

Министерство образования и науки Республики Северная Осетия – Алания  
Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Республиканский дворец детского творчества им. Б.Е. Кабалоева»

Принято на заседании  
Методического совета РДДТ  
Председатель М.А. Хадзарагова  
« 2 » Октябрь 20 20 г.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор РДДТ  
А.С. Мзочкова

« 2 » Октябрь 20 20 г.

Протокол № 2

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
Ансамбля народного танца «Кафæг»**

Возраст обучающихся: 13-16 года.

Срок реализации программы 3 года.

Составитель – Солашвили И.А.,  
педагог дополнительного образования

Владикавказ  
2020 г.

## Паспорт программы

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа ансамбля народного танца «Кафæг»**

**Составитель** - Солашвили Ирина Автандиловна, педагог дополнительного образования, соответствие занимаемой должности.

**Организация - исполнитель:** структурное подразделение «Центр Заря» ГБУДО «Республиканского дворца детского творчества им. Б.Е. Кабалоева»;

**Адрес:** РСО - Алания, г. Владикавказ, ул. К.Маркса,75,

тел. 7 (8672) 25-10-68, [centrzarya@mail.ru](mailto:centrzarya@mail.ru) , [centrzarya@edu15.ru](mailto:centrzarya@edu15.ru)

**Программа реализуется** в структурном подразделении «Центр Заря» ГБУДО «Республиканского дворца детского творчества им. Б.Е. Кабалоева»; МБОУ СОШ № 26.

**Возраст обучающихся:** 13-16 лет

**Срок реализации программы:** 3 года

**Социальный статус:** обучающиеся общеобразовательных школ республики.

**Год разработки программы:** 2018 год

**Год модернизации программы:** 2020 год

**Цель программы:** создание условий для становления хореографической, коммуникативной, общекультурной компетентностей обучающихся, самореализации в творческой деятельности; приверженность к ценностям здорового образа жизни.

**Уровень реализации:** дополнительное образование;

**Уровень освоения программы:** общеразвивающий;

**Направленность программы:** художественная;

**Вид программы:** модифицированная;

## Содержание

<b>I. Пояснительная записка</b> .....	4
Направленность программы.....	5
Новизна программы.....	5
Актуальность программы.....	6
Педагогическая целесообразность.....	6
Цель программы.....	6
Задачи программы.....	6
Отличительные особенности.....	7
<b>II. Содержание программы</b>	
Сроки реализации программы.....	7
Учебно-тематический план 1 года обучения.....	9
Содержание учебно-тематического плана.....	10
Учебно-тематический план 2 года обучения.....	13
Содержание учебно-тематического плана.....	14
Учебно-тематический план 3 года обучения.....	20
Содержание учебно-тематического плана.....	21
Работа с родителями.....	26
<b>III. Планируемые результаты. Форма аттестации</b>	
Ожидаемые результаты реализации программы по годам обучения.....	27
Виды аттестации.....	28
<b>IV. Организационно-педагогические условия реализации программы</b>	
Методическое обеспечение.....	28
Используемые формы работы.....	29
Условия реализации программы.....	30
Электронные ресурсы.....	30
Список используемой литературы.....	31
Приложение №1 «Дыхательные упражнения».....	32
Приложение №2 Форма фиксации результатов.....	33
Приложение №3 Календарно-тематический график на 2020-2021уч.год.....	34

## **I. Пояснительная записка**

Народное хореографическое искусство – одно из ярчайших проявлений национального творчества, воплотившее в себя отдельные стороны этических и эстетических представлений людей.

Искусство танца представляет собой национально-своеобразную форму синтетического искусства и с древнейших времен занимает важное место в жизни осетин. Издавна в Осетии, наряду с музыкально-поэтическим искусством, существовал танец как необходимая принадлежность почти всех народных празднеств, связанных с древнейшими языческими, а позднее и христианскими верованиями. Правда, танец у осетин лишь в редких случаях имел обрядовое значение. Он являлся излюбленным видом развлечений молодежи на свадебных и семейных торжествах, на общественных празднествах.

Танец обрядовый, танец ритуальный, танец стариков, танец женский и мужской, бытовые этюды – их много у осетин и в каждом из них – жизнь народа, его радости и печали, доблесть и героизм, философия и этика, любовь и ненависть, трудолюбие и народная педагогика. О танцах постоянно упоминается в фольклоре, особенно в нартском эпосе. От плясок нартов «сотрясались горы, и содрогалась земля». Нарт не только «герой непобедимый и непреклонный», но и певец, музыкант, танцор. Нартские герои состязались во всех видах народного искусства, в том числе и в танцах, которым они уделяли столько же внимания, сколько и военно-спортивным состязаниям.

О том, какое значение имел танец в быту предков осетин, свидетельствует эпическое наследие осетинского народа. Отдельные сказания о нартах воспроизводят красочные картины пиршеств, сопровождавшихся «громовыми» песнями и бурными, стремительными плясками.

В хореографическом арсенале осетинского народа имеется большое количество разнообразных танцев и танцевальных наигрышей, исполняемых в настоящее время преимущественно на национальной гармонике. Однако, не все танцы, известные народу, имеют распространение в быту. Некоторые из них постепенно утрачивают свое значение и уступают место другим танцам. В популяризации осетинских танцев и танцевальных наигрышей большая роль принадлежит творческим коллективам Осетии.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа ансамбля народного танца «Кафæг» разработана в соответствии с нормативной базой:  
- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» ФЗ от 29.12.2012г. № 273-ФЗ;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р).
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242);
- Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей (Приложение к письму Минобрнауки России от 29 марта 2016 г. № ВК-641/09);
  - Приказ Минпросвещения России от 9 ноября 2018 г., № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
  - Устав и локальные акты Государственного бюджетного учреждения дополнительного образования «Республиканский дворец детского творчества им. Б.Е. Кабалоева» РСО-А.

Программа ансамбля народного танца «Кафæг» имеет **художественную - направленность** и общеразвивающий уровень развития, предполагает удовлетворение познавательного интереса в области изучение основ хореографии, народно-сценического и историко-бытового танцев, театрального искусства и народного эпоса. Развитие познавательного интереса к фольклору через синтез хореографического и эпического искусства, на основах преподавания танцевального искусства и актерского мастерства раскрытие индивидуальных возможностей ребенка, приобретение танцевальных умений и навыков.

**Новизна и оригинальность** программы заключается, в комплексном содержании, которое включает артпедагогику, танцевальную импровизацию, специальную гимнастику для творческого и общего развития обучающихся, а также корректировку сутулости, плоскостопия детей.

В процессе обучения воспитанниками ансамбля осваиваются классическая и народно-сценическая лексика, а сам учебный процесс основывается на инновационных педагогических технологиях: педагогика сотрудничества, личностно-ориентированное обучение.

### ***Актуальность программы.***

Важнейшими задачами образования наряду с остальными являются развитие у ребенка системы общечеловеческих ценностей, формирование национального самосознания, понимание роли своей нации, этноса в мировом историческом процессе.

Сохранение и совершенствование народной культуры - залог социально-экономической и политической стабильности общества. Важно не потерять свою этническую самобытность, сохранить культуру, часть богатства духовной жизни народа.

