



Управление образования Администрации города Нижний Тагил  
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 100

Принята на заседании  
научно-методического совета  
МАОУ СОШ №100  
Протокол №7 от 07.06.2024 г.

Утверждаю:

Директор МАОУ СОШ №100



Д. В. Язовских

Приказ № 01-12/292 от 13.06.2024 г.

## **Дополнительная общеразвивающая программа художественной направленности «Коллектив современного танца»**

Возраст учащихся: 8-15 лет  
Срок реализации: 5 лет  
Количество часов: 765 (153 часа в год)

Составитель программы:  
Дылдина Виктория Евгеньевна,  
педагог дополнительного образования

**Содержание**  
**дополнительной общеобразовательной – дополнительной**  
**общеразвивающей программы «Коллектив современного**  
**танца»**

<b>Раздел 1. Комплекс основных характеристик Программы</b>	
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель и задачи программы... ..	9
1.3. Содержание программы... ..	11
1.4. Планируемые результаты реализации программы.....	39
<b>Раздел 2. Комплекс организационно – педагогических условий</b>	
2.1. Календарный учебный график.....	46
2.2. Условия реализации Программы.....	46
2.3. Формы аттестации/контроля.....	48
2.4. Оценочные материалы... ..	48
2.5. Методическое обеспечение.....	49
2.6. Список литературы.....	50
<b>Приложение 1. Диагностические методики для проведения</b> <b>психолого-педагогического мониторинга.....</b>	<b>53</b>
<b>Приложение 2. Аннотация к Программе.....</b>	<b>55</b>

# 1. Комплекс основных характеристик программы

## 1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная - дополнительная общеразвивающая программа «Коллектив современного танца» имеет художественную направленность.

Программа разработана в соответствии с нормативными документами:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее — ФЗ).
2. Федеральный закон Российской Федерации от 14.07.2022 № 295-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации».
3. Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.).
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р.
5. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р).
6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 24.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее \_СанПиН).
7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 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 человека факторов среды обитания».
8. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
9. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».
10. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее — Порядок).

11. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

12. Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 № 882/391 «Об утверждении Порядок организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»

13. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).

14. Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 № АК-2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ».

15. Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»).

16. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.2018 № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».

17. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 29.06.2023 № 785-Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных образовательных программ в соответствии с социальным сертификатом».

18. Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, Уставом МАОУ СОШ №100.

Учитывая требования современного дополнительного образования, данная комплексная программа реализует основные идеи и цели системы дополнительного образования детей: развитие мотивации детей к познанию и творчеству; содействие личностному и профессиональному самоопределению обучающихся, их адаптации в современном динамическом обществе; приобщение подрастающего поколения к ценностям мировой культуры и искусству; сохранение и охрана здоровья детей; ориентация

индивидуальных особенностей воспитанника, бережное сохранение и приумножение таких важных качеств ребенка, как инициативность, самостоятельность, фантазия, самостоятельность.

**Актуальность программы:** заключается в систематизации принципов работы с воспитанниками ансамбля в различных направлениях хореографии.

Программа представляет собой воспитание гармоничной личности, что всегда являлось приоритетным направлением педагогической деятельности, в основе которой лежит личностно-ориентированный подход к обучению и воспитанию детей, предполагающий развитие личности и творческих способностей ребенка. Одним из путей формирования и воспитания гармонично развитой личности является вовлечение ребенка в занятие хореографией, которая представляет собой важную часть общечеловеческой и национальной культуры.

Разработка программы обусловлена потребностью формирования у учащихся хореографических умений и навыков в различных жанрах и направлениях танцевального творчества, знакомит с сущностью, выразительностью и содержательностью исполнительского искусства, способствует выявлению творческого потенциала и индивидуальности каждого учащегося, включая в работу физический, интеллектуальный и эмоциональный аппарат ребенка. Учащиеся должны получить возможность раскрыть, заложенные в каждом, творческие задатки и реализовать их в соответствующем репертуаре за период обучения.

