Слободо – Туринский муниципальный отдел управления образованием
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Слободо – Туринская средняя общеобразовательная школа № 2»

ПРИНЯТА
на заседании
Педагогического совета
Протокол № 1 от 25 августа 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ «Слободо-Туринская СОШ№2»
_____ Сидорова О.М.
Приказ № 186/1-д от 25 августа 2026 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Народный танец »

Возраст обучающихся: 8 -13 лет.
Срок реализации: 1 год

Автор – сотавитель:
Кускова Наталья Сергеевна,
учитель музыки

с. Туринская Слобода

Слободо – Туринский муниципальный отдел управления образованием
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Слободо – Туринская средняя общеобразовательная школа № 2»

ПРИНЯТА
на заседании
Педагогического совета
Протокол № 1 от 25 августа 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ «Слободо-Туринская СОШ№2»
_____ Сидорова О.М.
Приказ № 186/1-д от 25 августа 2026 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

художественной направленности

«Народный танец »

Возраст обучающихся: 8 -13 лет.
Срок реализации: 1 год

Автор – сотавитель:
Кускова Наталья Сергеевна,
учитель музыки

с. Туринская Слобода

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

I Наименование программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Народный танец»
II Направленность	Художественная
III Сведения об авторе и составители программы	
1. ФИО	Кускова Наталья Сергеевна
2. Год рождения	1994
3. Образование	Среднее профессиональное
4. Должность	Педагог дополнительного образования.
5. Квалификационная категория	первая
6. Электронный адрес, контактный телефон.	89120359030 barabul.2020@list.ru
IV Сведенья о программе	
1. Нормативная база.	- Федеральный Закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ); - Федеральный закон РФ от 14.07. 2022 № 295-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»; - Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.); - Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р; 5. Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»; - Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей». - Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648- 20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее – СанПиН); - Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021№ 2 «Об утверждении норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»; - Приказ Минтруда России от 22.09.2021 N 652 н "Об утверждении профессионального стандарта "Педагог

	дополнительного образования детей и взрослых" (Зарегистрировано в Минюсте России 17.12.2021 N 66403); - Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее – Порядок); - Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»; - Письмо Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями 5 по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»; - Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года». - Постановление Правительства Российской Федерации от 11.10.2023 № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ» - Приказ Министерства науки и высшего образования РФ и Министерства просвещения РФ от 5 августа 2020 г. № 882/391 «Об утверждении Порядок организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ» - Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 № АК-2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ». - Письмо Министерства просвещения РФ от 30.12.2022 N АБ-3924/06 "О направлении методических рекомендаций" (вместе с «Методическими рекомендациями «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации») - Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 07.05.2020 № ВБ-976/04 «Рекомендации по реализации внеурочной деятельности, программы воспитания и

	социализации и дополнительных общеобразовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий»; - Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 29.06.2023 г. № 785-Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных образовательных программ в соответствии с социальным сертификатом». - Устав Муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Слободо – Туринская СОШ№2» с изменениями.
2. Объем и срок освоения	1 год, 144 часа
3. Форма обучения	Очная
4. Возраст обучающихся	8 - 13 лет
5. Особые категории обучающихся.	возможность обучения одарённых детей
6. Тип программы	модифицированная
7. Уровень программы	базовый
Характеристика программы	
по месту в образовательной модели	разновозрастной коллектив
7. Цель программы	развитие творческих способностей обучающихся, формирование устойчивого интереса к русскому народному танцу через активную учебную, репетиционную и творческую деятельность.
7. Учебные разделы	Ритмика Азбука танца Русский народный танец Репетицинно- прстановочная работа
8.Уровень программы	Базовый
9. Учебные курсы/дисциплины/разделы (в соответствии с учебным планом)	- Ритмика - Азбука танца - Русский танец
10. Ведущие формы и методы образовательной деятельности.	Методы: рассказ, объяснение, беседа, демонстрация видео, фото, разнообразных схем, упражнения воспроизводящие, тренировочные и т.д. Формы: Занятие учебное. Тренировочное занятие. Репетиционное занятие. Комплексное занятие. Выступления на различных площадках. Традиционные мероприятия и праздники.
11. Формы мониторинга	Входная, промежуточная, итоговая диагностика и публичные выступления, показ хореографических постановок. Промежуточная: наблюдение, устный опрос, индивидуальная и групповая творческая работа.
12. Дата утверждения и последней корректировки.	01.04.2022 г. 28.08.2025 г.

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1.	КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ	стр. 5
	1.1. Пояснительная записка	стр. 5
	1.2. Цель и задачи программы	стр. 7
	1.3. Содержание программы	стр. 8
	Учебно – тематический план с содержанием разделов	стр. 8
	1.4. Планируемые результаты	стр. 14
РАЗДЕЛ 2.	КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ	стр. 15
	2.1. Условия реализации программы	стр. 15
	2.2. Формы аттестации. Оценочные материалы	стр. 17
	2.3. Список литературы	стр. 20
	ПРИЛОЖЕНИЕ	стр. 21

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Народный танец»» **художественной направленности**.

