

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
г. Иркутска Дом детского творчества № 2

Утверждена приказом
№ 47- од от 28.08.2026 г.

Дополнительная общеразвивающая программа
«Сибирская круговерть»

Адресат программы: 14 – 18лет

Срок реализации: 1 год,
2026-2027 учебный год

Направленность программы:
Художественная

Уровень: углубленный

Разработчик программы:

Стафеева Елена Петровна
Педагог дополнительного образования

Иркутск, 2026

«Что такое народный танец? Это пластический
портрет народа» И. А. Моисеев

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Сибирская круговерть» имеет художественную направленность и разработана для детей, продолжающих обучение в ансамбле танца «Колокольчики». Программа «Круговерть» направлена на закрепление знаний, умений и навыков, полученных в предыдущий период, на повышение исполнительского мастерства и уровня исполнительской культуры, усложнение хореографического текста, совершенствование пластики, танцевальности, физической выносливости, гибкости, координации.

Содержание программы способствует формированию и развитию желания продолжать образование и профессиональному самоопределению с привлечением обучающихся в творческий процесс постановочной работы, пробуждая в них инициативу, активность, фантазию и включая их в учебный процесс в качестве помощника педагога: «ученик-педагог» и «ученик-ученик» для младших обучающихся и сверстников.

С учетом реализации программы развития учреждения «Региональный компонент — приоритетная составляющая образовательного процесса Дома творчества» содержание образовательной деятельности программы «Сибирская круговерть» для обучающихся направлено на реализацию регионального компонента и осуществляется через совместную деятельность педагога с детьми, самостоятельную деятельность детей, сотрудничество с Центрами народного творчества и привлечение родителей с учетом специфики социальных и природных особенностей региона. Процесс освоения материала осуществляется поэтапно, опираясь на знания, полученные на первоначальном этапе обучения, и постепенно расширяясь до регионального и национального уровней.

В процессе образовательной деятельности решаются задачи по воспитанию гражданской идентичности, что является благоприятным для данного возрастного периода.

Направленность программы: художественная

Уровень: углубленный

Актуальность программы и педагогическая целесообразность:

Народный танец является одним из средств национального, интернационального и патриотического воспитания детей и одним из аспектов сохранения традиций национальной культуры в современных условиях. Знаменитый на весь мир выдающийся балетмейстер Игорь Моисеев писал: «...я пришел к выводу, что не вижу более праздничного, жизнелюбивого вида искусства, чем народный танец. В нем таится такой заряд веселья и бодрости, который в состоянии опрокинуть все печали, заботы и страхи, нависшие над человеком наших дней». К сожалению,

русский народный танец в настоящее время не является доминирующим в хореографии. Особенно в нашем городе, где нет ни одного государственного профессионального ансамбля народного танца, который бы являлся примером и поводом для гордости за свой регион, как это происходит в других городах, где такие коллективы есть. Поэтому одна из актуальных задач программы «Сибирская круговерть» - не дать угаснуть творческому интересу подростка к этому искусству, всячески его развивать и укреплять, помогая раскрытию индивидуальных данных обучающегося и его способностей. По программе «Сибирская круговерть» занимаются дети, входящие в основной состав ансамбля, прошедшие подготовку по предыдущим программам ансамбля танца «Колокольчики» и плодотворно участвующие в конкурсах различного уровня, фестивалях, концертных программах. В настоящий период требования к исполнительской культуре растут и именно, занятия народным танцем способствуют повышению технического уровня и исполнительской культуры. Народный танец имеет богатый арсенал средств воздействия на формирование физических и личностных качеств обучающихся. Данный вид хореографического искусства положительно влияет на воспитанников как в физическом плане (занятия требуют большой выносливости, ловкости и сбалансированно развитой системы опорно-двигательного аппарата человека), так и в воспитании морально-нравственных качеств (обучает хорошим манерам, правилам поведения, культуре общения между людьми, выступает в качестве устойчивой формы взаимодействия людей друг с другом, являясь универсальным средством невербального общения).

Значимость программы «Сибирская круговерть» состоит в целенаправленной, планомерной работе по приобщению обучающихся через выразительные средства народного танца к истокам русской народной культуры, в воспитании национального сознания, любви к родному краю, к Отечеству, уважения к культуре своего народа, его духовным ценностям, в формировании причастности к народным традициям, к нашей истории. Воспитание исполнителя народного танца – это сложный и многотрудный, но в то же время увлекательный процесс, требующий большого труда. Без углубленной творческой работы невозможно рассчитывать на большие художественные достижения. Поэтому от степени работоспособности и творческого отношения обучающегося к своему труду зависит очень многое. Трудолюбие, терпение, целеустремлённость, активность, самостоятельность, сотрудничество, мобильность, динамизм, конструктивность, ответственность – это именно те личностные качества, которые формируются и приобретаются на занятиях и переносятся учащимися из танцевального класса в другие сферы их деятельности и жизни в целом.

Включение регионального компонента в образовательную деятельность диктуется культурной и образовательной политикой государства, законом «Об образовании», программой развития учреждения «Региональный компонент — приоритетная составляющая образовательного

процесса Дома творчества» и отражено в содержании общеразвивающей программы «Сибирская круговертъ» в области хореографического искусства.

Новизна:

Новизна дополнительной общеразвивающей программы «Сибирская круговертъ» заключается в поэтапном включении регионального компонента в процесс обучения народному танцу и опирается на реальное социальное и природное своеобразие региона. Обучающиеся не просто разучивают движения, а участвуют в постановочной работе как помощники педагога, становятся носителями и трансляторами сибирской танцевальной традиции на конкурсах и фестивалях различного уровня. Такой подход не только повышает исполнительскую культуру, но и превращает занятия народным танцем в средство патриотического воспитания на местном материале, что соответствует современной образовательной политике и программе развития учреждения.

Адресат программы: программа ориентирована на учащихся 14-18 лет.

Краткая характеристика возрастных особенностей, обучающихся.

Старший школьный возраст (14–18 лет) является периодом интенсивного физического, психологического и социального развития, что создаёт благоприятные условия для углублённых занятий народным танцем, формирования исполнительской культуры и профессионального самоопределения.

Физическое развитие.

Опорно-двигательный аппарат практически сформирован, мышцы достаточно укреплены, что позволяет выполнять сложные технические элементы (прыжки, вращения, дробы) без риска травм. Продолжается развитие координации, ловкости, силы и выносливости. У юношей активнее нарастает мышечная масса, у девушек – пластичность и гибкость. Совершенствуется чувство ритма, музыкально-двигательная реакция, вестибулярный аппарат. Обучающиеся способны усваивать сложные хореографические комбинации, работать над выразительностью и артистизмом, осмысленно интерпретировать образы. Наблюдается индивидуальный темп физического созревания, поэтому требуется дифференцированный подход к нагрузкам.

Психологическое развитие.

Формируется абстрактно-логическое мышление, способность к самоанализу, рефлексии, критической оценке своей работы и работы сверстников. Развивается произвольное внимание, объём памяти, устойчивость интересов. Подростки способны длительно концентрироваться на сложных хореографических задачах. Повышается потребность в самореализации, самовыражении, признании достижений. Народный танец становится средством утверждения своей индивидуальности. Обучающиеся способны

усваивать сложные хореографические комбинации, работать над выразительностью и артистизмом, осмысленно интерпретировать образы. Укрепляется волевая сфера: целеустремлённость, настойчивость, самоконтроль, способность к преодолению трудностей. Активно развивается социальное сознание, формируется мировоззрение, гражданская идентичность, интерес к национальной культуре и истории.

Учитывая индивидуальные особенности физического и психологического развития обучающихся этого возраста, педагогам рекомендуется: создавать для них ситуацию успеха, поддерживать творческую инициативу, использовать рефлексивные методы (самоанализ, взаимооценка видеозаписей выступлений), включать старших в работу с младшими (роль ассистентов, показ движений). Возможно формирование профессиональных намерений, ориентация на дальнейшее обучение в сфере хореографии.

Методика комплектования группы.

Прием детей осуществляется на основании письменного заявления, согласия на обработку персональных данных детей и родителей, медицинского заключения о состоянии здоровья ребенка, а также с учетом составленного расписания образовательного учреждения (школа), которое посещает обучающийся.

Основу группы составляют дети, прошедшие обучение по предыдущим программам ансамбля танца «Колокольчики», имеющие крепкую базу хореографической подготовки, хороший опыт концертной деятельности и участия в различных конкурсах и фестивалях, где они занимали призовые места. Но возможно зачисление детей, имеющих опыт занятий в других хореографических коллективах, если их знания, умения и навыки соответствуют уровню подготовки обучающихся в данной группе или обладающих выраженными способностями. Они могут быть зачислены на основании диагностики (входного тестирования).

Допускается возможность перевода обучающихся из одной группы в другую в процессе обучения и по мере усвоения программного материала.

Срок освоения программы: 1 год обучения, 36 недель, 9 месяцев.

Форма обучения: очная.

Особенности организации образовательного процесса.

При возникновении необходимости допускается корректировка содержания и форм занятий. Допускается усложнение или упрощение материала с индивидуальным подходом к каждому учащемуся, исходя из индивидуально-психологических, физических или иных особенностей и состояния учащихся, а также смещение тем на другие этапы обучения в условиях обучения в дистанционном режиме. Применяется индивидуальная форма работы с солистами, одаренными детьми или с обучающимися,

недостаточно хорошо усвоившими материал программы. Проводятся сводные занятия для репетиций танцевальных постановок, в которых участвуют дети из разных групп или обучающиеся по разным программам, и для отработки общего учебного материала, связанного с репертуарным планом объединения. Основные требования к обучающимся: регулярное посещение занятий, трудолюбие, добросовестность. Возможно обучение с использованием дистанционных образовательных технологий в связи с непредвиденными обстоятельствами (болезнь, эпидемии и т.д.)

Состав группы: 8 -10 человек

Режим занятий: в соответствии с СанПиНом (2.4.4.3172-14, приложение 3), 3 раза в неделю по 2 учебных часа, перерыв между занятиями 10 минут.

Цель программы: приобщение к танцевальной и музыкальной культуре своего народа, через развитие двигательных и художественно-творческих способностей детей.

