

КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ  
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДСКОГО ОКРУГА «ГОРОД КАЛИНИНГРАД»  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА КАЛИНИНГРАДА  
ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ

Принята на заседании  
педагогического совета  
МАУДО ДТД и М  
«29» августа 2017 г.  
Протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУДО ДТД и М  
Г.Н. Андреева  
«29» августа 2017 г.



Дополнительная общеразвивающая программа  
художественной направленности  
«Народный танец «Мечта»  
Возраст учащихся: 16-18 лет  
Срок реализации: 2 года

Автор-составитель:  
Афанасьева Лариса Александровна,  
педагоги дополнительного образования

Калининград 20 17 г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа художественной направленности составлена в соответствии с:

- Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказом Министерства образования Российской Федерации от 29.08.2013г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Концепцией развития дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020 года;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеразвивающим программам в МАУДО ДТД и М от 01.09.2015г.

Интенсивность изменений и преобразований современной действительности ставит перед педагогикой задачу формирования такой личности, которая способна творчески осуществлять профессиональную деятельность в современных условиях.

**Актуальность и новизна.** Дифференцированное обучение в настоящее время рассматривается в качестве эффективного средства обучения одарённых детей. Прогресс во всех сферах жизни общества невозможен без повышенного внимания к таким детям. В последнее время это осознается на государственном уровне. Вместе с тем решение подобных проблемы требует разработки для них специальных образовательных условий. В мировой образовательной практике предложены следующие пути реализации образования: обучение одаренных детей в группах с более высоким уровнем и скоростью обучения; обучение их по индивидуальным программам.

Учащиеся хореографического ансамбля «Мечта», освоившие основную программу обучения, уже имеют хореографическую подготовку. Это позволяет в процессе обучения больше внимания уделить характеру, стилю,

выразительности исполнения народных танцев; закладывая крепкую основу профессиональных навыков, необходимых для дальнейшего развития и совершенствования техники танца.

Программа включает процесс усовершенствования и углубленного освоения классического танца, обогащенного за счет введения в курс обучения основ дуэтного танца, являющегося базой для изучения основных элементов народного танца, манеры исполнения и своеобразной пластики, отвечающие темпераменту, характеру и национальному духу человека. Важное место занимает изучение базовых отдельных движений (элементов), встречающихся в различных танцах народов мира, составляя их основу, являясь своеобразным языком танца, его лексикой. Основные элементы должны быть крепко и правильно освоены, поскольку это фундамент обучения народному танцу. В первый год обучения наибольшее внимание уделяется русскому народному танцу, и близким по духу славянским танцам (украинскому, белорусскому), как наиболее доступным для эмоционального восприятия и важному в процессе привития любви к народному искусству у детей. В последующие годы идет дальнейшее совершенствование исполнительского мастерства, овладение более сложными пластическими формами, расширяет круг изучаемых национальных танцев, пополняется репертуар театра танца.

**Цель программы** - средствами хореографического искусства сформировать физически и нравственно здоровую личность, ориентированную в мире культуры, способную самоопределиться по отношению к окружающей действительности; раскрыть индивидуальные возможности учащихся.

**Задачи:**

- освоить хореографические фольклорные традиции народов России, обогатив их техникой классического танца,
- заложить крепкую основу профессиональных навыков, которые необходимы для дальнейшего развития и совершенствования техники танца,
- научить передавать характер, стиль и выразительность исполнения народных танцев,
- развить творческие способности подростков на основе их индивидуальных возможностей,

- научить владеть приёмами и способами оздоровления своего организма,
- воспитать художественно-эстетический вкус, привить культуру общения.

***Возраст учащихся от 16-18 лет.***

***Программа рассчитана на 2 года обучения:***

- ***1-й год обучения – 1 раз в неделю по 3 часа – 108 часов***
- ***2-й год обучения – 1 раз в неделю по 3 часа – 108 часов***

***ИТОГО: 216 часов***

***Принципы деятельности:***

- Вариативность, разнообразие и разноуровневость обучения
- Целостность.
- Последовательность и преемственность содержания.
- Культуросообразность (восприятие в соответствии с нормами и ценностями национальной культуры и региональных традиций).
- Природосообразность (воспитание у учащихся, согласно их полу и возрасту, ответственности за развитие самих себя, за последствия своих действий и поведение).
- Сотрудничество и сотворчество детей и взрослых, старших и младших воспитанников, взаимоуважение и доверие на параллели ребенок-ребенок; ребенок-педагог.
- Принцип гуманистической направленности.
- Принцип результативности деятельности направленной на воспитание и обучение.

### **Механизм оценивания образовательных результатов:**

- Промежуточная аттестация 2 раза в год.
- Итоговая аттестация – в конце обучения.