Программа модифицированная. Разработана на основе изучения программ данного направления и на основе авторской образовательной программы «Народный танец». Автор: Акимова Вера Николаевна, методист г. Барнаул, 2020 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Основы народного танца» разработана на основании следующих нормативно-правовых документов:
Федеральный Закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ);

- Федеральный закон РФ от 14.07. 2022 № 295-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.);

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р; 5. Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;

- Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648- 20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее – СанПиН);

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021№ 2 «Об утверждении норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

- Приказ Минтруда России от 22.09.2021 N 652 н "Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых" (Зарегистрировано в Минюсте России 17.12.2021 N 66403);

- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее – Порядок);

- Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

- Письмо Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями 5 по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

- Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».

- Постановление Правительства Российской Федерации от 11.10.2023 № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»

- Приказ Министерства науки и высшего образования РФ и Министерства просвещения РФ от 5 августа 2020 г. № 882/391 «Об утверждении Порядок организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»

- Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 № АК-2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ».

- Письмо Министерства просвещения РФ от 30.12.2022 N АБ-3924/06 "О направлении методических рекомендаций" (вместе с «Методическими рекомендациями «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации»)

- Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 07.05.2020 № ВБ-976/04 «Рекомендации по реализации внеурочной деятельности, программы воспитания и социализации и дополнительных общеобразовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий»;

- Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 29.06.2023 г. № 785-Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных образовательных программ в соответствии с социальным сертификатом».

- Устав Муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Слободо – Туринская СОШ№2» с изменениями.

Актуальность. В последнее время заметна тенденция возросшего интереса к танцевальной культуре. Танцевальное искусство в современное время становится одним из самых действенных факторов формирования гармонически развитой, духовно богатой личности. Благодаря хореографическому образованию и воспитанию учащиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию профессионального хореографического искусства.

Движение и музыка, одновременно влияет на учащегося, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память.

Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения, пробуждает любовь к творчеству. Систематическая работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает учащимся понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях танцем, но и в повседневной жизни.

Адресат программы. Программа предусматривает работу с обучающимися в возрасте от 8 до 13 лет и учитывает возрастные особенности детей.

В возрасте 8 – 10 лет детский организм не достаточно выносливый, активность высокая, но длительность активности низкая. Внимание неустойчивое, что требует организовывать учебный процесс с частой сменой деятельности. Поэтому основным репертуаром для учащихся в этом возрасте являются танцы игрового характера, инсценировки детских песен.

В этом возрасте запас двигательных навыков еще невелик, координация неустойчивая, повторение и воспроизведение сложных танцевальных движений затруднительно, поэтому программой предусмотрено изучение народных танцев, поставленных на несложных танцевальных элементах и простых композициях.

В возрасте 11 – 13 лет обучающиеся способны к запоминанию и воспроизведению усложненных танцевальных движений, координация стабильная, готовность к физическим нагрузкам повышается за счет устойчивой мотивации к занятиям.

Программой предусматривается усложнение учебно-тренировочных заданий, увеличение количества репетиционного времени для детей данного возраста. Тогда, как для девочек предусмотрены более «щадящие» упражнения.

Формирование контингента обучающихся осуществляется на основе входного контроля. Входная диагностика является инструментом, с помощью которого определяется готовность ребёнка к освоению содержания программы, в соответствии с которым подбираются формы и методы работы на занятии.

Перед зачислением проводится предварительный просмотр, на котором диагностируются: физические возможности тела, чувство ритма, усидчивость. Входная диагностика является инструментом, с помощью которого определяется готовность ребёнка к освоению уровня содержания программы, в соответствии с которым подбираются формы и методы работы на занятии.

Занятия по программе проводятся в группах по 8 -12 человек. Зачисление в группы производится с обязательным условием – написание заявления родителями (законными представителями несовершеннолетних учащихся), подписание согласия на обработку персональных данных). Допуск к занятиям производится только после обязательного проведения и закрепления инструктажа по технике безопасности по соответствующим инструкциям.

В условиях изменения режима работы учреждения программа реализуется с использованием электронного обучения и дистанционных технологий обучения.

Уровневость программы: базовый уровень, который предполагает освоение обучающимися специализированных знаний, обеспечение трансляции общей и целостной картины тематического содержания программы.

Режим занятий. Объем и срок выполнение программы. Программа рассчитана на 1 год обучения, 144 часа, 2 раза в неделю по 2 часа. Продолжительность одного занятия составляет 40 минут.

1.2 Цель и задачи программы

Цель: художественно-эстетическое развитие детей через образы и особенности народного танца, формирование гармоничного, духовного и физического развития обучающихся средствами музыки и танцевальных движений .