***Педагогическая целесообразность*** программы: разбудить в каждом ребенке стремление к самовыражению и творчеству, добиться того, чтобы работа вызывала чувство радости и удовлетворения. Это касается всех обучающихся, ведь в творческое объединение принимаются дети с разной степенью одаренности и различным уровнем базовой подготовки, что обязывает учитывать индивидуальные особенности детей, обеспечивая индивидуальный подход к каждому ребенку.

***Цель программы:*** создание условий для становления хореографической, коммуникативной, общекультурной компетентностей обучающихся, приверженность к ценностям здорового образа жизни, самореализации в творческой деятельности.

#### ***Задачи программы:***

##### ***1. Образовательные:***

- содействовать изучению основ искусства танца, овладению методом танцевально-практических действий;
- содействовать формированию образовательной самостоятельности, инициативы, ответственности.

##### ***2. Развивающие:***

- способствовать развитию духовно-нравственных качеств личности обучающихся;
- способствовать формированию коммуникативных навыков;
- способствовать развитию креативности, музыкальности и пластики движений.

##### ***3. Воспитательные:***

- приобщать молодежь к духовному наследию осетинской культуры через изучение традиций народного танца, этикета и обрядов, ритуалов, костюма.
- расширять знания обучающихся о культуре разных народов, творчески осмысливать характерные черты хореографической культуры народов Кавказа;

- содействовать воспитанию сценической культуры, этических норм и правил поведения в обществе.

По мнению составителя программы, занятия народными танцами могут оказать позитивное влияние на формирование общей культуры молодежи, а также способствует совершенствованию физического, нравственного, эстетического, психологического аспекта развивающихся личностей.

**Отличительной особенностью** программы является внедрение в образовательный процесс хореографического ансамбля компетентностного подхода. В отличие от простой передачи знаний, умений и навыков, характерной для традиционной педагогики, компетентностный подход позволяет педагогу выстроить свою профессиональную деятельность на основе принципов системности, освоения им компетенций Человека культуры и развития частных хореографических способностей.

Выстраивание образовательного процесса на основе компетентностного подхода предполагает достижение качественно нового результата (совокупность компонентов: социальный опыт, сквозные образовательные результаты, более высокий уровень предметных компетенций, ценностные ориентации, креативное мышление, повышение уровня учебной мотивации).

## **II. Содержание программы**

### **Возраст детей**

Программа рассчитана на детей и подростков от 13 до 16 лет  
Продолжительность реализации программы- 3 года.

### **Сроки реализации программы**

1 год обучения	2 раза в неделю	по 2 часа
2 год обучения	2 раза в неделю	по 2 часа
3 год обучения	3 раза в неделю	по 3 часа

На теоретических занятиях педагог знакомит обучающихся с историей хореографии, костюма, материальной культурой и прикладным искусством осетин.

На практических занятиях идёт работа над физическим совершенствованием обучающихся, развитием пластики, актерским мастерством и сценодвижением, развитием хореографической техники.

## Учебно-тематический план

### Задачи 1 года обучения:

- развитие общей физической подготовки;- развитие танцевальных данных;
  - развитие ритмичности, музыкальности, артистичности.
- Элементарные понятия, с которыми знакомятся обучающиеся этого года обучения;
- характер музыки, темп, ритм, музыкальный размер;
  - динамические оттенки в музыке (форте, пиано), характер исполнения (легато, стаккато);
  - строение музыкальной речи, длительность звука, такт, затакт;
  - эмоциональная выразительность.

Знакомство происходит в процессе занятия на музыкальном материале, танцевальных упражнениях, музыкальных играх, танцевальных композициях. Во время занятий происходит знакомство с основами актерского мастерства.



### 1 год обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
<b>I</b>	<b>Музыкально-ритмическая деятельность</b>			
1	Вводное занятие.	1	1	-
2	Основы организации правильного дыхания во время движения. Понятие разминка и экзерсис.	9	1	8
3	Строение музыкального произведения. Усвоение простейших музыкальных, танцевальных терминов.	9	1	8
<b>4</b>	Восприятие музыкального произведения и передача его в движениях.	11	1	10
<b>II</b>	<b>Начальный этап познания и освоения танцевальной культуры</b>			
<b>1</b>	Терминология осетинских танцев, музыкальных инструментов и костюмов.	1	1	10
<b>2</b>	Система упражнений, состоящая из элементов движений классического танца.	11	1	10
<b>3</b>	Промежуточная аттестация.	1	-	1
<b>4</b>	Система упражнений, состоящая из элементов движений народно-сценического танца.	20	8	12
<b>5</b>	Актёрское мастерство Индивидуальные занятия.	3	1	2
<b>6</b>	Система упражнений, состоящая из элементов движений народно-сценического танца.	2	1	1
<b>III</b>	<b>Постановочная работа</b>			
<b>1</b>	Танцевальные композиции. Этюды к постановкам «Симд», «Хонга».	2	-	2
<b>2</b>	<b>Итоговое занятие</b>	2	1	1
	<b>Всего:</b>	<b>72</b>	<b>16</b>	<b>56</b>

## **1-й год обучения**

### **Раздел 1. Музыкально-ритмическая деятельность**

#### **Вводное занятие**

##### **Теория.**

Ознакомление обучающихся с целями, задачами и репертуарным планом на предстоящий год. Инструктаж по технике безопасности. Требования по безопасности труда и пожарной безопасности на занятиях. Единые педагогические требования.

#### **2. Основы организации правильного дыхания во время движения.**

##### **Теория.**

Основы физиологии дыхательной и сердечно - сосудистой системы человека, обучение правильному дыханию при движении, виды дыхательной гимнастики, польза дыхательной гимнастики, понятие разминка и экзерсис.

##### **Практика.**

Дыхательные упражнения. Упражнения для разминки и экзерсиса.

#### **3. Строение музыкального произведения. Усвоение простейших музыкальных и танцевальных терминов.**

##### **Теория.**

Освоение элементарных понятий о характере музыки, темпе, ритме, музыкальном размере. Передача характера музыки через движения рук и ног.

Строение музыкального произведения, художественно-обратная связь с движением.

##### **Практика.**

Обучение танцевальным движениям с использованием разножанровой музыки.

#### **4. Восприятие музыкального произведения и передача его в движениях.**

##### **Теория.**

Освоение понятий ритм, метроритм, строение музыкальной речи, музыкальный размер, темп, динамические оттенки.

##### **Практика.**

Обучение танцевальным движениям в различных ритмах и темпах.

### **Раздел 2. Начальный этап познания и освоения танцевальной культуры.**

#### **1. Терминология осетинских танцев, музыкальных инструментов и костюмов.**

##### **Теория.**

Знакомство с терминологией и историей осетинских танцев, музыкальных инструментов и костюмов.

#### **Система упражнений, состоящая из элементов движений классического танца**

##### **Теория**

- Позиции ног – 1,2,3;
- Постановка рук – подготовительная 1,2,3. позиции;
- Battment tendu – по 1,2 позициям, вперед, в сторону, назад.

- Demi plie (I и II позиции) сгибание, приседание по 1,2 позициям;
- Grand plie
- Прыжки по 1,2,5 позициям;
- Прыжки по 1 и по 5 позициям с поворотом в воздухе.
- Rond de gambe parterre (1 позиция).
- Port de bras .