Задачи:

обучающие:

- усложнять и совершенствовать технику исполнения танцевальной лексики;
- повышать уровень исполнительского мастерства и исполнительской культуры;
- овладевать более сложными техническими элементами и движениями, характерными для танцев разных народов.

развивающие:

- развивать творческую индивидуальность;
- развивать стремление к самосовершенствованию их результатов в исполнительском искусстве;
- формировать и развивать желание к продолжению образования и профессиональному самоопределению;
- совершенствовать координацию движений.

воспитательные:

- воспитывать уважительное отношение к своей Родине, к своему народу через сохранение традиций русского народного танца и бережного отношения к исконной культуре русского народа;
- воспитывать уважительное отношение к национальным традициям других народов;
- воспитывать чувство ансамбля, этику общения с партнером;
- воспитывать чувства товарищеской поддержки и взаимопомощи;
- воспитывать пунктуальность, ответственность, по отношению к своему и чужому труду.

Комплекс основных характеристик программы.

Объём программы - общее количество учебных часов, необходимых для освоения программы 1 год обучения: занятия проходят **3** раза в неделю по 2 часа 6 x 36 недель=216 часов.

Содержание программы.

Раздел 1. Подготовительно - развивающие упражнения (разминка) (15 час)

Тема 1. «Упражнения для улучшения гибкости шеи» (2.5);

Тема 2. «Упражнения для улучшения эластичности плечевого пояса и подвижности плечевых суставов» (2.5);

Тема 3. «Упражнения для улучшения подвижности локтевого сустава и эластичности мышц плеча и предплечья» (2.5);

Тема 4. «Упражнения для увеличения подвижности лучезапястных суставов, развития эластичности мышц кисти и предплечья» (2.5);

Тема 5. «Упражнения для улучшения подвижности суставов позвоночника, тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра» (2.5);

Тема 6. «Упражнения для улучшения подвижности коленных суставов, голеностопного сустава и эластичности мышц голени и стопы» (2.5);

Обучение в этом разделе начинается с инструктажа по технике безопасности, правилам поведения при пожаре, правилам поведения на занятии и беседы по профилактике противоправного поведения несовершеннолетних. Данный раздел программы нацелен на формирование двигательных навыков и подготовку детей к собственно танцевальной деятельности. Существующие упражнения, в практике называемые разминкой, включают движения всех частей тела от головы до ног и обязательны в начале каждого занятия. Это означает, что каждое занятие необходимо начинать с 5–10 минутного комплекса упражнений, которые позволят привести двигательный аппарат в «рабочее» состояние.

Форма контроля: Тренировочная работа, направленная на применение и закрепление полученных знаний с соблюдением методических требований и правил. Обучающиеся должны знать порядок движений разминки и уметь выполнять комплекс упражнений в группе и самостоятельно (под наблюдением педагога),

Раздел 2. Партерный экзерсис: (34 час)

Тема 1. «Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела» (4);

Тема 2. «Упражнения для укрепления мышц спины и брюшного пресса» (4);

Тема 3. «Упражнения для укрепления позвоночника и улучшения его гибкости» (4);

Тема 4. «Упражнения для укрепления мышц тазового пояса, бёдер, ног» (4);

Тема 5. «Упражнения для укрепления и развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы» (4);

Тема 6. «Упражнения для укрепления мышц плечевого пояса» (4);

Тема 7. «Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага» (5).

Тема 8. «Растяжки» (5).

Упражнения на полу, или партерный экзерсис, рассчитаны на вовлечение в работу всего организма, направлены на расслабление, настройку и восстановление функций мышц, прекрасно развивают мышцы спины, живота, выворотность ног от тазобедренного сустава до голеностопа, гармонично формирует мышечную массу, значительно увеличивая силу мышц, амплитуду шага, вырабатывают точность координации. При этом поставленная цель достигается без особой нагрузки на позвоночник, без напряжения всего тела, т.к. упражнения выполняются, лёжа на спине или на животе, и при работе конкретной группы мышц, остальные части тела спокойны и расслаблены. Мышцы и суставы подготавливаются к традиционным классическому и народно – характерному экзерсисам у станка, требующим высокого физического напряжения. В основе упражнений на полу лежит пройденный материал за предыдущие годы обучения. Увеличивается количество некоторых упражнений: бросков ног, круговых движений стопой, «лодочки», «колечка», «шпагатов». Усилены занятия с применением «шпагатов».

Форма контроля: После изучения упражнений раздела обучающиеся, под наблюдением педагога, выполняют практические задания, направленные на закрепление полученных знаний. Например: показать правильное выполнение упражнения «бабочка» с объяснением о положении корпуса, рук, стоп.

Раздел 3. Экзерсис у станка народно – сценического танца (40 час)

Тема 1. «Позиции ног» (2);

Тема 2. «Позиции и положения рук» (3);

Тема 3. «Releve» (2);

Тема 4. «Приседания (plie)» (3);

Тема 5. «Скольжение стопой по полу (battement tendu)» (3);

Тема 6. «Маленькие броски (battement tendu jete)» (3);

Тема 7. «Круговые движения (ronds de jambe)» (3);

Тема 8. «Развороты ноги (battement fondu)» (3);

Тема 9. «Упражнения со свободной стопой (flic-flac)» (3);

Тема 10. «Каблучные упражнения » (3);

Тема 11. «Подготовка к «верёвочке»» (3);

Тема 12. «Повороты стопы, «зигзаги» (pas tortille)» (3);

Тема 13. «Дробные выстукивания» (3);

Тема 14. «Большие броски (grand battement)» (3).

Экзерсис народно-сценического танца – это постоянная и последовательная тренировка костного и суставно-мышечного аппарата, а также психическая настройка обучающегося, способствующая развитию волевых качеств, двигательной (мышечной) памяти, музыкальности, ритмичности, координации. Элементы экзерсиса формируют основные

танцевальные навыки, воспитывают высокий уровень координации движений, помогают развитию апломба и умению распределять вес тела, что крайне необходимо исполнителю.

Упражнения экзерсиса у станка:

- последовательно втягивают в работу все мышцы ног;
- приучают тело танцовщика к полной координации движений корпуса, головы, рук и ног;
- развивают легкость, пластичность и грациозность движений;
- приучают исполнителя делать самые трудные силовые движения так свободно, что зритель не может и представить себе, сколько труда было затрачено на их усвоение.

В народно-сценическом экзерсисе часто применяется принцип контрастности, то есть чередования различных по нагрузке упражнений и элементов. Резкая смена контрастных элементов одновременно приводит в работу различные группы мышц, суставов и связок. По технологии и психофизической природе элементы народно-сценического экзерсиса более естественны и опираются на развитый классикой пластический аппарат исполнителя.

Все движения экзерсиса у станка народно – сценического танца - это элементы, основанные на движениях классического танца, основы которого изучаются в ансамбле танца «Колокольчики» по отдельной программе. Отточенная, совершенная и унифицированная система упражнений и комбинаций создана в процессе длительного хореографического опыта. Все элементы экзерсиса прошли «естественный отбор». Выжили и вошли в состав экзерсиса только действительно необходимые элементы, наиболее конкретно и целенаправленно развивающие и тренирующие психофизический аппарат обучающегося, специфические для характерного танца технику и силу, а также связки и мышцы недостаточно или совсем не развитые в тренаже классического танца. Основная особенность народно-сценического экзерсиса - активное движение на опорной ноге (это касается коленного сустава, мышц голени и мышц, производящих движения в суставах стопы). Кроме того, происходит значительное совершенствование функций нижних конечностей как опорного, рессорного и толкательного аппарата, так и мышц, производящих движения в плечевом поясе и верхних конечностях. Упражнения характерного тренажа включают в себя повороты стопы и бедра внутрь, удары стопой и полупальцами в пол, движения на присогнутых ногах, движения расслабленной стопой, резкие глубокие приседания и многие другие упражнения, выражающие многообразие народного характерного танца. Движения на вытянутых ногах чередуются с движениями на согнутых; резкие движения чередуются с плавными; медленные – с быстрыми. Упражнения с ненапряженной стопой чередуются с упражнениями с напряженной (сокращенной) стопой. Важно, чтобы не было перенапряжения мышц, переутомления и перегрузки мышечного аппарата. Регулярно проводимые учебно-тренировочные занятия по

народному уроку (станку) являются непременным условием творческих успехов коллектива. Без этих занятий, ограничиваясь только работой над репертуаром, невозможно добиться от обучающихся высокой танцевальной техники и выразительности исполнения.

Форма контроля: Фронтальный опрос о правилах исполнения движений у станка. Взаимоконтроль и взаимопроверка посредством метода группового сотрудничества. Например: группа делится на пары и обучающиеся проверяют друг у друга выполнение заданного упражнения у станка. Они должны не просто исправить выявленные ошибки, но и обосновать исправление – объяснить правила и условия их применения.

Раздел 4. Народно-сценический танец (55час).

Тема 1. «Позиции и положения рук в сольных, в парных и массовых танцах» (3);

Тема 2. «Танцевальные ходы и проходки, «змейки», «восьмёрки» «припадание» и др.» (4);

Тема 3. «Верёвочка - комбинации » (5);

Тема 4. «Подбивки, голубцы с продвижением и с вращением » (5);

Тема 5. «Маятникообразные движения - комбинации» (4);

Тема 6. «Каблучные комбинации» (5)

Тема 7. «Дроби, дробные комбинации, дробные дорожки, трилистник, ключи» (6);

Тема 8. «Присядки и хлопушки» (5);

Тема 9. «Вращения на месте вправо и влево, с продвижением по прямым линиям в различных направлениях и с продвижением по кругу по часовой и против часовой стрелке, и остановка «закруткой» на месте; с продвижением вперёд, «закрутка» на месте, с выходом через четвертую позицию; «закрутка» на месте с соскоком по 3-ей позиции) (5);

Тема 10. «Комбинации казачьего танца» (4);

Тема 11. «Танцевальные комбинации, усложнённые движениями рук, наклонами и поворотами корпуса, головы» (5);

Тема 12. «Отработка движений разученных в предыдущий период» (4).

