

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

Утверждена приказом №  
№ 47- од от 28.08.2026 г.

Дополнительная общеразвивающая программа  
«Сибирские узоры»

**Адресат программы:** 10 – 14 лет  
**Срок реализации:** 1 год, 2026-2027  
учебный год  
**Направленность программы:**  
Художественная  
**Уровень:** базовый  
**Разработчик программы:**  
Сулова Дарья Викторовна  
Педагог дополнительного образования

Иркутск, 2026г.

## **Пояснительная записка**

Дополнительная общеразвивающая программа «Сибирские узоры» составлена с учетом возрастных особенностей обучающихся и ориентирована на продолжение обучения в ансамбле танца «Колокольчики». Программа направлена на изучение характерных особенностей русского народного танца Иркутской области и народностей проживающих в Сибири, на знакомство с культурой, историей и бытом народов Сибири, на сбережение культурного наследия, уважения к национально-патриотическому прошлому, на формирование творческих способностей детей. Большое внимание на занятиях, уделяется совершенствованию координации, отработке техники движений, повышению профессионального мастерства и творческого самовыражения. Непрерывность и преемственность образовательного процесса в ансамбле танца «Колокольчики» базируется на сохранении и последовательном обогащении тематики программы от уровня к уровню, которые взаимосвязаны и дополняют друг друга. Предусматривается участие в концертных программах, конкурсах, и фестивалях.

В рамках реализации навигационного маршрута для обучающихся младшего и среднего возраста «Кооперация» по программе развития учреждения, в данную программу включен материал, направленный на создание условий, для формирования у обучающихся универсальных компетентностей/базовых навыков XXI века в условиях дополнительного образования. Формированию навыка кооперации способствует групповая форма работы при выполнении коллективных творческих заданий, когда конечный совместный результат зависит от работы каждого человека из этой группы. Позитивная взаимозависимость, порожденная наличием общей цели, способствует объединению усилий, помогает в формировании чувства товарищества и ответственности, в умении согласовывать свои действия со сверстниками при выполнении задания, в умении объяснить изученный материал партнеру по группе, тем самым помочь ему исправить какие-либо ошибки. Закрепляются навыки ансамблевого исполнения: синхронность; чёткость; взаимодействие с другими исполнителями танца; эмоциональная поддержка и отзывчивость; формирование общей культуры. При работе в парах приобретаются навыки чувства партнера, этика общения с партнером, умение исполнять танцевальные движения и комбинации в паре, умение вести друг друга и ориентироваться в пространстве.

В процессе образовательной деятельности решаются задачи по воспитанию гражданской идентичности.

**Направленность программы:** художественная.

**Уровень:** базовый

**Значимость (актуальность) программы и педагогическая целесообразность:** В настоящее время, когда здоровье детей, по статистике Минздрава 2023г., составляет 30% от общего числа, необходимость двигательного развития детей школьного возраста приобретает актуальную

социальную значимость. Занятия хореографией делают свой весьма существенный вклад в дело оздоровления подрастающего поколения. Хореография обладает огромными возможностями для полноценного гармоничного физического и духовного развития и эстетического совершенствования ребёнка. Занятия хореографией дают детскому организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта, а музыкальное сопровождение делает занятия насыщенными, интересными, повышает эмоциональный тонус детей, усиливая психофизическое воздействие музыкального движения на организм ребёнка. Благодаря систематическому хореографическому образованию и воспитанию, обучающиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию хореографического искусства. Занятия помогают воспитывать волевые качества и характер человека. Мобильность, динамизм, конструктивность, ответственность – это именно те личностные качества, которые формируются у детей в результате систематических занятий хореографией. Занятия по данной программе приобщают детей к пониманию искусства танца и знакомят с богатейшей художественной культурой прошлого и настоящего России. Учитывая требования современного дополнительного образования, данная программа реализует основные идеи и цели системы дополнительного образования детей. Педагогическая целесообразность программы «Сибирские узоры» определена тем, что ориентирует обучающегося на приобщение его к танцевально-музыкальной культуре, на применение полученных знаний, умений и навыков хореографического творчества в концертной деятельности, на улучшение своего образовательного результата, что в свою очередь возможно только при условии высокой активности и заинтересованности самого учащегося. Особенно благоприятно действуют на детей собственные успехи, победы в конкурсах и фестивалях, которые укрепляют их веру в свои силы и возможности, способствуют самоутверждению, помогают повысить самооценку и эмоциональную устойчивость, что является хорошей психологической подготовкой к различным жизненным ситуациям и дает хорошую базу для дальнейшего успешного развития личности ребенка.

**Новизна:** данной программы заключается в овладении обучающимися хореографическим мастерством посредством изучения национальных традиций и обрядов народностей проживающих в Иркутской области. Интерес к прошлому своего народа, к формированию обычаев, традиций, к региональным особенностям, к характеру и манере исполнения - непереносимое условие на занятиях русским народным танцем. Именно на этих занятиях создаётся прочный фундамент танцевальной культуры ребёнка, как части его общей духовной культуры в целом, и в конечном итоге обеспечивается решение важнейшей воспитательной задачи - формирование и воспитание гражданина России.