Задачи программы:

Обучающие:

- сформировать хореографические знания, умения, навыки;
- приобщить к миру танца, сформировать пластику, культуру движений, их выразительность;
- научить ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, динамикой;
- способствовать овладению приемов сценического самовыражения в танце;
- ознакомление с терминологией хореографического искусства.
- изучить танцевальные элементы народного танца;
- научить передавать характер и сценическую манеру исполнения народного танца.

Воспитательные:

- воспитывать стремление к познанию и творчеству;
- воспитывать культуру общения и взаимодействия в учебной и воспитательной деятельности;
- воспитывать чувства дружбы, товарищества и взаимовыручки в сотрудничестве;
- воспитывать трудолюбие, дисциплинированность, самостоятельность, навыки общения в коллективе;
- воспитывать художественный вкус, эмоционально-ценностное отношение к искусству;

Развивающие:

- развивать мотивацию к творческой деятельности;
- укреплять опорно-двигательный аппарат и мышцы;
- развивать танцевальные данные (выворотность, гибкость, прыжки, шаги, устойчивость, координация);
- развивать точность и внимание в исполнении движений;
- способствовать реализации творческого самовыражения;
- расширить музыкальный кругозор, способствовать пополнению словарного запаса;
- сформировать интерес к хореографическому искусству, способствовать развитию музыкального и эстетического вкуса.

1.3 Содержание программы

Учебно- тематический план

№	Раздел программы. Тема занятия	Всего	Теория	Практика	Форма аттестации
1	**Вводное занятие**	**1**	**1**	-	тест
2	**Ритмика**	**21**	**4**	**17**	Наблюдение за творческой активностью
2.1.	Ритмические упражнения.	5	1	4	
2.2.	Музыкально-пространственные упражнения.	5	1	4	
2.3.	Импровизация в танце	5	1	4	
2.4.	Музыкально-ритмические игры.	6	1	5	
3	**Азбука танца**	**36**	**2**	**34**	Контрольное выполнение упражнений
3.1.	Упражнения у станка.	11	1	10	

3.2.	Упражнения на середине зала.	10	1	9	
3.3	Основные позиции положения ног и рук.	5	-	5	
3.4.	Основные позиции положения головы.	5	-	5	
3.5	Основные позиции положения корпуса.	5	-	5	
4	**Русский народный танец**	**58**	**9**	**49**	Контрольное исполнение элементов танца
4.1.	Жанры русского народного танца. Термины народной хореографии.	4	3	1	
4.2.	Элементы русского танца. Простой ход на 1/4 такта.	4	2	2	
4.3.	Народный шаркающицй ход.	4	-	4	
4.4.	Характер танца. Переменный шаг на всей стопе. Боковой ход (припадание). Повороты на месте.	4	1	3	
4.5.	Композиция танца. Дробный ход (мелкие шаги с пристукиванием каблуком или всей стопой).	4	1	3	
4.6.	Комбинации из простейших дробных движений. Боковое движение с отскоком и выносом ноги на каблук.	6	-	6	
4.7.	Эмоции. Требования к внешнему виду на сцене. Навыки танца с платочком.	4	1	3	
4.8.	Стиль танца. Комбинации дробных движений. Танец «Гармошка».	4	1	4	
4.9.	Продвижение вперёд и назад с выбросом ноги на effacee в русском сценическом танце. Два вида «верёвочки».	4	-	4	
4.10.	Тройной шаг с ударом по голенищу спереди и сзади (для мальчиков).	4	-	4	
4.11.	Отработка упражнений. Припадание. Ход с отбросом ноги назад. Дробные ходы.	4	-	4	
4.12.	Хороводные массовые танцы. Отработка упражнений «Верёвочка» с переступанием. «Ключи».	6	-	6	
4.13	Этюды и комбинации, развивающие навыки парного и ансамблевого танца.	6	-	6	
5	**Репетиционно-постановочная работа** (Приложение 2).	**26**	**-**	**26**	выступление на мероприятии
7	**Итоговые занятия**	**2**	1	**1**	Отчетный концерт

	Итого:	**144**	**17**	**127**	

Содержание учебно - тематического плана

Раздел 1. Введение

Введение в образовательную программу «Народный танец».

Теория: Цели и задачи программы «Народный танец». Правила и законы русского танца. Общие сведения о стили, характере и манере исполнения русского танца. Инструктаж по технике безопасности.

Форма контроля: тест

Раздел 2. Ритмика

2.1. Ритмические упражнения.

Теория: Мелодия и движение, темп музыки, музыкальные размеры, контрастная музыка (быстрая - медленная, веселая – грустная).

Практика: Движения в темпе и ритме музыки. Определение характера музыки словами. Передача изменения характера музыки в движениях. Шаг на месте, вокруг себя, вправо, влево, марш. Передача хлопками простейшего ритмического рисунка (4/4, 3/4, 2/4). Ритмические акценты (громко, умеренно, тихо).