#### **Практика.**

Обучение танцевальным движениям классического танца.

#### **Промежуточная аттестация.**

#### **Практика.**

Выполнение практических заданий по исполнению танцевальных движений.

### **4. Система упражнений, состоящая из элементов народно-сценического танца.**

#### **Теория.**

«Ковырялочка» (простая, боковая, высокая, высокая с выбросом).

«Ковырялочка» с прыжком.

«Ножницы».

«Веребочка», «веревочка» с хлопками над головой.

«Выпады», выпады с хлопками.

Танцевальные элементы осетинского народного танца:

- осанка, позиция головы,
- позиции рук.

Верчение – отработка «точки» мене, отработка «тур», двойной тур.

Основной ход «сирга» двух видов:

- быстрый, на полной стопе с переходом с пятки на носок,
- медленный ход на высоких полупальцах.

Основной ход танца «Симд»:

- зигзаг;
- боковой ход;
- ход продвижением назад;

Основной ход и элементы движений кабардинского танца «Кафа»:

- позиции рук;
- акценты основного хода.

Основной ход танца «Хонга»:

- «Стрелки» - 3 вида;
- повороты на месте, обход партнера;
- боковой ход с руками.

Основной ход армянского танца «Шалахо».

#### **Практика.**

Обучение танцевальным движениям народно-сценического танца.

### **5. Актерское мастерство**

#### **Теория.**

Основы актерского мастерства. Техника актерского мастерства в танце.

### **Практика.**

Постановка игровых этюдов на различные темы. Пластические этюды с воображаемыми предметами. Отображение в танце психофизического состояния живых и неживых предметов.

### **6. Индивидуальные занятия.**

#### **Практика.**

Упражнения для закрепления изученных танцевальных движений, развитие и тренировку мышечной силы корпуса, ног, пластику рук, грацию и выразительность движения.

### **Задачи 2-го года обучения:**

1. Развитие устойчивости и силы стопы.
2. Закрепление навыков сочетания танцевальных движений.
3. Выработка элементов художественной окраски танца.
4. Работа над этюдами народных танцев.
5. Работа над репертуаром.

На 2-ом году обучения педагог развивает творческую фантазию детей, дает задание по самостоятельной подготовке небольших хореографических этюдов. Таким образом, обучающиеся усваивают понятия – художественный образ, мышечная память, эмоциональная выразительность; продолжается углубленное изучение классического экзерсиса. Начинается изучение мелодий, костюмов народов Кавказа. На примерках показывается зависимость движений от костюма определенной эпохи, влияние костюма на манеру поведения человека, о необходимости его соответствия времени, социальному происхождению, возрасту. Репертуар танцев подобран с учетом заинтересованности детей, полезности с точки зрения художественного и физического развития.

## 2 год обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
<b>I</b>	<b>Музыкально-ритмическая деятельность</b>			
<b>1</b>	Вводное занятие.	1	1	-
<b>2</b>	Основы организации правильного дыхания во время движения.	9	1	8
<b>3</b>	Восприятие музыкального произведения и передача его в движениях.	7	1	6
<b>II</b>	<b>Основы танцевального искусства</b>			
<b>1</b>	Система упражнений с элементами классического танца.	1	1	-
<b>2</b>	Система упражнений с элементами народно- сценического танца.	9	1	8
<b>3</b>	Быт и обычаи народов Кавказа.	1	1	
<b>4</b>	История народных костюмов.	1	1	-
<b>5</b>	Промежуточная аттестация	2	-	2
<b>6</b>	Изучение основных элементов и своеобразие исполнения танцев народов Кавказа: - кабардинские танцы «Удж», «Кафа». - армянские танцы «Кочари», «Шалахо». - «Абхазский танец». - «Дагестанский танец». - «Грузинский танец». - «Аджарский танец».	9	1	8
<b>III</b>	<b>Постановочная работа</b>			
<b>1</b>	Музыкальное оформление танцев.	3	1	2
<b>2</b>	Композиционное построение танцев.	9	1	8
<b>3</b>	Постановка танцев «Симд», «Хонга», «Кочари», «Девичий танец».	12	-	12
<b>4</b>	Индивидуальные занятия.	4	-	4
<b>5</b>	Итоговое занятие	4	-	4
	<b>Всего:</b>	<b>72</b>	<b>10</b>	<b>62</b>

## **2-й год обучения**

### **Раздел 1. Музыкально-ритмическая деятельность**

#### **1. Вводное занятие.**

##### **Теория.**

Требования по безопасности труда и пожарной безопасности на занятиях. Единые педагогические требования.

Ознакомление обучающихся с целями и репертуарным планом на предстоящий год.

#### **Основы организации правильного дыхания во время движения.**

##### **Теория.**

Основы физиологии дыхательной и сердечно - сосудистой системы человека, обучение правильному дыханию при движении, виды дыхательной гимнастики, польза дыхательной гимнастики. Разминка.

##### **Практика.**

Дыхательные упражнения. Упражнения для разминки.

#### **3. Восприятие музыкального произведения и передача его в движениях.**

##### **Теория.**

Закрепление понятий о характере музыки, темпе, ритме, музыкальном размере. Передача характера музыки через движения рук и ног. Строение музыкального произведения, художественно-обратная связь с движением.

##### **Практика.**

Обучение танцевальным движениям в различных ритмах и темпах.

### **Раздел 2. Основы танцевального искусства**

#### **Система упражнений с элементами классического танца**

##### **Теория.**

- Demi plie (I, II, V поз.).
- Grand plie (I, II, V поз.).
- Battement tentu (I, V поз.).
- Battement tentu jete (I поз.).
- Passe par terre (I поз.).
- Rond de jambe par terre en dehors en dedas (I поз.).
- Releve (I, II поз.).
- Grand battement gete (I поз.).
- Saute (I, II, V поз.).
- Первое port de-bras
- Пятое port de-bras

##### **Практика.**

Обучение танцевальным движениям классического танца.

#### **2. Система упражнений с элементами народно-сценического танца.**

##### **Теория.**

- «Ковырялочка» (простая, боковая, высокая, высокая с выбросом).
- «Ковырялочка» с прыжком.

- «Ножницы».
- «Ножницы» с выбросом ноги, с прыжком.
- «Растяжка»
- «Растяжка вперед».
- «Подсечка».
- «Ласточка».
- «Ласточка» с поворотом корпуса на 360 градусов.
- «Дробушки» к русскому танцу.
- «Проходки».
- Поворот вправо, влево корпуса на 360 градусов.
- Поворот вправо, влево корпуса на коленях на 360 градусов.
- «Сирга» на полной ступне и на полупальцах.
- Присядка русская
- Присядка танца «парца»
- «Гасма», «Картули» без и с движением рук
- Связка танца «Шой»
- «Ножницы» на носках
- Перепрыжки с разворотом
- «Ласточка» с разворотом
- Боковой ход танца «Симд»
- Простейшие связки танцев «Симд» и «Хонга»
- Стрелки танца «Хонга» с движением рук
- Основной ход танца «Хонга» с движением рук
- Основной ход танца «Симд» с движением рук
- Основной ход танца «Ширга» на полупальцах и полной стопе с движением рук и полуразворотом корпуса
- Основной ход армянского танца «Шалохо»
- Основной ход кабардинского танца «Удж» и «Кафа»
- Основной ход осетинского танца «Шой».