**Адресат программы:** программа ориентирована на обучающихся 10 - 14 лет.

**Краткая характеристика возрастных особенностей обучающихся:**

На границе перехода от младшего школьного к подростковому возрасту решаются специфические задачи личностного развития и взросления человека, идет интенсивное усвоение культурных ценностей, определяющих в дальнейшем его главные жизненные предпочтения.

Это пора достижений. В этом возрасте увеличивается внимание к себе, к своим физическим особенностям, обостряется реакция на мнение окружающих, повышается чувство собственного достоинства и обидчивость. Физические недостатки часто преувеличиваются. В этот период идет бурный рост скелета и конечностей и, как следствие этого нарушение осанки (50% учащихся), нарушение координации движений (угловатость). Ускоряется рост конечностей в длину. Сначала руки, потом ноги. Дети становятся долговязыми. Отставание темпов роста туловища и, как следствие этого, замедление роста сердца и легких, т.е. наблюдается кислородное голодание интенсивно растущих мышц и головного мозга. Из-за этого появляется снижение двигательной (игровой) активности. Ребята становятся менее выносливыми, возрастает утомляемость. Именно в этот период ребятам особенно необходим щадящий режим.

**Методика комплектования группы.** Прием детей осуществляется на основании письменного заявления родителей, согласия на обработку персональных данных и медицинского заключения о состоянии здоровья ребенка. Основу группы составляют дети, прошедшие обучение по предыдущим программам, но возможно зачисление детей, не прошедших предыдущее обучение: имеющих опыт занятий в хореографических кружках или обладающих выраженными способностями. Они могут быть зачислены на основании диагностики (входного тестирования) их умений и навыков. 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: регулярное посещение занятий, трудолюбие, добросовестность. Возможно обучение с использованием дистанционных образовательных технологий в связи с непредвиденными обстоятельствами (болезнь, эпидемии и т.д.)

**Наполняемость группы:** 10 человек

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

**Цель и задачи программы:**

**Цель:** Приобщение ребенка к танцевальной и музыкальной культуре своего народа, через развитие двигательных и художественно-творческих способностей детей

**Задачи:**

Обучающие:

- изучать упражнения экзерсиса у станка народно сценического танца и правила их исполнения;
- продолжать изучать танцевальную терминологию на французском языке;
- продолжать изучать движения народно-сценического танца;
- обучать умению работать в паре с партнёром и в ансамбле.

Развивающие:

- продолжать развивать двигательные функции (выворотность ног, гибкость корпуса, танцевальный шаг, прыжки);
- развивать четкую координацию движений с помощью одновременной и разнообразной работы рук, ног, корпуса, головы;
- развивать познавательную активность, творческую самостоятельность;
- развивать творческое воображение, фантазию, наглядно образное и ассоциативное мышление, художественный вкус;
- развивать артистичность исполнения, эмоциональность, осмысление танцевальных движений, понимание их как средства выражения человеческих мыслей и чувств; полного слияния формы выражения с характером музыки;
- развивать необходимые психологические качества танцора - актёра: внимание, быстрота реакции, развитое воображение, умение быть раскрепощенным и свободным в обыгрывании танца на сцене.

Воспитательные:

- воспитывать уважительное отношение к своей Родине, к своему народу;
- воспитание дисциплины и внимания, аккуратности, прививать эстетический подход к внешнему виду и окружающей среде;
- воспитывать трудолюбие, терпение, настойчивость, упорство, готовность постоянно совершенствоваться;
- воспитывать ценностное отношение к собственному труду, труду других людей и его результатам;

- воспитывать навыки общения в коллективе, уважительного отношения между обучающимися;
- воспитывать качества творческой, активной и легко адаптирующейся личности.

### **Комплекс основных характеристик программы**

**Объём программы** – общее количество учебных часов, необходимых для освоения программы 1 год обучения: занятия проходят 2 раза в неделю по 2 часа, 4 x 36 недель = 144 часа.

### **Содержание программы:**

#### **Раздел 1. Особенности народного танца Сибирского региона (15 час)**

Тема раздела 1. «Теоретический материал об истории происхождения танцев Сибирского региона» (2);

Тема раздела 2. «Основные положения рук» (3);

Тема раздела 3. «Основные ходовые движения» (3);

Тема раздела 4. «Региональные дробные выстукивания» (3);

Тема раздела 5. «Учебные комбинации» (4);

Тема раздела 6. «Этюд на материале танцев Сибирского региона «Сибирячка»»

Обучение в этом разделе начинается с изучения теоретической части изучения для более эффективного изучения материала. Данный раздел программы нацелен на изучение хореографии Сибирского региона и необходим для более качественной подготовки группы к работе с номерами на предоставленном материале

**Форма контроля:** Тренировочная самостоятельная работа (под наблюдением педагога), направленная на применение и закрепление полученных знаний с соблюдением методических требований и правил.

