

Министерство образования и науки Тамбовской области

Тамбовское областное государственное бюджетное образовательное  
учреждение дополнительного образования  
«Центр развития творчества детей и юношества»

Рассмотрена и рекомендована  
к утверждению Экспертно-методическим советом  
ТОГБОУ ДО «Центр развития творчества  
детей и юношества»  
протокол от 28.08.2024 г. № 4

«Утверждаю»  
директор ТОГБОУ ДО  
«Центр развития творчества  
детей и юношества»  
\_\_\_\_\_ И.А. Долгий  
приказ от 29.08.2024 г. № 392

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
художественной направленности  
«Мир танца»**

Возраст учащихся: 8-15 лет  
Срок реализации: 7 лет

**Автор - составитель:**  
Ноздрюхина Лариса Фёдоровна,  
педагог дополнительного образования

Тамбов, 2024

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ТАМБОВСКОЕ ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
"ЦЕНТР РАЗВИТИЯ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И ЮНОШЕСТВА", Долгий Иван  
Анатольевич, Директор

24.09.24 12:53  
(MSK)

Сертификат 1DD0C5486BF864042688F1D5BA764A65

## ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ

<b>1. Учреждение</b>	Тамбовское областное государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования «Центр развития творчества детей и юношества»
<b>2. Полное название программы</b>	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мир танца»
<b>3. Сведения об авторах:</b>	
<b>3.1. Ф.И.О., должность</b>	Ноздрюхина Лариса Федоровна – педагог дополнительного образования
<b>4. Сведения о программе:</b>	
<b>4.1. Нормативная база:</b>	<p>Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;</p> <p>распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской федерации на период до 2025 года»;</p> <p>приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (ред. от 21.04.2023);</p> <p>распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;</p> <p>приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;</p> <p>письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 №09-3242 «О направлении информации» (методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015г.);</p> <p>постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;</p> <p>постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685 - 21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для</p>

	человека факторов среды обитания» (разд.VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»); Устав ТОГБОУ ДО «Центр развития творчества детей и юношества»
<b>4.2. Область применения</b>	дополнительное образование
<b>4.3. Направленность</b>	художественная
<b>4.4. Уровень освоения</b>	базовый, углубленный
<b>4.5. Вид программы</b>	общеразвивающая
<b>4.6. Возраст учащихся по программе</b>	8-15 лет
<b>4.7. Продолжительность обучения</b>	7 лет

## **Блок № 1. «Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы»**

### **Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мир танца» (далее – программа) художественной направленности, ориентирована на развитие художественно-эстетического вкуса, творческих возможностей и склонностей к хореографическому искусству, эмоционального восприятия, образного мышления и творческого подхода.

#### **Актуальность программы**

Танцевальное искусство существует с древнейших времен. Это волшебный мир, в котором с помощью языка тела и музыки можно выразить любое чувство. Во многих странах танец – важная и неотъемлемая часть культуры, который раскрывает многогранность национальных традиций народа. Занятия хореографией учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, силу и выносливость, гибкость и пластику.

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется приобщению детей к здоровому образу жизни, общечеловеческим ценностям, укреплению психического и физического здоровья, а также запросом со стороны детей и их родителей на программы художественно-эстетического развития детей.

**Отличительными особенностями** программы является применение дифференциации обучения, инновационных технологий, синтез народной хореографии, классического танца, элементов гимнастики, акробатики и актёрского мастерства. Это даёт возможность познакомить учащихся со многими танцевальными стилями и направлениями в хореографии. Такой подход направлен в том числе и на развитие сценической культуры обучающихся.

**Педагогическая целесообразность** заключается в том, что современное общество, предъявляя новые требования к человеку, ставит педагогов перед острой необходимостью пересмотра многих педагогических позиций, усиления внимания к процессу личностного развития человека. Возникает необходимость в применении новых педагогических и инновационных технологий (лично-ориентированные, технологии исследовательской деятельности и др.). Знакомство с хореографическим искусством происходит через увлекательные и познавательные интерактивные формы учебной и творческой деятельности. Конечно, они не подменяют собой традиционные, хорошо зарекомендовавшие себя формы в системе обучения и воспитания.

#### **Адресат программы**

Программа рассчитана на учащихся младшего и среднего школьного возраста (8-15 лет).

Краткая характеристика возрастных особенностей детей

Младший школьный возраст (8-10 лет)

У детей младшего школьного возраста происходят наибольшие сдвиги в развитии координации движений. Все это создает благоприятные предпосылки для воспитания координации движений. При этом важно совершенствовать у учащихся мышечное чувство различения темпа и амплитуды движений, степени напряжения и расслабления мышц, а также чувство времени и пространства. В этом возрасте дети легко могут овладеть технически сложными формами движений.

Средний школьный возраст (11-15 лет, подростковый)

Подростковый возраст – это период продолжающегося двигательного совершенствования моторных способностей, больших возможностей в развитии двигательных качеств. У детей этого возраста достаточно высокими темпами улучшаются отдельные координационные, силовые, скоростные способности, выносливость. Разнообразные танцевальные упражнения, партеринг, экзерсис помогают усилить эти способности.

### **Состав группы**

В состав групп входят дети приблизительно одного возраста. Наполняемость групп от 12–15 учащихся. Основной формой организации учебного процесса является групповое занятие.

### **Условия набора в группы**

Программа предусматривает как общее базовое хореографическое образование, так и индивидуальное обучение высокомотивированных и одаренных детей.

По данной программе могут заниматься склонные к танцевальной деятельности физически здоровые дети, имеющие заключение врача о допуске к занятиям хореографией.

Комплектование групп осуществляется путём перехода учащихся с ознакомительной программы «Первые шаги». Могут поступать вновь прибывающие с наличием у учащихся начальной хореографической подготовки.

На базовый и углубленный (продвинутый) уровень комплектование групп осуществляется путем перехода учащихся с ознакомительного уровня программы на базовый/с базового уровня на углубленный (продвинутый). Могут поступать вновь прибывающие с наличием у учащихся начальной хореографической подготовки. На начальном этапе обучения у учащихся проверяются специальные танцевальные данные: музыкальный слух, чувство ритма, выворотность, танцевальный шаг, гибкость.

### **Объем и срок освоения программы**

Срок реализации программа составляет 7 лет:

1-5 года имеют базовый уровень освоения:

1 год- 216 час.;

2 год – 216 час.;

3 год – 216 час.;

4 год – 216 час.;

5 год – 216 час.

6-7 года обучения углубленного уровня освоения.

6 год – 216 час.;

7 год – 216 час.

Объем программы за 7 лет реализации составляет 1512 часов.

**Форма обучения по программе** – очная.

**Режим занятий**

Занятия в группах проводятся три раза в неделю, по два учебных часа с перерывом между занятиями 10 минут. Длительность занятия – 45 минут.

Основной формой организации учебного процесса является групповое занятие.

**Формы занятий:**

занятие – консультация;

занятие-презентация;

занятие-практикум;

занятие – викторина;

интерактивное занятие;

занятие-зачет; занятие–

экскурсия; занятие-

соревнование;

творческий отчет;

занятие-практикум;

мастер-класс;

занятие-репетиция;

творческая мастерская.

**Цель программы:** художественно-эстетическое воспитание учащихся, развитие творческого потенциала ребёнка, приобщение учащихся к искусству хореографии.

## **Содержание программы**

### **I блок-модуль**

#### **(базовый 1-5 года обучения)**

##### **1 год обучения**

###### **Задачи:**

*образовательные:*

познакомить с новыми терминами и элементами классической и народной хореографии;

разучить комплекс упражнений классической и народной хореографии у станка и на середине зала;

научить выполнять прыжки из I, II, V позиции ног, перегибы корпуса у станка и на середине зала;

освоить технику вращений на середине зала, научить держать точку во время исполнения вращений;

*развивающие:*

развивать физические способности: выносливость, силу, волюк достижению цели, координацию;

развивать хореографические способности: танцевальный шаг, выворотность ног, гибкость, пластичность.

развивать творческие способности, мышление, воображение, фантазию;  
*воспитательные:*

воспитывать самостоятельность, чувство коллективизма, трудолюбие, ответственность.

### Учебный план 1 года обучения

№ п/п	Название разделы, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	В том числе:		
			Теория	Практика	
	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	
<b>I</b>	<b>Раздел «Азбука классического танца»</b>	<b>72</b>	<b>14</b>	<b>58</b>	Тесты, викторины, открытое занятие
1.1	Основные движения по классическому танцу у станка	30	6	24	
1.2	Упражнения по классическому танцу на середине	30	6	24	
1.3	Прыжки «Аллегро (allegro)»	12	4	8	
<b>II.</b>	<b>Раздел «Народно – сценический танец»</b>	<b>72</b>	<b>14</b>	<b>58</b>	Тесты, викторины, открытое занятие
2.1	Упражнения у станка по народному танцу	30	6	24	
2.2	Упражнения на середине зала по народному танцу	30	6	24	
2.3	Вращения на середине зала	12	2	10	
<b>III.</b>	<b>Постановочно – репетиционная работа</b>	<b>68</b>	<b>12</b>	<b>56</b>	Открытое занятие
3.1	Детский танец	68	8	60	
	<b>Итоговое занятие</b>	<b>2</b>		<b>2</b>	Концерт
<b>Итого:</b>		<b>216</b>	<b>41</b>	<b>175</b>	

### Содержание учебного плана

Вводное занятие

Теория: Знакомство с планом работы группы на год. Основное содержание программы. Внешний вид и форма одежды для занятий. Инструктаж по технике безопасности.

Практика: Повторение и закрепление пройденного материала. Выявление уровня материала, изученного на 1-3 годах обучения.

## I Раздел «Азбука классического танца»

### 1.1. Тема «Основные движения по классическому танцу у станка»

Теория: Главная цель этого блока – продолжить осваивать элементы классического танца, развивать творческие способности. Основное внимание уделяется постановке корпуса, рук, ног, головы, развитию силы мышц, эластичности, формируются способности движениями выражать свои чувства и переживания. Знакомство с новой терминологией классического танца.

Практика: Разучивание упражнений у станка: постановка корпуса, I, II, III позиции ног, рук, Demi-plié по I, II, III позициям, Battement tendu в сторону, затем вперед и назад из I позиции, Passé par terre (проведение ноги вперед и назад через I позицию), понятие направлений en dehors et en dedans, Demi rond de jambe par terre en dehors et en dedans, Relevé на полупальцы по I, II, III позициям с вытянутых ног и с demi plié, Pas de bourrée suivi без продвижения, лицом к станку, Préparation для руки (поднимание руки из подготовительного положения в I позицию и открывание во II позицию, опускание в подготовительное положение) стоя боком к станку, держась одной рукой за станок.

### 1.2. Тема «Упражнения по классическому танцу на середине зала»

Теория: Понятие «опорная» и «работающая» нога.

Практика: Разучивание комплекса упражнений по классическому танцу на середине: изучение точек класса, диагоналей класса. Положение корпуса en face, профиль. Изучение поворотов и наклонов головы. Позиции рук; подготовительное положение, I, III. Поклон (révérence). I port de bras. Марш – один шаг на такт, два шага на такт. Повороты на месте по точкам класса. Бег с носка по кругу, по диагоналям. Двойной подскок (подготовка к польке). Трамплинные прыжки по I, II позициям и по I прямой позиции.

### 1.3. Тема «Прыжки «Аллегро (allegro)»

Теория: Правила исполнения прыжков, понятие «опорная нога», прыжки с одной ноги на другую и с двух ног на одну.

Практика: Разучивание прыжков «Аллегро» на середине зала.

1. Qute: по I, II, V позиции руки в подготовительном положении.

2. Chajement de pieds: по V поз. с переменной ног, руки двигаются из подготовит позиции в I, III, II, исходное положение.