### **Практика.**

Обучение танцевальным движениям народно-сценического танца.

### **3.Быт и обычаи народов Кавказа.**

#### **Теория.**

Обычаи предков. Беседы об истории народного искусства (музыка, литература, хореография). Облик, нравы, одежда, язык народов Северного Кавказа и Закавказья. Танцы и игры в традиционном быту. Танцевальный фольклор осетин, балкарцев, карачаевцев, даргинцев, аварцев, лакцев, адыгов, кабардинцев, абхазов, армян, грузин, азербайджанцев, чеченцев.

### **4.История народного костюма.**

#### **Теория.**

Знакомство с терминологией и историей костюмов народов Кавказа, с использованием произведений изобразительного и прикладного искусства,

архитектуры, литературных произведений, исторических документов, описывающих быт и материальную культуру эпохи.

### **5. Промежуточная аттестация.**

#### **Практика.**

Выполнение практических заданий по исполнению танцевальных композиций.

### **6. Изучение основных элементов и своеобразие исполнения танцев народов Кавказа.**

#### **Теория.**

Изучение характерных движений кабардинского, армянского, дагестанского, грузинского, абхазского, аджарского танцев.

#### **Практика.**

Упражнения для закрепления изученных танцевальных движений, развитие и тренировку мышечной силы корпуса, ног, пластику рук, грацию и выразительность движения.

### **Раздел 3. Постановочная работа.**

#### **Музыкальное оформление танцев.**

#### **Практика.**

Подбор обучающимися музыкальных произведений к авторским постановочным танцевальным композициям.

#### **Композиционное построение танцев.**

#### **Теория.**

Этапы создания хореографического произведения. Композиция танца, композиционный план, рисунок танца: круговое, линейное построение; композиционный переход; стиль танца; восприятие рисунка; построение рисунка: первая группа приемов (дробления, укрупнения, наращивания, усложнения); вторая группа приемов (точка восприятия, контраста, от частного к общему); по сложности рисунка (одноплановый, двухплановый, трехплановый, многоплановый); по расположению рисунка (симметрично, асимметрично); по характеру восприятия рисунка (образный, трюковой).

#### **Практика.**

Презентация обучающимися самостоятельно разработанных композиционных планов со схемами и чертежами авторских хореографических произведений.

#### **Постановка танцев «Симд», «Хонга», «Кочари», «Девичий танец».**

#### **Практика.**

Упражнения для закрепления новых и изученных танцевальных движений, развитие и тренировку мышечной силы корпуса, ног, пластику рук, грацию и выразительность движения.

#### **Индивидуальные занятия.**

#### **Практика.**



Упражнения для закрепления изученных танцевальных движений, развитие и тренировку мышечной силы корпуса, ног, пластику рук, грацию и выразительность движения.

**Итоговое занятие.**

**Практика.**

Подведение итогов. Репетиция к итоговому концерту. Концерт.

**Раздел 1. Совершенствование физической формы и приобретенных навыков.**

**1. Вводное занятие. Ознакомление с репертуарным планом.**

**Практика.**

Требования по безопасности труда и пожарной безопасности на занятиях. Единые педагогические требования.

**2. Совершенствование навыков, техническая подготовка, восстановление тренажного комплекса. Композиция комплексов с усложнением элементов.**

**Теория.**

Повторение учебного материала первого и второго года обучения.

**Практика.**

Упражнения по восстановлению тренажного комплекса. Упражнения для закрепления изученных танцевальных движений, развитие и тренировку мышечной силы корпуса, ног, пластику рук, грацию и выразительность движения.

**3. Классический, народно-сценический и историко-бытовой танец.**

**Теория.**

Изучение системы упражнений с элементами классического танца.

- Demi plie (I, II, V поз.).
- Grand plie (I, II, V поз.).
- Battement tentu (I, V поз.).
- Battement tentu jete (I поз.).
- Passe par terre (I поз.).
- Rond de jambe par terre en dehors en dedas (I поз.).
- Releve (I, II поз.).
- Grand battement gete (I поз.).
- Saute (I, II, V поз.).
- Первое port de-bras
- Пятое port de-bras

Изучение системы упражнений с элементами народно-сценического танца.

- Этюды танцев – «Симд», «Хонга», «Кафа», «Удж», «Зилга кафт», «Круговой», горского характерного танца и «Шой».
- Элементы движений и связок абхазского танца, армянского танца «Шалохо» и «Кочари».
- Основной ход болгарского танца и молдавского
- Движения на середине зала и с продвижением вперед
- Прокрутки на коленях, прыжки на коленях с выпадом, пируэты
- Высокий прыжок в воздухе

- Этюды характерного танца на 1-2 музыкальные фразы
- Связки с вращением (шене-пируэты, туры)
- Трюковые связки
- «Веревочки» (простые и двойные)
- «Ножницы» на носках
- Присядки русского танца и грузинского танца «Парца»
- «Дробушки»
- Разворот колена-колени, прокрутка на коленях
- Перепрыжка – подготовительный соскок (2 разворота, 2 шене, 2 пируэта)

### **Практика.**

Упражнения для закрепления изученных танцевальных движений, развитие и тренировку мышечной силы корпуса, ног, пластику рук, грацию и выразительность движения.

## **Раздел 2.Изучение осетинских и других танцев народов Кавказа**

### **1.Танцевальная культура Кавказа.**

#### **Теория.**

Танцевальное искусство в «Нартском эпосе», Кабардинском эпосе «Нарты». Классификация осетинских и кавказских танцев. Осетинская хореография в литературе XIX - начала XX в.в. Древние танцы осетин – «Симд», «Чепена», «Цоппай» и «Круговой танец». Специфика кавказских танцев. Происхождение обрядовых мужских хороводов.

### **2. Совершенствование навыков исполнения танцев народов Кавказа.**

#### **Теория.**

История танцев народов Кавказа. Изучение танцевальных движений осетинского, кабардинского, абхазского, грузинского, армянского, дагестанского.

#### **Практика.**

Упражнения для закрепления изученных танцевальных движений, развитие и тренировку мышечной силы корпуса, ног, пластику рук, грацию и выразительность движения.

### **3. Характерные особенности танцев народов Кавказа.**

#### **Теория.**

Изучение характерных особенностей танцев народов Кавказа (осанка, положение рук и ног, туловища, взаимоотношения партнеров в танце, эмоциональный настрой, темперамент, пластика, плавность).

#### **Практика.**

Упражнения для закрепления изученных танцевальных движений, развитие и тренировку мышечной силы корпуса, ног, пластику рук, грацию и выразительность движения.

### **4.Промежуточная аттестация.**

#### **Практика.**

Выполнение практических заданий по исполнению изученных танцевальных композиций.

### **III. Репетиционная работа**

#### **1. Закрепление и отработка приобретенных навыков.**

##### **Практика.**

Упражнения для закрепления изученных танцевальных движений, развитие и тренировку мышечной силы корпуса, ног, пластику рук, грацию и выразительность движения.