### **Формы подведения итогов:**

- Педагогическая диагностика 2 раза в год.
- Открытые занятия.
- Зачетные занятия.
- Итоговые занятия.
- Аттестация (промежуточная и итоговая).

### **Организационно-педагогические условия реализации программы:**

Для организации образовательной деятельности имеется в наличии: 2 танцевальных зала: №28-59 кв.м., №31- 92кв.м., оборудованные специальным паркетным покрытием, танцевальными станками, зеркалами. Музыкальные инструменты: 1 баян, 2 фортепиано. Набор аудио-, видео аппаратуры: 1 видеомagneтофон, 2 телевизора, 2 магнитофона, DVD и CDдиски, флешки. Наличие костюмерной.

### **Ожидаемый результат:**

В связи с тем, что учащиеся уже имеют многолетнюю хореографическую подготовку, приобретенную за годы учебы в детских хореографических коллективах и т.к. программа носит системный характер и включает в себя комплекс знаний, умений и навыков, освоив которые учащиеся приобретают:

- опыт творческой деятельности,
- овладевают элементами профессиональной грамоты, позволяющих им либо продолжить своё образование в учебных заведениях соответствующего профиля, либо использовать полученную подготовку в сфере досуга,
- грамотно пользоваться комбинациями экзерсиса народного танца,
- повысить свой культурно-образовательный уровень, сформирована физически и нравственно здоровая личность, способная ориентироваться в мире культуры, самореализованная и адаптированная в современном мире.

# Учебный план

## 1 год обучения

№ п/п	Разделы	Общее количество часов	Теория	Практика
<b>I период (аудиторные занятия)</b>				
1.	Вводное занятие	3	1	2
2.	История хореографии	4	4	
3.	Просмотр и обсуждение видеоматериалов	2	2	
4.	Народный танец.	93		93
5.	Итоговые занятия. (промежуточная аттестация)	6		6
	Итого:	108	7	101
<b>II период (внеаудиторные занятия)</b>				
	<b>Летний период</b>	36		36
	<b>Итого за календарный год:</b>	144	7	137

## Учебный план 2 год обучения

№ п/п	Разделы	Общее количество часов	Теория	Практика
<b>I период (аудиторные занятия)</b>				
1	Вводное занятие	3	1	2
2	История хореографии	4	4	
3	Просмотр и обсуждение видеоматериалов	2	2	
4	Народный танец.	93		93
5	Итоговые занятия. (промежуточная аттестация)	6		6
	Итого:	108	7	101
<b>II период (внеаудиторные занятия)</b>				
	<b>Летний период</b>	36		36
	<b>Итого за календарный год:</b>	144	7	137

# Содержание программы

## 1 год обучения

### **1. ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ**

Темы, затрагиваемы на занятии:

- Основные организационные моменты.
- Знакомство со специальной терминологией.
- Знакомство с планом работы на год.
- Входящая диагностика.
- Проведение инструктажа по охране труда, правила поведения на занятиях в танцевальном коллективе.

Анализ деятельности коллектива за прошлый период, с целью выработки стратегии постановочной деятельности

### **2. ИСТОРИЯ ХОРЕОГРАФИИ.**

Темы:

1. Областные и региональные особенности русского танца.
2. Новые направления в искусстве хореографии.

Продолжить знакомство с основными видами русского народного танца (соло, перепляс, пляска, кадрили, хороводы). Дать понятие о различных манерах исполнения танцевальных движений в зависимости от региональных особенностей. Расширить кругозор учащихся в области танцевального искусства. Знакомства с различными школами хореографического искусства.

### **3. ПРОСМОТР И ОБСУЖДЕНИЕ ВИДЕОМАТЕРИАЛОВ**

1. Просмотр видеозаписей репетиционной и концертной деятельности коллектива.
2. Просмотр концертов, конкурсов хореографических коллективов.

Закрепить понятие самоанализа. Познакомить с уроками народно-сценического танца хореографических училищ. Выработать внимательность при рассмотрении материала. Просмотр видеозаписей конкурсов, фестивалей народного творчества, с дальнейшим обсуждением и анализом просмотренного материала.

### **4. НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ**

Движения У СТАНКА

1. Флик-фляк:
  - с переступанием
  - с подскоком
  - с подъемом ноги на 90
2. Характерное developpe с пируэтом
3. Перегибы корпуса.



#### 4. «Веер» в воздухе со скачком

### ЭЛЕМЕНТЫ РУССКОГО ТАНЦА

Основные положения рук, головы, ног и корпуса.

1. Основные ходы русского танца: переменный шаг, русско-боярский шаг, шаги с ударами каблуком и т.д.
2. Припадания, упадания, перекаты и т.д.
3. Дроби.
4. Падебаск, на месте и в повороте.
5. Дробные дорожки, триоли.