Pas echarpe: из V позиции во II позицию, с переменной ног, руки из подготовительного положения, через I позицию во II позицию.

Pas assemble: из V поз, руки в подготовительном положении в сочетании с «Saute».

## II Раздел «Народно – сценический танец»

### 2.1. Тема «Упражнения у станка по народному танцу»

Теория: Понятие «народный танец», правила исполнения движений у станка.

Практика: Разучивание комплекса движений народного танца у станка.



Упражнения: «Маленькие и большие приседания», «Носок-каблук», «Ковырялочка», «Коробейники».

2.2. Тема «Упражнения на середине зала по народному танцу»

Теория: Понятие «национальность» в народном танце, разнообразие и колорит народного костюма, особенности национального костюма.

Практика: Разучивание комплекса упражнений:

1. Упражнения для пластичности корпуса (port de bras, перегибы корпуса, наклоны и повороты). Упражнения выполняются в определённом стиле и характере.

2. Упражнения для головы, рук, корпуса в манере народных и сценических танцев.

3. Народный шаркающий ход.

4. Переменный шаг на всей стопе.

5. Боковой ход (припадание).

6. Повороты на месте.

7. Сценическая форма pas de basque.

8. Дробный ход (мелкие шаги с пристукиванием каблук или всей стопой).

9. «Притоп».

10. Комбинации из простейших дробных движений.

11. Боковое движение с отскоком и выносом ноги на каблук.

12. Навыки танца с платочком.

13. Простой ход на 1/4 такта.

2.3. Тема «Вращения на середине зала»

Теория: Понятие «вращение» на месте, правила исполнения вращений на месте. Виды вращений: на двух ногах, на «опорной» ноге, на каблуках, на полупальцах, в «припадании», с переступанием. Техника выполнения.

Практика: Освоение вращений.

1. Начинаем держать точку на месте.

Исходное положение: из 6 поз. ног, высокие полупальцы, руки жесткие, открыты в сторону. Перебирая ногами, поворачиваемся на месте, голова направлена в одну точку. Набираем скорость в движении. Повторить вправо и влево.

2. «Тройное переступание» в повороте. На счет три нога на «ку-де-пье» по 6 позиции. Стопа натянута. Руки открыты в стороны. Голова направлена в одну точку.

3. Поворот на месте в «припадании». Выполняется из 5 позиции ног. Делаем с двух ног.

4. Прыжок «соте» в повороте на месте, ноги в 6 позиции, стопы натянута, руки вытянуты в стороны. Выполняется с двух ног.

5. Прыжок с поджатыми ногами в повороте, выполняется из 6 позиции. Во время прыжка пятки прижимаются к корпусу, руки открыты в стороны. Голова повернута в одну точку.

*III Раздел «Постановочно – репетиционная работа»*

3.1. Тема «Детский танец»

Теория: Понятие «сюжетная линия» в танце, композиция и постановка.  
Практика: Разучивание сюжетно-тематических постановок.

### Планируемые результаты первого года обучения

<i>Предметные результаты</i>	будут знать новые термины, выполнять новые и ранее изученные элементы классической и народной хореографии, комплекс упражнений классической и народной хореографии у станка и на середине зала; научатся выполнять прыжки из I, II, V позиции ног, делать перегибы корпуса у станка и на середине зала; освоят технику вращений на середине зала, научатся держать точку во время исполнения вращений
<i>Метапредметные результаты</i>	будут развиты физические способности: выносливость, сила, воля к достижению цели, координация; разовьются хореографические способности: танцевальный шаг, выворотность ног, гибкость тела, пластичность; научатся творчески мыслить, фантазировать, воображать, придумывать
<i>Личностные</i>	приобретут самостоятельность, научатся работать в коллективе, стану более трудолюбивыми, ответственными

### Содержание программы 2 год обучения

#### **Задачи:**

##### *образовательные:*

познакомить с новой терминологией классической и народной хореографии, закрепить термины, изученные ранее;

совершенствовать умения правильно принимать позиции ног, рук, положение корпуса при выполнении упражнений лицом к станку, держась двумя руками;

научить последовательности исполнения экзерсиса классической хореографии у станка и на середине зала;

познакомить с искусством профессионального балета, освоить некоторые его элементы;

освоить упражнения классического и народно-сценического танца, держась за станок одной рукой;

выучить танцевальные этюды, композиции для постановочных хореографических номеров;

участвовать в концертных и конкурсных мероприятиях;

##### *развивающие (личностные):*

развить танцевальные и физические способности: силу ног, натянутость стопы, выворотность стоп и тазобедренного сустава, устойчивость позиций, мягкость и четкость исполнения хореографии;

продолжить развивать память, воображение, фантазию и творческие способности;

*воспитательные (метапредметные):*

воспитать ответственность, терпение, трудолюбие, умение помогать друг другу, уважение к танцевальному искусству.

### Учебный план 2 года обучения

№ п/п	Название разделы, темы	Количество часов			Формы аттестации /контроля
		Всего	В том числе:		
			Теория	Практика	
	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	
<b>I</b>	<b>Раздел «Классический танец»</b>	<b>72</b>	<b>16</b>	<b>56</b>	Тестирование, устный опрос, открытый урок
1.1	Упражнения по классическому танцу у станка, методика исполнения движений	32	8	24	
1.2	Упражнения по классическому танцу на середине	30	8	22	
1.3	Прыжки «Аллегро», понятие «Пируэт»	10	2	8	
<b>II</b>	<b>Раздел «Народно – сценический танец с элементами стилизации»</b>	<b>72</b>	<b>16</b>	<b>56</b>	Тестирование, устный опрос, открытый урок
2.1	Упражнения по народному танцу у станка	30	6	24	
2.2	Этюды с элементами стилизованного танца	34	6	28	
2.3	Дроби и «дробные выстукивания» в народном танце	8	4	4	
<b>III</b>	<b>Раздел «Постановочно-репетиционная работа»</b>	<b>66</b>	<b>12</b>	<b>54</b>	Практический тренинг, открытый урок
3.1	Современный танец, пластика, элементы акробатики. Работа с сольными исполнителями	66	12	54	
	<b>Итоговое занятие</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	Отчетный концерт
<b>Итого:</b>		<b>216</b>	<b>46</b>	<b>170</b>	

### Содержание учебного плана

Вводное занятие

Теория: Знакомство с планом работы группы на год. Основное содержание программы. Внешний вид и форма одежды для занятий. Инструктаж по технике безопасности.

Практика: Повторение пройденного материала. Познакомить с новыми движениями у станка и на середине в классическом и народном танце.

## I Раздел «Классический танец»

### 1.1. Тема «Упражнения по классическому танцу у станка, методика исполнения движений»

Теория: Методика и порядок исполнения движений у станка, понятие исполнения движений одной рукой за станок.

Практика: Demi-plié по V позиции.

Grand-plié по V позиции (изучается во 2-м полугодии).

Battement tendu с demi-plié во II позиции без перехода с опорной ноги.

Battement tendu jeté: с demi-plié в V позицию во всех направлениях, piqué в сторону, вперед, назад.

Rond de jambe par terre en dehors et en dedans на demi-plié.

Battement fondu на 45° во все направления.

Battement retiré на 90° (поднимание работающей ноги до колена опорной ноги спереди и сзади и возвращение в исходную позицию).

Battement frappé на 30° во все направления.

Petit battement sur le cou-de-pied без акцентов вперед и назад.

Battement relevé lent на 90° во все направления с I позиции (во 2-м полугодии с V позиции).

Pas de bourrée simple en dehors с переменной ног (изучается лицом к станку).

Полуповороты в V позиции к станку и от станка с переменной ног на полупальцах, начиная с вытянутых ног и с demi-plié.

II Port de bras.

### 1.2. Тема «Упражнения по классическому танцу на середине зала»

Теория: Правила исполнения движений на середине зала, понятие «поворот и направление головы» при переходе на другую ногу.

Практика: Изучение движений на середине зала.

Demi-plié по V позиции en face и épaulement (к концу года).

Grand – plié по I и II позициям en face.

Battement tendu: с demi-plié во II позицию без перехода с опорной ноги (изучается во 2-м полугодии), crasséparterre.

Battement tendu jeté: с demi-plié в V позицию во всех направлениях, piqué во все направления.

Préparation для rond de jambe par terre en dehors et en dedans.

Battement fondu носком в пол во все направления.

Battement frappé носком в пол во все направления.

Temps lié par terre вперед.

### 1.3. Тема «Прыжки Аллегро»

Теория: Правила исполнения прыжков на середине зала. Понятие положения ноги «ку-дэ-пье».

Практика: Qute: по I, II, V поз. руки в подготовительном положении.

Changement de pieds: по V позиции ног с переменной ног, руки двигаются из подготовит позиции в I, III, II, исходное положение.

Pas echappe: из V позиции во II позицию, с переменной ног, руки из подготовительного положения, через I позицию во II позицию.

Pas assemble: из V позиции руки в подготовительном положении в сочетании с «Saute».

Sissonne simple: из V поз, вперед, в сторону, назад, в сочетании с «Pas assemble».

Pas chasse: из V поз. вперед, назад.

Pas glissade: из V поз. в сторону, вперед.

Part de brass: I форма, II форма, III форма  
нога.

## *II Раздел «Народно-сценический танец с элементами стилизации»*

### 2.1. Тема «Упражнения по народному танцу у станка»

Теория: Правила исполнения движений у станка. Понятие работающая

Практика: Круг ногой по полу (в молдавском характере) исполняется

из 5 позиции. Веребочка (в белорусском характере) исполняется из 5 позиции ног. Поднятие ноги на 90 градусов (в русско-народном характере) исполняется из 5 и 6 позиций ног.

### 2.1. Тема «Этюды с элементами стилизованного танца»

Теория: Правила исполнения движений в стилизованном танце.

Понятие стилизация.

Практика: Постановка корпуса, рук, ног, их положения в современном танце. Основные принципы их движения.

1. Постановка корпуса, основные понятия: «вертикаль»; «лифт»; «contraction»; «спираль»; «flat back»; «баланс»; «параллель».

2. Позиция рук: нейтральное или подготовительное положение; press-position; I позиция; II позиция; III позиция; jerk position.

2.1. Положение рук: V положение; А – Б – В – положения;

3. Позиция ног.

### 2.2. Тема «Дроби и дробные выстукивания в народном танце»

Теория: Правила исполнения дробных выстукиваний. Понятие «одинарная» и «двойная» дробь.

Практика: «Дробный ход», «Переменный дробный ход» (выполняется дробными шагами и притопами), «Дробные выстукивания» (чередование ударов полупальцами и каблуками).

Дробные выстукивания исполняются в характере русских, белорусских, испанских, мексиканских танцев.

## *III Раздел «Постановочно-репетиционная работа»*

### 3.1. Тема «Современный танец, пластика, элементы акробатики»

Теория: Правила исполнения современных движений.

Практика: разучивание танцевальных этюдов. Постановка и отработка танцевальных композиций (номеров) в программу ансамбля в соответствии с репертуарным планом. Работа с сольными исполнителями на сцене. Концертные выступления, участие в конкурсах и фестивалях

Итоговое занятие:

Практика: Отчетный концерт.