#### **2. Работа над выразительностью исполнения, наработка артистизма.**

##### **Теория.**

Содержание и формы актерского мастерства в хореографии. Актерское мастерство и система К.С. Станиславского, ее применение в сфере хореографии.

##### **Практика.**

Упражнения для закрепления изученных танцевальных движений, развитие и тренировку мышечной силы корпуса, ног, пластику рук, грацию и выразительность движения.

#### **3. Формирование навыков сценической культуры.**

##### **Теория.**

Основы сценического движения. Основы исполнительской выразительности. Развитие внимания, памяти и контроля за движениями. Способность к быстрому и точному ориентированию, размещению и группированию в сценическом пространстве. Специфика коммуникации и взаимодействия танцоров в ансамбле народного танца. Ознакомление с системой сценического движения (биомеханикой) В.Е. Мейерхольда.

##### **Практика.**

Упражнения и этюды по сценическому действию.

#### **Задачи 3-го года обучения:**

- специализированные занятия по народно-сценическому танцу;
- изучение нового репертуара;
- совершенствование исполнительского мастерства.

Наиболее сложной задачей на третьем этапе обучения является постановочная работа. При создании самостоятельных постановок, новых номеров, следует помнить об основных законах построения хореографического произведения. Первостепенное значение имеет музыкальный материал, образное содержание которого, балетмейстер должен выразить пластикой. Грамотно выстроенная драматургия танцевального номера предполагает наличие экспозиции, завязки, развития действия, кульминации и развязки. Логике драматургии должен соответствовать рисунок танца, его композиция и хореографический текст. Все эти слагаемые в сумме приведут к наиболее точному пластическому выражению хореографического образа, смысла и содержания танца.

### 3 год обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
<b>I</b>	<b>Совершенствование физической формы и приобретенных навыков.</b>			
1	Совершенствование физической формы и приобретенных навыков.	2	2	-
2	Совершенствование навыков, техническая подготовка, восстановление тренажного комплекса, упражнений центра. Композиция комплексов с усложнением элементов.	22	2	20
3	Классический, народно-сценический и историко-бытовой танец	22	2	20
<b>II</b>	<b>Изучение осетинских и других танцев народов Кавказа</b>			
1	Танцевальная культура Кавказа	2	2	-
2	Совершенствование навыков исполнения танцев народов Кавказа.	22	2	20
3	Характерные особенности танцев народов Кавказа.	12	2	10
4	Промежуточная аттестация.	2	-	2
<b>III</b>	<b>Репетиционная работа</b>			
1	Закрепление и отработка приобретенных навыков	12	2	10
2	Работа над выразительностью исполнения, наработка артистизма	12	2	10
3	Формирование навыков сценической культуры	12	-	12
<b>IV</b>	<b>Постановочная работа</b>	16	-	16
	1. «Симд»			
	2. «Хонга»			
	3. Абхазский танец			
	4. «Кафа»			
	5. Горский танец			
	6. Дагестанский танец			
	Индивидуальные занятия	4	-	4
	Итоговое занятие	4	-	4
	<b>Всего:</b>	<b>144</b>	<b>16</b>	<b>128</b>

### 3-й год обучения

#### **Раздел 1. Совершенствование физической формы и приобретенных навыков.**

##### **1. Вводное занятие.**

###### **Теория.**

Требования по безопасности труда и пожарной безопасности на занятиях. Единые педагогические требования.

Ознакомление обучающихся с целями и репертуарным планом на предстоящий год.

##### **Совершенствование навыков, техническая подготовка, восстановление тренажного комплекса, упражнений центра. Композиция комплексов с усложнением элементов.**

###### **Теория.**

Основы физиологии дыхательной и сердечно - сосудистой системы человека, обучение правильному дыханию при движении, виды дыхательной гимнастики, польза дыхательной гимнастики. Разминка.

###### **Практика.**

Дыхательные упражнения. Упражнения для разминки.

#### **3. Классический, народно-сценический и историко-бытовой танец**

###### **Теория.**

Закрепление понятий о характере музыки, темпе, ритме, музыкальном размере. Передача характера музыки через движения рук и ног. Строение музыкального произведения, художественно-обратная связь с движением.

###### **Практика.**

Обучение танцевальным движениям в различных ритмах и темпах.

#### **Раздел 2. Изучение осетинских и других танцев народов**

##### **Система упражнений с элементами классического танца**

###### **Теория.**

- Demi plie (I, II, V поз.).
- Grand plie (I, II, V поз.).
- Battement tentu (I, V поз.).
- Battement tentu jete (I поз.).
- Passe par terre (I поз.).
- Rond de jambe par terre en dehors en dedas (I поз.).
- Releve (I, II поз.).
- Grand battement gete (I поз.).
- Saute (I, II, V поз.).
- Первое port de-bras
- Пятое port de-bras

###### **Практика.**

Обучение танцевальным движениям классического танца.

##### **2. Система упражнений с элементами народно-сценического танца.**

## **Теория.**

- «Ковырялочка» (простая, боковая, высокая, высокая с выбросом).
- «Ковырялочка» с прыжком.
- «Ножницы».
- «Ножницы» с выбросом ноги, с прыжком.
- «Растяжка»
- «Растяжка вперед».
- «Подсечка».
- «Ласточка».
- «Ласточка» с поворотом корпуса на 360 градусов.
- «Дробушки» к русскому танцу.
- «Проходки».
- Поворот вправо, влево корпуса на 360 градусов.
- Поворот вправо, влево корпуса на коленях на 360 градусов.
- «Сирга» на полной ступне и на полупальцах.
- Присядка русская
- Присядка танца «парца»
- «Гасма», «Картули» без и с движением рук
- Связка танца «Шой»
- «Ножницы» на носках
- Перепрыжки с разворотом
- «Ласточка» с разворотом
- Боковой ход танца «Симд»
- Простейшие связки танцев «Симд» и «Хонга»
- Стрелки танца «Хонга» с движением рук
- Основной ход танца «Хонга» с движением рук
- Основной ход танца «Симд» с движением рук
- Основной ход танца «Ширга» на полупальцах и полной стопе с движением рук и полуразворотом корпуса
- Основной ход армянского танца «Шалохо»
- Основной ход кабардинского танца «Удж» и «Кафа»
- Основной ход осетинского танца «Шой».

## **Практика.**

Обучение танцевальным движениям народно-сценического танца.

### **3.Быт и обычаи народов Кавказа.**

#### **Теория.**

Обычаи предков. Беседы об истории народного искусства (музыка, литература, хореография). Облик, нравы, одежда, язык народов Северного Кавказа и Закавказья. Танцы и игры в традиционном быту. Танцевальный фольклор осетин, балкарцев, карачаевцев, даргинцев, аварцев, лакцев, адыгов, кабардинцев, абхазов, армян, грузин, азербайджанцев, чеченцев.

#### **4.История народного костюма.**

### **Теория.**

Знакомство с терминологией и историей костюмов народов Кавказа, с использованием произведений изобразительного и прикладного искусства, архитектуры, литературных произведений, исторических документов, описывающих быт и материальную культуру эпохи.

### **5. Промежуточная аттестация.**

#### **Практика.**

Выполнение практических заданий по исполнению танцевальных композиций.

