

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ
краевое государственное автономное профессиональное образовательное
учреждение «Красноярский техникум транспорта и сервиса»

СОГЛАСОВАНО
Штабом воспитательной работы
протокол от «02» июня 2025 г. № 6

УТВЕРЖДЕНО
приказом № 251-ОД
от «01» сентября 2025 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**
художественной направленности
Хореографический ансамбль «Радость»

Уровень программы: базовый
Срок реализации программы: 1 год, 72 ч
Возрастная категория: 15–18 лет
Форма обучения: очная

Программа реализуется на внебюджетной
основе
ID-номер программы в Навигаторе: 29582

Разработчики:

Яшкин Евгений Викторович,
педагог дополнительного
образования; Наделяева
Марина Сергеевна, методист

Красноярск, 2025

Содержание

1.	Пояснительная записка	3
2.	Содержание программы	7
3.	Формы контроля и оценочные материалы	11
4.	Организационно–педагогические условия реализации программы	12
5.	Список литературы	13
	Приложение – Календарно–тематический план	15

1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа (далее – ДООП или программа) художественной направленности «Хореографический ансамбль «Радость» разработана на основании:

- Федерального закона от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
- Федерального закона от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
- постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- приказа Министерства просвещения РФ от 18.05.2023 г. № 371«Об утверждении федеральной образовательной программы среднего общего образования» (с изменениями и дополнениями);
- приказа Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- приказа Министерства труда и социальной защиты РФ от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- приказа Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития систем дополнительного образования детей»;
- письма Министерства образования и науки РФ, Департамента молодежной политики, воспитания и социальной защиты детей от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;
- распоряжения Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации» (с изменениями и дополнениями);
- Федерального проекта «Успех каждого ребёнка» от 07.12.2018 г;
- письма Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации», «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- письма Министерства просвещения РФ от 7.05.2020 г. № ВБ-976/04 «О реализации курсов внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации, дополнительных общеразвивающих программ с использованием дистанционных образовательных технологий»;
- перечня мероприятий, рекомендуемых к реализации в рамках календарного плана воспитательной работы на 2024/2025 учебный год, утверждённого Министерством просвещения РФ от 30.08.2024 г.;

- Указа Президента РФ от 2.09.2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
- Указа Президента РФ от 2.07.2021 г. № 400 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации»;
- Федерального закона «О днях воинской славы и памятных датах России» от 13.03.1995г. № 32-ФЗ (с изменениями и дополнениями);
- Устава КГАПОУ «КТТИС», локальных актов, других нормативно-правовых и нормативно-методических документов техникума.

Направленность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы – художественная.

Язык реализации: программа реализуется на русском языке.

Уровней сложности освоения программы – базовый. Зачисляются обучающиеся, желающие заниматься танцевально-творческой деятельностью в хореографическом ансамбле «Радость».

Актуальность программы состоит в том, что в настоящее время уделяется большое внимание, формированию социальных, личностных, общекультурных, коммуникативных компетенций обучающихся.

Жизнерадостное искусство танца – одна из самых массовых и любимых форм самодеятельного творчества. Танец развивает ребят физически, придаёт его движениям чёткость, уверенность, красоту. Ещё в самые древние времена танец был одним из первых языков, которым люди могли выразить свои чувства. Танец таит в себе огромное богатство для успешного художественного и нравственного воспитания, он сочетает в себе не только эмоциональную сторону искусства, приносит радость, как исполнителю, так и зрителю – танец раскрывает и растит духовные силы, воспитывает художественный вкус и любовь к прекрасному.

Занятия танцами способствуют развитию познавательного интереса и таких физических данных, как подвижность, выносливость, сила, ловкость, гибкость и пластичность. 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.

Знакомясь с народным танцем, ребята одновременно соприкасаются с традиционным культурным наследием народа – с фольклором, который своей сущностью развивает и воспитывает как личность, отдельно взятую, так и коллектив в целом.

Танцевальные композиции всегда украшают массовое мероприятие в учреждении, любого формата (развлекательное, познавательное, патриотическое). И перед преподавателем дополнительного образования стоит важная задача – приобщение обучающихся к общечеловеческим ценностям через искусство танца.

Педагогическая целесообразность программы обусловлена тем, что позволяет решить проблему занятости обучающихся во внеурочное время,

приобщение их к творческой деятельности, посредством обучения навыкам искусства танца.