## Планируемые результаты второго года обучения

<i>Предметные результаты</i>	<p>освоят новую терминологию классической и народной хореографии, будут хорошо владеть терминологией, изученной ранее;</p> <p>совершенствовать умения правильно принимать позиции ног, рук, положение корпуса при выполнении упражнений лицом к станку, держась двумя руками;</p> <p>будут знать и исполнять последовательно экзерсис классической хореографии у станка и на середине зала;</p> <p>освоят и будут исполнять некоторые элементы профессионального балета;</p> <p>научатся выполнять упражнения классического и народно-сценического танца, держась за станок одной рукой;</p> <p>будут исполнять танцевальные этюды, композиции в постановочных хореографических номерах, участвовать в концертных и конкурсных мероприятиях.</p>
<i>Метапредметные результаты</i>	<p>разовьются танцевальные и физические способности: выносливость, сила ног, натянутасть стопы, выворотность стоп и тазобедренного сустава, устойчивость позиций, мягкость и четкость исполнения хореографии;</p> <p>будут развиты память (в т.ч. мышечная), воображение, фантазия, творческие способности;</p>
<i>Личностные результаты</i>	<p>станут более ответственно относиться к себе, занятиям, проявлять терпение по отношению к членам коллектива, приобретут умение помогать друг другу, научатся трудиться, уважать свой и чужой труд</p>

## Содержание программы

### 3 год обучения

#### **Задачи:**

##### *образовательные:*

закрепить и разучить новую терминологию, движения и усложненные комбинации классического танца с увеличением темпа исполнения;

изучить характерные особенности русского, украинского, белорусского танцев, их основные комбинации у станка и на середине хореографического зала;

научить передавать характер танца посредством танцевальных движений;

##### *развивающие:*

развивать самостоятельность, чувство партнерства, лидерские качества, выносливость, дальнейшее развитие физических и танцевальных данных, эмоциональность и технику исполнения;

##### *воспитательные:*

воспитывать силу воли, целеустремленность, чувства долга, любовь к Родине, родной земле.

**Учебный план  
3 года обучения**

№ п/п	Название разделы, темы	Количество часов			Формы аттестации/к онтроля
		Всего	В том числе:		
			Теория	Практика	
	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	
<b>I</b>	<b>Раздел «Классический танец»</b>	<b>72</b>	<b>16</b>	<b>56</b>	Тестирование, устный опрос, открытый урок
1.1	Упражнения по классическому танцу у станка, методика исполнения движений	32	8	24	
1.2	Упражнения по классическому танцу на середине	30	8	22	
1.3	Прыжки «Аллегро», понятие «из-за такта»	10	2	8	
<b>II</b>	<b>Раздел «Народно – сценический танец»</b>	<b>72</b>	<b>16</b>	<b>56</b>	Тестирование, устный опрос, открытое занятие
2.1	Упражнения по народному танцу у станка	30	6	24	
2.2	Упражнения по народному танцу на середине зала в украинской манере	34	6	28	
2.3	Вращения и крутки	8	4	4	
<b>III</b>	<b>Раздел «Постановочно-репетиционная работа»</b>	<b>66</b>	<b>12</b>	<b>54</b>	Практический тренинг, открытое занятие
3.1	Разучивание танцевальных этюдов, создание образа на заданную музыкальную композицию. Актерское мастерство	66	12	54	
	<b>Итоговое занятие</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	Отчетный концерт
<b>Итого:</b>		<b>216</b>	<b>46</b>	<b>170</b>	

**Содержание учебного плана**

Вводное занятие

Теория: знакомство с планом работы группы на год. Основное содержание программы. Внешний вид и форма одежды для занятий. Инструктаж по технике безопасности. Входной контроль.

Практика: повторение пройденного материала. Знакомство с новыми движениями у станка и на середине в классическом и народном танце, техника исполнения вращений и круток.

*I Раздел «Классический танец»*

1.1. Тема «Упражнения по классическому танцу у станка, методика исполнения движений»

Теория: методика и порядок исполнения движений у станка, понятие устойчивость (апломб).

Практика: маленькие и большие позы *croisée* и *effacée* вперед и назад.

*Battement tendu*: с *demi-plié* по II позиции с переходом с опорной ноги, с I и V позиций, в маленьких позах.

*Battement tendu jeté*: *balancoir*

*Demi-rond de jambe* на 45° *en dehors* et *en dedans* на всей стопе.

*Battement fondu* на всей стопе на 45°.

*Battement frappé* во все направления на 30°.

*Battement relevé lent* на 90° вперед и назад.

*Grand battement jeté* с V позиции во все направления.

III *port de bras* исполняется с ногой, вытянутой на носок, и с *demi-plié* на опорной ноге.

1.2. Тема «Движения по классическому танцу на середине зала»

Теория: правила исполнения движений на середине зала, понятие поворот и полуповорот.

Практика: *Grand-plié* по V позиции *en face*, во 2-м полугодии – *épaulement*.

*Battement tendu* с *demi-plié* по II позиции с переходом с опорной ноги.

*Battement tendu jeté balancoir en face* (изучается во 2-м полугодии).

*Rond de jambe par terre en dehors* et *en dedans* на *demi-plié*.

*Battement relevé lent* на 90° *en face* с V позиции во все направления.

*Grand battement jeté* из V позиции *en face* во все направления.

*Pas de bourrée simple* с переменной ног *en dehors* (изучается во 2-м полугодии).

1.3. Тема «Прыжки Аллегро»

Теория: правила исполнения прыжков, понятие «из-за такта».

Практика: повторение и закрепление пройденного материала.

*Temps levé sauté* по IV позиции.

*Petit changement de pied en face* и с окончанием в *épaulement*.

*Petit pas chassé* вперед в маленьких позах.

*Pas assemblé* вперед и назад *en face*.

*Pasechape* по II и IV позициям с окончанием *verau*

*II Раздел «Народно-сценический танец»*

2.1. Тема «Упражнения по народному танцу у станка»

Теория: правила исполнения движений по народному танцу у станка, понятие «техническое исполнение».

Практика: *Flic-flac*:

а) со скачком;

б) с *tombee*.

2. Выстукивающие движения:

а) дробь;



б) обратная дробь.

3. Pas tortilla:

а) с двойным поворотом стопы, то же с подъёмом на полупальцы и с прыжком на опорной ноге;

б) с двойным ударом стопы.

4. Подготовка к «верёвочке» со скачком.

5. «Верёвочка» - обратная.

6. Упражнения для бедра с прыжком.

7. Battement fondu на 90 градусов.

8. Battement fondu tirbouchone.

9. Grand battement jete с увеличенным размахом работающей ноги.

10. Присядка с выбросом ног в стороны, на каблук и на воздух.

11. Присядка с продвижением в сторону.

2.2. Тема «Упражнения по народному танцу на середине зала в украинской, белорусской манерах»

Теория: правила исполнения движений в украинском, белорусском танцах, понятие «па-дэ-баск».

Практика: повторение и закрепление пройденного материала. Выполнение комплекса упражнений: бегунец» - стремительный ход вперед; «тынок» - перескок из стороны в сторону; медленный женский ход; боковой ход «Дорожка»; «Веревочка»; Притопы; «Выхияясник» - подскоки на опорной ноге и с каждым подскоком выносятся работающая нога то на носок, то на каблук.

«Выхияясник» с «угинанием» - маленькие подскоки на опорной ноге, то сгибая спереди работающую ногу, то резко выбрасывая ее вперед; «упадание»; «голубец»: низкий (женский), высокий (мужской), в сочетании с притопом; большой «тынок».

2.3. Тема «Вращения и крутки»

Теория: правила исполнения вращений и круток, понятие координации движений.

Практика: повторение и закрепление пройденного материала.

Вращения; «бегунок»; шаги на полупальцах в повороте с движениями рук; бег в повороте с перескоком; крутка по кругу; поджатые; обертас; «крокодильчик»; «бочонок»; туры.

### *III Раздел «Постановочно-репетиционная работа»*

Теория: прослушивание музыкального материала, просмотр видео материалов известных ансамблей танца. Понятие образа в танцевальной постановке. Понятие «Актерское мастерство».

Практика: разучивание танцевальных этюдов, создание образа на заданную музыкальную композицию. Задание на импровизацию «Танцуй свое имя». Тренинги по актерскому мастерству.

## Планируемые результаты третьего года обучения

<i>Образовательные</i>	будут закреплены и разучены новая терминология, движения и усложненные комбинации классического танца с увеличением темпа исполнения; изучены характерные особенности русского, украинского, белорусского танцев, их основные комбинации у станка и на середине хореографического зала; научатся передавать характер танца посредством танцевальных движений
<i>Предметные результаты</i>	станут более самостоятельными, приобретут чувство партнерства, разовьются лидерские качества, выносливость, физические и танцевальные данные, эмоциональность и техника исполнения
<i>Метапредметные результаты</i>	воспитают силу воли, целеустремленность, чувство долга, любовь к Родине, родной земле
<i>Личностные результаты</i>	

## Содержание программы 4 год обучения

### **Задачи:**

#### *образовательные:*

изучить новые элементы у станка и на середине зала;  
познакомить с новыми исходными положениями рук и ног при выполнении упражнения пор-де-бра на середине хореографического зала;  
изучить комплекс прыжков «пор-де-бра», продолжить отрабатывать технику прыжка, вращения, верчения, фуэте, крутки;  
познакомить с принципами построения классических этюдов, научить сочинять комбинацию на середине зала с использованием ранее изученных хореографических движений;  
приучить самостоятельно отрабатывать технический материал по народно-сценическому танцу;

#### *развивающие:*

развивать физические и танцевальные способности; познавательные, психические процессы;  
развивать виртуозность в исполнении хореографических упражнений, эмоциональность, коллективное творчество, целеустремленность;

#### *воспитательные:*

воспитывать нравственные качества (смелость, ответственность, решительность, коллективизм, доброта), учить оказывать посильную помощь учащимся, воспитывать уважение к другим членам коллектива.

## Учебный план 4 года обучения

№ п/п	Название разделы, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	В том числе:		
			Теория	Практика	
	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	
<b>I</b>	<b>Раздел «Классический танец»</b>	<b>72</b>	<b>16</b>	<b>56</b>	Тестирование, открытое занятие
1.1	Упражнения по классическому танцу у станка, методика исполнения движений.	30	8	22	
1.2	Положение корпуса на середине зала в классическом танце	30	8	22	
1.3	Прыжки «Аллегро»	12	2	10	
<b>II</b>	<b>Раздел «Народно-сценический танец»</b>	<b>38</b>	<b>8</b>	<b>30</b>	Презентации проектных и исследовательских работ, открытый урок
2.1	Упражнения по-народному танцу у станка	24	4	20	
2.2	Вращения и крутки	14	4	10	
<b>III</b>	<b>Раздел «Постановочно-репетиционная работа»</b>	<b>100</b>	<b>18</b>	<b>82</b>	Открытое занятие
3.1	Современный танец, элементы движений «Хип-хоп»	66	12	54	
3.2	Этюды с элементами современной хореографии «Хип-хоп»	34	6	28	
	<b>Итоговое занятие</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	Отчетный концерт
<b>Итого:</b>		<b>216</b>	<b>46</b>	<b>170</b>	

### Содержание учебного плана

Вводное занятие

Теория: знакомство с планом работы группы на год. Основное содержание программы. Внешний вид и форма одежды для занятий. Инструктаж по технике безопасности. Входной контроль

Практика: повторить пройденный материал. Познакомить с новыми движениями у хореографического станка и на середине в классическом и народном танце, освоить и закрепить направление «хип-хоп» в современном танце.

*I Раздел «Классический танец»*

1.1. Тема «Упражнения по классическому танцу у станка, методика исполнения движений»

Теория: методика и порядок исполнения движений у станка, понятие развития устойчивости и выносливости.

Практика: отработка упражнений:

Battement tendu: double (с двойным опусканием пятки во II позицию), с demi-plié в V позиции без перехода и с переходом с опорной ноги.

Battement fondu в маленьких позах на всей стопе на 45°.

Battement double frappé носком в пол во все направления.

Pas tombé на месте, другая нога в положении sur le cou-de-pied.

Pas coupé на всю стопу, во 2-м полугодии на полупальцы.

Petit battement sur le cou-de-pied с акцентом вперед и назад.

Battement développé в сторону, вперед и назад.

Grand battement jeté в больших позах.