На различных этапах своего развития человечество постоянно обращалось к танцу как к универсальному средству воспитания человека – средству гармонизации воспитания личности. В результате анализа учебно-воспитательного процесса, после изучения потребностей детей и родителей было выявлено, что многие учащиеся хотели бы обучиться основам хореографического искусства, а так же изучать не одно хореографическое направление, а несколько, что позволило бы детям, хотя бы на базовом уровне, владеть как элементами народного, классического, так и современного танца. Также у современных детей большой популярностью пользуется умение владеть основными элементами гимнастики и основами актёрского мастерства. За последние годы в нашем городе вырос интерес к занятиям хореографией, чему во многом будет способствовать создание и активная концертная деятельность хореографического ансамбля, созданного на базе МАОУ СОШ №100.

При создании данной программы мы опирались на программы А.Я. Вагановой «Основы классического танца», Г.П. Гусева «Методика преподавания народного танца», Ж.Е. Фирилевой, Е.Р. Сайкиной «СА-ФИ-данс, танцевально-игровая гимнастика для детей, В.П. Жуковой «Развитие ребёнка средствами хореографии».

**Отличительной особенностью программы** является применение электронного обучения и дистанционных образовательных технологий при принятии решения руководящих органов о переходе на дистанционное обучение в целях профилактики и предотвращения инфекционных заболеваний.

Возможно проведение индивидуальных занятий с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий для детей, пропускающих занятия по уважительной причине.

### **Адресат Программы**

Возраст учащихся 8–16 лет. В группу первого года принимаются все желающие, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья. Специального отбора не производится. Оптимальное количество детей в группе для успешного освоения программы от 15 до 30 человек. Допускается формирование разновозрастных групп.

Программа разработана для детей, увлекающихся художественно-творческой деятельностью, в том числе для детей, находящихся трудной жизненной ситуации.

Данная программа позволит:

- организовать досуг ребёнка, чтобы в свободное от уроков время он не был предоставлен сам себе и улице;
- вовлечь в коллективную деятельность, помочь в приобретении новых друзей, нового круга общения;
- повысить самооценку, помочь приобрести положительный опыт жизнедеятельности.

Все это способствует социализации ребенка в обществе, выявлению скрытых ресурсов развития личности ребенка.

В основу развития и воспитания личности для детей, в том числе находящихся в трудной жизненной ситуации, положены следующие принципы:

- гуманизма, т. е. готовность прийти на помощь ребёнку, способствовать его социальному благополучию, формировать у ребёнка способность общаться с людьми на основе взаимного уважения, принятия, доверия;
- индивидуальный подход, т. е. учёт социальных, психологических характеристик ребёнка; стимулирование ребёнка к саморазвитию;
- формирование воспитывающей среды, позволяющей гармонизировать отношение детей и подростков со своим ближайшим окружением.

### **Возрастные и индивидуальные особенности обучающихся**

#### **Младший школьный возраст (8–10 лет)**

Слабо развита детская моторика, высокая утомляемость, эмоциональная возбудимость, развитие образной памяти (через красочный рассказ, яркие сравнения) – таковы особенности психического развития детей

9-10 лет. Внимание детей еще не устойчиво. Они легко отвлекаются, легче воспринимают конкретный материал, живой образ для них ближе, нежели отвлеченные понятия. Игра в процессе занятия представляется естественной. Их эмоции яркие и проявляются открыто и непосредственно. В этом возрасте дети жизнерадостны и доверчивы. С этого возраста дети начинают видеть свои и чужие недостатки, начинают сравнивать себя с другими. Активные, склонные к лидерству, все больше проявляют себя, а дети более замкнутые, скромные отодвигаются на второй план. Педагогу важно не допустить этого и найти индивидуальный подход к ребенку. “Тихих” детей надо чаще хвалить, ставить в пример, помогать повышать самооценку, становиться увереннее в себе.