Программа предусматривает воспитательную цель: воспитать человека, гражданина, личность; воспитать человека, способного решать реальные жизненные проблемы. А проблема воспитания такой личности тесно переплетается с вопросами эстетического воспитания.

Программа направлена на:

- удовлетворение индивидуальных потребностей в занятиях танцевальной деятельностью;
- развитие художественного вкуса;
- социализацию и адаптацию в обществе;
- формирование общей культуры;
- развитие личных качеств: самостоятельность, ответственность, сотрудничество и т.п.;
- выявление, развитие и поддержку талантливых юношей и девушек, проявивших выдающиеся способности;
- профессиональную ориентацию;
- профилактику асоциального поведения.

Программа адаптирована под имеющиеся материально-технические условия и ориентирована на практику, в процессе её реализации обучающиеся в доступной увлекательной форме получают практические умения и навыки танцевальной техники, а также приобретают практические навыки группового творчества в танцевальном коллективе. Помимо танцевальных знаний и умений, обучающие получают навыки актёрского мастерства, сценического движения.

Освоение программы на базовом уровне включают общую теоретическую подготовку, освоение индивидуального и группового танца.

В программе предусмотрены часы на изучение психологических приемов для подготовки к выступлениям и участия в конкурсах. Участие в конкурсах позволяет обучающимся повысить уровень соревновательной деятельности, сориентироваться им на достижение наивысших результатов.

Цель программы: развитие танцевально-исполнительских и художественно-эстетических способностей обучающихся на основе приобретенного ими комплекса знаний, умений, навыков, необходимых для исполнения различных видов танца.

Задачи реализации программы:

- приобщение обучающихся к основам хореографического искусства, привлечение их к систематическим занятиям;
- развитие выразительного и непринуждённого движения в соответствии с музыкальными образами, разнообразным характером музыки.
- формирование стремления обучающихся к познанию народных танцев со всем богатством его выразительных средств и возможностей (не только танцы своего народа, но и других народов) и использовать элементы народных танцев в своих импровизациях;

- воспитание осознанного отношения к восприятию музыки, добра, света, красоты и творческой деятельности;
- формирование у обучающихся социальной активности, гражданской позиции, культуры общения и поведения в социуме, навыки здорового образа жизни;
- воспитание эстетического отношения к окружающему миру, обучение ценить национальное и духовное наследие, художественные традиции;
- развитие музыкального мышления, творческой воли, положительных эмоций, интереса к танцевальной деятельности;
- расширение музыкального кругозора;
- повышение уровня мотивации к танцевально-творческим занятиям, формирование навыка самостоятельных занятий во время досуговой деятельности;
- воспитание чувства коллективизма, дружбы, взаимопомощи и взаимовыручки, формирование позитивной психологии общения, коллективного взаимодействия;
- формирование успешного исполнительского опыта;
- выявление и поддержка обучающихся, проявивших выдающиеся способности в танцевальном творчестве;
- повышение интереса обучающихся к участию в творческих конкурсах и мероприятиях.

Категория обучающихся – девушки и юноши в возрасте 15–18 лет. Программа разработана с учетом возрастных, индивидуальных особенностей обучающихся данной категории. Количество обучающихся в группе 3-12 человек. Группы комплектуются по желанию обучающихся и родителей (законных представителей), на основании заявления и имеющегося врачебного допуска к занятиям.

Срок реализации программы – 1 год. Количество часов на освоение программы – 72 часа.

Форма организации образовательной деятельности и режим занятий. Реализация программы осуществляется посредством аудиторных занятий, которые проводятся индивидуально, по группам или всем составом. Основная форма обучения – комплексное учебное занятие, включающее в себя вопросы теории и практики.

Занятия проводятся во внеурочное время по 1 часу, 2 раз в неделю в соответствии с расписанием дополнительного образования. Продолжительность одного часа учебных занятий составляет 45 мин.

Расписание занятий утверждается директором техникума и составляется с учётом наиболее благоприятного режима занятий и отдыха обучающихся, их возрастных особенностей, возможностей использования помещений.

Планируемые результаты. К концу обучения по ДООП «Хореографический ансамбль «Радость» обучающиеся должны знать:

- культуру поведения и правила техники безопасности на занятиях;

- терминологию и хореографическую лексику;
- технику исполнения определённого вида танца (эстрадного, народного, бального);
- выполнение элементов различных народных танцев, эстрадных, др. современных танцев;
- навыки сценического поведения;
- методы и приёмы, которые повышают психологическую устойчивость во время выступления на сцене;
- технику безопасности в условиях концертной деятельности;
- основы коммутации в условиях концертной деятельности.