Relevé на полупальцы по V позиции с вытянутых ног и с demi-plié.

1.2. Тема «Положение корпуса на середине зала в классическом танце»

Теория: правила исполнения основных поз классического танца, положение головы и корпуса.

Практика: отработка движений:

En face – корпус обращен к зрителю лицом, исполняется из любой позиции;

En Ouvert (открытый) – одна сторона корпуса повернута лицом к зрителю, другая сторона корпуса – от зрителя в V позиции, передняя нога может быть вытянута вперед, задняя назад;

En Croise (перекрестно) – одна сторона корпуса развернута от зрителя, ближайшая к аудитории нога скрещена с другой в V позиции. Нога может быть вытянута на расстоянии от другой;

En Ecarte – любая нога вытянута из II позиции, а корпус слегка развернут от зрителя, голова повернута в сторону, взгляд через плечо.

1.3. Тема «Прыжки Аллегро»

Теория: правила исполнения прыжков, понятие «épaulement».

Практика: повторение и закрепление пройденного материала.

Pas échappé на V позицию в позу croisée.

Pas échappé на II позицию с окончанием на одну ногу, другая в положении sur le cou-de-pied.

Changement de pied en tournant на 1/4 поворота.

Pas assemblé с открыванием ноги вперед.

Sissonne simple en face (изучается во II полугодии).

Sissonne fermé в сторону.

Pas de basque вперед и в сторону.

Pas jeté с открыванием ноги в сторону.

*II Раздел «Народно сценический – танец»*

2.1. Тема «Упражнения по народному танцу у станка»

Теория: правила исполнения движений по народному танцу. Понятие «перегибы корпуса».

Практика: отработка ранее изученных движений. Разучивание движений с разворотом корпуса.

1. Demi-plies и grand-plies с наклоном корпуса от станка и к станку через положение en face.
2. Battement tendu с мазком полупальцев по полу.
3. Battement tendu jetes с ударом пятки опорной ноги (сквозные броски).
4. Rond de jambe en l'air со скачками на опорной ноге (2,3 скачка).
5. Battement fondu с подъемом на полупальцы.
6. Flic-Flac со скачком на опорной ноге.
7. Упражнение на выстукивание – прямая дробь.
8. Battement developpe с проскоком.
9. Grand battement jetes с увеличенным размахом.

## 2.2. Тема «Вращения и крутки»

Теория: правила исполнения вращений и поворотов на месте, по диагонали, по кругу, в прыжке.

Практика: повторение и закрепление ранее изученного материала.

1. Начинаем держать точку на месте.
2. «Тройное переступание» в повороте, на счет 3 нога на «ку-де-пье» по 6 позиции. Стопа натянута. Руки открыты в стороны. Голова-в 1 точку.
3. Поворот на месте в «припадании». Исполняется из 5 позиции. Не прыгать. Делаем с двух ног.
4. Прыжок «соте» в повороте на месте, ноги в 6 позиции, стопы натянута, руки вытянуты в стороны. Исполняется с двух ног.
5. Прыжок с поджатыми в повороте, исполняется из 6 позиции. На прыжке пятки прижимаются к корпусу, руки открыты в стороны. Голова в 1 точку.

## III Раздел «Постановочно – репетиционная работа»

### 3.1. Тема «Современный танец, элементы движений хип-хоп»

Теория: правила исполнения движений «хип-хоп» в танцевальных композициях и этюдах.

Практика: прослушивание музыкального материала, разучивание и постановка танцевальных композиций с элементами современного танца «хип-хоп».

Кач – действия снизу-вверх, расслабленные колени, плавно их сгибайте. Ноги на расстояние плеч, счёт «раз», согнитесь, на «и» выпрямитесь. Выполняйте, пока не станете двигаться в такт и чувствовать ритм. Потом, добавляется раскачка корпуса и головы.

Краб – комбинирование с качем. Ноги выпрямленные, а носочки сведены под углом. Движение в правую сторону, эта же нога прокручивается на пятке, тем временем, левая на носке. Делая манёвры в левую сторону, правая нога поворачивается на носке влево, а вторая на пятке. Закончите этот элемент, сгибая колени.

### 3.2. Тема «Этюды с элементами современной хореографии «хип-хоп».

Теория: правила исполнения движений современной хореографии.  
Понятие «мелко прыгать».

Практика: изучение основных элементов танца «хип-хоп».

Waving — «пускание» волны по рукам и корпусу. Gliding — скольжение стопами по полу, создающее эффект скольжения по воздуху, за счёт перекачивания с носка на пятку. Robot — движения как у робота, с фиксацией в конце каждого движения. King Tut — танец, в котором копируются позы с древнеегипетских рисунков, исполняется руками и ногами с четко выраженными прямыми углами.

Strobing — стиль, движения которого, происходят, как бы, в свете стробоскопа. Движения с размеренными непрекращающимися резкими замираниями на долю секунды и продолжением движения. Slow Motion — движения происходят, как бы в замедленном повторе или замедленной съёмке. Puppet — стиль, копирующий движения кукол либо же героев из старых мультфильмов, которые делались с использованием этих самых кукол. Animation — общий термин для стилей с использованием волн, slow motion, strobbing, vibraton и т.п.

### Планируемые результаты четвёртого года обучения

<i>Образовательные</i>	будут знать новые элементы у станка и на середине зала, исходные положения рук и ног при выполнении упражнений «пор-де-бра» на середине зала; будет наработана техника прыжков, вращений, верчений, фуэте, круток; будут знать принципы построения классических этюдов, научатся сочинять комбинации на середине зала с использованием ранее изученных хореографических движений; будут самостоятельно обрабатывать технический материал по народно-сценическому танцу.
<i>Предметные результаты</i>	разовьются физические и танцевальные способности, познавательные, психические процессы; приобретут виртуозность в исполнении хореографических упражнений, эмоциональность, коллективное творчество
<i>Метапредметные результаты</i>	будут воспитаны нравственные качества (смелость, ответственность, решительность, коллективизм, доброта, уважение), смогут оказывать посильную помощь учащимся
<i>Личностные результаты</i>	

### Содержание программы

#### 5 год обучения

#### Задачи:

*образовательные:*

разучить более сложные классические комбинации на полупальцах у хореографического станка и на середине зала, трюки, вращения, прыжки;

познакомить с правилами исполнения упражнений на развитие выворотности, научить выполнять комплекс партерной гимнастики;

научить исполнять прыжки в технике «двойной прыжок»;  
 продолжить отрабатывать технику вращений, верчений, круток на месте, по диагонали, кругу, полукругу;

*развивающие:*

развивать хореографические и физические способности (подвижность тазобедренного сустава, силу ног, эластичность стоп, гибкость, координацию, быстроту движений, выносливость);

развивать творческие способности, фантазию, стремление к самосовершенствованию, актерские способности, умения сочинять хореографические композиции, комбинации у хореографического станка и на середине зала;

*воспитательные:*

воспитывать уверенность в себе, чувство коллективизма, взаимопомощь, патриотизм.

### Учебный план 5 года обучения

№ п/п	Название разделы, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	В том числе:		
			Теория	Практика	
	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	
<b>I</b>	<b>Раздел «Классический танец»</b>	<b>72</b>	<b>16</b>	56	Открытое занятие
1.1	Силовая методика развития выворотности	30	8	22	
1.2	Экзерсис у станка на полупальцах	30	8	22	
1.3	Прыжки «Аллегро»	12	2	10	
<b>II</b>	<b>Раздел «Народно - сценический танец»</b>	<b>38</b>	<b>8</b>	<b>30</b>	Открытое занятие
2.1	Этюды по народному танцу	24	4	20	
2.2	Вращения и крутки по диагонали, кругу, полукругу, на месте	14	4	10	
<b>III</b>	<b>Раздел «Постановочно-репетиционная работа»</b>	<b>100</b>	<b>18</b>	<b>82</b>	Участие в конкурсных и концертных мероприятиях, открытый урок
3.1	Современный танец, элементы движений «хип – хоп»	34	6	28	
3.2	Демонстрация танцевальных номеров на концертах	66	12	54	
	<b>Итоговое занятие</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	
<b>Итого:</b>		<b>216</b>	<b>46</b>	<b>170</b>	

## Содержание учебного плана

Вводное занятие

Теория: знакомство с планом работы группы на год. Основное содержание программы. Внешний вид и форма одежды для занятий. Инструктаж по технике безопасности. Входной контроль

Практика: повторение пройденного материала. Знакомство с новыми движениями у станка и на середине в классическом и народном танце, закрепление материала по направлению «хип-хоп» в современном танце.

### *I Раздел «Классический танец»*

#### 1.1. Тема «Силовая методика развития выворотности»

Теория: правила выполнения упражнений на развитие выворотности, понятие «силовая» методика.

Практика: комплекс упражнений, выработанных обширной практикой классического танца, современного танца, пилатеса. Все упражнения выполняются сидя и лежа. Нагрузка на позвоночник минимальна.

Упражнения: «Ласточка», «Уголок», «Поднимание ноги из положения стоя на одном колене», «Адажио», «Упражнения на растяжку».

#### 1.2. Тема «Экзерсис у станка на полупальцах»

Теория: правила исполнения движений на полупальцах, понятие «высокие полупальцы».

Практика: «Флик-фляк–ан фас», «пор-де-бра» с растяжкой вперед и назад, «Батман сутеню», «Дубль фраппе», «Батман фондю плие», «Рон-де-жамб», «Б.релеве лян», «Б.девлорпе», «Б.девлорпе –пассе», «Припарасьен».

#### 1.3. Тема «Прыжки «Аллегро»

Теория: правила исполнения прыжков, понятие «двойной прыжок».

Практика:

Pas échappé в V позицию.

Changement de pied en tournant на 1/4 поворота.

Grand changement de pied.

Pas assemblé во все направления.

Double pas assemblé.

Pas jeté в сторону.

Sissonne fermé в сторону.

Pas de basque вперед.

### *II Раздел «Народно – сценический танец»*

#### 2.1. Тема «Этюды по народному танцу»

Теория: разновидности этюдов, понятие слова «эюд».

Практика: учебный этюд, танцевальный этюд на: развитие техники, актерского мастерства, постановку композиционного рисунка,

2.2. Тема «Вращения и крутки по диагонали, кругу, полукругу, на месте»

Теория: правила исполнения вращений по диагонали, кругу, полукругу, на месте. Понятие «работающая нога».



Практика: прыжки в деми плие, «Бегунок», «Шене» на полупальцах, «Па де ша», подскоки в повороте.

### *III Раздел «Постановочно – репетиционная работа»*

3.1. Тема «Современный танец, элементы движений «хип – хоп»

Теория: правила и методика исполнения движений «хип – хоп»

Практика: разучивание движений и усложненных комбинаций современных направлений танцев.

3.2. Тема «Демонстрация танцевальных номеров на концертах».

Теория: правила и методика исполнения танцевальных номеров на концертных площадках. Понятие «техническое мастерство».

Практика: репетиционная работа, демонстрация танцевальных номеров на концертах и конкурсах.

## **Планируемые результаты пятого года обучения**

Предметные результаты	будут знать и уметь выполнять более сложные классические комбинации на полупальцах у хореографического станка и на середине зала, трюки, вращения, прыжки; знать правила исполнения упражнений на развитие выворотности, научить выполнять комплекс партерной гимнастики; научаться исполнять прыжки в технике «двойной прыжок»; технику вращений, верчений, круток на месте, по диагонали, кругу, полукругу.
Метапредметные результаты	разовьются хореографические и физические способности (подвижность тазобедренного сустава, силу ног, эластичность стоп, гибкость, координацию, быстроту движений, выносливость); разовьются творческие способности, фантазию, стремление к самосовершенствованию, актерские способности, умения сочинять хореографические композиции, комбинации у хореографического станка и на середине зала.
Личностные результаты	воспитается уверенность в себе, чувство коллективизма, взаимопомощь, патриотизм.

