте, пьано);
- характер исполнения (легато, стаккато);
- знакомство с музыкальными размерами;
- понятие о такте и затакте;
- строение музыкальной речи, длительность звука, такт, фраза, предложение;
- эмоциональная выразительность.

**Практика (28 часа).** Построения и перестроения. Построение в колонну по одному и по двое, перестроения из колонны по одному в пары, обратно, на месте и на шагах.

Постановка корпуса, ног, рук и головы. Разучивание поклона.

Построение в шеренгу, в круг, сужение и расширение круга, свободное размещение в зале, построение «цепочкой», построение «воротца».

Использование эмоциональной выразительности во время танцевальных упражнений.

#### **Народный танец (24 часа)**

**Теория (5 часов).** Основные требования, предъявляемые к исполнению танцев: музыкальность, грамотность, красота и выразительность. Понятие об интервалах. Понятие о движении по линии танца и обратно. Первоначальное представление о танцевальном образе.

**Практика (19 часов).** Упражнения народно-характерного танца. Вытягивание ноги в стороны и вперед, в сторону из положения на «пояс» в

характере русского танца, соединяя потом это упражнение с поворотом головы и корпуса. Основные танцевальные движения. Танцевальный шаг вперед и назад, на полу пальцах, лёгкий бег, шаг с подскоком. Удары стопой по шестой и третьей позициям ног. Поклон и реверанс. Тройной притоп. Боковой галоп по шестой позиции ног. Хлопки в ладоши по одному и в парах. Положение рук в парных танцах: за одну руку, накрест, за две руки.

Разучивание основных позиций рук и ног в русском народном танце (сходны с позициями классического танца).

Разучивание хлопков: «ладушки», «блинчики», «тарелочки», «бубен», «колокола», «колокольчики», «ловим комариков».

Разучивание хлопков в парах: «стенка», «большой бубен», «крестики».

Подготовка к ковырялочке, верёвочки, моталочки.

### **Современный танец.**

Разучивание со средней группы.

### **Ритмопластика. Постановка образа (4 часов).**

**Теория (1 часа).** Общий характер музыки - дети учатся слушать музыку, воспринимать ее характер, отражать его в движениях и пластике.

Строение музыкальной речи, длительность ритмический рисунок. Музыкально-танцевальным импровизации.

**Практика (3 часа).** Работа над правильной осанкой детей: опущенные плечи, спина прямая, подбородок высоко поднят, мышцы живота и ягодиц подтянуты. Упражнения на развитие координации движения, на использование мимики, жестов, поз во время исполнения танцевальных композиций.

Передача в движении характера музыки, размера и ритмического рисунка. Определение на слух музыкального размера. Отчет тактов и определение затактового построения. Прослушивание и анализ музыки разучиваемых танцев.

Упражнения, развивающие музыкальные чувство:

Марш «танцевальный шаг» (исполняется со сменой размеров и темпов). Шаг на полупальцах с высоким подъемом колена. Бег на полупальцах с высоким подъемом колена вперед, подскоки. Повороты головы, наклоны головы. Наклоны корпуса вперед, назад и в сторону. Основные положения ног: свободная и IV позиция. Основные положения рук: вдоль корпуса, на поясе. Прыжки (на двух ногах, на одной ноге, с поворотом). Упражнения со скакалкой, платочком, лентой.

Построения и перестроения в соответствии со структурой музыкальных произведений.

Упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов, выворотности ног; исполняются в положении сидя, лежа на спине и на животе.

1. Растяжки на полу.
2. Упражнения для гибкости спины.

Упражнения на понимание образа во время исполнения народных и эстрадных танцев. Основные требования к исполнению: музыкальность, грамотность, красота и выразительность.

### **Подготовка и участие в мероприятиях (4 часа).**

**Теория (1 час).** Знакомство с музыкальным материалом постановки. Знакомство со сценой и её особенностями.

**Практика (3 часа).** Пробные выступления на сцене ЦДТ, в течение года. Изучение танцевальных движений, соединение движений в танцевальные композиции, разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах. Отработка элементов, работа над музыкальностью, развитие пластичности, синхронность в исполнении, работа над техникой танца, отработка четкости и чистоты в рисунках, построений и перестроений, выразительность и эмоциональность исполнения танцевального номера.