уметь:

- творчески применять в совместном исполнении полученные танцевальные навыки;
- синхронно и чётко выполнять танец;
- качественно выполнять различные элементы определённых танцев;
- передавать жанровые особенности различных видов танцев;
- применять навыки анализа, сопоставления, сравнения различных танцевальных движений и приемов;
- применять приёмы, которые помогают справиться с психологическими проблемами во время выступления на сцене;
- технику безопасности и основы коммутации в условиях концертной деятельности.

Планируемые результаты освоения программы включают интегративные качества обучающегося, которые он может приобрести в результате освоения программы и подготовит его к реальности взрослой жизни: личностные, метапредметные.

Личностные – воспитание через средства творческой деятельности, положительных качеств личности; коллективное взаимодействие и сотрудничество; здоровый и безопасный образ жизни.

Метапредметные – развитие основных физических качеств, формирование жизненно важных двигательных умений и навыков; формирование навыков участия в различных видах соревновательной деятельности, моделирующих профессиональную подготовленность.

Результаты обучения: предметные – сформированные умения и навыки; планируемые личностные результаты; метапредметные результаты, участие в конкурсах и музыкально-творческих мероприятиях различного уровня.

2. Содержание программы

Дополнительная общеразвивающая программа реализуется в течение всего календарного года, в соответствии с учебным планом, календарно–тематическим планом.

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации и контроля
		всего	теория	практика	
1.	Вводное занятие.	1	1	-	Беседа, педагогическое наблюдение.
2.	Что такое танец. Танец в нашей жизни.	5	1	4	Выполнение практических заданий, педагогическое наблюдение
3.	Ходьба разного характера.	2	1	1	Выполнение практических заданий, педагогическое наблюдение
4.	Движения в соответствии с характером музыки.	4	1	3	Выполнение практических заданий, педагогическое наблюдение
5.	Упражнения для рук.	4	1	3	Выполнение практических заданий, педагогическое наблюдение
6.	Чтобы танец был красивым.	6	1	5	Выполнение практических заданий, педагогическое наблюдение
7.	Подготовка к занятиям.	4	1	3	Выполнение практических заданий, педагогическое наблюдение
8.	Промежуточная аттестация.	2	-	2	Тестирование, отчетный концерт
9.	Основа танца - залог успеха.	6	1	5	Выполнение практических заданий, педагогическое наблюдение

10.	Народные пляски.	10	2	8	Выполнение практических заданий, педагогическое наблюдение
11.	Эстрадные танцы.	8	2	6	Выполнение практических заданий, педагогическое наблюдение
12.	Виды танца.	8	2	6	Выполнение практических заданий, педагогическое наблюдение
13.	Бальные танцы.	6	2	4	Выполнение практических заданий, педагогическое наблюдение
14.	Как научиться ставить танцы. Повторение.	4	1	3	Выполнение практических заданий, педагогическое наблюдение
15.	Итоговая аттестация.	2	-	2	Тестирование, отчетный концерт
Итого:		72	17	55	

Календарно-тематический план составлен в соответствии с учебным планом, где отражены темы занятий, организационные формы обучения, количество выделяемых часов, место проведения и т.п. (приложение).

Содержание учебного плана.

1. Вводное занятие. Внутренние правила. Инструктаж по технике безопасности. Какую пользу приносят танцы.

Знакомство с дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой «Хореографический ансамбль «Радость», с целями и задачами обучения. Беседа с обучающимися и анкетирование. Входной контроль – диагностика обучающихся.

2. Что такое танец. Танец в нашей жизни.

Танец в нашей жизни (беседа). Для чего нужен танец. Как научиться танцевать. Игры-миниатюры (качели, кораблик, шарик). Приставной шаг. Игры – превращения: «Деревянные и тряпичные куклы», «Цветочек», «Верёвочки», «Мельница». Приставной шаг.

3. Ходьба разного характера.

Марш(шаг энергичный, бодрый, торжественный). Марш со сменой ведущих(расчёт своего действия на звучание музыкальной фразы, бодрый чёткий шаг, плавные движения рук). Шаг энергичный, спокойный, осторожный, шаг с высоким поднятием ноги в коленях. Песня о Родине И. Дунаевского (закрепление изученных шагов).