Этот раздел включает в себя разучивание и отработку танцевальных движений, присущих народно – сценическому танцу. Предлагаемый материал предназначается для разучивания на середине зала. Основная задача: освоение движений без опоры, умение распределить вес тела. Новый материал начинает изучаться с медленного этапа, который помогает овладеть и осмыслить предложенные приемы техники, найти верную координацию рук, ног, головы, так же помогает хорошей выработке внимания, памяти, точности исполнения, развитию эластичности мышц, устойчивости. Затем изучение можно привести в средний темп и только в последнюю очередь возможно исполнение в быстром темпе, если этого требует характер движения. По мере усвоения изучаемых элементов и движений, на их основе постепенно выстраиваются учебные танцевальные комбинации, которые в дальнейшем усложняются движениями рук, наклонами и поворотами

корпуса, головы, исполняются с продвижением в разных направлениях, комбинируются с другими элементами танца. Важно от занятия к занятию логично переходить от одного движения к другому, усложняя и развивая технику исполнения, танцевальность. Лишь при условии постепенности и последовательности в обучении вырабатываются сила, выносливость, а также приобретаются навыки и умения. В эту же часть урока входит и работа над трюками, проучивание и отработка техники вращения, дробей, присядок, прыжковых упражнений. При разучивании вращений необходима отработка точности и четкости остановки после вращений. Форма контроля: Проверка домашнего задания. Зачёт, который проводится с целью отслеживания на различных этапах знаний, умений и навыков. Строится на сочетании индивидуальных, групповых и фронтальных форм. В ходе зачета обучающиеся выполняют контрольные задания (теоретические и практические), направленные на закрепление полученных знаний.

Раздел 5. Постановочно-репетиционная работа и актёрское мастерство (72 час).

Тема 1. «Разучивание и отработка танца «На брёвнышках» (25)

- основные ходы девочек;
- основные ходы мальчиков;
- дробные комбинации;
- комбинации с маятникообразными движениями;
- комбинации с «припаданием»;
- комбинации с присядкой;
- комбинации с хлопучками;
- сольные комбинации;
- движения и переходы в парах и в группах;
- повороты в парах;
- вращения на месте и с продвижениями;
- движения и положения рук в парах;
- работа с реквизитом (брёвнышко, пеньки, поленья);
- разучивание фигур и рисунков танца;
- постановочная работа;
- отработка танца «На брёвнышках»;
- работа над образом (выразительность, эмоциональность).

Тема 2«Разучивание и отработка танца «Сибирский пляс» (25)

- основные ходы девочек;
- основные ходы мальчиков;
- бег с захлестом в сочетании с другими элементами;
- комбинации с маятникообразными движениями;
- подбивки;
- дробные комбинации;
- дробные дорожки;
- комбинации с «трилистником»;
- голубцы;

- па - де – баск;
- положения и движения рук с платочками, платками, в парах и в группах;;
- вращения на месте и с продвижениями в различных направлениях;
- работа с солистами;
- работа в парах, тройках и группах;
- разучивание и отработка комбинаций на основе разученных движений;
- разучивание рисунков танца;
- постановочная работа;
- отработка танца «Сибирский пляс»;
- работа над образом (выразительность, эмоциональность).

Тема 3. «Введение в репертуарные танцы обучающихся ранее не участвовавших в этих номерах». (12)

Тема 4. «Усложнение танцевальной лексики и отработка движений и рисунков в танцах, разученных в прошлом учебном году» (10).

Постановочно-репетиционная работа - это сложный художественно-педагогический процесс, в основе которого лежит коллективная творческая деятельность. Этот раздел включает в себя разучивание и отработку танцевальных движений, изучение рисунка танца, построений и перестроений в танцевальных композициях, отработку их чёткости и чистоты, работу над синхронностью исполнения, работу над образом (выразительность, эмоциональность), просмотр и анализ видеоматериала своих выступлений и репетиций, просмотр видео с работами профессиональных коллективов. Постановка танцевального номера начинается с разучивание отдельных, входящих в этот танец, движений ног; затем необходимо "ввести" руки и если есть, работать над позами и положениями в парном танце. Когда основные движения, позы, рисунок разучены, приступают к соединению их в танцевальные комбинации, которые разучиваются и отрабатываются. Затем комбинации собираются в фигуры танца, а фигуры в целый танец. Фигуры танца и весь танец многократно повторяются обучающимися и в целях запоминания, и для достижения более грамотного музыкального и выразительного исполнения. С разучиванием движений танца, начинается основная работа над танцевальным образом. За каждым танцем скрывается большое количество часов тренировок. Достижение выразительного, точного и осмысленного исполнения танца требует кропотливого и настойчивого труда. Работая в парах, обучающиеся приобретают навыки чувства партнера, этику общения с партнером; умение исполнять движения в паре, умение вести друг друга и ориентироваться во время исполнения. Работая в группах, приобретается умение исполнять движения в ансамбле одновременно, не обгоняя и не мешая друг другу. Ансамбль - это один как все и все, как один. Ансамбль должен соблюдаться во всем: в позах, высоте рук, ног, ракурса, положения головы и т.д. Репетиционная работа должна проводиться по принципу: от простого к сложному, от быстрого к медленному, точно и четко отрабатывая каждое движение, жест и позу. Любая, даже хорошая

балетмейстерская работа, может не принести должного результата при плохой репетиционной работе. В искусстве танца нет потолка, совершенствоваться можно до бесконечности. На сцену должно выноситься только хорошо отработанное хореографическое произведение. Продолжительность репетиционно - постановочной части занятий зависит от сложности лексики и композиции танца, а также степени усвоения обучающимися данного материала. Форма контроля: Участие в конкурсах различного уровня и в концертных программах, способствует развитию творческих способностей детей, раскрытию их возможностей, развитию активности и самостоятельности

Репертуарный план:

«На брёвнышках»;
«Сибирский пляс»;
«Иркутяночка»;
«Выкрутасы»;
«Круговерть»;
«Удальцы – молодцы»;
«Эх, в Иркутске зима!».

Ожидаемые результаты и способы определения их результативности.

В результате реализации программы, к концу учебного года обучающиеся должны:

- знать и понимать хореографическую терминологию на французском языке;
- знать правила исполнения упражнений экзерсиса у станка народно сценического танца;
- знать правила исполнения основных движений народно-сценического танца.
- уметь выполнять упражнения экзерсиса у станка народно сценического танца;
- уметь выполнять движения народно – сценического танца;
- точно, правильно, эмоционально и выразительно исполнять танцевальный репертуар;
- самостоятельно отрабатывать танцевальный материал.

В результате реализации программы, к концу учебного года обучающиеся приобретут следующие личностные качества:

трудолюбие, терпение, организованность и упорство в достижении поставленной цели; стремление к творческой импровизации, успешной самореализации.

Комплекс организационно-педагогических условий

Учебный план

№	Наименование разделов, тем	Количество часов			Формы промежуточной аттестации
		всего	теория	практика	
Раздел 1.Подготовительно - развивающие упражнения (разминка)		15	3	12	
1.1.	«Упражнения для улучшения гибкости шеи»	2.5	0.5	2	
1.2.	«Упражнения для улучшения эластичности плечевого пояса и подвижности плечевых суставов»	2.5	0.5	2	
1.3.	«Упражнения для улучшения подвижности локтевого сустава и эластичности мышц плеча и предплечья»	2.5	0.5	2	
1.4.	«Упражнения для увеличения подвижности лучезапястных суставов, развития эластичности мышц кисти и предплечья»	2.5	0.5	2	
1.5.	«Упражнения для улучшения подвижности суставов позвоночника, тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра»	2.5	0.5	2	
1.6.	«Упражнения для улучшения подвижности коленных суставов, голеностопного сустава и эластичности мышц голени и стопы»	2.5	0.5	2	
Раздел 2. Партерный экзерсис:		34	8	26	
2.1.	«Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела»	4	1	3	
2.2.	«Упражнения для укрепления мышц спины и брюшного пресса»	4	1	3	
2.3.	«Упражнения для укрепления позвоночника и улучшения его гибкости»	4	1	3	

2.4.	«Упражнения для укрепления мышц тазового пояса, бёдер, ног»	4	1	3	
2.5.	«Упражнения для укрепления и развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы»	4	1	3	
2.6.	«Упражнения для укрепления мышц плечевого пояса»	4	1	3	
2.7.	«Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага»	5	1	4	Промежуточная аттестация
2.8.	«Растяжки»	5	1	4	
Раздел 3. Народный экзерсис у станка		40	14	26	
3.1.	«Позиции ног»	2	1	1	
3.2.	«Позиции и положения рук»	3	1	2	
3.3.	«Releve»	2	1	1	
3.4.	«Приседания (plie)»	3	1	2	
3.5.	«Скольжение стопой по полу (battement tendu)»	3	1	2	
3.6.	«Маленькие броски (battement tendu jete)»	3	1	2	
3.7.	«Круговые движения (rond de jambe)»	3	1	2	
3.8.	«Развороты ноги (battement fondu)»	3	1	2	
3.9.	«Упражнения со свободной стопой (flic-flac)»	3	1	2	
3.10.	«Каблучные упражнения»	3	1	2	
3.11.	«Подготовка к «верёвочке»	3	1	2	
3.12.	«Повороты стопы, «зигзаги» (pas tortille)»	3	1	2	
3.13.	«Дробные выстукивания»	3	1	2	
3.14.	«Большие броски (grand battement)»	3	1	2	
Раздел 4. Народно-сценический танец		55	12	43	
4.1.	«Позиции и положения рук в сольных, в парных и массовых танцах»	3	1	2	
4.2.	«Танцевальные ходы и проходы, «змейки»,	4	1	3	