### **Средний школьный возраст (10–16 лет)**

Этот возрастной период характеризуется бурным ростом ребенка и физиологической перестройкой всего организма. У подростка возникает чувство тревоги, повышенная возбудимость, резкая смена настроения, быстрая утомляемость. Они обидчивы. Педагогу нужно быть осторожным и деликатным в своих высказываниях, не подчеркивать значение результата и не сомневаться в возможностях ребенка. Еще большее значение приобретает индивидуальный подход. Для ребенка это самый трудный, переломный возраст во всех отношениях. Болезненно воспринимают критику. Этот возраст отличается активностью, восприимчивостью, им свойственно стремление к действию, выполнению задания. Если у них опыт занятий танцами, то им легче дается разучивание движений, а если ребенок только начинает заниматься, то настойчивость, работоспособность помогают ему быстро нагнать сверстников. Дети занимаются с увлечением и настойчивостью, занятия проводятся более углубленно, с этого возраста начинает требоваться от детей точность исполнения.

### **Объем и срок освоения Программы**

Объем программы: 765 часов

Программа рассчитана на 5 лет обучения:

1 год обучения: 153 часа

2 год обучения: 153 часа

3 год обучения: 153 часа

4 год обучения: 153 часа

5 год обучения: 153 часа

Дополнительная общеобразовательная – дополнительная общеразвивающая программа «Коллектив современного танца» рассчитана на 5 лет обучения, итого: 765 часов, 115 часов теории и 650 часов практики.

### **Особенности организации образовательного процесса**

В зависимости от содержания тем рабочих программ модулей и их целей используются групповая и индивидуальная формы обучения.

### *Структура занятий*

Каждое учебное занятие включает:

1. Разминку
2. Экзерсис на середине класса
3. Allegro
4. Танцевальные комбинации.

Каждое ансамблевое занятие включает:

1. Разминку
2. Изучение нового материала
3. Повторение пройденного материала.

*Ожидаемые результаты:*

1. Формирование системы хореографической подготовки детей.
2. Развитие творческой самореализации личности учащихся.
3. Обеспечение преемственности на каждом этапе деятельности.
4. Создание детского творческого коллектива.

### **Форма обучения**

Форма обучения – очная.

Форма организации образовательной деятельности – групповая.

При реализации программы может применяться электронное обучение и дистанционные образовательные технологии.

Организация занятий: практические занятия.

В ходе реализации Программы применяют теоретические, практические, комбинированные занятия.

Применяются следующие **методы обучения:**

- Словесные методы обучения (устное изложение, беседа, разбор музыкального произведения)
- Наглядные методы обучения (показ видеоматериалов, показ исполнение педагогом)
- Практические методы обучения (тренинги, тренировочные упражнения, этюды, групповые и индивидуальные показы)
- Репродуктивные методы обучения.
- Мониторинг интеллектуального развития. Анализ и диагностика качества обучения каждого учащегося при помощи тестирования и построения графика динамики успеваемости.
- Воспитательные технологии. Реализуются в виде вовлечения учащихся в дополнительные формы развития личности: участие в культурно-массовых мероприятиях.
- Формы проведения занятий: занятие-игра, репетиция, концерт, открытые и закрытые показы.

**Режим занятий:** по 4,5 часа в неделю на одну группу.

Продолжительность одного академического часа: 40 минут

Перерыв между учебными занятиями: 10 минут

Общее количество часов в неделю на одну группу: 4,5 часа

Занятия проводятся 3 раза в неделю по 1.5 часа



Увеличение нагрузки соответствует принципам регулярности и систематичности; при этом более равномерно распределяется сама нагрузка. Кроме того, при занятиях пять раз в неделю появляется возможность несколько снизить плотность тренировочного процесса и больше времени уделить объяснению наиболее сложных моментов и индивидуальной работе с воспитанниками, что способствует лучшему усвоению изучаемого материала.

При электронном обучении с применением дистанционных образовательных технологий продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности составляет не более 30 минут.

## 1.2. Цель и задачи Программы

**Цель программы:** развитие личности, укрепление здоровья ребенка, формирование способности быть успешным и востребованным, понимать прекрасное посредством обучения различным хореографическим направлениям.