2.2. Музыкально-пространственные упражнения.

Теория: Логика перестроения из рисунка в рисунок. Логика поворотов: вправо, влево, вокруг себя.

Практика: Построение в линии, шеренгу, колонну по одному. Перестроение из колонны по одному в пары и обратно. Построение в диагональ, две диагонали. Построение в круг, сужение и расширение круга. Свободное размещение в зале.

2.3. Импровизация в танце

Теория: Факторы успеха в танцевальной импровизации.

Практика: Упражнения и игры для развития импровизационных навыков. Импровизация на заданную педагогом тему.

2.4. Музыкально-ритмические игры.

*Теория***:** Понятия: «ритм», «темп», «такт», «затакт». Контрастная музыка. Смена действий по музыкальным частям и фразам. Ориентация в пространстве. Развитие внимания.

Практика: Развитие навыков координации исполнения движений, передача образа (танцевальные шаги в образе животных: оленя, лисы, кошки, мышки, медведя, птички), ритмические игры: «Давай дружить!», «Дразнилки», «Ежик»; игры на творчество: «Птичий двор», «Бабочки», «Дедушка и внук», «Станцуй как, Я», «Волк и козочка», «Ищи вожатого»; игры на ориентацию в пространстве: «Парад», «Кот и мыши».

Форма контроля: наблюдение за творческой активностью

Раздел 3. Азбука танца.

3.1. ***Упражнения у станка.***

Теория: Беседа о технике безопасности во время работы со станком. Знакомство со станком, его предназначением.

Практика: Упражнения у станка:

- Demiplie, grandplie на I, II и III позициях (плавное и отрывистое)
- Battementtendu с подъёмом пятки опорной ноги, то же с demiplie и двойным ударом опорной ноги:
а) с переходом работающей ноги с носка на каблук; то же с plie в III позиции в момент выноса работающей ноги на каблук; б) с выносом на каблук.
- Упражнения на выстукивание, например:
а) чередование ударов всей стопы с полупальцами;
б) то же с двумя ударами полупальцами. М. р. 2/4, 3/4;
в) то же с шагом;
г) с переносом работающей ноги выворотно и невыворотно.
- Подготовка к верёвочке, на целой стопе и с подъёмом на полупальцы.
- Упражнение для бедра, на целой стопе и с подъёмом на полупальцы.
- Подготовка к «штопору» и «штопор».
- Подготовка к «голубцу» (удар одной стопы о другую):
а) ординарный удар одной ногой;
б) двойной удар одной ногой;
в) ординарный удар двумя ногами;
г) двойной удар двумя ногами.
- Перегибы корпуса.
- Различные portdebras в определённом характере.
- подготовительные движения к полуприсядкам и присядкам:
а) выталкивание ног на каблуки (в стороны и вперёд), на полуприседании и полном приседании;
б) прыжок с выносом ноги в сторону на каблук на полуприседании и на полном приседании;
в) подскоки на полном приседании.
- Полуприсядки:
а) с выбрасыванием ноги в сторону на каблук и на воздух;
б) с выбрасыванием ноги вперед на каблук.

3.2. Упражнения на середине зала

Теория: Правила выполнения упражнений на середине зала. Роль выполнения упражнений на занятиях, в развитии танцевальных навыках.

Практика: Построение комбинаций на середине зала. Раздел включает в себя различные виды, танцевальных ходов, дробей, движений. Экзерсис на середине. Работая над экзерсисом необходимо выполнять как у станка, так и на середине зала.

Упражнения: Комбинация на выстукивание (1, 2, 3 ключи).
- Упражнения для пластичности корпуса (portdebras, перегибы корпуса, наклоны и повороты). Упражнения исполняются в определённом стиле и характере.
- Упражнения для головы, рук, корпуса в манере народных и сценических танцев.
Разминка: Простой шаг, Переменный шаг, Переменный шаг с притопом.

3.3. Основные позиции ног и рук.

Практика: Постановка положение рук, ног.

Координация исполнения движений (по средствам выполнения движений рук, ног в медленных и быстрых темпах). Позиции и положение рук, ног. Подготовка к началу движения. Открывание и закрывание рук.

3.*4. Основные позиции положения головы.*

Практика: Основные позиции положения головы в элементах русского народного танца. «вертушка» Разминка. Выполнение упражнений на укрепление мышц шеи. Положение головы о время выполнения элементов танца.

3.5 *Основные позиции положения корпуса.*

Практика: Основные позиции положения корпуса в исполнении русского народного танца. Разминка. Выполнение упражнений на укрепление мышц тела. Правильное и безопасное положение корпуса во время выполнения танцевальных элементов.

Формы контроля: Контрольное выполнение упражнений.

Раздел 4. Русский народный танец.

4.1 Жанры русского народного танца. Термины народной хореографии.