#### **Раздел 2. Экзерсис народного танца: (56 час)**

Тема раздела 1. Теоретический материал о понятии «Народный экзерсис» (3);

Тема раздела 2. Разучивание и отработка элементов народного экзерсиса (53):

- Plie на материале Эстонского танца
- Battement tendu на материале Белорусского танца
- Battement tendu jete на материале Белорусского танца
- Дробные выстукивания на материале Русского танца
- Grand battement на материале Польского танца

Этот раздел включает в себя теоретическую и практическую часть изучения особенностей исполнения экзерсиса народного танца. Для более качественного исполнения народной хореографии необходимо изучать не только классический экзерсис, но и народный. Он включает в себя практически идентичный набор движений классического экзерсиса, но с добавлением верёвочки и дробных выстукиваний. При выполнении народного станка у ребёнка развивается сила ног, координация, манера и точность движений, а также прогрессирует работа на середине зала. При работе у

танцевального станка мы отрабатываем все базовые движения, которые необходимы нам при работе с массовыми и малосоставными номерами.

**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 3. Танцы народов проживающих в Сибири (73 час.)**

Тема раздела 1. «Изучение основных положений Белорусского народного танца» (30);

- Позиции ног
- Основные положения рук
- Прыжки
- Подскоки
- Движение «Крыжачок» (Исполняется в деми-плие, на полупальцах)
- Беговые элементы
- Упражнения для навыков работы в парах

Тема раздела 2. «Разучивание и отработка движений танца «Ах ты Юрочка»» (43);

- Работа с реквизитом
- Работа с манерой исполнения
- Постановка номера
- Репетиционный процесс

Этот раздел включает в себя разучивание и отработку танцевальных движений, присущих Белорусскому народному танцу, изучение рисунков танца, построений и перестроений в танцевальных композициях, отработку их чёткости и чистоты, работу над синхронностью исполнения, работу над образом (выразительность, эмоциональность). Предлагаемый материал предназначен для разучивания на середине зала. По мере усвоения изучаемых элементов и движений, на их основе постепенно выстраиваются учебные танцевальные комбинации, которые создаются на основе одного движения и позволяют, как проучить какой-то танцевальный элемент, так и освоить его танцевальную манеру, способствуют развитию координации, музыкальности и эмоциональной выразительности. Важно от занятия к занятию логично переходить от одного движения к другому, развивая технику исполнения, танцевальность. Продолжительность постановочно - репетиционной части занятий зависит от сложности лексики и композиции танца. По мере усвоения танцевальных элементов на их основе создаются простые, массовые танцевальные композиции, которые могут быть исполнены всеми детьми данной группы на отчётных концертах.

**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.

**Репертуарный план:**

- «Ах ты Юрочка»
- «Сибирячка»

**Ожидаемые результаты и способы определения их результативности.**

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

- понимать хореографическую терминологию на французском языке;
- знать правила исполнения упражнений экзерсиса у станка народно-сценического танца;
- знать правила исполнения основных движений народно-сценического танца.

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

- выполнять упражнения экзерсиса у станка народно-сценического танца;
- выполнять движения народно – сценического танца;
- точно, эмоционально и выразительно исполнять танцевальный репертуар;
- самостоятельно отрабатывать элементы и движения из танцев.

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

Трудолюбие, 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. Особенности народного танца Сибирского региона. |                                                                             | 15               |        | 13       |                                |
| 1.1.                                                      | «Теоретический материал об истории происхождения танцев Сибирского региона» | 2                | 2      |          |                                |
| 1.2.                                                      | «Основные положения рук»                                                    | 3                |        | 3        |                                |
| 1.3.                                                      | Основные ходовые движения»                                                  | 3                |        | 3        |                                |
| 1.4.                                                      | «Региональные дробные выстукивания»                                         | 3                |        | 3        |                                |
| 1.5.                                                      | «Учебные комбинации»                                                        | 4                |        | 4        |                                |
| Раздел 2. Экзерсис народного танца                        |                                                                             | 56               | 3      | 53       |                                |
| 2.1.                                                      | Теоретический материал о понятии «Народный экзерсис»                        | 3                | 3      |          |                                |
| 2.2.                                                      | «Разучивание и отработка элементов народного экзерсиса»                     | 53               |        | 53       |                                |
| Раздел 3. Танцы народов проживающих в Сибири              |                                                                             | 73               | 21     | 52       |                                |
| 3.1.                                                      | «Изучение основных положений Белорусского народного танца»                  | 30               |        | 30       |                                |
| 3.2.                                                      | «Разучивание и отработка движений танца «Ах ты Юрочка»                      | 43               |        | 43       |                                |
|                                                           | Всего:                                                                      | 144ч             | 41     | 103      |                                |