	«восьмёрки», «припадание» и др.»				
4.3.	«Верёвочка - комбинации»	5	1	4	
4.4.	«Подбивки, голубцы с продвижением и с вращением»	5	1	4	
4.5.	«Маятникообразные движения - комбинации»	4	1	3	
4.6.	«Каблучные комбинации»	5	1	4	
4.7.	«Дроби, дробные комбинации, дробные дорожки трилистник, ключи»	6	1	5	
4.8.	«Присядки и хлопушки»	5	1	4	
4.9.	«Вращения на месте вправо и влево, с продвижением по прямым линиям в различных направлениях и с продвижением по кругу, остановка «закруткой».	5	1	4	
4.10.	«Комбинации казачьего танца»	4	1	3	
4.11.	«Танцевальные комбинации, усложнённые движениями рук, наклонами и поворотами корпуса, головы»	5	1	4	
4.12.	«Отработка движений разученных в предыдущий период»	4	1	3	
Раздел 5. Постановочно-репетиционная работа и актёрское мастерство:		72	14	58	
4.1.	«Разучивание и отработка танца «На брёвнышках»	25	5	20	
4.2.	«Разучивание и отработка танца «Сибирский пляс»	25	5	20	
4.3.	«Введение в репертуарные танцы обучающихся ранее не участвовавших в этих номерах ».	12	2	10	
4.4.	«Усложнение танцевальной лексики и отработка движений и рисунков в танцах, разученных в прошлом учебном году»	10	2	8	Итоговая аттестация
Всего:		216	51	165	

**Календарный учебный график программа «Сибирская круговерть»
группа № 3 (понедельник, четверг, пятница)**

Раздел/ месяц	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	ИТОГО
Раздел 1.	1	2	2	2	1	2	2	2	1	15
Раздел 2.	3	4	4	4	3	4	4	4	4	34
Раздел 3.	4	5	4	4	3	4	4	6	6	40
Раздел 4.	5	7	7	7	5	6	6	6	6	55
Раздел 5.	5	10	9	9	6	8	8	10	7	72
Промежуточная аттестация				V					V	
Всего (за месяц)	18	28	26	26	18	24	24	28	24	216 часов

**Учебно-тематический план
программы «Сибирская круговерть» 2026-2027 уч. год**

№	Число, месяц	Наименование разделов, тем	Всего часов (объем)	Форма проведения	Формы промежуточной аттестации
1.	сентябрь	Инструктаж по ТБ. Разучивание поклона. Разминка. Отработка положений и движений рук из танцев.	2	Учебное занятие	
2.	сентябрь	Работа у станка. Отработка проходок и подготовительных движений к дробям.	2	Учебное занятие	
3.	сентябрь	Разучивание комбинации с plie. Партерный экзерсис. Отработка движений танца «Иркутяночка»	2	Учебное занятие	
4.	сентябрь	Разминка на середине. Прыжки. Отработка «точки» и подготовки к вращениям.	2	Учебное занятие	
5.	сентябрь	Работа у станка. Партерный экзерсис. Вращения – разучивание новых комбинаций.	2	Учебное занятие	
6.	сентябрь	Разучивание комбинации с battement tendu. Отработка движений танца «Круговерть».	2	Учебное занятие	
7.	сентябрь	Работа у станка Растяжка. Отработка танцев «Иркутяночка» и «Круговерть».	2	Учебное занятие	
8.	сентябрь	Разучивание комбинации с battement tendu jete. Отработка движений танца «Выкрутасы».	2	Учебное занятие	
9.	сентябрь	Отработка комбинации battement tendu jete и комбинаций с вращениями.	2	Учебное занятие	
10.	октябрь	Разминка. Партерный экзерсис. Прыжки. Разучивание основных ходов из танца «На брёвнышках».	2	Учебное занятие	
11.	октябрь	Экзерсис у станка. Отработка основных ходов танца «На брёвнышках». Работа в парах.	2	Учебное занятие	
12.	октябрь	Разминка. Партерный экзерсис.	2	Учебное	

		Вращения. Разучивание движений танца «На брёвнышках».		занятие	
13.	октябрь	Экзерсис у станка и на середине. Растяжка. Разучивание движений танца «На брёвнышках».	2	Учебное занятие	
14.	октябрь	Разучивание комбинации с rond de jambe, положений и движений рук танца «На брёвнышках».	2	Учебное занятие	
15.	октябрь	Экзерсис у станка. Вращения. Танцевальные ходы и проходки в танце «На брёвнышках».	2	Учебное занятие	
16.	октябрь	Разминка. Партерный экзерсис. Прыжки. Отработка разученных движений танца «На брёвнышках»	2	Учебное занятие	
17.	октябрь	Разминка. Растяжка. Разучивание комбинаций с «моталочкой» из танца «На брёвнышках».	2	Учебное занятие	
18.	октябрь	Экзерсис у станка. Вращения. Отработка комбинаций с «моталочкой» из танца «На брёвнышках».	2	Учебное занятие	
19.	октябрь	Экзерсис у станка. Растяжка. Разучивание дробных комбинаций из танца «На брёвнышках».	2	Учебное занятие	
20.	октябрь	Разминка. Партерный экзерсис. Отработка дробных комбинаций из танца «На брёвнышках».	2	Учебное занятие	
21.	октябрь	Экзерсис у станка. Растяжка. Разучивание комбинаций с трилистником из танца «На брёвнышках».	2	Учебное занятие	
22.	октябрь	Разминка Отработка дробных комбинаций, стоя на «брёвнышках» (с подстраховкой).	2	Учебное занятие	
23.	октябрь	Работа у станка. Растяжка Прыжки. комбинаций с трилистником из танца «На	2	Учебное занятие	

		брёвнышках».			
24.	ноябрь	Разучивание комбинации с battements fondu. Партерная гимнастика. Вращения из танцев - отработка	2	Учебное занятие	
25.	октябрь	Экзерсис у станка. Прыжки. Разучивание комбинаций с голубцами и подбивками.	2	Учебное занятие	
26.	ноябрь	Экзерсис у станка. Растяжка. Отработка комбинаций с голубцами и подбивками	2	Учебное занятие	
27.	ноябрь	Комбинации у станка. Вращения. Работа с реквизитом из танца «На брёвнышках».	2	Учебное занятие	
28.	ноябрь	Экзерсис у станка и на середине. Прыжки. Отработка танцев «Круговерть» и «Выкрутасы».	2	Учебное занятие	
29.	ноябрь	Разминка. Партерный экзерсис. Вращения. Разучивание рисунков танца «На брёвнышках».	2	Учебное занятие	
30.	ноябрь	Разучивание комбинации с flic-flac, разучивание рисунков и переходов танца «На брёвнышках».	2	Учебное занятие	
31.	ноябрь	Экзерсис у станка. Растяжка. Отработка остановки «закруткой» после вращений.	2	Учебное занятие	
32.	ноябрь	Экзерсис у станка и на середине. Отработка комбинаций на брёвнышках (со страховкой и без неё).	2	Учебное занятие	
33.	ноябрь	Экзерсис у станка (отработка комбинаций). Растяжка. Разучивание рисунков и фигур танца «На брёвнышках».	2	Учебное занятие	
34.	ноябрь	Разминка. Партерный экзерсис. Постановочная работа 1-й части танца «На брёвнышках».	2	Учебное занятие	
35.	ноябрь	Разминка. Растяжка Вращения. Постановочная работа 1-й части танца «На брёвнышках».	2	Учебное занятие	
36.	ноябрь	Экзерсис у станка (отработка	2	Учебное	

		комбинаций). Растяжка. Отработка 1-ой части танца «На брёвнышках».		занятие	
37.	декабрь	Работа у станка. Партерный экзерсис. Постановочная работа 2-ой части танца «На брёвнышках».	2	Учебное занятие	
38.	декабрь	Экзерсис у станка. Вращения из танцев. Постановочная работа 2-ой части танца «На брёвнышках».	2	Учебное занятие	
39.	декабрь	Разминка. Растяжка. Отработка танца «Иркутяночка». Постановочная работа 2-ой части танца «На брёвнышках».	2	Учебное занятие	
40.	декабрь	Экзерсис у станка. Отработка комбинаций, вращений и 2-й части танца «На брёвнышках».	2	Учебное занятие	
41.	декабрь	Экзерсис у станка. Растяжка. Отработка движений, комбинаций, 1-й и 2-й части танца «На брёвнышках».	2	Учебное занятие	
42.	декабрь	Отработка комбинаций у станка. Растяжка. Постановочная работа 3-й части танца «На брёвнышках».	2	Учебное занятие	
43.	декабрь	Разминка. Партерный экзерсис. Постановочная работа 3-й части танца «На брёвнышках».	2	Учебное занятие	
44.	декабрь	Экзерсис у станка и на середине. Вращения. Постановочная работа 3-й части танца «На брёвнышках».	2	Учебное занятие	
45.	декабрь	Разминка. Партерный экзерсис. Прыжки. Отработка 3-й части танца «На брёвнышках».	2	Учебное занятие	
46.	декабрь	Экзерсис у станка. Растяжка. Вращения. Отработка танца «На брёвнышках». Работа с реквизитом.	2	Учебное занятие	
47.	декабрь	Экзерсис у станка. Отработка вращений с дробными комбинациями и танца «На брёвнышках».	2	Учебное занятие	

48.	декабрь	Экзерсис у станка. Растяжка. Отработка остановки после вращений. Отработка репертуарных танцев.	2	Учебное занятие	Промежуточная аттестация
49.	декабрь	Разминка. Партерный экзерсис. Прыжки. Отработка репертуарных танцев.	2	Учебное занятие	
50.	январь	Инструктаж по ТБ. Экзерсис у станка. Проходки, положения и движения рук в репертуарных танцах.	2	Учебное занятие	
51.	январь	Экзерсис у станка. Партерная гимнастика. Отработка притопов и ударов в дробных комбинациях.	2	Учебное занятие	
52.	январь	Разучивание комбинации с дробными выстукиваниями. Растяжка. Отработка танца «На брёвнышках».	2	Учебное занятие	
53.	январь	Разминка. Партерный экзерсис. Разучивание основных ходов танца «Сибирский пляс».	2	Учебное занятие	
54.	январь	Отработка комбинации с дробными выстукиваниями и основных ходов танца «Сибирский пляс».	2	Учебное занятие	
55.	январь	Экзерсис у станка. Прыжки (поджатые). Разучивание положений и движений рук танца «Сибирский пляс».	2	Учебное занятие	
56.	январь	Экзерсис у станка. Растяжка. Вращения. Разучивание дробных дорожек танца «Сибирский пляс».	2	Учебное занятие	
57.	январь	Разминка. Партерный экзерсис. Разучивание комбинаций с хлопучками танца «Сибирский пляс».	2	Учебное занятие	
58.	январь	Работа у станка. Отработка танца «На брёвнышках» и разученных движений танца «Сибирский пляс»	2	Учебное занятие	
59.	февраль	Экзерсис у станка. Прыжки (поджатые) с поворотом на	2	Учебное занятие	