Теория: Жанры русского народного танца. Пляски различных областей России. Разнообразие кадрилей в различных местностях и областях России. Беседа о разнообразии видов, форм и жанров народного танца. Польский и Украинский народный танец. Термины народной хореографии. Знакомство с названиями и правила исполнения русского танца.

Практика: Знакомство и выполнение элементов Польского и Украинского танца.

Форма контроля: Тест.

4.2 Элементы русского танца.

Теория: Направления движения. План зала. Народный танец как древнейший вид народного искусства. Связь народного танца с другими видами искусства и классическим танцем. Влияние народно-сценического танца на развитие хореографии. Элементы русского танца. Сюжеты и темы русских народных танцев. Просмотр видео известных ансамблей русского народного танца.

Практика: Простой ход на 1/4 такта. Народный шаркающицй ход.

4.3 Народный шаркающий ход.

Практика: Разминка. Выполнение упражнений у станка и на середине зала. Знакомство и выполнение упражнений шаркающего шага. Отработка шага.

4.4 Характер танца. Переменный шаг на всей стопе. Боковой ход (припадание). Повороты на месте.

Теория: Характер танца, традиции отражающие национальность. Краковяк, лизгинка, цыганочка.

Практика: Разминка. Выполнение упражнений у станка, на середине зала. Знакомство и выполнение Боковых ходов, поворотов на месте.

4.5. Композиция танца. Дробный ход (мелкие шаги с пристукиванием каблуком или всей стопой).

Теория: Композиция танца. Фразы в танцевальной постановке.

Практика: Разминка. Выполнение упражнений у станка, на середине зала. Знакомство и выполнение дробных ходов и «притопов». Элемент танца «Притоп».

4.6. Комбинации из простейших дробных движений.

Практика: Разминка. Выполнение упражнений у станка и ан середине зала. Знакомство и выполнение комбинаций простейших дробных движений.

4.7. Эмоции. Требования к внешнему виду на сцене. Навыки танца с платочком.
Теория: Требования к внешнему виду на сцене. Соответствие характера постановки и сценическому костюму. Эмоции. Наши эмоции во время исполнения танцевальной постановки.
Практика: Разминка. Выполнение упражнений у станка и на середине зала. Выполнение движений с отскоком и выносом ноги на каблук.

4.8. Стиль танца. Комбинации дробных движений. Танец «Гармошка».
Теория: Стиль танца. Характерные черты и свойства (особенности) отличающие один танец от другого.
Практика: Разминка. Выполнение упражнений у станка и на середине зала. Знакомство с комбинацией дробных движений. Элемент танца «Гармошка».

4.9. Продвижение вперёд и назад с выбросом ноги на effacee в русском сценическом танце. Два вида «верёвочки».
Практика: Дисциплина в танцевальном коллективе. Правила без которых не обходится ни один танцевальный коллектив. Выполнение упражнений у станка и на середине зала. Знакомство с комбинацией движений: продвижение вперед и назад с выбросом ноги.

4.10. Тройной шаг с ударом по голенищу спереди и сзади (для мальчиков).
Практика. Ход с отбросом ноги назад. «Верёвочка» с переступанием. «Ключи». «Трехшаг» («в три ноги», «триножка», "переступь", "уточка").

4.11. Отработка упражнений. Припадание. Ход с отбросом ноги назад. Дробные ходы.
Практика Термины народной хореографии. Хореография-искуство сочетания танца. Разминка. Выполнение упражнений у станка и на середине зала. Знакомство с дробным ходом.

4.12. Хороводные массовые танцы. Отработка упражнений «Верёвочка» с переступанием. «Ключи».
Практика: Хороводные массовые танцы, в которых складывались различные формы: перепляс, парный танец, импровизация в хороводной песни. Выполнение упражнений у станка и на середине зала. Знакомство с элементами движений: «Верёвочка», «Ключи».

4.13. Этюды и комбинации, развивающие навыки парного и ансамблевого танца.
Практика Этюды и комбинаций в народно хореографии. Предназначение. Развивающие навыки парного и ансамблевого танца. Выполнение упражнений у станка и на середине зала.
Выполнение этюдов и комбинаций.
Форма контроля: Контрольное исполнение элементов танца.

Раздел 5. Репетиционно-постановочная работа
Практика. Постановка конкретного номера к мероприятиям: постановка танца, отработка движений, техника исполнения.
Форма контроля: концертное выступление.

6. Итоговое занятия
Форма контроля: Отчетный концерт

1.4. Планируемые результаты

Предметные:

- знают терминологию хореографического искусства;
- сформированы общие представления об культуре русского народного танца;
- знают основы техники русского народно танца;
- ритмично двигаются в соответствии с различным характером музыки, динамикой;
- передают характер и сценическую манеру исполнения народного танца.

Метапредметные:

-развит музыкальный слух, чувство ритма;
- развито образное и ассоциативное мышление, творческое воображение;
- развит познавательный интерес к музыкальному творчеству.