## **Содержание программы**

### **II блок-модуль (углубленный 6-7 года обучения)**

#### **6 год обучения**

##### **Задачи:**

*образовательные:*

расширить кругозор в области современной хореографии, истории музыки, сценического костюма;

познакомить с новым танцевальным направлением танца модерн, его отличительными особенностями стиля, лексики;

изучить теорию и технику исполнения танца модерн;

овладеть техникой исполнения партеринга;

научить использовать приобретенные знания, навыки, умения при

создании своих новых элементов, комбинаций, хореографических композиций;

*развивающие:*

совершенствовать музыкальность и эмоциональную выразительность;

развивать способность импровизации, художественные способности, сценический артистизм;

продолжить развивать творческое мышление, воображение, фантазию, образную память;

*воспитательные:*

формировать здоровый образ жизни, волю к достижению поставленной цели;

формировать чувства этики, вежливости и такта;

воспитывать художественный вкус, художественно-творческое мышление и интерес к искусству;

раскрывать индивидуальность каждого обучающегося.

### Учебный план 6 года обучения

№ п/п	Название разделы, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	В том числе:		
			Теория	Практика	
	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	Беседа
<b>I.</b>	<b>Раздел «Упражнения на середине зала»</b>	<b>30</b>	<b>4</b>	<b>26</b>	Контрольные упражнения
1.1	Разминка	15	1	14	
1.2	Упражнения по диагоналям	5	1	4	
1.3	Вращения	10	2	8	
<b>II.</b>	<b>Раздел «Партерная гимнастика»</b>	<b>42</b>	<b>6</b>	<b>36</b>	Зачет
2.1	Элементы stretch – характера	15	1	14	
2.2	Партеринг	20	3	17	
2.3	Акробатика	7	2	5	
<b>III.</b>	<b>Раздел «Композиция классического танца»</b>	<b>30</b>	<b>5</b>	<b>25</b>	Открытое занятие
3.1	Понятие композиция классического танца	3	3	-	
3.2	Экзерсис у станка	15	1	14	
3.3	Экзерсис на середине зала	12	1	11	
<b>IV.</b>	<b>Раздел «Современный танец»</b>	<b>70</b>	<b>10</b>	<b>60</b>	Участие в танцевальных конкурсах

4.1	Элементы хип – хоп танца	20	2	18	
4.2	Модерн танец	35	6	29	
4.3	Джаз – фанк	15	2	13	
<b>V.</b>	<b>Раздел «Концертная деятельность»</b>	<b>40</b>	<b>3</b>	<b>37</b>	Участие в концертной деятельности
5.1	Этюды в современных стилях танца	10	1	9	
5.2	Импровизация	5	1	4	
5.3	Постановочно – репетиционная работа	25	1	24	
	<b>Итоговое занятие</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	Отчетный концерт
<b>Итого:</b>		<b>216</b>	<b>29</b>	<b>187</b>	

### Содержание учебного плана

#### Вводное занятие

*Теория:* введение в образовательную программу. Постановка целей и задач 9-го года обучения. Инструктаж на тему техники безопасности и поведения в хореографическом классе. Выявление уровня хореографической подготовки.

*Практика:* начальная диагностика; комплекс упражнений на различные группы мышц.

#### *I Раздел «Упражнения на середине зала»*

##### 1.1. Тема «Разминка»

*Теория:* объяснение методики исполнения разминки в современных стилях танца. Знакомство с техникой Грем. Понятие flat back.

*Практика:* упражнение grand battement на 90 градусов (на месте с переступанием вперед, в сторону, назад с руками; с продвижением вперед; назад – шпагат в воздухе); выполнение волнообразных движений корпуса в технике Грем; выполнение flat back из положения стоя.

##### 1.2. Тема «Упражнения по диагоналям»

*Теория:* освоение методики исполнения упражнений (варианты шагов, поворотов и вращений с продвижением, прыжки и комбинации прыжков).

*Практика:* выполнение комплекса ранее изученных упражнений; кроссы по диагонали (различные варианты шагов, поворотов и вращений с продвижением, прыжки и комбинации прыжков).

##### 1.3. Тема «Вращения»

*Теория:* понятие «точка» и «стержень» во время исполнения движений. Знакомство с методикой их исполнения. Понятие пируэт в хореографии.

*Практика:* выполнение tour с поднятием колена endehors и endedans, с подменой ноги (на месте, вперед с продвижением); подготовка к выполнению вращений; выполнение пируэтов на 180 градусов со 2 позиции; выполнение пируэтов на 180 градусов с 4 позиции.

## *II Раздел «Партерная гимнастика»*

### 2.1. Тема «Элементы stretch – характера»

*Теория:* понятие активная изолированная гибкость. Освоение методики исполнения упражнений.

*Практика:* выполнение комплекса упражнений для развития активной изолированной гибкости, активных и пассивных растяжек. Стретчинг парами «бабочка», «стрелочка».

### 2.2. Тема «Партеринг»

*Теория:* понятие партеринг в современной хореографии. Основные виды. Знакомство с методикой исполнения.

*Практика:* выполнение перекатов: назад согнувшись в стойку на лопатках; назад пригнувшись из стойки на руках, на голове и руках, на предплечьях; с коленей на грудь, с различными положениями рук; то же с опорой на одну руку и без опоры. Выполнение простейших партнерных поддержек: двумя руками за талию, двумя руками за две руки партнерши, комбинированные приемы. Выполнение упражнения слайд с выходом на ноги.

### 2.3. Тема «Акробатика»

*Теория:* понятие и значение акробатики в современной хореографии. Знакомство с методикой исполнения упоров, перекатов и стоек.

*Практика:* выполнение упоров (сидя, лежа, согнувшись).

Выполнение упражнения седы (на пятках, углом).

Выполнение комплекса группировок, перекаты в группировке.

Выполнение стойки на лопатках (согнув и выпрямив ноги).

Выполнение кувырков вперед, назад через плечо с выходом в шпагат.

Стойки на руках об стенку.

## *III Раздел «Композиция классического танца»*

### 3.1. Тема «Понятие композиция классического танца»

*Теория:* Понятие композиция, его значение в разделе классического танца.

### 3.2. Тема «Экзерсис у станка»

*Теория:* освоение методики исполнения. Знакомство с понятием *battement developpes*.

*Практика:* составление комбинации *demi plie* и *grand plie* с использованием *releve* и перегибами корпуса. Составление комбинации *battement tendu* и *battement tendu jete*, м.р. – 2/4. Составление комбинации *rond de jambe par terre* с использованием 3 формы *rotdebras*. Выполнение *battement developpes* по всем направлениям.

### 3.3. Тема «Экзерсис на середине зала»

*Теория:* освоение методики исполнения.

*Практика:* составление комбинации *temps lie*. Составление комбинации *battement tendu* и *battement tendu jete* в позах с использованием *picse* и *pounte*.

#### *IV Раздел «Современный танец»*

##### 4.1. Тема «Элементы хип – хоп танца»

*Теория:* знакомство со стилем girl hip-hop, освоение методики исполнения движений.

*Практика:* выполнение базовых элементов хип–хоп танца. Выполнение комплекса упражнений для корпуса в girl hip-hop стиле. Исполнение танцевальных связок на основе изученного материала.

##### 4.2. Тема «Модерн танец»

*Теория:* знакомство с историей возникновения и отличительными особенностями стиля. Освоение основных разделов танца модерн (floowork, centrework, moowing in the space).

*Практика:* комплекс упражнений сидя или лёжа на полу (floowork). Выполнение упражнений на месте (centrework). Выполнение упражнений, включающих движение в пространстве (moowing in the space). Выполнение упражнений на пластику тела. Исполнение танцевальных элементов и композиций.

##### 4.3. Тема «Джаз – фанк»

*Теория:* знакомство с историей возникновения стиля. Освоение отличительных особенностей стиля. Понятие вакинг (waacking) – непрерывные движения, махи руками.

*Практика:* выполнение элементов эстрадной хореографии – танец-шоу; активные, ролевые движения. Выполнение упражнений джазовой хореографии, импровизация, акробатические этюды.

#### *V Раздел «Концертная деятельность»*

##### 5.1. Тема «Этюды в современных стилях танца»

*Теория:* освоение методики исполнения движений.

*Практика:* изучение и исполнение этюдов в стиле хип –хоп танца. Выполнение этюдов на активное передвижение исполнителя в пространстве. Выполнение танцевальных комбинаций в стиле модерн танца.

##### 5.2. Тема «Импровизация»

*Теория:* значение импровизации в современной хореографии. Комбинирование и взаимопроникновение музыки и танца.

*Практика:* выполнение творческих заданий в различных стилях танца: хип – хоп, модерн, джаз. Выполнение упражнений на индивидуальные импровизации в общем танце.

##### 5.3. Тема «Постановочно – репетиционная работа»

*Теория:* освоение методики и техники исполнения движений.

*Практика:* отработка хореографических номеров. Постановка новых. Репетиционная деятельность: отработка хореографических комбинаций, работа над рисунками танца, синхронностью, техникой исполнения.

#### **Итоговое занятие**

*Практика:* выступление на отчетном концерте.

## Планируемые результаты шестого года обучения

<i>Предметные результаты</i>	расширится кругозор в области современной хореографии, истории музыки, сценического костюма; будут знать новые танцевальные направления танца модерн, его отличительные особенности стиля, лексики, теорию и технику его исполнения; будут владеть техникой исполнения партеринга; научатся использовать приобретенные знания, навыки, умения при создании своих новых элементов, комбинаций, хореографических композиций;
<i>Метапредметные результаты</i>	совершенствуются музыкальная и эмоциональная выразительность; разовьются способность к импровизации, художественные способности, сценический артистизм, творческое мышление, воображение, фантазия, образная память
<i>Личностные результаты</i>	сформируются потребность в здоровом образе жизни, воля к достижению поставленной цели; будут воспитаны чувства этики, вежливость, такт, художественный вкус, художественно-творческое мышление и интерес к искусству

### Содержание программы 7 год обучения

#### **Задачи:**

##### *образовательные:*

познакомить с новой терминологией, дисциплинами, танцевальными направлениями современной хореографии;

обучить методике исполнения элементов партеринг, слоу, партнеринг, кросс;

научить приемам контактной импровизации;

совершенствовать умение выразительной передачи характера создаваемого образа с помощью танцевальных и пластических средств;

##### *развивающие:*

продолжить развивать абстрактное мышление, эмоциональную раскрепощенность в танце, исполнительские, творческие навыки и умения, танцевально-исполнительские способности учащихся на основе приобретенного ими комплекса знаний, умений, навыков, необходимых для исполнения различных видов танцевальных направлений современной хореографии;

##### *воспитывающие:*

продолжить воспитывать трудолюбие, стремление к достижению творческих результатов, собственную гражданскую позицию, направленную на защиту уважительного отношения к собственному выбору дальнейшего профессионального развития.