4. Движения в соответствии с характером музыки.

Хороводный шаг: плавный хоровод, змейка с воротцами, движение хороводным шагом со сменой положения рук, не останавливая движений. Пружинящий шаг. Бег, галоп, поскоки. «Мячики»-этюд муз. Шитте.

5. Упражнения для рук. «Ветерок и ветер». «Мельница». «Лендлер-Бетховен». «Ленточки», «Волна», «Крылья», «Поющие руки». Импровизации. «Колокола», « Колокольчики», «Тарелки», «Вертушки».

6. Чтобы танец был красивым.

Отработка приставного шага и пружинки. «Мужская народная пляска». Виды присядок. Присядка с выпадом ног поочерёдно. Мужские хлопушки.

7. Подготовка к занятиям.

Что надеть. Где и когда танцевать. Дыхание. Как проверить пульс. Что такое разминка. Зачем она нужна. Осанка. Упражнения на осанку. Центр движения. Подготовка к участию в концертах.

8. Промежуточная аттестация.

Подведение промежуточных итогов обучения. Отчетный концерт (творческое мероприятие).

9. Основа танца - залог успеха.

Положения рук в танцах и упражнениях: «руки на пояс», «руки на пояс», «руки в стороны», «руки вперёд», руки «лодочкой», «круглые руки». Упражнения с воображаемыми цветами. « Сладкая грёза»-музыка Чайковского.

Положение рук в народных плясках: «руки на талии», «руки перед грудью», «положение рук в парах»: «свечка», «окошечко», ... Положение рук во время движения.

«Парный танец» - музыка народная. Позиции рук. Позиции ног.

10. Народные пляски.

Изучение основных построений и рисунков народных плясок с их отличительными элементами. «Кадриль»- русский танец. «Казачок» - украинский танец. Молдавский танец, «Мужской хоровод». Основные построения и рисунки в народных плясках.

Цыганский танец. Основные движения в цыганском танце: положение рук, ног, шаги.

11. Эстрадные танцы.

Два вида композиций эстрадного танца (с зафиксированной последовательностью и свободным построением).

«Чунга-Чанга» (повторение шагов с высоким подниманием колен, движения рук-мельница, вверх-вниз, работа кисти, наклоны, полуприседания, прыжки, покачивания).

«Морячка» (марш, хлопки, приставной шаг, притопы, кружение в парах, шаг с «каблучка»).

«Чарли» (шаг на всей стопе, работа плечевого пояса, переминающиеся шаги на месте, полуприседание, кружение на носочках).

12. Виды танца.

Танец стиля модерн. Техника современного танца. Постановка современного танца. Джаз. Рок - н – ролл. Чечётка.

13. Бальные танцы. Вальс. Самба.

14. Как научиться ставить танцы. Повторение.

15. Итоговая аттестация.

Подведение итогов обучения. Выполнение тестовых, практических заданий. Тестирование для определения усвоения теоретического материала. Отчетный концерт (творческое мероприятие).

В каждом модуле программы предусмотрено: включение определенной системы психолого-педагогических воздействий для подготовки к выступлениям на концертах, к конкурсам и творческим мероприятиям; репетиционная работа (индивидуально, коллективно); работа над выразительностью исполнения.

3. Формы контроля и оценочные материалы

Комплект контрольно–оценочных средств разработан на основе программы и учебного плана, является частью ДОП «Хореографический ансамбль «Радость».

Виды контроля реализации программы.

Диагностика проводится в начале обучения с целью выявления первоначального уровня знаний и умений, возможностей обучающихся, определение танцевально-творческих качеств.

Текущий контроль осуществляется на занятиях в течение всего учебного года для отслеживания уровня освоения учебного материала программы и развития личностных качеств обучающихся.

Промежуточная аттестация предусмотрена в середине обучения с целью выявления уровня освоения программы обучающимися и корректировки процесса обучения.

Итоговая аттестация (итоговый контроль) проводится по итогам освоения ДОП программы, по завершению обучения.

Формы проведения контроля: беседа, педагогическое наблюдение, практическая работа, выполнение практических заданий педагога, тестирование, отчетное выступление, участие в концертах и конкурсах.