**Задачи программы:**

*Образовательные:*

1. Формирование базовых хореографических навыков в области классического, народно-сценического, эстрадного, джазового и современного танцев, гимнастики, актерского мастерства, знание основных хореографических стилей и жанров;

2. Формирование музыкально-ритмических навыков, выразительности, пластичности, грациозности и изящества в танцевальных вариациях, умение эмоционально выразить свои эмоции в танце.

3. Формирование у учащихся комплекса технических навыков и умений, исполнительской культуры, а также свободного и выразительного владения хореографией.

*Развивающие:*

1. Содействие оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата, профилактике плоскостопия, формированию правильной осанки, функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма;

2. Развитие мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности, музыкальные и творческие способности, мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, умение согласовывать движения с музыкой;

3. Расширение кругозора.

*Воспитательные:*

1. Привить художественный вкус, интерес к танцевальному искусству, традициям хореографии;

2. Воспитать культуру общения и необходимые личностные качества;
3. Приобщить к здоровому образу жизни.
4. Формирование элементов ИТ-компетенций при применении электронного обучения

Задачей педагога является создание благоприятных условий для организации досуга и творческой деятельности детей, в том числе находящихся в трудной жизненной ситуации, развития их внутреннего потенциала на основе включения в разнообразную, общественно значимую и лично привлекательную деятельность, содержательного общения.

Программа содержит два уровня освоения: *стартовый, базовый, продвинутый.*

**Ознакомительный уровень** подразумевает частичное освоение программы. Результатом обучения является освоение обучающимися образовательной программы и переход на базовый уровень не менее 25% обучающихся. Для обучающихся программа ознакомительного уровня – это возможность попробовать себя в разных видах деятельности, возможность определиться с выбором. Стартовым уровнем является первый год обучения программы.

**Базовым уровнем** реализации программы является второй год и третий год обучения. Данный уровень предусматривает более глубокое изучения искусства танца, дальнейшее развитие физических данных и более серьёзную нагрузку на мышечный аппарат обучающихся. Результатом обучения является участие в общегородских мероприятиях, число победителей и призёров - не менее 50% обучающихся.

**Продвинутым уровнем** является 100% освоения программы обучающимися. Рассчитан на четвертый и пятый год обучения. На данном уровне ученики имеют достаточную хореографическую подготовку для успешного изучения программы. Результатом обучения являются знания и умения и навыки по хореографическим дисциплинам, обучающимся в данной программе, участие в областных, всероссийских и международных конкурсах и фестивалях. Число победителей 80–100% обучающихся.

### 1.3. Содержание Программы

Содержание программы представлено в пяти модулях

№ п\п	Название модуля	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Модуль 1 «Первый год обучения»				Отчётный концерт
		153	23	130	
2.	Модуль 2 «Второй год обучения»	153	23	130	Отчётный концерт

3.	Модуль 3 «Третий год обучения»	153	23	130	Отчётный концерт
4.	Модуль 4 «Четвертый год обучения»	153	23	130	Отчётный концерт
5.	Модуль 5 «Пятый год обучения»	153	23	130	Отчётный концерт
	<b>Итого:</b>	<b>765</b>	<b>115</b>	<b>650</b>	

**Рабочая программа модуля 1 «Первый год обучения»  
дополнительной общеобразовательной – дополнительной  
общеразвивающей программы «Коллектив современного танца»**

**Учебный план**

<b>Название модуля, направления хореографически х направлений</b>	<b>Всего часов</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>	<b>Форма аттестации/контроля</b>
<b>Модуль 1. «Первый год обучения»</b>	<b>153</b>	<b>23</b>	<b>130</b>	Отчётный концерт
1.Теория и основы классического танца	35	6	29	Открытый урок
2.Теория и основы народно- сценического танца	35	6	29	Открытый урок
3.Современная хореография	35	6	29	Открытый урок
4.Подготовка концертных Номеров	48	5	43	Концерт, конкурс, фестиваль

**Содержание учебного плана**

**1.Теория и основы классического танца**

Теория – специфика танцевального шага и бега. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата ребенка. Выработка осанки, опоры,

выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов. Позиции и положения ног и рук. Практика – упражнения на середине класса. Поставка корпуса (в выворотной позиции). Позиции ног – 1, 2, 3, 4, 5. Постановка рук – подготовительная, 1,2,3 позиции. Battement tendu по 1,2,5 позициям, в начале в сторону, вперед, в конце года – назад. Demi-plié – развивает выворотность бедра, эластичность и силу ног по 1, 2, 3, 5 позициям.