### **6. Изучение основных элементов и своеобразие исполнения танцев народов Кавказа.**

#### **Теория.**

Изучение характерных движений кабардинского, армянского, дагестанского, грузинского, абхазского, аджарского танцев.

#### **Практика.**

Упражнения для закрепления изученных танцевальных движений, развитие и тренировку мышечной силы корпуса, ног, пластику рук, грацию и выразительность движения.

### **Раздел 3. Постановочная работа.**

#### **Музыкальное оформление танцев.**

#### **Практика.**

Подбор обучающимися музыкальных произведений к авторским постановочным танцевальным композициям.

#### **Композиционное построение танцев.**

#### **Теория.**

Этапы создания хореографического произведения. Композиция танца, композиционный план, рисунок танца: круговое, линейное построение; композиционный переход; стиль танца; восприятие рисунка; построение рисунка: первая группа приемов (дробления, укрупнения, наращивания, усложнения); вторая группа приемов (точка восприятия, контраста, от частного к общему); по сложности рисунка (одноплановый, двухплановый, трехплановый, многоплановый); по расположению рисунка (симметрично, асимметрично); по характеру восприятия рисунка (образный, трюковой).

#### **Практика.**

Презентация обучающимися самостоятельно разработанных композиционных планов со схемами и чертежами авторских хореографических произведений.

#### **Постановка танцев «Симд», «Хонга», «Кочари», «Девичий танец».**

#### **Практика.**

Упражнения для закрепления новых и изученных танцевальных движений, развитие и тренировку мышечной силы корпуса, ног, пластику рук, грацию и выразительность движения.

#### **Индивидуальные занятия.**

### **Практика.**

Упражнения для закрепления изученных танцевальных движений, развитие и тренировку мышечной силы корпуса, ног, пластику рук, грацию и выразительность движения.

### **Итоговое занятие.**

### **Практика.**

Подведение итогов. Репетиция к итоговому концерту. Концерт.

## **Раздел 1. Совершенствование физической формы и приобретенных навыков.**

### **1. Вводное занятие. Ознакомление с репертуарным планом.**

### **Практика.**

Требования по безопасности труда и пожарной безопасности на занятиях. Единые педагогические требования.

### **2. Совершенствование навыков, техническая подготовка, восстановление тренажного комплекса. Композиция комплексов с усложнением элементов.**

### **Теория.**

Повторение учебного материала первого и второго года обучения.

### **Практика.**

Упражнения по восстановлению тренажного комплекса. Упражнения для закрепления изученных танцевальных движений, развитие и тренировку мышечной силы корпуса, ног, пластику рук, грацию и выразительность движения.

### **3. Классический, народно-сценический и историко-бытовой танец.**

### **Теория.**

Изучение системы упражнений с элементами классического танца.

- Demi plie (I, II, V поз.).
- Grand plie (I, II, V поз.).
- Battement tentu (I, V поз.).
- Battement tentu jete (I поз.).
- Passe par terre (I поз.).
- Rond de jambe par terre en dehors en dedas (I поз.).
- Releve (I, II поз.).
- Grand battement gete (I поз.).
- Saute (I, II, V поз.).
- Первое port de-bras
- Пятое port de-bras

Изучение системы упражнений с элементами народно-сценического танца.

-Этюды танцев – «Симд», «Хонга», «Кафа», «Удж», «Зилга кафт», «Круговой», горского характерного танца и «Шой».

-Элементы движений и связок абхазского танца, армянского танца «Шалохо» и «Кочари».

-Основной ход болгарского танца и молдавского

-Движения на середине зала и с продвижением вперед

-Прокрутки на коленях, прыжки на коленях с выпадом, пируэты



- Высокий прыжок в воздухе
- Этюды характерного танца на 1-2 музыкальные фразы
- Связки с вращением (шене-пируэты, туры)
- Трюковые связки
- «Веревочки» (простые и двойные)
- «Ножницы» на носках
- Присядки русского танца и грузинского танца «Парца»
- «Дробушки»
- Разворот колена-колени, прокрутка на коленях
- Перепрыжка – подготовительный соскок (2 разворота, 2 шене, 2 пируэта)

### **Практика.**

Упражнения для закрепления изученных танцевальных движений, развитие и тренировку мышечной силы корпуса, ног, пластику рук, грацию и выразительность движения.

## **Раздел 2. Изучение осетинских и других танцев народов Кавказа**

### **1. Танцевальная культура Кавказа.**

#### **Теория.**

Танцевальное искусство в «Нартском эпосе», Кабардинском эпосе «Нарты». Классификация осетинских и кавказских танцев. Осетинская хореография в литературе XIX - начала XX в.в. Древние танцы осетин – «Симд», «Чепена», «Цоппай» и «Круговой танец». Специфика кавказских танцев. Происхождение обрядовых мужских хороводов.

### **2. Совершенствование навыков исполнения танцев народов Кавказа.**

#### **Теория.**

История танцев народов Кавказа. Изучение танцевальных движений осетинского, кабардинского, абхазского, грузинского, армянского, дагестанского.

#### **Практика.**

Упражнения для закрепления изученных танцевальных движений, развитие и тренировку мышечной силы корпуса, ног, пластику рук, грацию и выразительность движения.

### **3. Характерные особенности танцев народов Кавказа.**

#### **Теория.**

Изучение характерных особенностей танцев народов Кавказа (осанка, положение рук и ног, туловища, взаимоотношения партнеров в танце, эмоциональный настрой, темперамент, пластика, плавность).

#### **Практика.**

Упражнения для закрепления изученных танцевальных движений, развитие и тренировку мышечной силы корпуса, ног, пластику рук, грацию и выразительность движения.

### **4. Промежуточная аттестация.**

#### **Практика.**

Выполнение практических заданий по исполнению изученных танцевальных композиций.

### **III. Репетиционная работа**

#### **1. Закрепление и отработка приобретенных навыков.**

##### **Практика.**

Упражнения для закрепления изученных танцевальных движений, развитие и тренировку мышечной силы корпуса, ног, пластику рук, грацию и выразительность движения.

#### **2. Работа над выразительностью исполнения, наработка артистизма.**

##### **Теория.**

Содержание и формы актерского мастерства в хореографии. Актерское мастерство и система К.С. Станиславского, ее применение в сфере хореографии.

##### **Практика.**

Упражнения для закрепления изученных танцевальных движений, развитие и тренировку мышечной силы корпуса, ног, пластику рук, грацию и выразительность движения.

#### **3. Формирование навыков сценической культуры.**

##### **Теория.**

Основы сценического движения. Основы исполнительской выразительности. Развитие внимания, памяти и контроля за движениями. Способность к быстрому и точному ориентированию, размещению и группированию в сценическом пространстве. Специфика коммуникации и взаимодействия танцоров в ансамбле народного танца. Ознакомление с системой сценического движения (биомеханикой) В.Е. Мейерхольда.

##### **Практика.**

Упражнения и этюды по сценическому действию.

### **Работа с родителями.**

#### 1. Групповые формы:

Массовые мероприятия. Это способ познакомить родителей с содержанием, методами и приемами воспитания и обучения, условиями деятельности обучающихся.