**Календарный учебный график программа «Сибирские узоры»  
(понедельник, четверг), группа 4**

| 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.                   | 5         | 8         | 6         | 6         | 5         | 6         | 7         | 7         | 6         | 56                  |
| Раздел 3.                   | 6         | 8         | 8         | 10        | 6         | 8         | 9         | 9         | 9         | 73                  |
| Промежуточная аттестация    |           |           |           | V         |           |           |           |           | V         |                     |
| <b>Всего<br/>(за месяц)</b> | <b>12</b> | <b>18</b> | <b>16</b> | <b>18</b> | <b>12</b> | <b>16</b> | <b>18</b> | <b>18</b> | <b>16</b> | <b>144<br/>часа</b> |

**Календарный учебный график программа «Сибирские узоры»  
(понедельник, четверг), группа 5**

| 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.                   | 5         | 8         | 6         | 6         | 5         | 6         | 7         | 7         | 6         | 56                  |
| Раздел 3.                   | 6         | 8         | 8         | 10        | 6         | 8         | 9         | 9         | 9         | 73                  |
| Промежуточная аттестация    |           |           |           | V         |           |           |           |           | V         |                     |
| <b>Всего<br/>(за месяц)</b> | <b>12</b> | <b>18</b> | <b>16</b> | <b>18</b> | <b>12</b> | <b>16</b> | <b>18</b> | <b>18</b> | <b>16</b> | <b>144<br/>часа</b> |

**Учебно-тематический план программы «Сибирские узоры»**  
 2026-2027 уч.г., (понедельник, четверг), группа 4,5

| <b>№</b> | <b>Число, месяц</b> | <b>Наименование разделов, тем</b>                                                 | <b>Всего часов</b> | <b>Форма проведения</b> | <b>Формы промежуточной аттестации</b> |
|----------|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------------|-------------------------|---------------------------------------|
| 1.       | сентябрь            | Инструктаж по ТБ. Разминка. Позиции ног, поклон. Музыкально-танцевальная игра.    | 2                  | Учебное занятие         |                                       |
| 2.       | сентябрь            | Разучивание танцевальных шагов. Упражнения на развитие ориентации в пространстве. | 2                  | Учебное занятие         |                                       |
| 3.       | сентябрь            | Разучивание положений рук и основного хода сибирского региона                     | 2                  | Учебное занятие         |                                       |
| 4.       | сентябрь            | Отработка положений рук и основного хода сибирского региона                       | 2                  | Учебное занятие         |                                       |
| 5.       | сентябрь            | Разучивание положений и движений рук сибирского региона                           | 2                  | Учебное занятие         |                                       |
| 6.       | сентябрь            | Отработка положений и движений рук сибирского региона                             | 2                  | Учебное занятие         |                                       |
| 7.       | октябрь             | Разучивание дробей и движений танца «Сибирячка»                                   | 2                  | Учебное занятие         |                                       |
| 8.       | октябрь             | Разминка. Отработка дробей и движений танца «Сибирячка»                           | 2                  | Учебное занятие         |                                       |
| 9.       | октябрь             | Разминка. Разучивание танцевального хода из танца «Сибирячка».                    | 2                  | Учебное занятие         |                                       |
| 10       | октябрь             | Отработка танцевального хода и дробей из танца «Сибирячка»                        | 2                  | Учебное занятие         |                                       |
| 11       | октябрь             | Разминка. Схема «4 точки квадрата». Разучивание поворотов в паре.                 | 2                  | Учебное занятие         |                                       |
| 12       | октябрь             | Танцевальные шаги и бег к этюду «Сибирячка».                                      | 2                  | Учебное занятие         |                                       |
| 13       | октябрь             | Разминка. Упражнения на развитие координации.                                     | 2                  | Учебное занятие         |                                       |
| 14       | октябрь             | Упражнения на развитие равновесия. Отработка движений этюда «Сибирячка»           | 2                  | Учебное занятие         |                                       |

|    |         |                                                                                 |   |                 |                          |
|----|---------|---------------------------------------------------------------------------------|---|-----------------|--------------------------|
| 15 | октябрь | Разминка. Разучивание движения «выпады» с шагом «накрест».                      | 2 | Учебное занятие |                          |
| 16 | ноябрь  | Разминка. Отработка подскоков и движения «выпады» с шагом «накрест».            | 2 | Учебное занятие |                          |
| 17 | ноябрь  | Растяжка и разучивание движений с наклонами и поворотами корпуса                | 2 | Учебное занятие |                          |
| 18 | ноябрь  | Танцевальные шаги, дробы и отработка движений с наклонами и поворотами корпуса. | 2 | Учебное занятие |                          |
| 19 | ноябрь  | Разминка. Разбор схемы «8 точек квадрата» и упражнений на развитие координации. | 2 | Учебное занятие |                          |
| 20 | ноябрь  | Отработка движений танца «Сибирячка»», работа с реквизитом.                     | 2 | Учебное занятие |                          |
| 21 | ноябрь  | Отработка движений танца «Сибирячка»», работа с реквизитом.                     | 2 | Учебное занятие |                          |
| 22 | ноябрь  | Разучивание рисунков и перестроений танца «Сибирячка».                          | 2 | Учебное занятие |                          |
| 23 | ноябрь  | Танцевальные шаги и бег. Разучивание рисунков и перестроений танца «Сибирячка». | 2 | Учебное занятие |                          |
| 24 | декабрь | Постановочная работа 1-ой части этюда «Сибирячка».                              | 2 | Учебное занятие |                          |
| 25 | декабрь | Постановочная работа 1-ой части танца «Сибирячка».                              | 2 | Учебное занятие |                          |
| 26 | декабрь | Постановочная работа 2-ой части танца «Сибирячка».                              | 2 | Учебное занятие |                          |
| 27 | декабрь | Постановочная работа 2-ой части танца «Сибирячка»                               | 2 | Учебное занятие |                          |
| 28 | декабрь | Отработка движений и двух частей танца «Сибирячка»                              | 2 | Учебное занятие |                          |
| 29 | декабрь | Разминка. Работа в парах и группах.                                             | 2 | Учебное занятие |                          |
| 30 | декабрь | Постановочная работа 3-ей части танца «Сибирячка»                               | 2 | Учебное занятие | промежуточная аттестация |