		360°. Разучивание комбинаций танца «Сибирский пляс».			
60.	февраль	Разучивание комбинации с grand battements. Отработка комбинаций танца «Сибирский пляс».	2	Учебное занятие	
61.	февраль	Экзерсис у станка. Растяжка. Вращения. Разучивание движений «ключи» из танца «Сибирский пляс».	2	Учебное занятие	
62.	февраль	Разминка. Партерный экзерсис. Вращения. Отработка движений «ключи» из танца «Сибирский пляс».	2	Учебное занятие	
63.	февраль	Разминка. Прыжки. Отработка танцев «На брёвнышках» и «Выкрутасы».	2	Учебное занятие	
64.	февраль	Экзерсис у станка. Растяжка. Вращения. Отработка движений и комбинаций танца «Сибирский пляс».	2	Учебное занятие	
65.	февраль	Разминка. Растяжка. Отработка комбинаций и разучивание рисунков танца «Сибирский пляс».	2	Учебное занятие	
66.	февраль	Экзерсис у станка. Прыжки с поворотом на 360°. Разучивание рисунков танца «Сибирский пляс».	2	Учебное занятие	
67.	февраль	Разминка. Партерный экзерсис. Отработка комбинаций и разучивание рисунков танца «Сибирский пляс».	2	Учебное занятие	
68.	февраль	Экзерсис у станка. Растяжка. Отработка вращений и комбинаций танца «Сибирский пляс».	2	Учебное занятие	
69.	февраль	Разминка. Партерный экзерсис. Отработка точности и четкости остановки после вращений.	2	Учебное занятие	
70.	февраль	Экзерсис у станка. Растяжка. Отработка танцев «Круговерть» и «На брёвнышках».	2	Учебное занятие	

71.	март	Разминка. Партерный экзерсис. Вращения. Отработка парных комбинаций танца «Сибирский пляс»	2	Учебное занятие	
72.	март	Работа у станка (отработка комбинаций). Постановочная работа 1-й части танца «Сибирский пляс».	2	Учебное занятие	
73.	март	Разминка. Партерный экзерсис. Прыжки. Постановочная работа 1-й части танца «Сибирский пляс».	2	Учебное занятие	
74.	март	Экзерсис у станка. Растяжка. Постановочная работа 1-й части танца «Сибирский пляс».	2	Учебное занятие	
75.	март	Экзерсис у станка. Прыжки с поворотом на 360°. Отработка 1-й части танца «Сибирский пляс».	2	Учебное занятие	
76.	март	Разминка. Партерный экзерсис. Постановочная работа 2-й части танца «Сибирский пляс».	2	Учебное занятие	
77.	март	Экзерсис у станка. Прыжки. Постановочная работа 2-й части танца «Сибирский пляс».	2	Учебное занятие	
78.	март	Экзерсис у станка. Растяжка. Постановочная работа 2-й части танца «Сибирский пляс».	2	Учебное занятие	
79.	март	Работа у станка. Каблучные и дробные комбинации. Отработка 2-й части танца «Сибирский пляс».	2	Учебное занятие	
80.	март	Разминка. Партерный экзерсис. Отработка танцев «Иркутяночка» и «На брёвнышках».	2	Учебное занятие	
81.	март	Экзерсис у станка. Растяжка. Прыжки. Постановочная работа 3-й части танца «Сибирский пляс».	2	Учебное занятие	
82.	Март	Разминка. Растяжка. Вращения. Постановочная работа 3-й части танца «Сибирский пляс».	2	Учебное занятие	
83.	Апрель	Партерный экзерсис. Прыжки с	2	Учебное	

		поворотом на 360°. Постановочная работа 3-й части танца «Сибирский пляс».		занятие	
84.	апрель	Экзерсис у станка. Растяжка. Прыжки. Отработка 3-й части танца «Сибирский пляс».	2	Учебное занятие	
85.	апрель	Работа у станка. Прыжки. Отработка вращений с прыжками и с дробными комбинациями.	2	Учебное занятие	
86.	апрель	Экзерсис у станка и на середине. Отработка танцев «Выкрутасы» и «Сибирский пляс».	2	Учебное занятие	
87.	апрель	Разминка. Прыжки. Отработка положений рук в парах и в группах танца «Круговерть».	2	Учебное занятие	
88.	апрель	Партерный экзерсис. Вращения. Отработка танцевальных комбинаций и танца «Сибирский пляс»	2	Учебное занятие	
89.	апрель	Экзерсис у станка. Вращения. Танец «На брёвнышках» - работа с реквизитом	2	Учебное занятие	
90.	апрель	Экзерсис у станка. Вращения. Отработка танца «На брёвнышках»	2	Учебное занятие	
91.	апрель	Разминка. Партерный экзерсис. Отработка танцев «Иркутяночка» и «Сибирский пляс».	2	Учебное занятие	
92.	апрель	Разминка. Прыжки. Отработка положений рук в парах и в группах танца «Сибирский пляс».	2	Учебное занятие	
93.	апрель	Экзерсис у станка. Растяжка. Вращения. Разучивание и отработка новых дробных комбинаций.	2	Учебное занятие	
94.	апрель	Экзерсис у станка. Растяжка. Отработка новых дробных комбинаций и танца «На брёвнышках».	2	Учебное занятие	
95.	апрель	Разминка. Прыжки. Отработка дробных комбинаций с вращениями и танца	2	Учебное занятие	

		«Выкрутасы».			
96.	апрель	Экзерсис у станка. Растяжка. Отработка комбинаций с вращениями и остановки после вращений.	2	Учебное занятие	
97.	май	Разминка. Введение в репертуарные танцы новых участников.	2	Учебное занятие	
98.	май	Экзерсис у станка. Введение в репертуарные танцы новых участников.	2	Учебное занятие	
99.	май	Экзерсис у станка. Растяжка. Отработка вращений и дробных комбинаций.	2	Учебное занятие	
100.	май	Экзерсис у станка и на середине. Отработка танцев «На брёвнышках» и «Выкрутасы»	2	Учебное занятие	
101.	май	Партерный экзерсис. Вращения. Отработка танцев «Иркутяночка» и «На брёвнышках».	2	Учебное занятие	
102.	май	Разминка. Отработка вращений и дробных комбинаций из репертуарных танцев.	2	Учебное занятие	
103.	май	Экзерсис у станка. Отработка танца «Сибирский пляс». Разучивание движений финала отчётного концерта.	2	Учебное занятие	
104.	май	Разминка. Партерный экзерсис. Отработка танца «Круговерть» и финала отчётного концерта	2	Учебное занятие	
105.	май	Экзерсис у станка. Отработка танцевальных комбинаций из танцев и финала концерта.	2	Учебное занятие	
106.	май	Экзерсис у станка. Растяжка. Прыжки. Отработка репертуарных танцев.	2	Учебное занятие	
107.	май	Разминка. Вращения. Отработка репертуарных танцев и финала концерта	2	Учебное занятие	Итоговая аттестация
108.	май	Экзерсис у станка. Прыжки. Вращения. Разучивание танцевальных комбинаций - задания на лето.	2	Учебное занятие	
Всего по программе			216		

Методическое обеспечение программы.

Оценочные материалы.

Способом определения оценки результативности обучения по данной программе является промежуточная аттестация, которая осуществляется на основе разработанных критериев, тестирование по усвоению пройденного материала, а также результаты участия в конкурсах, смотрах, фестивалях, показательных выступлениях.

Бланк промежуточной аттестации:

«Оценка результатов обучения и воспитания детей по программе

«Сибирская круговорот»

Теоретические знания по разделам программы	Список обучающихся Ф.И. оценка ЗУН											
знать хореографическую терминологию: - pas balance; - pas de basque; - battement fondu; - flic-flac; - pas tortille; - положение тела в позах épaulement.												
Практические умения и навыки по основным разделам программы												
выполнять упражнения народно – сценического экзерсиса: - маленькие броски (battement tendu jete);												
- круговые движения (rond de jambe);												
- развороты ноги (battement fondu);												
- упражнения со свободной стопой (flic-flac);												
- подготовка к «верёвочке»;												
- большие броски (grand battement)												
выполнять движения народно сценического танца: - позиции и положения рук;												
- припадание;												
- верёвочка - комбинации;												

- подбивки, голубцы с продвижением и с вращением;												
- дробные комбинации и дробные дорожки;												
- работа с платком из казачьего танца;												
- комбинации вращений на месте вправо и влево;												
- вращения с продвижением по прямым линиям в различных направлениях и с продвижением по кругу по часовой и против часовой стрелке;												
- остановка после вращений «закруткой»;												
уметь точно, правильно, эмоционально и выразительно исполнять танцевальный репертуар.												