Личностные:

- повышенная мотивации к посещению занятий, адаптации в творческом коллективе;
- уважительное отношение к музыкальной культуре своей страны.
- адекватно реагируют на замечания, способен к коррекции своей деятельности.

2. КОМПЛЕКСНО ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДПГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Всего учебных недель	Кол-во учебных часов	Режим занятий
1 год	05 сентября	27 мая	36	144	2 занятия по 2 часа

Каникулы:	Аттестация:
осенние — с 26.10. по 04.11.	Промежуточная в конце первого полугодия
зимние - с 31.12. по 10.01.	
весенние - с 27.03.по 04.04.	
летние - с 27.05.по 31.08	*Итоговая концертные выступления.*

2.2. Условия реализации программы

1. Социально-педагогические:

- участие в мероприятиях школы;
- возможность участия в фестивалях, детских и молодежных конкурсах, концертах.

Внутренними:

- с педагогами и коллективами других детских объединений, в которых также занимаются дети, обучающиеся по данной программе.

Внешними:

- с организациями, которые проводят конкурсы и другие мероприятия, в которых может поучаствовать коллектив;
- с другими образовательными учреждениями (школы, детские сады, ДШИ), в которых обучаются дети, занимающиеся по данной образовательной программе.

2. Кадровые:

Реализовывать программу может учитель музыки, педагог-организатор, имеющий среднее либо высшее профессиональное образование, обладающий достаточными теоретическими знаниями и опытом практической деятельности.

3. Материально-технические:

Для выполнения поставленных задач необходимо наличие следующего материала и оборудования: актового зала: раздевалка; наличие костюмов, танцевальной обуви и костюмерной; техническое оснащение: для музыкального сопровождения занятий требуются аудиоаппаратура, ноутбук.

Дидактические - наглядные пособия (иллюстративный материал, видеозаписи танцевальных номеров). Наличие методической литературы по хореографии и композиции постановки танца, нотного материала:

-таблицы: «Позиция ног», «Позиция рук», «Положение ноги», «Положение рук», «Положение корпуса», «Положение головы», «Положение кисти».

-музыкальные произведения («Народный танец»): «Хорошенький, молоденький», «Матаня», «Акулинка», «Кадриль», «Смоленский гусачок», «Барыня», «Подай балалайку», «Белолица, круглолица»; авторские песни: Н. Бакалейников «Вальс «Грусть», Г. Пономоренко «Ивушка»;

-музыкальные произведения («Классический танец»): Чайковский «Мазурка», «Ноктюрн», Шопен Ф. «Классический танец», вальс «Семинор», «Прелюдия ля-мажор», Шуберт «музыкальный момент»;

-видеоматериалы: выступления Государственного Академического русского народного хора им. Пятницкого (рук. Е.А. Пермякова), Государственного Академического ансамбля «Березка» им. Н.С. Надеждиной (рук. М.М. Кольцова), Государственного Академического ансамбля народного танца им. И. Моисеева, Государственного Академического ансамбля танца Сибири им. Годенко, Воронежского Государственного Академического народного хора.

Методические условия:

Методика преподавания материала по программе в танцевальном коллективе предоставляет возможность для внедрения разнообразных форм и методы, приемы обучения и воспитания. Обоснованность применения различных методов обусловлена тем, что нет ни одного универсального метода для решения разнообразных творческих задач.

Специфика обучения хореографии связана с систематической физической и психологической нагрузкой. Детям необходимо осмысливать указания педагога, слушать

музыку, запоминать предложенный текст, отрабатывать различные движения. Преодолеть трудности помогает осуществление индивидуального подхода при одинаковых заданиях для всех. При этом учитывается тип личности, уровень подготовки ребёнка, его умение сосредоточиться на разных аспектах задания.

Следующий важный принцип работы на первых этапах обучения - принцип многократного повторения изучаемых движений в максимальном количестве всевозможных сочетаний. Длительное изучение и проработка небольшого количества движений дает возможность прочного их усвоения, что послужит фундаментом дальнейшего образовательного процесса.

Ведущими методами обучения являются:

- наглядная демонстрация формируемых навыков (качественный практический показ);
- объяснение методики исполнения движения;
- демонстрация иллюстраций (наглядные пособия, видеоматериал)
- повторение

Ребёнок должен знать хореографическую терминологию, пользоваться ею на занятии. Использование точной, грамотной терминологии позволит постепенно отойти от практического показа, разовьёт внимательность учащихся и их способность воспринимать словесную информацию.

С первых занятий важна работа над культурой движения. Каждое движение имеет начало и окончание, амплитуду, характер. Оно должно исполняться в такт музыке. Одним из самых слабых мест в исполнительской практике является невыразительность лица, поэтому с первого занятия нужно обращать внимание детей на активность мышц лица, играть с ними в «маски» (грустная, веселая, сердитая).