Контроль педагогом дополнительного образования осуществляется большей частью из педагогического наблюдения. Объективная информация о состоянии обучающихся в ходе творческой деятельности позволяет педагогу дополнительного образования анализировать получаемые данные и вносить соответствующие корректировки в процесс подготовки.

Средства контроля – тестовые, практические задания.

Критерии и формы оценивания образовательных результатов.

Оценка уровня знаний по практической подготовке включает в себя тестиирование (выполнение тестовых заданий) и выступление на отчетном концерте (творческом мероприятии).

Оценка уровня знаний по теоретической подготовке включает в себя – тестиирование. Цель тестиирования закрепление у обучающихся изученного теоретического материала, в зависимости от уровня освоения программы обучающимися. Тестовые задания предполагают выбор одного или несколько ответов (множественный выбор). На каждый вопрос теста предлагается 2–5 варианта ответа, один из которых правильный. Тест может содержать до 20 вопросов. Для успешной сдачи тестовых испытаний по теоретической подготовке обучающимся необходимо правильно ответить на 60% (зачетный минимум) вопросов теста.

Итоговая оценка в результате тестиирования по теоретической подготовке в рамках настоящей программы представлена в рамках дихотомической шкалы: «+» при положительном результате (60% и более правильных ответов), «–» при отрицательном.

Дополнительно необходимо отметить, что система оценки освоения программы не ограничивается только проверкой усвоения знаний и выработки умений и навыков по виду направления программы. Она ставит более важную задачу: развивать у обучающихся умение контролировать себя, проверять и находить свои ошибки, анализировать и искать пути их устранения.

4. Организационно–педагогические условия реализации программы

Кадровое обеспечение – реализация программы и подготовка занятий осуществляются педагогом дополнительного образования, в рамках его должностных обязанностей, с учетом квалификационных требований.

В ходе реализации программы возможна консультативная помощь психолога для выявления скрытых способностей обучающихся.

Материально – техническое обеспечение программы.

Основной учебной базой для проведения занятий является актовый зал КГАПОУ «Красноярский техникум транспорта и сервиса». Помещение для занятий хореографического ансамбля учитывает пространство для танцевально-сценического движения, соответствует нормам электро- и пожаробезопасности.

Для прохождения данной программы необходимо:

техническое оснащение (оборудование): акустическая система, проектор, компьютер;

танцевальные костюмы: платья, рубашки, брюки;

танцевальная обувь: туфли, сапоги, балетки.

Учебно–методическое и информационное обеспечение.

Дидактический и методический материал, библиотека музыкальной литературы для обучающихся и педагога.

Программа предусматривает различные формы и методы обучения:

- групповые практические занятия;
- индивидуальные занятия;
- самостоятельная подготовка;
- теоретические занятия;
- теоретическое обсуждение вопросов;
- использование мультимедийных средства обучения;
- репетиции;
- участие в концертах и танцевально-творческих мероприятиях;
- участие в конкурсах;
- тестирование.

Структура занятия состоит из трех частей:

- первая - задания на умеренную, моторную, двигательную активность: построение, приветствие, комплекс упражнений для подготовки разных групп мышц к основной работе;
- вторая включает задания с большой двигательной активностью, разучивание новых движений.
- третья – репетиционная, включает в себя подготовку к какому либо мероприятию. Для обозначения движений эззериса желательно пользоваться общепринятой терминологией на французском языке.

Для достижения поставленной цели и реализации задач программы занятия строятся в форме практической деятельности. Во время проведения занятий постоянно поддерживается атмосфера творчества и психологическая безопасность, для создания ситуации успеха, эстетической радости от полученных результатов.

5. Список литературы

1. Байбординова Л. В. Методика преподавания по программам дополнительного образования в избранной области деятельности : учебное пособие для СПО / Л. В Байбординова [и др.]. – М: Юрайт, 2024. – 241 с.
<https://urait.ru/book/metodika-prepodavaniya-po-programmam-dopolnitelnogo-obrazovaniya-v-izbrannoy-oblasti-deyatelnosti-540562>

2. Богданов, Г. Ф. Основы народной хореографии: русский хореографический фольклор : учебник и практикум для среднего профессионального образования. – М: Юрайт, 2024. – 344 с.
<https://urait.ru/book/osnovy-narodnoy-horeografii-russkiy-horeograficheskiy-folklor-537862>