Родительские собрания - из основных форм работы с родителями. На нем обсуждаются проблемы жизни объединения и родительского коллектива. Педагог направляет деятельность родителей в процессе его подготовки. Это взаимный обмен мнениями, идеями, совместный поиск. Тематика собраний может быть разнообразной. Многие образовательные учреждения с учетом современных требований существенно разнообразили саму форму проведения родительского собрания. Оно может проходить в форме «круглого стола», диспута, тематической дискуссии самих родителей с приглашением специалистов, в которых заинтересована семья, консультации со специалистами и др.

Совместная досуговая деятельность. Одной из самых популярных и востребованных форм работы с родителями в системе ДО является организация совместных досуговых мероприятий. Совместные воспитательные и праздничные мероприятия активизируют и повышают заинтересованность родителей.

Формы досуга: совместные праздники, просмотр, обсуждение фильмов и спектаклей; туристические походы, экскурсионные поездки. Совместная деятельность в творческих объединениях различной направленности, музеях и т. п. Это могут быть традиционные праздники: «Новый год», «8 Марта – праздник мам», «День матери», «День отца», творческие конкурсы и фестивали и т.д. Родители могут помочь в оформлении, подготовке поощрительных призов, оценке результатов, непосредственно участвовать в мероприятиях.

2. Индивидуальные формы:

Анкетирование, диагностика.

Индивидуальная консультация (беседа). Эта форма самая распространенная и эффективная. На индивидуальных беседах родители более охотно и откровенно рассказывают о тех огорчениях и беспокойствах, которые их тревожат. Консультации можно проводить по инициативе педагога (устное приглашение при встрече или по телефону, письменное приглашение) или по инициативе самих родителей.

Наглядная информация. Формы работы по педагогическому просвещению разнообразны. Наглядная информация в виде стендов и уголков универсальна и имеет огромные возможности по освящению педагогического процесса. В то же время она не предусматривает непосредственного контакта педагога и родителя. Поэтому важна форма и способ подачи информации, а так же её содержание.

Таким образом, используя различные формы общения с родителями, педагог создает благоприятный микроклимат между самими обучающимися и семьей в целом, необходимый для полноценного прохождения процесса обучения и формирования личности ребенка; повышает уровень педагогической и психологической грамотности родителей. Ведь только совместная деятельность поможет добиться оптимальных результатов в воспитании и обучении детей.

### **III. Планируемые результаты. Форма аттестации.**

#### **Ожидаемые результаты реализации программы по годам обучения**

Прогнозируемый результат освоения образовательной программы складывается из ряда компонентов, отражающих уровень развития хореографических способностей и сформированность требуемых компетенций у обучающихся:

Образовательная самостоятельность

Формирование устойчивой потребности:

- осуществлять поиск необходимой информации и средств для собственного продвижения в обучении;
- самостоятельно осуществлять хореографические постановки, композиции.

Образовательная инициатива

Формирование устойчивой потребности:

- выстраивать свою образовательную траекторию и уметь ее притворять в жизнь;
- осознанно вносить поправки, необходимые коррективы в исполнении, как по ходу реализации, так и в конце хореографических постановок.

Образовательная ответственность

Воспитание уважения к нормам коллективной жизни:

- принятие взвешенных решений в нестандартных ситуациях.
- оценка личных и коллективных творческих достижений.

### **Виды аттестации:**

-Входной контроль – обучающихся проводится в начале учебного года с целью установления фактического уровня теоретических знаний по направлению.

-Текущий контроль – оценка качества освоения обучающимися содержания конкретной образовательной программы в течение учебного года.

-Промежуточная аттестация - обучающихся проводится с целью повышения ответственности педагога и обучающихся за результаты образовательно - воспитательного процесса, определения уровня освоения обучающимися ДООП в рамках учебного года.

-Итоговая аттестация обучающихся проводится с целью выявления уровня развития способностей и личностных качеств ребенка и их соответствия прогнозируемым результатам ДООП (Приложение №2).

## **IV. Организационно - педагогические условия реализации программы**

### **Методическое обеспечение**

Основная форма организации образовательного процесса - занятие.

С обучающимися проводится групповая и индивидуальная форма работы.

Обучение танцевальным движениям происходит путем практического показа и словесных объяснений.

Экзерсис – длительный процесс выработки большого числа усложняющихся музыкально-двигательных навыков. Овладение двигательными навыками должно сопровождаться определенным эмоциональным настроением. Формирование танцевального навыка – это многократное повторение танцевального умения, доведенное до автоматизма.

В группе ведется индивидуальная работа с обучающимися. Для этого отведено специальное время для индивидуальной подготовки.

В структуру занятия входят:

- поклон-приветствие;

- разминка (упражнения по развитию тела);
- экзерсис на середине зала;
- танцы;
- самостоятельная творческая деятельность;
- поклон-прощание;

Отдельным занятием проводятся беседы перед практическим освоением какой-либо специальной темы предмета.

### **Используемые формы работы**

Форма обучения, используемые педагогом на занятиях с целью успешного освоения воспитанниками новых компетенций:

- практический метод (деятельность обучающихся направлена на освоение предметных компетенций: упражнения, синхронные действия, подражания, освоение разнообразных движений, репетиции, концертные выступления);
- словесный метод (способствует осмыслению обучающимися собственной деятельности, помогает ему понять содержание хореографического произведения, способствует проявлению творческой активности посредством объяснения, пояснения, указания, поэтического слова, беседы, вопросов, замечаний, поощрения, диалога-обсуждения);
- наглядный метод (использование художественных репродукций, фотографий, видеоматериалов с записями выступлений);
- проблемный метод (создание на занятии проблемной ситуации, требующей поиска новых способов решения, нахождения нестандартных исполнительских приемов);
- творческий метод (сочинение рассказов и сказок, рисунков к услышанной музыке, подбор хореографического рисунка к незнакомой музыке);
- метод игры (развивающие, познавательные игры, направленные на развитие внимания, памяти, воображения; музыкально-двигательные игры, подражательные игры: «Я учитель танцев», «Я художник по костюмам», «Я композитор»);
- метод моделирования и импровизации образа в танце (импровизационная игра, отображения);
- метод анализа и синтеза танцевального и музыкального произведения.

## Условия реализации программы

Средства, необходимые для реализации программы:

### *1. Информационно-методическое обеспечение:*

- методическая литература (специальная педагогическая и нотная литература, пособия по хореографии, дидактические и методические материалы, фонотека (кассеты, диски).

### *2. Мотивационные условия:*

- создание комфортной доверительной обстановки в коллективе;  
- стимулы поощрения обучающихся;  
- «Портфолио» детского хореографического ансамбля, видеофильмы концертных выступлений.

### *3. Материально-техническое обеспечение:*

- просторный, светлый, хорошо проветриваемый учебный класс;  
- сценическая площадка для репетиций;  
- оборудование раздевалок;  
- музыкальное оформление номеров;  
- танцевальная форма и обувь для занятий;  
- сотрудничество со спонсорами, общественными организациями, родителями;  
- повышение квалификационного уровня педагога через различные формы методической и практической деятельности.