Особое внимание уделяется музыкальному оформлению занятия. Оно должно быть разнообразным и качественным. Музыка подбирается к каждой части занятия, определяется её структура, темп, ритмический рисунок, характер.

Ведущие педагогические идеи, ценности, подходы, принципы обучения и воспитания:

Системный подход. Соблюдение дидактического принципа «от простого к сложному», осознанное отношение детей к средствам танцевальной выразительности, овладение языком танцевальных движений.

Преемственность. После изучения элементарных движений танца осторожно задания усложняются. Освоение последующих заданий гораздо легче на основе предыдущих.

Личностно-ориентированный подход. Принцип предполагает помощь педагога учащемуся в выявлении своих возможностей, реализации своих интересов при выборе модуля для углубленного обучения (ступень самоопределения) и определения профориентации.

Методы и формы занятий.

Словесные: рассказ, объяснение, беседа. Метод использования слова — универсальный метод обучения. С его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, описывается техника движений в связи с музыкой и др.

Наглядные: демонстрация видео, фото, разнообразных схем. Методы наглядного восприятия способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению воспитанниками программы «Народный танец», повышения интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести: показ упражнений, демонстрацию плакатов, рисунков, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Всё это

способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично. Это метод используется на всех формах занятий.

Практические: упражнения воспроизводящие, тренировочные и т.д. Метод целостного освоения упражнений и движений объясняется относительной доступностью упражнений. Однако, использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее. В эту базу входят двигательные элементы и связки, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные движения.

Важную роль на этом этапе играет метод упражнений, отработка техники через многократное повторение.

Формы занятий: тематические, комбинированные, учебные занятия в кабинете и хореографическом зале, экспедиционные занятия на местности, репетиционные занятия, концерты, соревновательные, игровые, конкурсы, путешествия, лекции, тематические программы, Занятие-игра. Отчетный концерт. Традиционные мероприятия и праздники.

Основное назначение обучения- вхождение детей в культурно–эстетическую среду, знакомство с миром танца, выявление и развитие танцевальных способностей детей, формирование мотивации детей к занятиям хореографией.

Выбор методов и форм занятий обусловлен возрастными особенностями обучающихся: это игровые формы, направленные на восприятие и осознание искусства с последующим воплощением своих чувств и мыслей в образах; на развитие эмоционально – чувственной сферы, погружение в заданную ситуацию.

2.3. Формы аттестации и контроля Оценочные материалы.

Оценкой качества освоения программы и индивидуальной динамики обучающегося предусмотрены следующие формы диагностики, контроля и аттестации:

- вводный контроль (первичная диагностика) проводится в начале учебного года для определения уровня подготовки обучающихся. Форма проведения – педагогическое наблюдение.
- текущий контроль уровня теоретических знаний, практических навыков и умений осуществляется на каждом занятии: беседа, опрос, наблюдение педагога за практической деятельностью, оценка педагогом, выполненной учащимся работы. Уровень умений и навыков воспитанников проверяется по результатам практической деятельности в соответствии со степенью их усвоения. Важным видом текущего контроля является контроль техники исполнения движений, который производит педагог совместно с воспитанником в процессе занятий.

Итоговый контроль: итоговое занятие по результатам освоения всей программы, отчетный концерт, участие в конкурсах, фестивалях.

Формы и методы отслеживания эффективности обучения по программе: наблюдение за творческой активностью, отслеживание уровня творческой деятельности, контрольное исполнение элементов танца, исполнение концертных номеров, отчётный концерт.

По итогам промежуточной и итоговой аттестации заполняется Карта результативности освоения образовательной программы (Приложение 2).

Личная карта результативности освоения образовательной программы воспитанника(цы) детского объединения разработана с учетом вида деятельности коллектива. Карта результативности освоения программы позволяет вести поэтапную систему контроля над обучением учащихся и отслеживать динамику образовательных результатов обучающихся. Этот

способ оценивания – сравнение ребенка не с другими детьми, а только с самим собой, выявление его собственных успехов по сравнению с исходным уровнем – важнейший отличительный принцип дополнительного образования, стимулирующий и развивающий мотивацию обучения каждого ребенка.

Регулярное отслеживание результатов может стать основой стимулирования, поощрения ребенка за его труд, старание. Результаты, итоги фиксируются в Личной карте развития ребёнка

2.4. Список литературы

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 № 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей».
3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.11.2018 №196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам"
4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (зарегистрировано в Минюсте РФ от 20.08.2014, рег. № 33660).
5. Приказ Главного управления и молодежной политики Алтайского края от 22.09.2015 № 267-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей в Алтайском крае на период до 2020 года».

6. Приказ Главного управления по образованию и молодежной политики Алтайского края от 19.03.2015 № 535 «Об утверждении методических рекомендаций по разработке дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программ»
7. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 № 09-3242 « О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).
8. Положение о дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программе МБУДО «ЦДТ» Октябрьского района (приказ муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр детского творчества» Октябрьского района № 108-р. от 14.06.2019г.)