|    |         |                                                                                        |   |                 |  |
|----|---------|----------------------------------------------------------------------------------------|---|-----------------|--|
| 31 | декабрь | Постановочная работа 3-ей части этюда «Сибирячка»                                      | 2 | Учебное занятие |  |
| 32 | декабрь | Растяжка Отработка комбинаций и 3-ей части танца «Сибирячка».                          | 2 | Учебное занятие |  |
| 33 | январь  | Инструктаж по Т.Б. Отработка этюда «Сибирячка»                                         | 2 | Учебное занятие |  |
| 34 | январь  | Отработка этюда «Сибирячка»                                                            | 2 | Учебное занятие |  |
| 35 | январь  | Разминка. Разучивание основного хода танца «Ах ты Юрочка».                             | 2 | Учебное занятие |  |
| 36 | январь  | Отработка подготовки к «точке». Разучивание движений рук танца «Ах ты Юрочка».         | 2 | Учебное занятие |  |
| 37 | январь  | Танцевальные шаги и бег. Отработка основного хода и движений рук танца «Ах ты Юрочка». | 2 | Учебное занятие |  |
| 38 | январь  | Растяжка. Разучивание движений танца «Ах ты Юрочка».                                   | 2 | Учебное занятие |  |
| 39 | февраль | Разминка. Подскоки. Отработка движения «галоп» танца «Ах ты Юрочка».                   | 2 | Учебное занятие |  |
| 40 | февраль | Упражнения на развитие координации. Разучивание движения «плие» у станка.              | 2 | Учебное занятие |  |
| 41 | февраль | Растяжка Отработка движения «плие» у станка и танца «Ах ты Юрочка».                    | 2 | Учебное занятие |  |
| 42 | февраль | Изучение battement tendu в народном экзерсисе.                                         | 2 | Учебное занятие |  |
| 43 | февраль | Отработка разученного движения battement tendu в народном экзерсисе.                   | 2 | Учебное занятие |  |
| 44 | февраль | Разминка. Разучивание прыжков из танца «Ах ты Юрочка».                                 | 2 | Учебное занятие |  |
| 45 | февраль | Разминка. Прыжки Упражнения на развитие равновесия и координации.                      | 2 | Учебное занятие |  |

|    |         |                                                                                             |   |                 |  |
|----|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------|---|-----------------|--|
| 46 | февраль | Подскоки и прыжки<br>Положения и движения рук в парах танца «Ах ты Юрочка».                 | 2 | Учебное занятие |  |
| 47 | март    | Отработка положений и движений рук в парах танца «Ах ты Юрочка».                            | 2 | Учебное занятие |  |
| 48 | март    | Разучивание комбинаций battement tendu jete у станка в народном экзерсисе.                  | 2 | Учебное занятие |  |
| 49 | март    | Растяжка. Разучивание вращений для танца «Ах ты Юрочка»                                     | 2 | Учебное занятие |  |
| 50 | март    | Разминка. Подскоки. Отработка поворотов для танца «Ах ты Юрочка»                            | 2 | Учебное занятие |  |
| 51 | март    | Разучивание рисунков и перестроений танца «Ах ты Юрочка»                                    | 2 | Учебное занятие |  |
| 52 | март    | Разучивание комбинации дробных выстукиваний у станка.                                       | 2 | Учебное занятие |  |
| 53 | март    | Отработка комбинации дробных выстукиваний у станка.                                         | 2 | Учебное занятие |  |
| 54 | март    | Отработка движений и комбинаций танца «Ах ты Юрочка».                                       | 2 | Учебное занятие |  |
| 55 | март    | Постановочная работа 1-ой части танца «Ах ты Юрочка».                                       | 2 | Учебное занятие |  |
| 56 | апрель  | Постановочная работа 1-ой части танца «Ах ты Юрочка».                                       | 2 | Учебное занятие |  |
| 57 | апрель  | Отработка 1-ой части танца «Радуюсь солнышку» и 1-ой половины поворота на месте с «точкой». | 2 | Учебное занятие |  |
| 58 | апрель  | Повторение комбинаций народного экзерсиса у станка.                                         | 2 | Учебное занятие |  |
| 59 | апрель  | Постановочная работа 2-ой части танца «Ах ты Юрочка».                                       | 2 | Учебное занятие |  |
| 60 | апрель  | Постановочная работа 2-ой части танца «Ах ты Юрочка».                                       | 2 | Учебное занятие |  |