3. Богданов, Г. Ф. Методика педагогического руководства хореографическим любительским коллективом : учебное пособие для вузов. – М: Юрайт, 2024. – 152 с. <https://urait.ru/book/metodika-pedagogicheskogo-rukovodstva-horeograficheskim-lyubitelskim-kollektivom-541235>

4. Богданов, Г. Ф. Народно-сценический танец. Теория и история : учебник для среднего профессионального образования. – М: Юрайт, 2024. – 167 с. <https://urait.ru/book/narodno-scenicheskiy-tanec-teoriya-i-istoriya-541588>

5. Груцынова, А. П. История хореографического искусства: романтический балет : учебник для среднего профессионального

образования. – М: Юрайт, 2024. – 191 с. <https://urait.ru/book/istoriya-horeograficheskogo-iskusstva-romanticheskiy-balet-542304>

6. Давыдов, В. П. Теория, методика и практика классического танца : учебник для вузов. – М: Юрайт, 2024. – 243 с. <https://urait.ru/book/teoriya-metodika-i-praktika-klassicheskogo-tanca-542596>

7. Зыков, А. И. Сценическая пластика и танец. История театра : учебное пособие для вузов. – М: Юрайт, 2024. – 115 с. <https://urait.ru/book/scenicheskaya-plastika-i-tanec-istoriya-teatra-543714>

8. Мелентьева, Л. Д. Классический танец : учебное пособие для вузов / Л. Д. Мелентьева, Н. С. Бочкарёва. – М: Юрайт, 2024. – 119 с. <https://urait.ru/book/klassicheskiy-tanec-542253>

9. Палилей, А. В. Танец и методика его преподавания: русский народный танец : учебное пособие для вузов. . – М: Юрайт, 2024. – 120 с. <https://urait.ru/book/tanec-i-metodika-ego-prepodavaniya-russkiy-narodnyy-tanec-542311>

Приложение

Календарно-тематический план

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь	25	по расписанию	теоретическое занятие	2	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Какую пользу приносят танцы. Как научиться танцевать.	Актовый зал	Текущий контроль
2	Октябрь	2	по расписанию	практическое занятие	2	Игры-миниатюры (качели, кораблик, шарик)	Актовый зал	Текущий контроль
3	Октябрь	9	по расписанию	практическое занятие	2	Приставной шаг. Игры – превращения: «Деревянные и тряпичные куклы», «Цветочек», «Верёвочки», «Мельница».	Актовый зал	Текущий контроль
4	Октябрь	16	по расписанию	теоретическое занятие, практическое занятие	2	Ходьба разного характера. Марш. Марш со сменой ведущих. Шаг энергичный, спокойный, осторожный, шаг с высоким поднятием ноги в коленях.	Актовый зал	Текущий контроль
5	Октябрь	23	по расписанию	теоретическое занятие, практическое занятие	2	Движения в соответствии с характером музыки. Хороводный шаг: плавный хоровод, змейка с воротцами, движение хороводным шагом со сменой положения рук.	Актовый зал	Текущий контроль
6	Октябрь	30	по расписанию	практическое занятие	2	Хороводный шаг. Пружинящий шаг. Бег, галоп, поскоки. «Мячики».	Актовый зал	Текущий контроль
7	Ноябрь	6	по расписанию	теоретическое занятие, практическое	2	Упражнения для рук. Упражнения для рук. «Ветерок и ветер». «Мельница». «Лендлер- Бетховен».	Актовый зал	Текущий контроль

				занятие		«Ленточки», «Волна», «Крылья», «Поющие руки».		
8	Ноябрь	13	по расписанию	практическое занятие	2	Импровизации. «Колокола», «Колокольчики», «Тарелки», «Вертушки».	Актовый зал	Текущий контроль
9	Ноябрь	20	по расписанию	теоретическое занятие, практическое занятие	2	Чтобы танец был красивым. Отработка приставного шага и пружинки. «Мужская народная пляска».	Актовый зал	Текущий контроль
10	Ноябрь	27	по расписанию	практическое занятие	2	«Мужская народная пляска». Виды присядок. Присядка с выпадом ног поочерёдно.	Актовый зал	Текущий контроль
11	Декабрь	4	по расписанию	практическое занятие	2	«Мужская народная пляска». Мужские хлопушки.	Актовый зал	Текущий контроль
12	Декабрь	11	по расписанию	теоретическое занятие, практическое занятие	2	Подготовка к занятиям. Что надеть. Где и когда танцевать. Дыхание. Как проверить пульс. Что такое разминка. Зачем она нужна. Осанка. Упражнения на осанку. Центр движения.	Актовый зал	Текущий контроль
13	Декабрь	18	по расписанию	практическое занятие	2	Подготовка к участию в концертах.	Актовый зал	Текущий контроль
14	Декабрь	25	по расписанию	практическое занятие	2	Промежуточная аттестация. Выступление на новогоднем концерте.	Актовый зал	Промежуточный контроль
15	Январь	15	по расписанию	теоретическое занятие, практическое занятие	2	Основа танца - залог успеха. Положения рук в танцах и упражнениях: «руки на пояс», «руки на пояс», «руки в стороны», «руки вперёд», руки «лодочкой», «круглые руки». Упражнения с воображаемыми цветами.	Актовый зал	Текущий контроль