Методика тестирования по усвоению программного материала

Теоретические и практические знания	оценочные нормы
Должны знать хореографическую терминологию: 1. - pas balance, 2. - pas de basque; 3. - battements fondu; 4.- flic-flac; 5.- pas tortille; 6.- положение тела в позах épaulement.	правильный ответ: 1.- раскачивание, баланс, представляет собой равномерное переступание ног. 2.- шаг баска, прыжок с ноги на ногу; 3.- это «тающее» движение; 4.- мазок подушечкой стопы «от себя – к себе» 5.- зигзаги; 6.-положение корпуса, при котором фигура развёрнута вполборота к зрителю, голова повёрнута к плечу, выдвинутому вперёд.
Должны уметь: выполнять упражнения народно – сценического экзерсиса: 1.-маленькие броски (battement tendu jete);	правильное исполнение: 1.- Все движение должно исполняться на demi-plie, единый уровень корпуса должен сохраняться на протяжении исполнения всего движения. Рабочая нога по правилам battement tendu jete резко выбрасывается в заданном

	направлении на высоту 45 градусов; пятка опорной ноги опускается на пол. Рабочая нога, скользя носком по полу, сгибается в колене и закрывается в 3-ю позицию на всю стопу или полупальцы; положение <i>demi-plie</i> сохраняется, одновременно пятка опорной ноги отделяется от пола. Необходимо проследить за одновременной работой ног. Тяжесть корпуса все время находится на опорной ноге
2.- круговые движения (<i>ronds de jambe</i>);	2.- Из исходного положения I позиции исполнитель делает <i>preparation</i>, после чего рабочая нога находится в положении <i>con-de-pied</i> сзади. Колено поворачивается во внутрь при этом стопа, скользя наружным ребром по полу, проводится вдоль левой. Зайдя за неё и выдвинувшись предельно вперёд, останавливается на ребре носка. Подъём скошен, колено прямое. Затем нога описывает полукруг, стопа из скошенного положения переходит в выворотное. Приподнять ногу от пола и рывком подвести к щиколотки левой ноги. Корпус держится прямо и не поворачивается в сторону работающей ноги, плечи и бёдра ровные, центр тяжести - на опорной ноге; опорная нога выворотна,
3.- развороты ноги (<i>battement fondu</i>) ;	3.- При народном <i>fondu</i> колено рабочей ноги разворачивается во внутрь, стопа из положения <i>con-de-pied</i> сзади, приходит в положение <i>con-de-pied</i> впереди, опорная нога делает <i>plie</i>, и только потом одновременно обе ноги вытягиваются в колене, при этом рабочая нога открывается в сторону, делается <i>fais</i> к себе в исходное положение. Необходимо тщательно следить за выворотностью, четким положением <i>con-de-pied</i>, плавным характером движения
4.- упражнения со свободной стопой	4.- Плечи сохраняют положение <i>en face</i> Верх рабочей ноги должен быть

(flic-flac); 5.- подготовка к «верёвочке»; 6.- большие броски (grand battement)	закреплён, работает только низ ноги. Упражнение состоит из двух «мазков» свободной стопой (подушечкой) по полу: первый «мазок» от себя, второй - к себе. Характерный при этом звук должен быть четким как при flic так и при flac. Большое внимание надо уделить положению ноги на <i>con-de-pied</i>, четко показывать разницу между положением <i>con-de-pied</i> впереди и сзади. Необходимо следить за выворотностью стоп и коленей. 5.- перевод рабочей ноги вперед и назад по 3-ей позиции. Рабочая нога, сгибаясь в колене, скользя носком по опорной ноге в выворотном положении, резко поднимается вверх до уровня колена опорной ноги, подъем вытянут; затем рабочая нога, не отдаляясь от опорной, слегка приподнимается и переводится назад под колено опорной ноги, скользя по опорной ноге, опускается в 3-ю позицию сзади. Движение повторяется в обратном направлении. Следить за выворотностью ног от бедра. Спина и шея должны быть прямыми, плечи опущены. 6.-Бросок должен быть легким, высоким, с акцентом наверх, нога предельно вытянута по всей длине. Корпус при исполнении броска должен быть неподвижным, особенно при исполнении <i>grand battement jete</i> в сторону. Спина – прямая. Лопатки во время исполнения движения должны быть сильно опущены вниз, чтобы сохранить положение спины. Следить за натянутостью рабочей ноги в коленном и голеностопном суставе и за синхронностью броска и <i>demi-plie</i>.
Выполнять движения народно – сценического танца: 1.- позиции и положения рук;	Правильное исполнение: 1.-<u>подготовительное положение</u> - руки свободно опущены вдоль корпуса и чуть повернуты тыльной

2.- припадание	стороной кисти вперед, пальцы вытянуты. - <u>первая позиция</u> - соответственно 1-ой позиции классического танца, необходимо развернуть к себе - наверх, пальцы собраны. - <u>вторая позиция</u> - руки раскрыты в стороны (соответственно 2-й позиции классического танца). Сохраняя полукруг нужно чуть опустить локти вниз, кисти рук при этом направлены ладонями наверх и слегка вперед. - <u>третья позиция</u> - руки подняты наверх и слегка разведены в стороны, но не вытянуты полностью в локтях и расположены чуть перед собой. - <u>четвертое положение</u> - обе руки лежат на талии, обхватив ее внутренней частью кисти. Большие пальцы отведены назад и обхватывают талию со спины. Кисти рук должны плотно лежать на бедрах. Локти направлены точно в сторону, плечи опущены. - <u>пятое положение</u> - руки сложены одна на другую перед грудью и отведены от корпуса (в соответствии с народностью в позиции есть изменения). - <u>шестое положение</u> - руки за головой (большой палец уходит вперед или все пальцы собраны). - <u>седьмое положение</u> - руки скрещены сзади (складываются в зависимости от народности). 2.- продвижение может быть вперёд, назад или в сторону, в зависимости от задания, оно должно быть ритмичным и выразительным, в характере данного образа. Исполнитель делает широкий боковой шаг, опускаясь с носка на всю ступню, сильнее приседает; другая нога
-----------------------	--

5.- дробные комбинации, дробные дорожки; 6.- танцевальные комбинации, стоя на «брёвнышке» ; 7. - комбинации вращений на месте вправо и влево; 8.- вращения с продвижением по прямым линиям в различных направлениях, и с продвижением по кругу по часовой и против часовой стрелки;	в сторону. Повороты выполняется строго на 180° (лицом-спиной к заданной точке) 5.- по исполнению дробы состоят из сильных и резких ударов ногами в пол полной стопой, полупальцами или каблуком. Все удары и выстукивания должны быть чёткими, ритмичными, лёгкими и короткими (острыми). Колени обеих ног присогнуты, стопы невыворотны. Деми - плие сохраняется на протяжении всего упражнения. 6.- Правильное исполнение: устойчивое выполнение комбинации, без схода и потери равновесия, с прямой спиной, фиксированным взглядом вперёд, чётким ритмом и активными, но собранными руками. Корпус неподвижен относительно вертикальной оси. Завершение – чёткая фиксация позы без покачиваний. Недопустимы сход с «брёвнышка», остановки, взгляд вниз, „подстраховочные“ движения руками и корпусом. 7.- полный поворот на 360° на месте вокруг своей оси. Голову держать прямо, не опускать и не наклонять; корпус всё время удерживается подтянуто и собранно, в момент вращательного толчка он не должен поворачиваться в противоположную сторону, поскольку чрезмерный замах как бы «сдёргивает» исполнителя и нарушает весь ход вращения. Очень важно, чтобы плечи и бедра на всех стадиях выполнения вращения находились в одной плоскости, а центр тяжести тела – всегда точно на опорной ноге. 8.- полный поворот на 360°, продвигаясь по прямой линии в заданном направлении или с продвижением по кругу. Все вращения следует выполнять равномерно, посыл корпуса вперёд должен быть более сильным и
---	--

9.- остановка после вращений «закруткой»;	динамичным Поворот головы – резкий и чёткий. Опущенные и раскрытые плечи, крепко «взятая» спина и поясница обязательны 9.- остановка должна быть точной и чёткой, корпус не раскачивается. заваливаться в ту или иную сторону, теряя ось своего тела.
- уметь точно, правильно, эмоционально и выразительно исполнять танцевальный репертуар;	- оценивается во время концертной деятельности.

Критерии оценок. Если ребенок выполняет задание в соответствии с требованиями, ставится -5баллов, допускает две ошибки -4 балла, допускает три, четыре ошибки-3балла.

Диагностика (входного, переводного тестирования):

Диагностика входного тестирования проводится только для детей, которые поступают в ансамбль на определенную программу (от 7лет до 18лет)

Таблица 1. Результаты диагностики для поступающих в ансамбль танца «Колокольчики» (программа «Сибирская круговерть-26»).

№	Показатель	Упражнение	Высокий	Средний	Низкий
1	Статическое равновесие	Стойка на одной ноге с закрытыми глазами и поворотами головы (15 сек)	15 сек и более	10–14 сек	менее 10 сек
2	Динамическое равновесие	Проход по гимнастической скамейке (ширина 10 см) с мешочком на голове	Без потери мешочка и схода	Мешочек упал 1 раз или 1 сход	Более 1 потери или схода
3	Координация рук и ног (дробь)	Дробь «трилистник» или «ключ» на месте с одновременной работой рук	Чётко, синхронно	Руки запаздывают, 1–2 ошибки	Синхронизация нарушена
4	Координация в поворотах	Два поворота на 360° подряд	Оба поворота	Один чистый,	Сбивается после первого

№	Показатель	Упражнение	Высокий	Средний	Низкий
		(шаг – поворот – шаг – поворот) по диагонали	чистые	второй с потерей оси	
5	Координация в прыжках	Прыжок «соте» по I позиции с хлопком и поворотом головы	Мягко, синхронно, приземление на полупальцы	Есть мелкие недочёты	Тяжёлый прыжок, потеря координации

Таблица 2. Дополнительное задание.

Исполнить 8 тактов из репертуарного танца ансамбля (или народной комбинации), включающей дроби, повороты, прыжки, работу рук и корпуса

Критерий	Высокий	Средний	Низкий
Чистота исполнения	Чётко, без ошибок	1–2 ошибки	Множество ошибок
Координация	Полная синхронизация	Частичная	Нарушена
Артистизм	Выразительно, эмоционально	Неярко	Отсутствует
Осанка и равновесие	Идеально	Небольшие отклонения	Потеря оси

Методика анализа результатов деятельности

строится на сравнительном анализе усвоения программного материала 1- го и 2- го полугодия, с процентным подсчетом, например: количество баллов *100%: количество ЗУН

УМК:

Методические материалы:

Программа «Сибирская круговерт»;
Программа «Перетопы»;
Программа «Топотухи»;
Программа «В вихре танца»;
Программа «Выкрутасы»;
Программа «Круговерт»;
Программа «Танцевальная радуга»;
Программа «Иркутяночка»;
Программа «Звонкий каблучок»

Конспекты занятий:

Методическая разработка «Конспект открытого занятия
«Класс – урок. Основы классического танца»
<https://cloud.mail.ru/r-seven/edit/home/>

Методические разработки:

Методическая разработка «Экзерсис народно-сценического танца у станка и его назначение»

Аннотация: тема методической разработки расширяет знания о народно-сценическом экзерсисе у станка, знакомит с особенностями и правилами выполнения упражнений экзерсиса, соблюдение которых поможет совершенствовать технические навыки обучающихся
<https://cloud.mail.ru/public/8731/VobbjXTj2>

Методическая разработка «Подготовительный этап техники вращения в народном танце».