Перечень изучения движений и репертуар может варьироваться в зависимости от способностей учащихся.

## **2. Теория основы народно-сценического танца**

Методическое наследие народно-сценического танца отечественной балетной школы. Наследие народно-сценического танца из репертуара академических театров, а также ансамблей народного танца. Особенности, стиль и характер танцевальных форм разных народов. Связь танцевального фольклора и профессионального хореографического искусства. Воспитание хореографического мышления на основе предлагаемого стиля и пластических особенностей того или иного национального хореографического материала.

Примерный рекомендуемый список изучаемых движений:

- I. Пять позиций ног.
- II. Preparation к началу движения.
- III. Переводы ног из позиции в позицию.
- IV. Demiplies, grandplies (полуприседания и полные приседания).
- V. Battement tendus (выведение ноги на носок).
- VI. Battements tendus jetes (маленькие броски).
- VII. Rond de jambe par terre (кругной пополу).
- IX. Подготовка к маленькому каблучному.
- X. Подготовка к «верёвочке», «верёвочка».
- XI. Дробные выстукивания (сочетание ритмических ударов).
- XII. Grands battements jetes (большие броски).
- XIII. Releve (подъем на полупальцы).
- XIV. Port de bras.
- XV. Подготовка к «молоточкам».
- XVI. Подготовка к «моталочке».
- XVII. Подготовка к полуприсядкам и присядкам
- XVIII. Прыжки с поджатыми ногами.

Перечень изучения движений и репертуар может варьироваться в зависимости от способностей учащихся.

## **3. Современная хореография**

Современный танец (танец модерн, джаз, эстрадный танец, танец с элементами гимнастики др.) как особый вид пластического,

хореографического языка. Основные принципы техники современного танца (понимание структуры человеческого тела, координация движения и дыхания, ощущение гравитации, пространства и времени). Изучение базовых движений. Сходство и различие с другими танцевальными техниками и стилями. Изучение различных стилей и техник танца модерн. Из пройденных элементов народного, бального, историко-бытового, современного танца, рекомендуется давать задания на самостоятельное сочинение, что прививает учащимся навыки импровизации. В течение года рекомендовано провести два - три занятия в форме танцевально-игрового тренинга. Каждое занятие начинать с разминки, которая по времени составляет 1/3 урока. В разминку включены танцевальные упражнения для мышц шеи, плечевого пояса, спины, рук и ног. В конце или в начале разминочного блока можно провести танцевально-терапевтическую игру, что поможет настроить учащихся на урок.

Перечень изучения движений и репертуар может варьироваться в зависимости от способностей учащихся.

#### **4. Подготовка концертных номеров**

Развитие танцевально-исполнительских способностей учащихся на основе приобретенного ими комплекса знаний, умений, навыков по хореографическим дисциплинам (классического, народно-сценического, современного танцев), необходимых для исполнения танцевальных композиций различных жанров и форм, а также приобретение навыка: танцевать в коллективе, в паре и чувствовать партнера, распределять сценическую площадку.

Примерный перечень хореографических номеров, рассчитанный на учащихся, не имеющих хореографической подготовки:

- современный танец «Танцы на балу» с элементами классического танца
- чукотский танец «6-й день луны»
- русский танец «Покровские девчата»
- «Русская плясовая»
- русский танец на военную тематику, посвященный 9 мая
- русский танец «При лужке»
- «Мексиканский танец»
- «Молдавский танец»
- «Венгерский танец»,
- эстрадный танец «Буги вуги»
- белорусский танец «Крыжачок»
- украинский танец «Гопак»
- народно-сценический танец «Казачья вольная»
- греческий танец «Сиртаки»
- классические постановки, на основе изученных движений

- народно-сценические постановки, на основе изученных движений
- современные постановки, на основе изученных движений
- «Менуэт», «Финская полька», «Полонез» и т.п.