|                           |        |                                                                               |            |                 |                     |
|---------------------------|--------|-------------------------------------------------------------------------------|------------|-----------------|---------------------|
| 61                        | апрель | Отработка движений у станка и 1-ой и 2-ой части танца «Ах ты Юрочка».         | 2          | Учебное занятие |                     |
| 62                        | апрель | Разминка. Изучение комбинации народного экзерсиса Grand battement.            | 2          | Учебное занятие |                     |
| 63                        | апрель | Отработка комбинации народного экзерсиса Grand battement.                     | 2          | Учебное занятие |                     |
| 64                        | апрель | Танцевальный бег. Галоп. Постановочная работа 3-ей части танца «Ах ты Юрочка» | 2          | Учебное занятие |                     |
| 65                        | май    | Отработка движений и постановочная работа 3-ей части танца «Ах ты Юрочка»     | 2          | Учебное занятие |                     |
| 66                        | май    | Отработка комбинаций и 3-ей части танца «Ах ты Юрочка»                        | 2          | Учебное занятие |                     |
| 67                        | май    | Работа над образом (выразительность, эмоциональность) в танце «Ах ты Юрочка». | 2          | Учебное занятие |                     |
| 68                        | май    | Повторение комбинаций народного экзерсиса у станка.                           | 2          | Учебное занятие |                     |
| 69                        | май    | Повторение комбинаций народного экзерсиса у станка.                           | 2          | Учебное занятие |                     |
| 70                        | май    | Упражнения на развитие координации и равновесия. Репетиционная работа.        | 2          | Учебное занятие | итоговая аттестация |
| 71                        | май    | Отработка репертуарных танцев.                                                | 2          | Учебное занятие |                     |
| 72                        | май    | Разминка. Репетиционная работа.                                               | 2          | Учебное занятие | Отчётный концерт    |
| <b>Всего по программе</b> |        |                                                                               | <b>144</b> |                 |                     |

## 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 показательных выступлениях.

**Бланк промежуточной аттестации:  
«Оценка результатов обучения и воспитания детей по программе  
«Сибирские узоры»**

| Теоретические знания по разделам программы                                                                                                                 | Список обучающихся Ф.И.<br>оценка ЗУН |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
|                                                                                                                                                            |                                       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| знать хореографическую терминологию:<br>1.- battement tendu jete<br>2.- rond de jambe<br>3.- passe<br>4.- grand battement<br>5.- en dehor<br>6.- en dedan. |                                       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| <b>Практические умения и навыки по основным разделам программы</b>                                                                                         |                                       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| выполнять упражнения экзерсиса у станка народно сценического танца:<br>- скольжение стопой по полу (battement tendu)                                       |                                       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| - маленькие броски (battement tendu jete)                                                                                                                  |                                       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| - круговые движения (rond de jambe)                                                                                                                        |                                       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| - подготовка к «верёвочке»                                                                                                                                 |                                       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| выполнять движения народно – сценического танца:<br>- позиции и положения рук;                                                                             |                                       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| - танцевальные ходы и танцевальный бег                                                                                                                     |                                       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| - верёвочка                                                                                                                                                |                                       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| - голубец;                                                                                                                                                 |                                       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| - дробные движения:                                                                                                                                        |                                       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|                                                                                       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| - вращения на месте                                                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| - вращения с продвижением по прямым линиям в различных направлениях;                  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| уметь точно, правильно, эмоционально и выразительно исполнять танцевальный репертуар; |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

### Методика тестирования по усвоению программного материала

| Теоретические и практические знания                                                                                                                                                                       | оценочные нормы                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>знать хореографическую терминологию:</p> <p>1.- battement tendu jete,</p> <p>2.- rond de jambe,</p> <p>3.- passe,</p> <p>4.- grand battement,</p> <p>5.- en dehor,</p> <p>6. - en dedan.</p>           | <p>правильный ответ:</p> <p>1.- отведение и приведение вытянутой ноги с броском на 25°- 30°</p> <p>2.- круговые движения</p> <p>3.- носок работающей ноги у колена опорной.</p> <p>4.- бросок ноги на 90° и выше</p> <p>5.- вращение «наружу», от себя</p> <p>6.- вращение внутрь, к себе</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p>Должны уметь:</p> <p>Выполнять упражнения экзерсиса у станка народно сценического танца:</p> <p>1.- скольжение стопой по полу (battement tendu)</p> <p>2.- маленькие броски (battement tendu jete)</p> | <p>Правильное исполнение:</p> <p>1 - корпус держится прямо и не поворачивается в сторону работающей ноги; мышцы ног и колени напряжены, и вся нога выворотна от паха; работающая нога плавно отводится в заданном направлении, сохраняя выворотность; в конечной точке нога вытягивается на носок, пятка работающей ноги – против пятки опорной; плечи и бёдра ровные.</p> <p>2.- корпус держится прямо и не поворачивается в сторону работающей ноги, плечи и бёдра ровные, центр тяжести - на опорной ноге. Опорная нога выворотна, натянута, нет «завала» на большой палец. Работающая нога, выворотная от паха, предельно натянута скользящим движением выбрасывается в заданном направлении на высоту 25°-30°. Бросок ноги и её возвращение</p> |