Аннотация: в данной методической разработке рассматриваются основные принципы подготовительного этапа постановки техники вращений, приводятся примеры подготовительных упражнений и раскрываются нюансы постановки головы, корпуса, рук для лучшего усвоения материала обучающимися. Данная разработка носит рекомендательный характер для педагогов, работающих в области хореографии.
<https://cloud.mail.ru/public/4uhk/2uYC6CZah>

Статья «Развитие креативного мышления посредством изучения особенностей исполнения казачьего танца».
<https://cloud.mail.ru/r-seven/edit/home/>

Сценарии мероприятий:

Сценарий отчетного концерта ансамбля танца «Колокольчики»
<https://cloud.mail.ru/r-seven/edit/home/2%20Сценарий%202022.05.docx?weblink=c6zQ/N5yM9WLBB>

Дидактический материал: схемы рисунков танца и положения исполнителя по отношению к зрителю, фотографии, литература по хореографии, видео – аудиозаписи

Методы, формы и технологии обучения, применяемые при реализации программы:

Преобладающая роль отводится практико-ориентированным методам, стимулирующим инициативу и самостоятельность обучающихся:

- посещение мастер-классов других педагогов, тренинги, профессиональные пробы;

- инновационные формы и методы обучения:

- технологии группового взаимодействия – организация процесса обучения в группах. Развивает коммуникативные способности, формирует межличностные отношения;

- технология развития критического мышления – совокупность приемов, направленных на развитие исследовательских, творческих навыков. Учит принимать взвешенные решения, работать с информацией, анализировать, осмысливать и т.д.;

- сетевые информационно-коммуникационные и дистанционные образовательные технологии – для организации учебного процесса и самостоятельной работы обучающихся используются технологии, основанные на использовании компьютерных сетей: электронная почта, видеоуроки, видео мастер-классы, слайдпрезентации, онлайн-тестирование.

1. Словесные объяснения (краткие, образные, конкретные) каждого движения.

Метод использования слова - универсальный метод обучения. С его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др. Это определяет разнообразие методических приёмов использования слова в обучении: обсуждение, объяснение, словесное сопровождение движений под музыку и т.д.

2. Методы наглядного восприятия - способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися программы курса обучения, 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.

3. Практические методы основаны на практической деятельности обучающихся. Одним из важнейших в хореографии является *метод упражнения* - повторное (многократное) выполнение умственного и

практического действия с целью изучения и выполнения танцевальных движений. Моторная память ученика отрабатывается, развивается и крепнет на основе точной исполнительской техники. Моторная память закрепляется трудно, путем многократных повторений на протяжении всего курса обучения. Без хорошо развитой моторной памяти у будущего танцовщика не может быть хорошей устойчивости, гибкости, легкости, мягкости, простоты и свободы движения; очень важно также совмещение с объяснением работы мышц (группы мышц) для осознанной тренировки учеников. При методе упражнений у учащихся вырабатывается множество двигательных навыков, которые обеспечивают работу опорно-двигательного аппарата для выполнения движений той или иной сложности. Здесь рассматривается не только гармоничное физическое воспитание тела, но и совершенствование морально-волевых качеств.

4. Практико-ориентированный метод, стимулирующий инициативу и самостоятельность обучающихся. Это посещение мастер-классов других педагогов, тренинги, профессиональные пробы.

5. Интерактивный метод обучения в форме наставничества: Учитель + ученик; Ученик + ученик); включая обучающегося в образовательные программы в качестве помощника педагога, консультанта, наставника, для младших обучающихся и сверстников

Формы обучения и виды занятий:

Формы проведения занятий можно условно разделить на основные, дополнительные и формы художественно-эстетического самообразования. Основные: групповые, индивидуальные, практические, репетиционные, концерты, конкурсы.

Дополнительные: видео просмотр балетных спектаклей, концертных номеров профессиональных хореографических коллективов, прослушивание музыки, знакомство с творчеством мастеров хореографии, такой работой можно охватить весь коллектив во время занятий, репетиций. Дополнительные формы включают коллективные или индивидуальные посещения спектаклей, концертов, но их проведение организуется в свободное и удобное для детей время, согласно плану УВР.

К формам художественно-эстетического самообразования относятся: самостоятельное изучение вопросов теории хореографии, чтение книг по хореографии и другим видам искусства с определенной целевой установкой на расширение своих знаний в области хореографии.

Используется очная и дистанционная форма обучения, самостоятельная работа обучающихся под контролем педагога и без него. Основным видом занятий – практическое фронтальное групповое или индивидуальное занятие в танцевальном зале.

Формы подведения итогов изучения программы могут быть учебные занятия, открытые занятия, сводные репетиции, концерты, показательные выступления внутри объединения и для объединений учреждения.

Формы публичной демонстрации качества усвоения программы: открытые занятия, концерты, смотры, фестивали, показательные выступления, конкурсы.

Каждое выступление — это своеобразный творческий экзамен для ребенка: раскрыть себя как творческую личность, показать полученные знания, умения, навыки, получить положительный заряд энергии от выступления в концертных номерах. Развивает опыт сценической практики, закаляет детей морально, повышает самооценку и способствует мотивации продолжения обучения. Выступления перед зрителями во время концерта требуют от ребёнка мобилизации духовных и физических сил, эмоциональности, творческой активности, являются главным воспитательным средством: переживание успеха приносит моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувства ответственности, дружбы, товарищества Танцевальные номера оживляют любой праздник и дают детям неоценимый опыт публичного выступления

Педагогические технологии, применяемые на занятиях:

Образовательные технологии	Обоснование применения
Личностно - ориентированные технологии обучения	Пробудить интерес, организовать совместную познавательную, творческую деятельность каждого ребенка.
Адаптированная система обучения в «динамических» и «статических» группах	Организовать сотворчество обучающихся в группах, совмещенное с индивидуальным обучением каждого ребенка.
Игровые технологии	Максимально активизировать детей, создать условия успешности, эмоциональной приподнятости.
Здоровье сберегающие технологии	Профилактика заболеваний и охрана физического и психического здоровья обучающихся.
Технологии группового взаимодействия	Развивает коммуникативные способности, формирует межличностные отношения.
Технология развития критического мышления	Совокупность приемов, направленных на развитие исследовательских, творческих навыков. Учит принимать взвешенные решения, работать с информацией, анализировать, осмысливать и т.д.;
Сетевые информационно-	Используются технологии,

коммуникационные и дистанционные образовательные технологии	основанные на использовании компьютерных сетей: электронная почта, видеоуроки, видео мастер-классы, слайдпрезентации, онлайн-тестирование
---	---

Использование дистанционных образовательных технологий при реализации программы:

Реализация программы в условиях дистанционного режима проводится с использованием платформы МАКС, с использованием электронного образовательного ресурса по изучаемой теме.

Электронные образовательные ресурсы:

https://www.liveinternet.ru/users/anna_bale/post143266743

СЛОВАРИК ТЕРМИНОВ(ПОМОЩЬ УЧЕНИКАМ)

<https://www.youtube.com/watch?v=rZc4O0y8MLE>

Станок

<https://www.youtube.com/watch?v=zqoRIrhHOwE>

Мастер-класс "Хлопушки в народном танце."

<https://www.youtube.com/watch?v=rZc4O0y8MLE>

Станок 1 гр . Русский танец. СПбГУКИ.

<https://www.youtube.com/watch?v=K3Lex-R4tpQ>

Государственный Экзамен по народному танцу (ГГКИ 2022)

<https://www.youtube.com/watch?v=iKx9aII3nK8>

Мастер-класс по русскому народному танцу

<https://www.youtube.com/watch?v=5qYdLt01Ijo>

Ансамбль Локтева. Мастер-класс Рамиля Мехдиева.

<https://www.youtube.com/playlist?list=PL0WD>

Любимый народный станок

<https://www.youtube.com/watch?v=b4x2TZZ6O7o>

Государственный академический ансамбль народного танца имени Игоря Моисеева

Алгоритм учебного занятия

Структура одного занятия состоит из трех частей и включает в себя материал из всех разделов содержания программы (кроме репетиционных занятий по подготовке к концертным выступлениям, где большая часть времени отводится отработке репертуарных номеров, и разминка проходит без партерной гимнастики). В связи с этим рекомендованная Министерством образования Иркутской области форма учебного и календарного учебно-тематического планов из «Методических рекомендаций по разработке и оформлению дополнительных общеразвивающих программ в организациях, осуществляющих образовательную деятельность в Иркутской области» не может быть применена без корректировки для данной программы.

I часть урока (подготовительная) - включает задания на умеренную моторную двигательную активность: построение, приветствие (поклон педагогу и концертмейстеру); разминка - комплекс упражнений для подготовки разных групп мышц к основной работе, где применяются упражнения 1-ого, 2-ого и 3-его разделов. По длительности – 1/3 часть общего времени занятия.

II часть урока (основная) - включает задания с большой двигательной активностью: изучение новых танцевальных движений и элементов, положений ног и рук, танцевальных комбинаций, этюдов из 4-ого раздела и постановочно – репетиционная работа 5-ого раздела. По длительности – 2/3 общего времени занятия.