## Учебный план 7 года обучения

№ п/п	Название разделы, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	В том числе:		
			Теория	Практика	
	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	Беседа
<b>I.</b>	<b>Раздел «Упражнения на середине зала»</b>	<b>45</b>	<b>3</b>	<b>42</b>	Зачет
1.1	Разминка по диагоналям	12	1	11	
1.2	Партерная гимнастика	25	1	24	
1.3	Свинговые упражнения и изоляции	8	1	7	
<b>II.</b>	<b>Раздел «Композиция классического танца»</b>	<b>32</b>	<b>4</b>	<b>28</b>	Тестирование
2.1	Экзерсис у станка	12	1	11	
2.2	Экзерсис на середине зала	10	1	9	
2.3	Allegro	10	2	8	
<b>III.</b>	<b>Раздел «Дисциплины современной хореографии»</b>	<b>25</b>	<b>8</b>	<b>17</b>	Открытое занятие
3.1	Партеринг	9	2	7	
3.2	Слоув современной хореографии	10	3	7	
3.3	Техника выполнения партнеринга	6	3	3	
<b>IV.</b>	<b>Раздел «Современный танец»</b>	<b>70</b>	<b>10</b>	<b>60</b>	Контрольные упражнения
4.1	Виды хип – хоп танцев	20	2	18	
4.2	Джаз – модерн	25	3	22	
4.3	Contemporarydance	25	5	20	
<b>V.</b>	<b>Раздел «Концертная деятельность»</b>	<b>40</b>	<b>5</b>	<b>35</b>	Творческие задания
5.1	Выразительные средства хореографии	5	1	4	
5.2	Контактная импровизация	10	1	9	
5.3	Постановочно – репетиционная работа	25	3	22	
	<b>Итоговое занятие</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	Отчетный концерт
<b>Итого:</b>		<b>216</b>	<b>31</b>	<b>185</b>	

### Содержание учебного плана

Вводное занятие

*Теория:* введение в образовательную программу. Постановка целей и задач десятого года обучения. Инструкция на тему техники безопасности и

поведения в хореографическом классе. Выявление уровня сохранности изученного материала на первом году обучения.

*Практика:* выполнение комплекса упражнений, изученного ранее, разминка на середине зала в современных техниках танца.

### *I Раздел «Упражнения на середине зала»*

#### 1.1. Тема «Разминка по диагоналям»

*Теория:* знакомство с понятием grand jete с выходом в шпагат, методика исполнения.

*Практика:* выполнение комплекса упражнений 9-го года обучения, grand jete с выходом в шпагат, кроссы в современных стилях танца.

#### 1.2. Тема «Партерная гимнастика»

*Теория:* знакомство с техникой Хортон, методикой его исполнения.

*Практика:* выполнение упражнений 9-го года обучения, шпагатов на полу (с продвижением вперёд через живот, поворот на месте «циркуль»).

Выполнение упражнений парами по методике Хортон (упражнения stretch- характера под тяжестью своего партнера).

Выполнение упражнения на расслабление мышц спины (скрутка, улитка).

#### 1.3. Тема «Свинговые упражнения и изоляции»

*Теория:* знакомство с техникой исполнения элементов.

*Практика:* выполнение комплекса упражнений на торсовую работу корпуса: twist, на закрепление мышечных ощущений спины и бока.

Выполнение изолированной работы головы, стоп, коленей, плеч, бедер со средней частью корпуса и ног в джаз-модерн танце.

Выполнение упражнения «полукруг» и «круг» (поочередно каждым плечом и одновременно оба плеча в оппозиции).

Выполнение свинговых упражнений двумя руками и всего корпуса.

### *II Раздел «Композиция классического танца»*

#### 2.1. Тема «Экзерсис у станка»

*Теория:* знакомство с системой составления композиций, понятием «мягкий» battement.

*Практика:* составление комбинации battement fondu, battement frappe, м.р. – 2/4.

Выполнение комбинации grand battement с использованием «мягкого» battement и rounte. Выполнение тренажа классического танца.

#### 2.2. Тема «Экзерсис на середине зала»

*Теория:* знакомство с системой последовательности составления композиции классического танца.

*Практика:* составление комбинации rond de jambe par terre с подъемом ноги на 45°.

Выполнение комбинации battement fondu в пол, м.р. – 2/4;

Выполнение упражнений, изученных ранее.

#### 2.3. Тема «Allegro»



*Теория:* закрепление методики исполнения Allegro.

*Практика:* составление комбинаций с использованием различных прыжков – малых, средних и больших.

### *III Раздел «Дисциплины современной хореографии»*

#### 3.1. Тема «Партеринг»

*Теория:* партеринг в современной хореографии. Знакомство с отличительными особенностями и базовыми элементами.

*Практика:* выполнение упражнений 9-го года обучения.

Выполнение упражнений группировка, перекаты в группировке.

Выполнение кувырков вперёд: в группировке, на одну ногу, в упор стоя согнувшись ноги врозь, с поворотом в шпагат; то же с опорой на одну руку и без опоры.

Работа над «падениями» в современной хореографии (на две ноги, через подъемы).

Исполнение партеринга в стиле джаз–модерн.

#### 3.2. Тема «Слоу в современной хореографии»

*Теория:* понятие слоу. Знакомство с отличительными особенностями от танца модерн методикой его исполнения.

*Практика:* выполнение дыхательных упражнений, contraction и release.

Исполнение танцевальных связок в стиле слоу.

#### 3.3. Тема «Техника выполнения партнеринга»

*Теория:* понятие и значение партнеринга. Техника выполнения элементов. Изучение вертикальных и горизонтальных поддержек.

*Практика:* выполнение упражнения на передачу импульсов от партнера к партнеру.

Выполнение упражнения на взаимодействия с партнером, нахождение точки опоры. Танцевальные композиции.

### *IV Раздел «Современный танец»*

#### 4.1. Тема «Виды хип–хоп танцев»

*Теория:* знакомство с отличительными особенностями современных техник хип–хоп танцев.

*Практика:* выполнение танцевальных комбинаций в стиле girl hip-hop.

Хореографические связки в стиле стрит денс.

Выполнение базовых элементов хип–хоп танца.

Выполнение комбинаций в стиле брейк–данс.

#### 4.2. Тема «Джаз – модерн»

*Теория:* понятие и история возникновения стиля джаз–модерн. Знакомство с синтезом джаза и модерна, знакомство с характерными особенностями стиля. Понятие полиритмия танца. Использование в танце позы коллапса.

*Практика:* выполнение «позы коллапса», активных передвижений исполнителя в пространстве, как по горизонтали, так и по вертикали.

Выполнение изолированных движений различных частей тела.

Танцевальные композиции в стиле джаз–модерн.

#### 4.3. Тема «Contemporary dance»

*Теория:* понятие contemporary dance. Знакомство с техникой исполнения.

*Практика:* творческие задания «Дополни комбинацию».

Выполнение упражнений на основе классического танца.

Исполнение танцевальных комбинаций.

#### *V Раздел «Концертная деятельность»*

##### 5.1. Тема «Выразительные средства хореографии»

*Теория:* значение выразительных средств в современной хореографии.

*Практика:* тренинг по актерскому мастерству, викторина на знание выразительных средств.

##### 5.2. Тема «Контактная импровизация»

*Теория:* Понятие контактная импровизация. Значение в современной хореографии.

*Практика:* Упражнения на чувство партнера, передачу импульса.

Работа в группе: Верхний, средний, нижний уровень.

Работа в паре: Перекаты на мостик, plié спина к спине, поддержка через бедро.

##### 5.3. Тема «Постановочно – репетиционная работа»

*Теория:* Закрепление материала по технике исполнения движений в хореографии.

*Практика:* Постановочная работа новых хореографических композиций, номеров.

Работа над техникой исполнения хореографических композиций, номеров, ансамблевым исполнением, построение рисунка в танце.

#### **Итоговое занятие**

*Практика:* Отчетный концерт.

### **Планируемые результаты седьмого года обучения**

Предметные результаты	освоят новую терминологию, дисциплины, танцевальные направления современной хореографии; научатся методике исполнения элементов партеринг, слоу, партнеринг, кросс; научатся приемам контактной импровизации; совершенствуют умения выразительной передачи характера создаваемого образа с помощью танцевальных и пластических средств
Метапредметные результаты	разовьется абстрактное мышление, эмоциональную раскрепощенность в танце, исполнительские, творческие навыки и умения, танцевально-исполнительские способности учащихся на основе приобретенного ими комплекса знаний, умений,

	навыков, необходимых для исполнения различных видов танцевальных направлений современной хореографии
Личностные результаты	воспитается трудолюбие, стремление к достижению творческих результатов, собственную гражданскую позицию, направленной на защиту уважительного отношения к собственному выбору дальнейшего профессионального развития

## **Блок № 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»**

### **2.1 Календарный учебный график**

Количество учебных недель – 36 в год (252 недели за весь период обучения).

Начало занятий групп первого года обучения – с 10 сентября, окончание занятий – 31 мая. Начало занятий групп второго и последующих годов обучения – с 1 сентября, окончание занятий – 25 мая.

Продолжительность каникул – с 1 июня по 31 августа (приложение 1 к программе).

### **2.2. Условия реализации программы**

Материально-техническая база образовательного учреждения должна соответствовать санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

Для плодотворной и творческой работы необходимо:

1. Помещение (хореографический класс) должно быть хорошо освещённое, проветриваемое, просторное площадью не менее 40 кв.м (на 12-14 обучающихся), имеющие пригодное для танца напольное покрытие (линолеумное покрытие), во избежание травм, так как многие элементы выполняются босиком.

2. Балетные станки (палки) длиной не менее 25 погонных метров вдоль трех стен, зеркала размером 7м x 2м на одной стене;

3. Очень важно на одной из стен установить зеркала. Это поможет юным танцорам проверить правильность исполнения движения, проследить за манерой и стилем исполнения, увидеть свои недостатки.

4. Наличие музыкального центра и фортепиано в классе;

5. Раздевалки для обучающихся и преподавателей;

6. На занятия воспитанники приходят в специальной тренировочной форме, обуви, девочки убирают волосы в пучок;

7. Костюмерную, располагающую необходимым количеством костюмов для учебных занятий, репетиционного процесса, сценических выступлений.

Информационное обеспечение:

Аудио - аппаратура;

Компьютер; Фото-  
аппаратура;

Интернет-источники.

Кадровое обеспечение: педагог дополнительного образования, имеющий средне – специальное или высшее образования по хореографии.

### **2.3. Формы аттестации**

Исходя из поставленных цели и задач, прогнозируемых результатов обучения, разработаны следующие формы отслеживания результативности данной образовательной программы:

тестирование;  
викторины;  
открытые занятия;  
концертные выступления;  
зачет;  
практический тренинг;  
контрольные упражнения;  
творческие задания;  
участие в танцевальных конкурсах;  
отчетный концерт.

#### **2.4. Методические материалы**

Учебный материал программы состоит из 2-х составных частей: теоретической – формирующей систему понятий, теоретических знаний, которые должны получить учащиеся в процессе обучения; практической – направленной на приобретение умений и навыков в области хореографического искусства.

В основу программы положены следующие принципы: культуросообразности, обеспечивающий построение образовательного процесса в контексте лучших образцов мировой и отечественной культур, в том числе музыкальной и хореографической;

системности и последовательности, предусматривающий взаимосвязь и последовательность всех компонентов программы, соблюдение установок «от простого к сложному», «от частного – к общему»;

дифференциации и индивидуализации, предполагающий создание условий для максимального развития задатков и способностей каждого воспитанника.

##### *Методические приемы:*

Наглядный метод – выразительный показ под счет, с музыкой.

Метод аналогий. В программе обучения широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где педагог, используя игровую атрибутику, образ, активизирует его пространственно-образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания.

Словесный метод. Это беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений, оценка.

Практический метод заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения.

Объяснительно-иллюстративный метод - педагог сообщает готовую информацию разными средствами, а учащиеся ее воспринимают, осознают и фиксируют в памяти.

Репродуктивный метод. Суть его состоит в повторении (многократном) способа деятельности по заданию педагога.

Эмоциональный метод (подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений).

Наглядно-иллюстративный метод. (Просмотр видеоматериалов с выступлениями выдающихся танцовщиц и танцовщиков, качественный показ педагогом комбинации или отдельных движений, посещение концертов).

Концентрический метод. (Этот метод заключается в том, что педагог по мере усвоения детьми определенных движений, танцевальных композиций снова возвращается к пройденному, с более усложненным вариантом).