|                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>2.-танцевальные ходы и танцевальный бег;</p> | <p>соприкасаться с корпусом, под мышками должен быть воздух, плечи опущены. <u>Первая позиция</u>: соответственна I-ой позиции классического танца: из подготовительного положения руки, сохраняя свою форму, поднимаются вверх до уровня диафрагмы, в локтях руки не зажаты, образуют овал. При этом лопатки выправлены, плечи опущены и обязательно выправлены. Не может быть движения рук с плечами, Ладони необходимо развернуть к себе, пальцы собраны. <u>Вторая позиция</u> Руки из подготовительного положения поднимаются в I-ю позицию, из I-ой позиции начинает движение только нижняя часть рук от локтя, верхняя часть рук остается неподвижной. Нижняя часть рук раскрывается по направлению в стороны до тех пор, пока руки могут иметь плавную линию. Затем уже раскрывается вся рука. При раскрывании локти обращены назад. Руки находятся немного впереди плеч. Плечи опущены. <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.</p> <p>2.- <u>переменный ход с проскальзывающим ударом по 1-й позиции</u>. Все три шага переменного хода выполняются вперед, на всю ступню. После третьего шага слегка присесть на опорной ноге и сделать другой ногой проскальзывающий удар по полу по 1-й позиции, вынося ногу невысоко вперед. <u>Шаркающий ход</u>. Во время шаркающего хода нога, выполняющая шаг, не отделяется от пола, а проскальзывает вперед, шаркая по полу всей ступней. С каждым шагом слегка присесть, после шага - выпрямиться. Ход</p> |
|-------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

3.- верёвочка:

выполняется на присогнутых коленях, как бы пружиня. Исходное положение ног: 6-я позиция. Бег с отбрасыванием согнутых ног назад. Начиная с правой ноги, на каждую четверть или восьмую такта, делается шаг — перескок на низкие полупальцы. колено присогнуто. Одновременно с перескоком левая нога, сгибаясь в колене, резко откидывается в прямом положении назад - вверх с вытянутой стопой.

3.- движение выполняется из III-ей позиции. Исполнитель стоит на одном месте, не продвигаясь ни назад, ни вперед, корпус его прямой и почти неподвижный, плечи и бедра ровные, колени должны сохранять выворотное положение. Из небольшого приседания одновременно с проскальзыванием левой ноги вперед через низкие полупальцы на всю стопу правая, сгибаясь в колене, поднимается в свободном положении сбоку левой, слегка прикасаясь к ней, и на уровне икроножной мышцы переводится назад; пятка не должна подниматься выше колена левой ноги. Правая нога опускается позади левой на низкие полупальцы слева от каблука в перекрещенное положение. Колени обеих ног присогнуты, носок правой направлен вперед. Одновременно с

проскальзыванием правой ноги вперед с низких полупальцев на всю стопу левая сгибается в колене, поднимается в свободном положении сбоку правой, слегка прикасаясь к ней, и на уровне икроножной мышцы переводится назад, опускается позади правой на низкие полупальцы, справа от каблука в перекрещенное положение. Колени обеих ног присогнуты, носок левой направлен вперед.

4. - Исходное положение ног: 6-я позиция. Шаг правой ногой вперед на всю ступню,

|                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>4.- голубец:</p>                                                                     | <p>слегка приседая, носок направлен вперед. Левая нога поднимается влево, колено свободно, подъем свободен. Подскакивая на правой ноге, легко подбить в воздухе правой ногой левую ногу, которая отскакивает чуть выше в сторону. Удар производится внутренней стороной стопы о стопу, колени свободны. С подскока опуститься на всю ступню правой ноги, слегка приседая. Левая нога остается поднятой в сторону. При ударе ногой о ногу в воздухе колени и стопы вытянуты, корпус прямой и подтянутый, прыжок – лёгкий, голова поворачивается в сторону.</p> |
| <p>5.- дробные движения:</p>                                                            | <p>5.- колени обеих ног присогнуты, стопы невыворотны: подскочить на левой ноге, одновременно правая нога, согнутая в колене, резко поднимается в невыворотном положении вверх; двойной короткий удар в пол всей ступней около стопы левой ноги; после первого удара согнутая в колене правая нога резко, акцентированно отскакивает в невыворотном положении вверх, а после второго – перевести на неё тяжесть корпуса и приподнять левую ногу рядом с правой.</p>                                                                                           |
| <p>6.- вращения подскоками на месте;</p>                                                | <p>6.- полный поворот на 360° за один такт путём исполнения двух подскоков. Спина подтянута, голову держать прямо, не опускать и не наклонять, держать «точку». Остановка должна быть точной и чёткой, корпус не раскачивается.</p> <p>7. - полный поворот на 360° за один такт путём исполнения двух подскоков - на одну четверть каждая, продвигаясь по прямой линии в заданном направлении; спина подтянута, голову держать прямо, не опускать и не наклонять; держать «точку». Остановка должна быть точной и чёткой, корпус не раскачивается.</p>        |
| <p>7.-вращения подскоками с продвижением по прямым линиям в различных направлениях;</p> | <p>- уметь точно, правильно, эмоционально и выразительно исполнять танцевальный репертуар;</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|                                                                                         | <p>- оценивается во время концертной деятельности.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