**Контрольное занятие (4 часа).** Проводится в форме зачета по ранее изученному разделу, который состоит из теории и практики. Уровень усвоения программного материала учащимися контролируется через тесты.

Полученные результаты заносятся в протокол контрольных занятий.

## Средняя группа: 11-13лет

### Вводное занятие (2часа)

**Теория (2 часа).** Проведение в форме организованной работы, беседы с детьми о целях и задачах первого года обучения, о правилах поведения на занятиях, о форме одежды для занятий, о наличии медицинского заключения о состоянии здоровья ребенка. Инструктаж по технике безопасности.

### Эстрадный танец (20 часов)

**Теория (6 часов).** Элементарные понятия, с которыми знакомятся учащиеся первого года обучения:

- Характер музыки, темп, ритм, музыкальный размер;
- Динамические оттенки в музыке;
- Характер исполнения;
- Эмоциональная выразительность;
- Знакомство с музыкальными размерами;
- Понятие о такте и затакте.

**Практика (14 часов).** Построения и перестроения. Построение в колонну по одному и двое, перестроения из колонны по одному в пары, обратно, на месте на шагах.

Постановка корпуса, ног, рук и головы. Разучивание поклона и позиций ног.

Построение в шеренгу, в круг, сужение и расширение круга, свободное размещение в зале. Движение в колонны по диагонали с переходами в центре через одного. Перестроения в парах: обход одним партнёром другого, до-за - до, и др.

Ритмические упражнения с музыкальным заданием. Разучивание подготовительных упражнений хореографии, использование их в танцевальных композициях.

### Народный танец (20 часов)

**Теория (5 часов).** Основные требования, предъявляемые к исполнению танцев: музыкальность, грамотность, красота и выразительность. Понятие об интервалах. Понятие о движении по линии танца и обратно. Первоначальное представление о танцевальном образе.

**Практика (15 часов).** Упражнения народно-характерного танца. Вытягивание ноги в стороны и вперед, в сторону из положения на «пояс» в характере русского танца, соединяя потом это упражнение с поворотами головы и корпуса. Основные танцевальные движения. Танцевальный шаг вперед и назад, на полу пальцах, легкий бег, шаг с подскоком. Удары стопой по шестой и третьей позициям ног. Знакомство и разучивание «русского поклона». Тройной притоп. Боковой галоп по шестой позиции ног. Хлопки в

ладоши по одному и в парах. Положение рук в парных танцах: за одну руку, накрест, за две руки. Разучивание основных позиций рук и ног (сходны с позициями классического танца). Подготовка к ковырялочке, верёвочки, моталочки.

### **Современный танец (18 часов).**

**Теория (6 часов).** Знакомство с танцевальными стилями хип-хоп, хаос, регби, реп.

**Практика (12 часов).** Разучивание танцевальных движений в стиле хип-хоп, хаос, регби, реп (основные шаги, выпады и особенности каждого стиля). Углубленное изучение движений в танцевальных композициях.

### **Ритмопластика. Постановка образа (4 часа).**

**Теория (1 час).** Общий характер музыки - дети учатся слушать музыку, воспринимать ее характер, отражать его в движениях и пластике. Строение музыкальной речи, длительность ритмический рисунок.

**Практика (3 часа).** Работа над правильной осанкой детей: опущенные плечи, спина прямая, подбородок высоко поднят, мышцы живота и ягодиц подтянуты. Упражнения на развитие координации движения, на использование мимики, жестов, поз во время исполнения танцевальных композиций.

Передача в движении характера музыки, размера и ритмического рисунка. Определение на слух музыкального размера. Отчет тактов и определение затактового построения. Прослушивание и анализ музыки разучиваемых танцев.