Метод контроля за процессом обучения. К нему относятся проверки усвоенного материала, самопроверки, открытые занятия в конце года.

Частично-поисковый метод (эвристический), педагог расчленяет проблемную задачу на подпроблемы, а учащиеся осуществляют отдельные шаги поиска ее решения, каждый шаг предполагает творческую деятельность, но целостное решение проблемы пока отсутствует) самостоятельная работа, наблюдение, работа в малых группах.

Преподаватель на занятиях должен стремиться к достижению им поставленной цели, добиваясь грамотного, техничного и выразительного исполнения танцевального движения, комбинации движений, умения определять средства музыкальной выразительности в контексте хореографического образа, умения выполнять комплексы специальных хореографических упражнений, способствующих развитию профессионально необходимых физических качеств. Умения осваивать и преодолевать технические трудности при тренаже и разучивании хореографического произведения.

В начале каждого учебного года проводится диагностирование уровня сохранности изученного материала. В конце года проводятся открытые занятия, где выявляется уровень освоения программы, также организуется отчетный концерт для родителей и педагогов.

Формой организации образовательного процесса является групповое занятие.

#### *Формы организации учебного занятия:*

1. Занятие – консультация. На занятиях данного типа проводится целенаправленная работа по ликвидации пробелов в знаниях учащихся и по развитию их умений. Педагог систематизирует затруднения в практических и теоретических знаниях учащихся.

2. Занятие-презентация – публичное представление определенной темы или предмета.

3. Занятие-практикум. Занятия-практикумы, помимо своей специальной задачи – усиления практической направленности обучения, должны быть не только тесным образом связаны с изученным материалом, но и способствовать прочному, неформальному их усвоению.

4. Занятие – викторина.

5. Интерактивное занятие. Современная педагогика богата целым арсеналом интерактивных подходов, среди которых можно выделить следующие:

творческие задания;  
работа в малых группах;

обучающие игры (имитации, дидактические игры и образовательные игры);

разработка проекта (метод проектов);

6. Занятие-зачет. Одной из форм организации контроля знаний, умений и навыков учащихся является занятие-зачет. Основная цель его – в установлении уровня усвоения знаний и умений каждым учащимся на определенном этапе обучения.

7. Занятие–экскурсия. Задачи: обогащение знаний учащихся; установление связи теории с практикой, с жизненными явлениями и процессами; развитие творческих способностей воспитанников; их самостоятельности, организованности.

8. Занятие-соревнование. Основу занятия-соревнования составляют состязания команд при ответах на вопросы и решении чередующихся заданий. Форма проведения таких занятий самая различная.

8. Творческий отчёт – форма проведения итогового занятия.

9. Занятие-практикум.

10. Мастер-класс.

11. Занятие-репетиция.

12. Творческая мастерская.

### *Педагогические технологии*

В настоящее время наряду с традиционными технологиями обучения используются современные образовательные технологии, обеспечивающие личностное развитие ребенка за счет уменьшения доли репродуктивной деятельности (воспроизведение оставшегося в памяти) в учебном процессе, можно рассматривать как ключевое условие повышения качества образования, снижения нагрузки учащихся, более эффективного использования учебного времени.

К числу современных образовательных технологий можно отнести:

информационно-коммуникационные технологии;

здоровьесберегающие технологии – рациональное чередование учебной и досуговой деятельности, индивидуальное дозирование объема сложности, мониторинг эмоционального состояния учащихся;

развивающее обучение – это принципиально иное построение учебной деятельности, ничего общего не имеющей с репродуктивным обучением, основанном на натаскивании и зазубривании. Суть ее концепций заключается в создании условий, когда развитие ребенка превращается в главную задачу как для педагога, так и для самого ученика. Способ организации, содержание, методы и формы развивающего обучения ориентированы на всестороннее развитие ребенка.

проблемное обучение – такое обучение основано на получении учащимися новых знаний при решении теоретических и практических задач в создающихся для этого проблемных ситуациях. В каждой из них учащиеся вынуждены самостоятельно искать решение, а педагог лишь помогает ученику, разъясняет проблему, формулирует ее и решает;

технологии дифференцированного обучения;

коллективную систему обучения - формируется адекватная самооценка личности, своих возможностей и способностей, достоинств и ограничений; обсуждение одной информации с несколькими сменными партнерами увеличивает число ассоциативных связей, а, следовательно, обеспечивает более прочное усвоение;

технологии проектной деятельности - в основе метода проектов лежит развитие познавательных навыков учащихся, умений самостоятельно конструировать свои знания, умений ориентироваться в информационном пространстве, развитие критического мышления. Результаты выполненных проектов должны быть, что называется, "осязаемыми", т.е., если это теоретическая проблема, то конкретное ее решение, если практическая - конкретный результат, готовый к внедрению.

технологии игровой деятельности - дидактических и других видов обучающих игр. В игре воссоздаются условия ситуаций, какой—то вид деятельности, общественный опыт, а в результате складывается и совершенствуется самоуправление своим поведением;

технологии индивидуализации обучения - организация учебного процесса, при котором выбор способов, приемов, темпа обучения обуславливается индивидуальными особенностями учащихся;

технологии портфолио – это способ фиксирования, накопления и аутентичного оценивания индивидуальных образовательных результатов ученика в определенный период его обучения. Портфолио позволяет учитывать результаты в разнообразных видах деятельности: учебной, творческой, социальной, коммуникативной.

### *Примерный алгоритм построения занятия*

#### 1. Подготовительная часть

Создание благоприятной эмоциональной и интеллектуальной атмосферы. Для достижения поставленных задач можно использовать интерактивные игры: «Рукопожатие», «Импульс», «Аплодисменты» пр.

Разминка: начинать её нужно с движений небольшой амплитуды, требующих умеренной работы отдельных групп мышц – это небольшие приседания, пружинные шаги, различные движения руками, подъем на полупальцы и т.д. Затем с постепенным возрастанием амплитуды и темпа, следуют движения, вовлекающие мышцы бедра и корпуса – подъем и махи ног, наклоны, повороты. В конце тренажа идёт разминка по диагоналям.

Во второй и третьей частях разминки рекомендуется давать небольшой отдых, чередуя трудные движения с лёгкими. Заканчивать тренаж рекомендуется также двумя-тремя нетрудными движениями, что позволяет стабилизировать дыхание исполнителей, снимает излишнее напряжение и создаёт оптимальную готовность к основной части урока.



## 2. Основная часть

Взаимодействие в разных модификациях, деятельность в группах, микрогруппах. Информация должна усваиваться не в пассивном режиме, а в активном, с использованием проблемных ситуаций, интерактивных циклов.

В основную часть занятия входит партерная гимнастика и растяжки. Вначале даются наиболее простые движения, которые могут легко воспроизводиться после показа, затем те же движения исполняются в других комбинациях с постепенным усложнением. Постепенно включаются упражнения на развитие координации. Наиболее трудное по координации движение рекомендуется исполнить отдельно, а затем сочетать с другими элементами. В этой части также разучиваются и повторяются музыкальные этюды, композиции. Рекомендуется использовать на занятиях метод частичного разучивания упражнений.

## 3. Заключительная часть

Включает, в основном, движения для развития танцевально-ритмической координации и выразительности. Они также направлены на снятие нервного и физического напряжения, поднятия эмоционального тонуса детей. Совершенствование исполнительского мастерства и изучение нового материала должно базироваться на предварительно сформированных двигательных навыках и умениях.

## 4. Итог. Рефлексия.

Формы подведения итогов разнообразны: обзор пройденного, закрепление, обратная связь, рефлексия.

Последовательность упражнений на занятии строго определена. Сначала подбираются упражнения, локально воздействующие на голеностопные, коленные и тазобедренные суставы, затем с постепенным увеличением амплитуды движений, включая в работу все более крупные группы мышц. Нагрузка во время занятий должна соответствовать возможностям обучающихся. Каждая часть занятия не затянута по времени. На занятиях должна быть доброжелательная обстановка. Следует избегать оценки «плохо» и тем более резкого замечания. Если ребёнок неправильно выполнил задание – это может понизить его самооценку и отбить желание танцевать. Необходимо ещё раз объяснить, как выполняется то или иное движение и где была сделана ошибка, а также подбодрить и уверить, что в следующий раз обязательно получится. Необходимо следить, чтобы в целом между детьми были хорошие отношения, не допускать конфликтов и разделения на группы, ведь дружный и сплочённый коллектив, когда все стремятся к одной цели – это залог успеха.

## **2.5. Воспитательный компонент программы**

Значимым моментом при работе с детским объединением является воспитательная работа. Главным звеном этой работы является создание и укрепление коллектива. Этому способствуют общие занятия по изучению хореографического искусства, подготовка и проведения праздников, концертов, поездки на фестивали и конкурсы. Руководитель

хореографического коллектива должен быть не только руководителем, но и стать другом учащихся. «Быть старшим среди равных...». Совместная деятельность, общее времяпрепровождение помогает детям по-новому узнать сотрудничающих с ними взрослых.

Работа с родителями строится на партнёрских отношениях. Создаётся единая система воспитания ребёнка в образовательном учреждении и семье. Родители помогают в организации хореографических номеров, шоу. Их помощь сводится не только к изготовлению реквизита, пошиву костюмов, но и непосредственному участию. Совместная деятельность с детьми даёт возможность взрослым лучше понять друг друга. Это повышает психолого-педагогический уровень родителей (приложение 1 к программе).

## 2.6. Список литературы для педагогов:

1. Базарова, Н. В. Азбука классического танца / Н. В. Базарова, В. Н. Мей. – Л.: Искусство, 2000. – 312 с.
2. Блазис, К. Танцы вообще» / К. Блазис. – М.: Планета музыки, 2008. – 324 с.
3. Богданов, А. П. Композиция и постановка танца / А. П. Богданов, С. В. Кириллов. – М., 2007. – 216с.
4. Ваганова, А. Я. Основы классического танца / А. Я. Ваганова. – М.: Искусство, 2001. – 342 с.
5. Есаулов, И. Г. Хореодраматургия / И. Г. Есаулов // Искусство балетмейстера. – Ижевск: Изд-во: Лань, 2000. – 320 с.
6. Заикин, Н. Ф. Мастерство хореографа / Н. Ф. Заикин. – Орел: Изд-во Орловский Государственный институт искусств и культуры, 2007. – 248 с.
7. Захаров, Р. В. Искусство балетмейстера / Р. В. Захаров. – М.: Искусство, 2000. – 431 с
8. Захаров, Р. В. Записки балетмейстера / Р. В. Захаров. – М., 2001. –347с.
9. Лебедева, Г. Д. Балет: семантика и архитектоника / СПб.: Изд-во «Лань» – 2007. – 160 с.
10. Мурина, Е. Б., Проблемы синтеза пространственных искусств / Е. Б. Мурина. – ЮКЭА, 1982. – 254 с.
11. Руднева, С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение / С. Руднева, Э. Фиш. - ВЛАДОС, 1977. – 262 с.
12. Савин, Н. В. Педагогика и развитие личности / Н. В. Савин. – Просвещение, 1978. – 364 с.
13. Сарабьянов, Д. В. Стиль модерн Истоки, история, проблемы / Д. В. Сарабьянов. – МГУ, 1989. – 293 с.
14. Футбер, И. П. Пантомима, движение и образ / И. П. Футбер. – М., 2000. – 375с.
15. Есаулов И.Г. Устойчивость и координация в хореографии. – Иж.: Удмуртский университет, 2007. – С. 130
16. Н.А. Вихрева Экзерсис на полу – Москва, 2004г.
17. Полятков С.С. Основы современного танца. – М.: Феникс, 2003. – С. 325
18. [http://dic.academic.ru/dic.nsf/enc\\_cinema/7733](http://dic.academic.ru/dic.nsf/enc_cinema/7733)
19. <http://ru.encydia.com/en>
20. <http://ru.wikipedia.org>