**Критерии оценки детей:** если ребёнок выполняет задание в соответствии с требованиями, ставится 5б, допускает две ошибки -4б, допускает три, четыре ошибки-3б.

#### **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 «В вихре танца»;  
Программа «Выкрутасы»;  
Программа «Круговерть»;  
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/VobjXTj2>

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/>

**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:

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 (показ движений педагогом) методы - основаны на активной деятельности самих воспитанников. Это метод целостного освоения упражнений, ступенчатый и игровой методы. 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.

Ступенчатый метод - широко используется для освоения самых разных упражнений и танцевальных движений. Этот метод может также применяться при изучении сложных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения двигательного движения, положения корпуса, рук, головы, улучшение выразительности движения и т.п.

Игровое обучение, игровой метод - используется при проведении музыкально ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность

обучения. Использование упражнения - простой шаг по диагонали - для приобретения умения грустить или улыбаться. Выработка умения чувствовать и исполнять движения в манере деревянных игрушек, разнообразных зверей: кошек, собак, львов, слонов, медведей и т.д. Выражение отношения к тому или иному человеку или предмету: неприязнь, безразличие, симпатия. Проигрывание небольших сценок, чтобы прочувствовать разные ощущения, например: «На рыбалке рыбак поймал очень большую рыбу или очень маленькую, или ничего не поймал...». Все это выражается с помощью мимики и жестов.

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**, применяемые при реализации программы: Формы проведения занятий можно условно разделить на основные и дополнительные:

**Основные:** групповые, индивидуальные, практические, репетиционные, выполнение самостоятельной работы, открытые уроки для родителей, видеопросмотр своих выступлений и их анализ, концерты.

**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, сводные репетиции, 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. Выступления перед зрителями 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.

**Дополнительные:** видеопросмотр балетных спектаклей, концертных номеров профессиональных хореографических коллективов для ценностного ориентирования обучающихся на лучшие образцы отечественной и зарубежной классики; прослушивание музыки, знакомство с творчеством мастеров хореографии. Такой работой можно охватить весь коллектив во время занятий и репетиций.

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

- 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.

## **Использование дистанционных образовательных технологий при реализации программы:**

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

### **Электронные образовательные ресурсы:**

<https://www.youtube.com/watch?v=LLYrFk8s2jg>.

<https://www.youtube.com/watch?v=8RekJ-nW57M>

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

<https://www.youtube.com/watch?v=0tstIvP3cXo>

<https://www.youtube.com/watch?v=rfakkw8tO9E>

<https://www.youtube.com/watch?v=YYBUz9wMLrs>

<https://www.youtube.com/watch?v=41mb83ZNvAQ>

### **Алгоритм учебного занятия**

Структура одного занятия состоит из трех частей и включает в себя материал из всех трёх разделов содержания программы (кроме репетиционных занятий по подготовке к концертным выступлениям, где большая часть времени отводится отработке репертуарных номеров). 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 раздела. 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 2-го раздела и постановочно – репетиционная работа 3-его 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.

### **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, exercise (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 passe 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).

## **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.

**Allonge** с фр. - удлинённый, продлённый, 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:** Сулова Дарья Викторовна, педагог дополнительного образования, молодой специалист.

**Образование:** среднее специальное. Иркутский областной колледж культуры, 2025 год. Иркутский областной колледж культуры. Специальность: Народное художественное творчество (по видам) Хореографическое творчество. Квалификация: Руководитель любительского творческого коллектива, преподаватель.

**Педагогический стаж:** 1 год

## **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 движения и не вызывающая перегрева.
4. Обувь мягкой и 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 и обувь.

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 «Сибирские узоры» 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:

- встреча с сотрудниками журнала «Сибирячок» «Профессии наших родителей»;
- просмотр видеоролика «Кем стать?»;
- 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, привлечением родителей, организацию праздников и развлечений и направлен 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 одарённостей через реализацию

воспитательного потенциала дополнительной общеобразовательной программы:

- *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 вечорки» 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: Открытый хореографический фестиваль-конкурс «Иркутск – танцующий город»; участие в концертных программах, посвященных Дню пожилого человека, Дню Матери, Дню защитников Отечества, Международному женскому Дню и т.д.

-*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»4.

– 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>**