### **Подготовка и участие в мероприятиях (4 часа).**

**Теория (1 час).** Знакомство со сценой и её особенностями.

**Практика (3 часа).** Пробные выступления на сцене ЦДТ, в течение года.

### **Контрольное занятие (4 часа).**

Проводится в форме занятия. Проверка ранее изученного материала по полугодиям учебного года.

## **Старшая группа: 14-17 лет**

### **Вводное занятие (2 часа)**

**Теория (2 часа).** Проведение в форме организованной работы, беседы с детьми о целях и задачах первого года обучения, о правилах поведения на занятиях, о форме одежды для занятий, о наличии медицинского заключения о состоянии здоровья ребенка. Инструктаж по технике безопасности.

### **Эстрадный танец (20 часов)**

**Теория (6 часов).** Знакомство со стилями эстрадных танцев: джаз, модерн, диско, восточные танцы. Продолжение работы над понятиями:

- Характер музыки, темп, ритм, музыкальный размер;
- Динамические оттенки в музыке;
- Характер исполнения;
- Эмоциональная выразительность;
- Знакомство с музыкальными размерами;
- Понятие о такте и затакте.

**Практика (14 часов).** Разучивание свободных композиций. Круговые вращательные движения: от плеча, от локтя и в запястье, сбрасывание и отгибание кистей рук, волнообразные движения руками, прищёлкиванием пальцами, переводы рук в характере восточных танцев. Опускание на колено.

Закрепление пройденного материала на более сложных примерах. Особое внимание уделяется маршевой и танцевальной музыки. Учащиеся должны определять особенности танцевальных жанров, уметь самостоятельно находить нужные движения и исполнить их в соответствующем жанре характере, импровизировать на заданную тему.

### **Народный танец (20 часов)**

**Теория (5 часов).** Специфические особенности танцевального языка русского танца. Систематизация знаний по народному танцу. Связь плясок с жизнью, бытом, нравами и обычаями народов.

**Практика (15 часов).** Упражнения народного танца. Дробное выстукивание в характер русских плясок. Упражнения с ненапряженной стопой. Основные движения. Элементы русской пляски.

### **Современный танец (18 часов)**

**Теория (6 часов).** Продолжение знакомства с танцевальными стилями хип-хоп, хаос, регби, реп.

**Практика (12 часов).** Продолжение разучивания танцевальных движений в стиле хип-хоп, хаос, регби, реп (основные шаги, выпады и особенности



каждого стиля). Углубленное изучение движений в танцевальных композициях.

**Ритмопластика. Постановка образа (4 часа).**

**Теория (1 час).**Расширение представлений о танцевальном образе на основе эстрадных и народных танцев. Умение поставить образ во время исполнения танцевальной композиции.

**Практика (3 часа).**Использование движений в характере музыки (чётко, сильно, медленно, плавно). Продолжение отработки изученного материала ранее.

**Подготовка и участие в мероприятиях (4 часа).**

**Теория (1 часа).**Умение «работать на публику» со сцены. Знакомство с другими коллективами города и района.

**Практика (3 часа).**Выступления на сцене ЦДТ, города и района, в течение года.

**Контрольное занятие (4 часов).**

Проводится в форме занятия. Проверка ранее изученного материала по полугодиям учебного года.