### *Литература, рекомендуемая для детей и родителей*

1. Браиловская Л.В., Володина О.В., Цыганкова Р.В. Танцуют все. – Ростов-на-Дону 2007
2. Беликова А.Н., Пуртова Т.В., Кветная О.В. Учите детей танцевать. – М., 2003

3. Белостоцкая Е.М., Виноградова Т.Ф. Каневская Л.Я. Гигиенические основы воспитания детей. – М., 1987
4. Васильева Т.К. Секрет танца. – СПб., 1997
5. Конова Е. Ритмика. – М., 1997
6. Лифиц И.В. Ритмика. – М., 1992
7. Пасотинская В. Волшебный мир танца. – М., 1985
8. Танцы для детей. – М., 1982
9. Танцы – начальный курс. – М., 2001
10. Тарасов Н. Классический танец. – СПб., 2005
11. Шипилова С.Г. Танцевальные упражнения. – М., 2004
12. Шукшина З. Ритмика. – М., 1976
13. Школа танцев для юных. – СПб., 2003

## Календарный учебный график

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
«Мир танца»

год обучения: 1

№ п/п	Месяц	Дата проведения	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь		Занятие-путешествие	2	Вводное занятие	Учебный класс	
<b>Раздел «Азбука классического танца»</b>							
2			Занятие-игра	2	Основные движения по классическому танцу у станка. Упражнения на развитие выворотности стопы	Учебный класс	Тесты, викторины, открытое занятие
3			Занятие-тренинг	2	Упражнения для укрепления мышц спины и пресса		
4			Занятие-игра	2	Упражнения на развитие координации движений		
5			Занятие-путешествие	2	Упражнения на растяжку		
6			Занятие-игра	2	Упражнения на развитие выворотности стопы		
7			Занятие-импровизация	2	Музыкально-игровые упражнения		
8			Занятие-путешествие	2	Рисунок танца, перестроения.		

9	Октябрь		Занятие-игра.	2	Упражнения на развитие выворотности стопы			
10			Занятие-тренинг	2	Упражнения для укрепления мышц спины и пресса			
11			Занятие-игра	2	Упражнения на развитие координации движений			
12			Занятие-путешествие	2	Упражнения на растяжку			
13			Занятие-игра	2	Рисунок танца, шаги и перестроения			
14			Занятие-тренинг	2	Упражнения на развитие выворотности тазобедренного сустава			
15			Занятие-игра	2	Упражнения на развитие координации движений			
16			Занятие-путешествие	2	Партерная гимнастика			
17			Занятие-импровизация	2	Рисунок танца, перестроения			Тесты, викторины, открытое занятие
18	Ноябрь		Занятие-игра.	2	Упражнения на развитие выворотности стопы			
19			Занятие-игра	2	Музыкально-игровые упражнения			
20			Занятие-путешествие	2	Упражнения на растяжку			
21			Занятие-игра.	2	Упражнения на развитие выворотности стопы			
22			Занятие-тренинг	2	Упражнения на развитие выворотности тазобедренного сустава			
23			Занятие-	2	Упражнения на развитие координации			

			игра		движений			
24			Занятие-путешествие	2	Партерная гимнастика			
25			Занятие-игра	2	Упражнения на развитие выворотности стопы			
26	Декабрь		Занятие-тренинг	2	Упражнения для укрепления мышц спины и пресса			
27			Занятие-игра	2	Упражнения на развитие координации движений			
28			Занятие-путешествие	2	Упражнения на растяжку			
29			Занятие-игра	2	Упражнения на развитие выворотности стопы			
30			Занятие-тренинг	2	Упражнения для укрепления мышц спины и пресса			
31			Занятие-игра	2	Музыкально-игровые упражнения			
32			Занятие-путешествие	2	Упражнения на растяжку			
33			Занятие-игра	2	Упражнения на развитие выворотности стопы			
34			Занятие-тренинг	2	Партерная гимнастика			
35		Январь		Занятие-тренинг	2	Упражнения для укрепления мышц спины и пресса		Тесты, викторины, открытое занятие
36				Занятие-игра	2	Упражнения на развитие координации движений		
37			Занятие-путешествие	2	Упражнения на растяжку			

<b>Раздел «Народно-сценический танец»</b>				
38		Занятие-тренинг	2	Упражнения для укрепления мышц спины и пресса
39		Занятие-игра	2	Музыкально-игровые упражнения
40		Занятие-импровизация	2	Партерная гимнастика
41		Занятие-игра	2	Упражнения на развитие координации движений
42	Февраль	Занятие-путешествие	2	Упражнения на растяжку
43		Занятие-тренинг	2	Упражнения для укрепления мышц спины и пресса
44		Занятие-игра	2	Музыкально-игровые упражнения
45		Занятие-путешествие	2	Упражнения на растяжку
46		Занятие-игра	2	Музыкально-игровые упражнения
47		Занятие-импровизация	2	Упражнения на растяжку
48		Занятие-игра	2	Музыкально-игровые упражнения
49		Март	Занятие-тренинг	2
50	Занятие-игра		2	Упражнения на развитие координации движений
51	Занятие-путешествие		2	Упражнения на растяжку



			ие				
52			Занятие-тренинг	2	Упражнения для укрепления мышц спины и пресса		
53			Занятие-игра	2	Музыкально-игровые упражнения		
54			Занятие-путешествие	2	Упражнения на растяжку		
55			Занятие-игра	2	Музыкально-игровые упражнения		
56			Занятие-путешествие	2	Рисунок танца, шаги и перестроения		
57			Занятие-импровизация	2	Партерная гимнастика		
58	Апрель		Занятие-тренинг	2	Упражнения для укрепления мышц спины и пресса		
59			Занятие-игра	2	Упражнения на развитие координации движений		
58			Занятие-путешествие	2	Упражнения на растяжку		
60			Занятие-тренинг	2	Упражнения для укрепления мышц спины и пресса		
61			Занятие-игра	2	Музыкально-игровые упражнения		
62			Занятие-путешествие	2	Упражнения на растяжку		
63			Занятие-игра	2	Музыкально-игровые упражнения		
64			Занятие-	2	Рисунок танца, шаги и перестроения		

			путешеств ие				
65			Занятие- импровиза ция	2	Упражнения на растяжку		
66	Май		Занятие- тренинг	2	Упражнения для укрепления мышц спины и пресса		
67			Занятие- игра	2	Упражнения на развитие координации движений		
68			Занятие- путешеств ие	2	Упражнения на растяжку		
69			Занятие- тренинг	2	Упражнения для укрепления мышц спины и пресса		
70			Занятие- игра	2	Музыкально-игровые упражнения		
71			Занятие- путешеств ие	2	Упражнения на растяжку		
72			Занятие- игра	2	Партерная гимнастика, музыкально-игровые упражнения		
<b>Раздел 3 «Постановочно-репетиционная работа»</b>							
			Занятие- игра	2	Постановочно-репетиционная работа (Детский танец)	Учебный класс	Открытое занятие
			Занятие- путешеств ие	2	Постановочно-репетиционная работа (Детский танец)		
			Занятие- игра	2	Постановочно-репетиционная работа (Детский танец)		
			Практическ ое знятие	2	Постановочно-репетиционная работа (Детский танец) Постановочно- репетиционная работа (Детский танец)		
			Занятие-	2	Постановочно-репетиционная работа		

			импровизация		(Детский танец)	
			Практическое занятие	2	Постановочно-репетиционная работа (Детский танец)	
			Занятие-игра	2	Постановочно-репетиционная работа (Детский танец)	
			Занятие-путешествие	2	Постановочно-репетиционная работа(Детский танец)	
			Практическое занятие	2	Постановочно-репетиционная работа (Детский танец)	
			Занятие-игра	2	Постановочно-репетиционная работа (Детский танец)	
			Занятие-путешествие	2	Постановочно-репетиционная работа(Детский танец)	
			Занятие-игра	2	Постановочно-репетиционная работа (Детский танец)	
			Практическое занятие	2	Постановочно-репетиционная работа (Детский танец)	
			Занятие-импровизация	2	Постановочно-репетиционная работа(Детский танец)	
			Практическое занятие	2	Постановочно-репетиционная работа (Детский танец)	
			Занятие-игра	2	Постановочно-репетиционная работа(Детский танец)	
			Занятие-путешествие	2	Постановочно-репетиционная работа(Детский танец)	
			Практическое занятие	2	Постановочно-репетиционная работа (Детский танец)	
			Занятие-	2	Постановочно-репетиционная работа	

			игра		(Детский танец)	
			Занятие-путешествие	2	Постановочно-репетиционная работа(Детский танец)	
			Занятие-игра	2	Постановочно-репетиционная работа (Детский танец)	
			Занятие-путешествие	2	Постановочно-репетиционная работа(Детский танец)	
			Занятие-импровизация	2	Постановочно-репетиционная работа(Детский танец)	
			Практическое занятие	2	Постановочно-репетиционная работа (Детский танец)	
			Занятие-игра	2	Постановочно-репетиционная работа (Детский танец)	
			Занятие-путешествие	2	Постановочно-репетиционная работа(Детский танец)	
			Практическое занятие	2	Постановочно-репетиционная работа (Детский танец)	
			Занятие-игра	2	Постановочно-репетиционная работа (Детский танец)	
			Занятие-путешествие	2	Постановочно-репетиционная работа(Детский танец)	
			Занятие-игра	2	Постановочно-репетиционная работа (Детский танец)	
			Практическое занятие	2	Постановочно-репетиционная работа (Детский танец)	
			Занятие-импровизация	2	Постановочно-репетиционная работа(Детский танец)	

			Практическое занятие	2	Постановочно-репетиционная работа (Детский танец)		Открытое занятие
			Занятие-игра	2	Постановочно-репетиционная работа	Актный зал	Концерт
			Практическое занятие	2	Итоговое занятие		
			<b>Итого:</b>	<b>216</b>			

**Календарный план воспитательной работы объединения  
«Мир танца»  
на 2023 -2024 учебный год**

<b>Сроки проведения</b>	<b>Название мероприятия</b>	<b>Ответственный</b>
Август	Встреча на природе «Прощай лето»	Педагог, педагог-организатор, родительский комитет
Сентябрь	Праздничные мероприятия, посвящённые дню знаний. Дни открытых дверей.	Заведующий отделом, методист, педагог, педагог-организатор, родительский комитет
Октябрь	Мероприятия, посвящённые дню учителя. Конкурсный рисунок «Мой педагог»	Педагог, педагог-организатор, родительский комитет
Ноябрь	Мероприятия, посвящённые дню рождения Центра. Концерт к Дню Матери.	Педагог, педагог-организатор, родительский комитет
Декабрь	Новогодние театрализованные праздники по творческим объединениям. Посещение кукольного театра и просмотр новогоднего представления.	Педагог, педагог-организатор, родительский комитет
Январь	Рождественские гуляния. Посещение выставки в Картинной галерее	Педагог, педагог-организатор, родительский комитет
Февраль	Масленичная неделя. Конкурсы. Игры. Праздничный стол.	Педагог, педагог-организатор, родительский комитет
Март	Мероприятия, посвящённые Дню 8 Марта. Видео поздравление для мамы.	Педагог, педагог-организатор, родительский комитет
Апрель	Посещение, просмотр и обсуждение творческих отчётных концертов объединений РМЦ. Творческий отчётный вечер.	Педагог, педагог-организатор, родительский комитет
Май	Мероприятия, посвящённые Дню Победы. Конкурсный рисунок. Концертная программа.	Педагог, педагог-организатор, родительский комитет
Июнь	Мероприятия, посвящённые Дню защиты детей.	Педагог, педагог-организатор, родительский комитет

	Концертная программа.	
Июнь	Встреча на природе.	Педагог, педагог-организатор, родит. комитет