### ЭЛЕМЕНТЫ ВЕНГЕРСКОГО ТАНЦА

1. - ход с кабриолем
2. - основные движения танца «Пантазоо»
3. - венгерские ключи
4. - основные положения рук и корпуса
5. - вращения парные и сольные
6. - венгерские хлопушки

### ЭЛЕМЕНТЫ ЦЫГАНСКОГО ТАНЦА

1. - основные хода
2. - положения корпуса, рук, ног, головы
3. - женские ходы
4. - мужские хлопушки
5. - элементы чечетки

### ЭЛЕМЕНТЫ ИТАЛЬЯНСКОГО ТАНЦА

1. - основной ход «Тарантеллы»
2. - па де баски
3. - вращения
4. - основные движения танца «Тарантелла»

Совершенствовать техническое мастерство за счет усложнения комбинаций. Совершенствовать координацию корпуса, рук, головы при более сложных вращениях. Научить правильному положению рук, корпуса, головы в венгерском, цыганском и итальянском народном танце. Освоить основные положения в паре. Познакомить с манерой исполнения народных танцев, работать над выразительностью исполнения движений. Выбатывать легкость исполнения танцевальных движений.

- **Структура построения занятия по народному танцу.**

**1.Поклон.**

**2.Разминка у станка и на середине.**

**3.В экзерсисе у палки используются комбинации движений на основе русского, белорусского и украинского народного танца.**

**4.На середине зала проучивание основных элементов русского народного танца, украинского и белорусского народных танцев.**

**- работа над постановкой рук**

**- танцевальные комбинации**

**(моталочки, веревочки, дробные комбинации )**

**- танцевальные этюды с элементами вращения.**

**5. Работа над репертуаром ансамбля.**

**6.Portdebras**

**7. Поклон**

Комбинации у станка строятся на основе изучаемых народностей, включают в себя основные элементы русского, венгерского, цыганского и др. ранее проученных народностей.

На середине исполняются танцевальные комбинации, этюды, трюковые комбинации на основе танцевального материала проучиваемых народностей.

Работа над танцевальным репертуаром ансамбля.

**5. Итоговые занятия.** (Промежуточная аттестация)

Итоговые занятия проходят 2 раза в год – в декабре и мае. Проводятся в виде диагностики развития музыкальных и двигательных способностей по всем видам деятельности, усвоенные за полугодия: например, гимнастический комплекс, комбинации народного танца, комбинации классического танца, танцевальные комбинации, этюды и т. д.

## 2 год обучения

### **1. ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ**

Темы, затрагиваемы на занятии:

- Основные организационные моменты.
- Знакомство со специальной терминологией.
- Знакомство с планом работы на год.
- Входящая диагностика.
- Проведение инструктажа по охране труда, правила поведения на занятиях в танцевальном коллективе.

Анализ деятельности коллектива за прошлый период, с целью выработки стратегии постановочной деятельно

### **2. ИСТОРИЯ ХОРЕОГРАФИИ.**

Темы:

1. Государственный ансамбль танца “Тжель”.
2. Народный танец: истоки и современность.

Расширить круг знаний об истории российского танцевального искусства. Познакомить с творческой деятельностью Н. Захарова. Познакомить с новыми направлениями в современной хореографии. Рассказать о танцевальном искусстве, просмотр видео и фотоматериалов. Беседа о современных направлениях в хореографическом искусстве.

### **3. ПРОСМОТР И ОБСУЖДЕНИЕ ВИДЕОМАТЕРИАЛОВ**

- Просмотр и обсуждение видеозаписей репетиционной и концертной деятельности ансамбля.
- Просмотр концертных номеров ансамблей народного танца и современного танцевального направления.

Просмотр видеозаписей конкурсов, фестивалей народного творчества. С дальнейшим обсуждением, анализом.

### **4. НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ**

ЭЛЕМЕНТЫ РУССКОГО ТАНЦА

ЭКЗЕРСИС У ПАЛКИ

1. - battementtanducdemiplie и работой пятки опорной ноги
2. - battementtandu с поворотом бедра
3. - флик-фляк
4. - каблучное со сменой опорной ноги

### НА СЕРЕДИНЕ

1. - усложненные дробы
2. - дробные дорожки
3. - « пережат»
4. - веревочка с пережатом
5. - качалочка
6. - маятник

### ЭЛЕМЕНТЫ МОЛДАВСКОГО ТАНЦА

1. - основные движения танца «Сырба»
2. - Молдавская веревочка
3. - основные положения рук и корпуса
4. - вращения парные и сольные
5. - основные движения танца «Жок»

### ЭЛЕМЕНТЫ ПОЛЬСКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА

1. - основной ход мазурки
2. - балансе в мазурке, кабриоль.
3. -основные движения танца «Полонез»

### ЭЛЕМЕНТЫ УКРАИНСКОГО ТАНЦА

1. - основные движения закарпатского танца «Березнянка».
2. - «Гопак»

Совершенствовать техническое мастерство за счет усложнения комбинаций. Совершенствовать координацию корпуса, рук, головы при более сложных вращениях. Научить правильному положению рук, корпуса, головы в молдавском, польском, украинском народном танце.