III часть урока (заключительная) - включает комплекс упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания, поклон педагогу и концертмейстеру. По длительности 2–3 минуты

В каждом уроке должна быть своя тема - основное движение, которое получает последовательную разработку внутри ряда разнообразных комбинаций. При составлении плана урока необходимо учитывать знания и навыки учеников, которые были получены на предыдущих занятиях, чтобы еще более закрепить и усовершенствовать их. В заранее подготовленном уроке могут так же возникать и импровизационные моменты

Глоссарий профессиональной терминологии:

Применение глоссария в хореографии обосновано тем, что хореографическая терминология - это система специальных наименований, которая кратко объясняют суть и особенность движений и элементов. В хореографии используется преимущественно французская терминология, которая является универсальным языком: она позволяет хореографам и танцорам разных стран мира понимать друг друга без перевода. Например, *exercice* (от фр. – упражнение) - это комплекс тренировочных упражнений у палки или на середине зала, способствующих развитию силы мышц, эластичности связок, воспитанию выворотности, устойчивости и координации рук, ног и головы.

Для каждой возрастной группы обучающихся используется определенный набор терминов.

Натянутая (или вытянутая) **стопа** - это напряженная стопа с предельно вытянутыми подъемом и пальцами.

Сокращенная стопа - это напряженная стопа с сокращенным подъемом и сильно поднятыми вверх пальцами.

Свободная стопа - это нога, расслабленная от голеностопного сустава до пальцев

Опорная нога - нога, на которой находится тяжесть корпуса.

Рабочая (или работающая) **нога** - нога, которая выполняет движение

Выворотность — раскрытие ног в тазобедренном и голеностопном суставах.

Координация — соответствие и согласование всего тела

Полупальцы –положение стоп(ы), когда вес тела остается на «подушечках» пальцев ног(и), а пятка максимально отрывается от пола. Еще говорят встать «на носочки».

Затакт – в музыке слабая доля перед сильной в начале такта музыкального предложения. В хореографии затакт – сигнал к началу выполнения любого движения, его принято выделять командой «И».

Форс (франц. *force* — сила) — первоначальный импульс, направленная энергия для совершения какого-либо движения, например, вращения.

Battement tendu jete - (от фр. *battements* - удар, биение, *tendus* - натянутый, *jeter* - бросать). *Battement tendu jete* – бросок ноги на 45°.

Battement tendu jete pique - (от фр. *piqué* - укол) — лёгкий "укол" кончиками пальцев «рабочей» ноги об пол и подъём ноги на заданную высоту.

Battement frappe (от фр.гл. *frapper* - ударять) - резкое ударяющее движение открытой в каком-либо направлении работающей ноги в положение *sur le cou-de-pied* и последующее её акцентированное открывание на носок в пол или на воздух.

Grand battement jete – (с фр. – большой). Большой бросок, взмах работающей ноги на 90° и выше в нужное направление.

Passe - носок у колена

Preparation - подготовка к движению

Port de bras - (от фр. *porter* — носить, *bras* — рука) - это движение рук через основные позиции с поворотами, наклонами головы и движениями корпуса.

Pas couru – легкий сценический бег по шестой позиции.

Pas balance – (с фр. качать, раскачивать, покачивать). Представляет собой равномерное движение, состоящее из шага в сторону, с небольшим приседанием (*plie*) на опорной ноге, и последующего переступания на месте по 3 позиции.

Pas de basque - (шаг басков) — прыжок с одной ноги на другую,

Pas tortilla – повороты стопы, зигзаги.

Plie - (от фр. гл. *plier* — сгибать).Приседание на обеих или на одной ноге в любой из существующих позиций. В зависимости от степени сгибания делится на *demi-plie* (полуприседание) и *grand plie* (глубокое приседание).

Passe par terre - (от фр. гл. *passer* — проходить, переводить).

Проведение работающей ноги из одного положения в другое - в сторону, вперед или назад через 1 позицию. Ноги могут быть вытянуты, либо полусогнуты (*demi-plie*).

Releve - (от фр. гл. *relever* — поднимать) – подъем на пальцы/полупальцы одной или обеих ног.

Retire - перенос через скольжение "рабочей" ноги, через *pas de terre* из V позиции в V позицию сзади

Ronds de jambe par terre – круг ногой по полу, это круговое движение носком по полу.

Sur le cou de pied - положение работающей ноги на щиколотке опорной ноги спереди или сзади:

2. Положения, направления, позы, дополнительные движения

Aplomb [Апломб] дословный перевод с франц. отвесный. Характеризует устойчивость исполнителя.

Enfacé [ан фас] с франц. перед лицом, спереди, в лицо. Положение лицом к смотрящему, при котором «лицевая» часть головы, корпуса, ног обращена прямо к зрителю (первая точка). Во время работы с хореографическим станком, положение анфас может меняться: 1) бедра, плечи и лицо развернуты к станку, обе руки на палке; 2) боком к станку, положение анфас параллельно палке; 3) спиной к станку.

3. Прыжки.

SAUTE [соте] - прыжок классического танца с двух ног на две ноги по I, II, IV

4. Вращения.

PIROUETTE [пируэт] - «юла, вертушка»; вращение исполнителя на одной ноге en dehors или en dedans, вторая нога в положении sur le cou-de-pied. **TOUR** [тур] поворот.

Allongé с фр. - удлиненный, продленный, вытянутый.

En dedans - круговое движение к себе, круговое движение внутрь.

En dehors - круговое движение от себя, круговое движение наружу.

Pas couru - легкий сценический бег по IV позиции.

Кадровое обеспечение программы.

Педагог: Стафеева Елена Петровна, педагог дополнительного образования, высшая квалификационная категория.

Образование: среднее специальное. Областное культурно-просветительное училище г. Иркутск, 1975 год.

Прошла профессиональную переподготовку на ведение профессиональной деятельности в сфере педагогической деятельности, ГАУ ДПО «Институт развития образования Иркутской области», 29.10.2016 год.

Стаж педагогической работы - 42 года

Условия реализации программы:

Место для занятий

1. Просторный, хорошо проветриваемый зал, где есть деревянный пол.
2. Для занятий необходимы зеркала, специальные станки.

Внешний вид для занятий

3. Одежда должна быть удобной, не сковывающая их движения и не вызывающая перегрева.
4. Обувь: мягкие балетки (для занятий «Основы классического танца»); туфли на наборном каблучке (для занятий народным танцем). Обувь должна быть хорошо укрепленной на ногах.

Материально - техническая база

5. Наличие инструмента: фортепиано, баян.
6. Методические материалы и пособия.
7. Аудиосистема для прослушиваний записей и работы с фонограммами.

8. Видеоаппаратура для просмотра видеозаписей.
9. Реквизит, применяемый в танцевальных постановках.
10. Концертные костюмы.

При реализации программы также созданы условия для детей с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью, благодаря которым дети могут в полной мере участвовать в образовательном процессе и развиваться, наравне со своими сверстниками: размещены светодиодные уличные бегущие строки, на них отображается текстовая информация с названием и всей информацией об учреждении (режим работы администрации, график проведения занятий, список объединений, реализующих дополнительные общеразвивающие программы), установлены тактильные пиктограммы (с подписью Брайля) туалетные комнаты оборудованы поручнями для инвалидов.

Дополнительная информация:

Дополнительная общеобразовательная программа «Сибирская круговерть» составлена с учётом социально-экономического компонента. Содержание программы ориентировано на приоритетные направления социально-экономического развития региона, с возможностью реализации комплекса следующих образовательных и воспитательных мероприятий:

- экскурсии, встречи «Люди мужественных профессий» (МЧС);
- митап «Профкластеры Иркутского региона»;
- встречи с интересными людьми «Кем стать? Профессии разные важны, профессии разные нужны» (профессии наших родителей);
- Посещение выставки «Ярмарка профессий»;
- Посещение Музея пожарной охраны г. Иркутска

Воспитательный потенциал программы:

Реализация регионального компонента в программе осуществляется через совместную деятельность педагога с детьми, самостоятельную деятельность детей, сотрудничество с музеями, привлечение родителей, организацию праздников и развлечений и направлена на обеспечение системного педагогического сопровождения личностного развития детей, формирования гражданских, патриотических и нравственных качеств, проведения массовых мероприятий, совместной деятельности обучающихся и родителей (законных представителей), развития их способностей и одарённости через реализацию воспитательного потенциала дополнительной общеобразовательной программы.

Воспитательный потенциал программы направлен на:

- *овладение и знакомство с культурой своего народа, в том числе региона:* творческая встреча с артистами Государственного ансамбля песни и танца; посещение концертной программы ансамбля песни и танца; посещение архитектурно-этнографического музея «Тальцы»: масленичные гуляния; Иркутский художественный музей посещение мероприятия «Школьная

пятница»; культурно-познавательная программа «Иркутские вечерки» в рамках этнокультурной программы «Сибирские забавы»; игровая программа «Байкальская карусель»; посещение мероприятий ГБУК Иркутской областной государственной универсальной научной библиотеки им. И.И. Молчанова-Сибирского.

- *создание условий для реализации творческого потенциала детей в художественной деятельности:*

участие в творческих конкурсах: Всесибирский конкурс любительских хореографических коллективов имени М.С. Годенко г. Красноярск, Международный фестиваль-конкурс «Юные дарования России», Байкальский международный ART- фестиваль-конкурс «Vivat, талант!», Открытый хореографический фестиваль-конкурс «Иркутск – танцующий город»

-*организация совместных творческих акций с детьми:*

«Эко-ёлка»; «Сделаем наш город чище»; «Батарейка – сдавайся», благотворительные акции Добрых дел участников СВО: «Подарок бойцу», «Имбирный пряник», «Блиндажная свеча», «Всё - для Победы».

-*организация и проведение мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни:*

Пятиминутки «Безопасные каникулы», конкурс рисунков «Против наркотиков», творческая мастерская «Здоровым жить – век не тужить» праздник «Спорт – залог здоровья»; спортивный праздник «Иркутская лыжня»; спортивный праздник «Мама, папа, я – спортивная семья»; литературный прожектор «Семь - Я».

– видеоматериал по профилактике противоправного поведения несовершеннолетних «Центр профилактики, реабилитации и коррекции»

<http://цпрк.образование38.рф/pomogator/>

<https://yandex.ru/video/preview/11058645755532865592>

<https://yandex.ru/video/preview/13510775493198966006>

<https://yandex.ru/video/preview/10049450930724297203>

<https://yandex.ru/video/preview/16277035437749123667>

Ссылка на УВР: <https://cloud.mail.ru/public/fHNr/qkNWAUVdB>