## 7.МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Тематика занятий	Методы и формы		Дидактический материал. Оснащение и оборудование	Формы подведения итогов
	Методы	Формы		
I.Эстрадный танец	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Репродуктивный</li> <li>– Рефлексии</li> <li>– Эмпирический</li> <li>– Эвристический</li> <li>– Комбинированный</li> <li>– Самооценки и контроля</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Групповые</li> <li>– Индивидуальные</li> <li>– Образно-игровые</li> <li>– Танцевальной композиции</li> <li>– Сюжетные танцы</li> <li>– Этюды</li> </ul>	Танцевальный зал, станок, музыкальное сопровождение, видео и аудиоматериалы	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Контрольные занятия по окончании темы.</li> <li>– Зачетные занятия.</li> <li>– Концертные выступления.</li> </ul>
II. Народный танец	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Репродуктивный</li> <li>– Рефлексии</li> <li>– Образной картины</li> <li>– Образного видения</li> <li>– Сравнения</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Коллективная</li> <li>– Индивидуальные</li> <li>– Танцевальные этюды</li> <li>– Сюжетные композиции</li> <li>– Образно-игровые</li> <li>– Коррекционные</li> </ul>	Танцевальный зал, станок, музыкальное сопровождение, видео и аудиоматериалы	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Зачетные занятия.</li> <li>– Концертные выступления.</li> </ul>
III. Современный танец	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Рефлексии</li> <li>– Сравнения</li> <li>– Эмпатии</li> <li>– Эмпирический</li> <li>– Наглядно – иллюстративный</li> <li>– Образного видения</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Танцевальные этюды</li> <li>– Сюжетные композиции</li> <li>– Групповые</li> <li>– Коллективная</li> <li>– Индивидуальные</li> <li>– Работа в парах</li> </ul>	Танцевальный зал, станок, музыкальное сопровождение, видео и аудиоматериалы	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Контрольные занятия.</li> <li>– Концертные выступления.</li> </ul>
IV. Ритмопластика	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Наглядный</li> <li>– Репродуктивный</li> <li>– Рефлексии</li> <li>– Символического видения</li> <li>– Самооценки и контроля</li> <li>– Метод ошибок</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Индивидуальные</li> <li>– Групповые</li> <li>– Коллективная</li> <li>– Этюды</li> <li>– Образно-игровые</li> </ul>	Танцевальный зал, станок, музыкальное сопровождение, видео и аудиоматериалы	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Зачетная система.</li> <li>– Контрольные занятия.</li> </ul>
V. Постановка образа	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Образного видения</li> <li>– Прогнозирования</li> <li>– Придумывания</li> <li>– Образной картины</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Сюжетные композиции</li> <li>– Танцевальные этюды</li> <li>– Индивидуальные</li> <li>– Коллективная</li> </ul>	Танцевальный зал, станок, музыкальное сопровождение, видео и аудиоматериалы	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Концертные выступления.</li> </ul>

## 8. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

### **I. Список литературы, использованной при написании программы:**

1. Барышникова, Т.К. Азбука хореографии / Т.К.Барышникова. -СПб., 1996 г.;
2. Бекина С. И. и др. «Музыка и движение», М., 2000 г.;
3. Боттомер У. «Учимся танцевать», «ЭКСМО-пресс», 2002 г.;
4. Боттомер, Б. «Уроки танца» / Б. Боттомер. - М.: Эксмо, 2003 г.;
5. Динниц Е. В. «Джазовые танцы», ООО «Издательство АСТ», 2004 г.;
6. Кнорова Е.В. Танцевальные кружки для старших школьников / Е. В. Кнорова, В.Н.Светинская - М.: Академия пед. наук, 1958 г.;
7. Михайлова М. А. Танцы, игры, упражнения для красивого движения / М.А.Михайлова, Е.В. Воронина. - Ярославль, 2000 г.;
8. Подласый И. П. «Педагогика: В 2 кн.», «Владос», 2003 г.;
9. Назайкинский Е.В. Звуковой мир музыки. - М.: Музыка, 1988 г.;
10. Никитин Б. Развивающие игры. - М., 1985 г.;
11. Ветлугина Н. Музыкальное развитие ребенка. – М., 1976 г.;
12. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать: Учеб. Пособие для студ. Учреждений сред. Проф.Образования. -М.: изд. центр ВЛАДОС, 2003 г.;
13. Современный бальный танец. - М.: Искусство, 1981 г.;
14. Филатов С.В. От образного слова – к выразительному движению. – М.: 1993 г.;
15. Бекина С.И. и др. Музыка и движение. – М.: 1983 г.;
16. Красовская В.М. О классическом танце/ В кн. Н. Базарова, В. Мей "Азбука классического танца". – Л.: 1983г..