Освоить основные положения в паре.

Познакомить с манерой исполнения народных танцев, работать над выразительностью исполнения движений.

Вырабатывать легкость исполнения танцевальных движений.

### **Принцип построения эзерсиса у палки такой же как 1-й год обучения.**

Комбинации у станка строятся на основе изучаемых народностей, включают в себя основные элементы ранее проученных народностей.

На середине исполняются танцевальные комбинации, этюды, трюковые комбинации на основе танцевального материала проучиваемых народностей.

Работа над танцевальным репертуаром ансамбля.

### **5. Итоговые занятия.** (Итоговая аттестация)

Итоговые занятия проходят 2 раза в год – в декабре и мае. Проводятся в виде диагностики развития музыкальных и двигательных способностей по всем видам деятельности, усвоенные за полугодия: например, гимнастический комплекс, комбинации народного танца, комбинации классического танца, танцевальные комбинации, этюды и т. д.

## **Методическое обеспечение программы**

### **Основные методы обучения:**

#### **1. Наглядный:**

- показ педагога движений под счет и под музыку;
- показ правильного исполнения или ошибок на конкретном ребенке;
- просмотр видеоматериала о хореографическом искусстве,
- обучение на основе видеоматериала народной, классической и современной хореографии.

#### **2. Словесный:**

- Обращение к сознанию ребенка, добиваясь не автоматического, а осмысленного выполнения и исполнения танцевальных движений и комбинаций.
- Рассказ.
- Беседа
- Лекция

#### **3. Игровые методы.**

#### **4. Метод авансирования успеха.**

#### **5. Метод презентации.**

### ***Методика изучения движений.***

Успешное усвоение материала зависит от выбора оптимального объема, от определения отобранных движений, которое необходимо довести до уровня двигательных навыков и умений, а какие до ознакомительного начального уровня. Рациональной систематизации движений, на основе применения педагогических правил: ***от простого к сложному, от легкого к трудному, от известного к неизвестному и т.д.***

Физическая нагрузка должна соответствовать возрасту участников, а так же необходимо учитывать общую нагрузку в течение всего занятия.

### ***Движения изучаются поэтапно.***

- Этап ознакомительного, начального разучивания
- Этап углубленного разучивания и переход к стадии совершенствования
- Этап совершенствования, упрочнения навыков, формирования умений оптимального использования в различных условиях.

**При разучивании движений необходимо учитывать следующие правила.**

- Не начинать изучение нового материала пока полностью не будет усвоено разучиваемое движение (концентрированное изучение);
- Обучение новому движению после овладения основным механизмом техники предыдущего движения (рассредоточенное изучение);
- Изучение нового движения после усвоенного предыдущего до уровня двигательного умения (т.е. правильного выполнения при специальной фиксации внимания), затем многократно и периодически возвращаться к повторному разучиванию (концентрированное, затем рассредоточенное изучение).

**Методические рекомендации по организации учебного процесса по направлению:**

**Народный танец.**

Обучение народному танцу тесно связано с классическим танцем, являющимся фундаментом хореографического искусства. Принципы построения занятия народного танца совпадает с принципом построения занятия классического танца. Состоит из упражнений у станка и на середине зала, где активно используется этюдная форма.

Обучение народному танцу совершенствует координацию движений, способствует дальнейшему укреплению мышечного аппарата, развивая те группы мышц, которые мало участвуют в процессе классического тренажа, дает возможность учащимся овладеть разнообразием стилей и манерой исполнения танцев различных народов, сложностью их темпов и ритмов.

**Формы работы:** групповая, коллективная, индивидуальная.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Н.Устинова «Народный танец»  
Москва, «Искусство» 2011г.
2. Г.Смирнова, Н.И.Бочкарева «Уроки хореографии в  
Образовательных учреждениях» Кемерово  
2012г.
3. А.Климов «Основы русского народного танца» Москва  
«Искусство» 2010г.
4. В.М.Захаров «Радуга русского танца» Москва,  
Советская Россия 2012г.
5. Р.Захаров «Сочинение танца» Москва, «Искусство»,2010г.
6. Т.Ткаченко «Народные танцы» Москва, «Искусство» 2010г.
7. И.М. Фоменко «Основы народно-сценического танца»  
Орёл-2011г.
8. Л.В Антропова « Теория и методика преподавания  
Народного танца» Орёл-2008г.
9. <http://www.youtube.com/>
10. <http://choreoqraf.com>
11. nsportat.ru социальная сеть работников образования