## Электронные ресурсы

1. «Педагогический мир» <http://pedmir.ru/124133>
2. Официальный сайт ГБУДО ЦРТДЮ «Заря» [centrzarya@edu15.ru](mailto:centrzarya@edu15.ru)
3. «Международное сообщество педагогов «Я – учитель»
4. Международный педагогический портал «Солнечный свет»

### Список используемой литературы

1. Абаев В.И. Избранные труды: Религия. Фольклор. Литература. Т. 1. / В.И. Абаев - Владикавказ: Ир, 1990.- 638 с.
2. Гагиев С.Г. Осетинские национальные игры. / С.Г. Гагиев - Орджоникидзе: Северо-Осетинское книжное издательство, 1958. - 80 с.
3. Гиреев Д.А., Туганов Э.М. Махарбек Туганов. Литературное наследие / Д.А. Гиреев, Э.М. Туганов - Орджоникидзе: Ир, 1977.- 235 с.
4. Грикурова Л.Н. Осетинские танцы. / Л.Н. Грикурова – Орджоникидзе: Северо - Осетинское книжное издательство, 1961. - 222 с.
5. Дюмизель Ж.Д. Осетинский эпос и мифология. / Ж.Д. Дюмизель - М.: Наука, 1976.- 276 с.
6. Захаров Р.В. Записки балетмейстера / Р.В. Захаров - М.: Искусство, 1976. — 351 с.
7. Калоев Б.А. Материальная культура и прикладное искусство Осетии/ Б.А. Калоев - М.: Наука, 1973. — 150 с.
8. Кузнецов В.А. Очерки истории алан / В.А. Кузнецов - Владикавказ: ИП, 1992. — 392 с.
9. Пономарев Я.А. Психология творчества и педагогика/ Я.А. Пономарев. - М.: Педагогика, 1976. - 280 с.
10. Теория и практика педагогического эксперимента/ Под ред. А.И. Пискунова, Г.В. Воробьева. – М.: Педагогика, 1979. – 208с.
11. Стенюшина А.А., Ткаченко Т.С. Танцевальный коллектив в клубе / А.А. Стенюшина, Т.С. Ткаченко.- М.: Сов. Россия, 1962. - 111 с.

### Литература для детей и родителей

1. Туганов М.С. Осетинские народные танцы / М.С. Туганов. - Сталинири : Госиздат Юго-Осетии, 1957. - 47 с.
2. Уарзиати В.С. Праздничный мир осетин/ В.С. Уарзиати.- Владикавказ: СОИГИ, 1995.- 248 с.
3. Осетинские народные сказки. / Запись текстов, перевод, предисловие и примечания Г.А. Дзагурова. – М.: Главная редакция восточной литературы издательства «Наука», 1973. - 598 с.

## **Дыхательные упражнения.**

### 1. Упражнение «насос».

Сядьте прямо, ладонями упритесь в колени, полностью не выпрямляйтесь и назад ни в коем случае не откидываетесь.

Слегка наклонитесь вперед (голова откинута вниз, руки в локтях согнуты) – шумный короткий вдох носом (как хлопок в ладоши). Слегка разогнитесь, но не выпрямляйтесь до конца (ладони по-прежнему на коленях, руки в локтях чуть выпрямляются) – выдох уходит через нос или через рот незаметно. Снова сразу же легкий наклон вперед с опущенной вниз головой – резкий шумный вдох. Опять слегка разогнитесь – выдох ушел через нос или через рот абсолютно пассивно. Сделали два вдоха-движения – отдохните несколько секунд (3-5-7, но не больше), и снова по два вдоха-движения или по четыре вдоха-движения (поклона) подряд. И снова отдых, затем вновь вдох-движение.

Отдыхайте после каждых 2 или 4 вдохов-движений до 10 секунд. «Шмыгайте» так в течение 5-10 минут.

Рекомендуется перед тем как делать упражнение, надеть широкий ремень. Строго по талии, можно заменить его длинным шарфом или полотенцем.

И когда вы шумно «шмыгаете» носом (сидя с опущенной головой), поясницей как бы упираетесь в пояс, ощущайте его, посылая вдох в спину на предельную глубину легких.

### 2. Упражнение «обними плечи», «повороты головы».

Оба упражнения выполнять сидя. Все упражнения надо делать по 2 или 4 вдоха-движения подряд, без остановки, затем отдых до 10 секунд и снова по 2 или 4 вдоха-движения.

### 3. Упражнение.

Наклонитесь вниз к полу, опустив кисти рук чуть ниже колен, и «повисите» так несколько секунд. Или упритесь руками в колени, в этой же самой позе. И сделайте несколько действительно глубоких спокойных вдохов носом или ртом, посылая воздух в спину, то есть в поясницу.

### 4. Упражнение «восьмёрки».

Сделайте мгновенный вдох на поклоне вперед (лучше носом, а не ртом). Не выпрямляясь, крепко задержите воздух в «спине», и на одном крепко задержанном вдохе считайте вслух до 8, столько раз, сколько «восьмёрок» получится. Если вам воздуха уже не хватает, нужно снова вдохнуть и прекратить счет. Отдохните несколько секунд и снова на одном входе постарайтесь просчитать вслух как можно больше «восьмёрок». Очень хорошо, если на одном задержанном вдохе у вас получится просчитать от 10 до 15 «восьмёрок».



**Форма фиксации результатов**

Протокол результатов аттестации обучающихся творческого объединения

20\_\_\_/20\_\_\_ учебный год

Название творческого объединения \_\_\_\_\_

ФИО педагога \_\_\_\_\_

Общеобразовательная программа и срок ее реализации \_\_\_\_\_

№ группы \_\_\_\_\_

Год обучения \_\_\_\_\_

Кол-во обучающихся в группе \_\_\_\_\_

Дата проведения аттестации \_\_\_\_\_

Форма проведения \_\_\_\_\_

Форма оценки результатов уровень (высокий, средний, низкий)

**Результаты итоговой аттестации**

№	Фамилия имя ребенка	Форма аттестации (текущая, промежуточная, итоговая)	Результат аттестации

Всего аттестовано \_\_\_\_\_ обучающихся.

Из них по результатам аттестации:

высокий уровень \_\_\_\_\_ чел.

средний уровень \_\_\_\_\_ чел.

низкий уровень \_\_\_\_\_ чел.

Результаты аттестации \_\_\_\_\_

Дата: «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Подпись руководителя \_\_\_\_\_

**Приложение №3**

«Утверждаю»

Заведующий отделом

И.О. Фамилия \_\_\_\_\_

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_

**Календарный учебный график на 2020 – 2021 учебный год.**

**Дополнительная общеобразовательная**

**общеразвивающая программа**

**ансамбля народного танца «Кафæг»**

Возраст обучающихся 13 - 16 лет.

Срок реализации программы - 3 года.

<b>Наименование (номер) группы</b>	<b>Срок реализации</b>	<b>Кол-во академ. часов в год</b>	<b>Кол-во ч/нед</b>	<b>Кол-во занятий в неделю, продолж-сть занятия (мин)</b>	<b>Форма контроля</b>
1 год обучения (Группа – А, Группа - В)	9 07.09.2020- 31.05.2021	72	4	2 раза в неделю по 60 мин	Входной, текущий, промежуточный
2 год обучения	9 04.09.2020- 31.05.2021	72	4	2 раза в неделю по 60 мин	Входной, текущий, промежуточный
3 год обучения	9 04.09.2020- 31.05.2021	144	6	3 раза в неделю по 90 мин	Входной, текущий, итоговый.