### **II. Список литературы, рекомендованный обучающимся для успешного усвоения данной программы:**

1. Смирнов М.А. Эмоциональный мир музыки. - М.: Музыка, 1990 г.;
2. Шишкина В.А. Движение + движение. - М.: Просвещение, 1992 г.;
3. Минский Е.М. От игр к занятиям. - М., 1982 г.;
4. Богатка Л. Хоровод друзей. – М., 1957 г.;
5. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. – СПб, 2000 г.;
6. Народные танцы. - М.: Искусство, 1975 г.;
7. Череховская М.Н. Танцевать могут все. – Минск, 1973 г.;
8. Школьников Л. О танцах в шутку и всерьез. – М., 1966..

**Календарный учебный график промежуточной и итоговой аттестации  
по программе «Радуга танца»  
педагога д/о Барановой Татьяны Анатольевны  
на 2022-2023 уч.год.**

Учебный год с 1.09.2022 по 31.05.2023г.

Одногодичное обучение, 36 учебных недель.

Продолжительность занятий – 45 минут.

Перерыв между занятиями – 15 минут.

Каникулы в течение учебного года не предусмотрены.

Месяц	Мероприятия
Декабрь	<p align="center"><b>Промежуточная аттестация за I полугодие по программе «Радуга танца»</b></p> <p>Младшая группа:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Теория: контрольные вопросы (характер музыки, темп, ритм, музыкальные размеры, понятие о такте).</li> <li>- Практика: постановка корпуса, позиции ног, построение в шеренгу, перестроение в парах.</li> </ul> <p>Средняя группа:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Теория: опрос по контрольным вопросам (такт, затакт, стили в музыке: модерн, диско и т.д.).</li> <li>- Практика: круговые вращательные движения, волнообразные движения рук и т.д.</li> </ul> <p>Старшая группа:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Теория: по карточкам: отличия направления «балет-модерн», характерные особенности жанров: реп, хип-хоп, хаос.</li> <li>- Практика: составление этюдов современного эстрадного танца.</li> </ul>
Май	<p align="center"><b>Промежуточная аттестация за II полугодие по программе «Радуга танца»</b></p> <p>Младшая группа:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Теория: контрольные вопросы по всему материалу (основные требования к исполнению танцев – музыкальность Май, выразительность, понятие «танцевальный образ»).</li> <li>- Практика: упражнения на координацию движений, определение на слух музыкального размера.</li> </ul> <p>Средняя группа:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Теория: народный танец – специфика танцевального языка.</li> <li>- Практика: основные движения народного танца, упражнения с неправильной осанкой.</li> </ul> <p>Старшая группа:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Теория: ритмопластика; стиль и манера исполнения современных танцев (композиций); теоретические вопросы за I полугодие.</li> <li>- Практика: составление этюдов на основе изученного материала.</li> </ul>

**Календарный план мероприятий по воспитательной работе  
в объединении «Радуга танца»  
на 2022 - 2023 учебный год.**

**Педагог дополнительного образования Баранова Т.А.**

<b>п/п</b>	<b>Содержание работы</b>	<b>Сроки</b>
1	«Посвящение в юные танцоры», тематическое занятие	Сентябрь
2	«Правила личной гигиены для танцоров», беседа	Октябрь
4	«Интернет безопасность!» (беседа с обучающимися)	Ноябрь
5	«Мы за здоровый образ жизни!»(беседа с обучающимися)	Декабрь
6	«На суженого, на ряженого...», рождественские гадания	Январь
7	«Всем папам посвящается!», танцевальный флэш-моб	Февраль
8	«Мамины секреты!», беседа о профессиях	Март
9	«Международный день танца», открытое занятие	Апрель
10	«Георгиевская ленточка», участие в акции	Май
11	Участие в Отчетном концерте -2023	Май
12	Участие в массовых мероприятиях ЦДТ (фестивали, слеты, тематические вечера, новогодние ёлки)	В течение года
13	Участие в городских массовых мероприятиях (День города, День России и т.д.)	В течение года
14	Участие в конкурсах всех уровней (очная и заочная форма), по интернету	В течение года