16	Январь	22	по расписанию	практическое занятие	2	Положение рук в народных плясках: «руки на талии», «руки перед грудью», «положение рук в парах»: «свечка», «окошечко», ... Положение рук во время движения.	Актовый зал	Текущий контроль
17	Январь	29	по расписанию	практическое занятие	2	«Парный танец». Позиции рук. Позиции ног.	Актовый зал	Текущий контроль
18	Февраль	5	по расписанию	теоретическое занятие	2	Народные пляски. Изучение основных построений и рисунков народных плясок с их отличительными элементами.	Актовый зал	Текущий контроль
19	Февраль	12	по расписанию	практическое занятие	2	«Кадриль»- русский танец.	Актовый зал	Текущий контроль
20	Февраль	19	по расписанию	практическое занятие	2	«Казачок» - украинский танец.	Актовый зал	Текущий контроль
21	Февраль	26	по расписанию	практическое занятие	2	Молдавский танец. «Мужской хоровод».	Актовый зал	Текущий контроль
22	Март	5	по расписанию	практическое занятие	2	«Цыганский танец». Основные движения в цыганском танце: положение рук, ног, шаги.	Актовый зал	Текущий контроль
23	Март	12	по расписанию	теоретическое занятие	2	Эстрадные танцы. Два вида композиций эстрадного танца (с зафиксированной последовательностью и свободным построением).	Актовый зал	Текущий контроль
24	Март	19	по расписанию	практическое занятие	2	«Чунга-Чанга» (повторение шагов с высоким подниманием колен, движения рук-мельница, вверх-вниз, работа кисти, наклоны, полуприседания, прыжки, покачивания).	Актовый зал	Текущий контроль
25	Март	26	по расписанию	практическое занятие	2	«Морячка» (марш, хлопки, приставной шаг, притопы, кружение в парах, шаг с «каблучка»).	Актовый зал	Текущий контроль

26	Апрель	2	по расписанию	практическое занятие	2	«Чарли» (шаг на всей стопе, работа плечевого пояса, переминающиеся шаги на месте, полуприседание, кружение на носочках).	Актовый зал	Текущий контроль
27	Апрель	9	по расписанию	теоретическое занятие.	2	Виды танца. Танец стиля модерн. Техника современного танца. Постановка современного танца. Джаз. Рок-н-ролл. Чечётка.	Актовый зал	Текущий контроль
28	Апрель	16	по расписанию	практическое занятие	2	Джаз.	Актовый зал	Текущий контроль
29	Апрель	23	по расписанию	практическое занятие	2	Рок-н-ролл	Актовый зал	Текущий контроль
30	Апрель	30	по расписанию	практическое занятие	2	Чечётка.	Актовый зал	Текущий контроль
31	Май	7	по расписанию	практическое занятие	2	Бальные танцы. Вальс. Самба.	Актовый зал	Текущий контроль
32	Май	14	по расписанию	теоретическое занятие	2	Вальс. Постановка рук, ног. Движения по периметру. Быстрое кружение.	Актовый зал	Текущий контроль
33	Май	21	по расписанию	практическое занятие	2	Самба.	Актовый зал	Текущий контроль
34	Май	28	по расписанию	теоретическое занятие, практическое занятие	2	Как научиться ставить танцы. Повторение.	Актовый зал	Текущий контроль
35	Июнь	4	по расписанию	практическое занятие	2	Повторение.	Актовый зал	Текущий контроль
36	Июнь	11	по расписанию	практическое занятие	2	Итоговая аттестация. Отчётное мероприятие.	Актовый зал	Итоговый контроль