для педагога:

1. Богданов, Г. Урок русского народного танца. – М.: Просвещение, 1995.- 150 с.
2. Голейзовский, К. Образы русской народной хореографии. -М.: Искусство, 1964. -367 с.
3. Гусев, Г.П. Методика преподавания народного танца (танцевальные движения и комбинации на середине зала). -М.: ВЛАДОС, 2004. - 207 с.
4. Гусев, Г.П. Методика преподавания народного танца (упражнения у станка). - М.: ВЛАДОС, 2002. - 207 с.
5. Климов, А. Основы русского танца. - М.: Искусство, 1994. - 270 с.
6. Стуколкина, Н. М. Уроки характерного танца. - М.: Всероссийское театральное общество, 1972. - 399 с.
7. Ткаченко, Т. Народный танец. - М.: Искусство, 1967. - 654 с.
8. Устинова, Т. А. Русские танцы. - М.; Молодая гвардия, 1955. -261 с.

для учащихся:

1. Богданов, Г. Урок русского народного танца. – М.: Просвещение, 1995. -150 с.
2. Голейзовский, К. Образы русской народной хореографии. - М.: Искусство, 1964. - 367 с.

Приложение 1

Репертуарный план

При подборе репертуара учитываются возрастные особенности детей и их возможности.
- Постановка концертного номера к праздничным концертам, посвящённым календарным праздникам:
- Международный женский день,
- День защитников Отечества,
- Новогодний спектакль,
- День Победы.

В рамках изучения программы: танец «Ромашка» (основной репертуар).

Приложение 2

Личная карта результативности освоения образовательной программы воспитанника(цы) детского объединения

Ф.И.О._____
Дата _____

Задания	Уровень			примечание
	высокий	Средний	низкий	
Физическое развитие				
Качество выполнения				
Выразительность исполнения				
Координация движений				
Чувство ритма				

Творческое развитие				
Музыкальный слух				
Эмоциональность				

Всего баллов:_____

Критерии оценки.

Высокий уровень (3 балла):

Качественное и четкое выполнения ритмических рисунков, упражнений, танцевально-постановочной работы;

Выразительное выполнение элементов танцевально-постановочной работы;

безошибочно выполняет упражнения на координацию;

безошибочно повторяет ритмический рисунок;

без стеснения повторяет эмоции, может сказать, какому эмоциональному состоянию соответствует выражение мимики;

Средний уровень (2 балла):

Качественно выполняет ритмический рисунок, упражнения, но теряется в последовательности элементов танца;

К концу танцевального номера утомляется, элементы танца становятся менее выразительные;

выполняет упражнение на координацию со второй попытки;

безошибочно повторяет 4 ритмических рисунка;

выполнение задания «Расскажи без слов» воспринимает сначала как трудное, но после подсказки педагога выдает творческий продукт, при этом эмоционален, артистичен.

Низкий уровень (1 балл):

Качество выполнения ритмический рисунков и танцевально-постановочной работы вялое;

выполняет упражнения на координацию после нескольких попыток;

неуверенно повторяет ритмический рисунок, допускает ошибки.

для выполнения задания «Расскажи без слов» требуется время для подготовки: мало эмоционален, конечным результатом становится прямая имитация ситуации.

Оценка уровня физических данных и творческого развития обучающихся

Высокий уровень – 12-18 баллов

Средний уровень-12 – 6 баллов

Низкий уровень – до 6-0 баллов

Аннотация

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Народный танец»» художественной направленности.

Танцевальное искусство в современное время становится одним из самых действенных факторов формирования гармонически развитой, духовно богатой личности. Благодаря хореографическому образованию и воспитанию учащиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию профессионального хореографического искусства.

Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения, пробуждает любовь к творчеству. Систематическая работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает учащимся понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях танцем, но и в повседневной жизни.

Цель: развитие творческих способностей обучающихся, формирование устойчивого интереса к русскому народному танцу через активную учебную, репетиционную и творческую деятельность.

Программа модифицированная, адоптирована для работы с детьми от 8 до 13 лет, отвечает требованиям современной жизни и учитывает технические потребности, а также возрастные особенности учащихся.

Занятия по программе проводятся в группах по 8 -12 человек. Зачисление в группы производится с обязательным условием – написание заявления родителями (законными представителями несовершеннолетних учащихся), подписание согласия на обработку персональных данных). Допуск к занятиям производится только после обязательного проведения и закрепления инструктажа по технике безопасности по соответствующим инструкциям.

Программа рассчитана на 1 год обучения, 144 часа, 2 раза в неделю по 2 часа. Продолжительность одного занятия составляет 40 минут.

Программа базового уровня, который предполагает освоение обучающимися специализированных знаний, обеспечение трансляции общей и целостной картины