Репертуар может варьироваться в зависимости от способностей учащихся.

### Материально-техническое обеспечение занятий

Тема занятия	Формы занятий	Обеспечение
Теория и основы классического танца	Комбинированное	Музыкальный центр, зеркала, станок
Теория и основы народно-сценического танца	Комбинированное	Музыкальный центр, зеркала, станок
Современная хореография	Комбинированное	Музыкальный центр, зеркала, станок
Подготовка концертных номеров	Комбинированное	Музыкальный центр, зеркала,

### Рабочая программа модуля 2 «Второй год обучения» дополнительной общеобразовательной – дополнительной общеразвивающей программы «Коллектив современного танца»

#### Учебный план

Название модуля, направления хореографических направлений	Всего часов	Теория	Практика	Форма аттестации/контроля
<b>Модуль 2. «Второй год обучения»</b>	<b>153</b>	<b>23</b>	<b>30</b>	Отчётный концерт
1. Теория и основы классического танца	35	6	29	Открытый урок
2. Теория и основы народно-сценического танца	35	6	29	Открытый урок
3. Современная хореография	35	6	29	Открытый урок

4.Подготовка концертных номеров	48	5	43	Концерт, конкурс, фестиваль
---------------------------------	----	---	----	-----------------------------

## Содержание учебного плана

### 1. Теория и основы классического танца

Правила исполнения и методика изучения движений классического танца во всех формах и комбинациях. Движения в развитии — от простого к сложному. Преподаватель занимается с учащимися над выработкой навыков правильности и чистоты исполнения, приобретения навыков точной согласованности движений, закрепления развития активной выворотности, развития и закрепления устойчивости, развития координации движений, воспитание силы и выносливости, освоения простейших танцевальных элементов, развития артистичности.

Примерный рекомендуемый список изучаемых движений:

Позиции ног: I, II, III, IV, V.

- I. Постановка корпуса в сочетании с portdebras (I, II, III позиции рук).
- II. Demi plie по I, II, V позициям.
- III. Grand plie по I, II, V позициям.
- IV. Battements tendus из I позиции:
  - battements tendus pour le pled в сторону;
  - battements tendus из V позиции.
- V. Passe par terre:
  - с demiplie по I позиции
  - с окончанием в demiplie.
- VI. Battementtendujete из I позиции во всех направлениях:
  - battements tendus jete с rique;
  - battements tendus jete из V позиции.
- VII. Rond de jambe par terre впервойраскладке en dehors, en dedans.
- VIII. Положение ноги sur le cou de pied:
  - «условное» спереди, сзади;
  - «обхватное».
- IX. Battementsfrappe носком в пол, в сторону во всех направлениях.
- X. Battementsfrappe носком в пол во всех направлениях.
- XI. Battementsfondu во всех направлениях;
- XII. Preparation к rond de jambe par terre en dehors, en dedans.
- XIII. Battementsre levelent на 90 градусов во всех направлениях;
- XIV. Понятие retire.
- XV. Grand battements jete из I позиции;
- XVI. Releve по I, II, V позициям:
  - с вытянутых ног;

- с demi plie.
- XVII. Demi rond de jambe par terre;
- rond de jambe par terre (полный круг) .
- XVIII. Grandbattementsjete из I позиции в первоначальной раскладке.
- XIX. Releve по I, II, V позициям:
  - с вытянутых ног;
- с demi plie.
- XX. Понятие epaulement (croisee, efface, ecarte) позы.
- XXI. Ра balance.
- XXII. Temps leve saute по I, II позициям;
  - V позиции.
- XXIII. Petit changement de pied.
- XXIV. Ра echarpe в первой раскладке.
- XXV. Шаг польки.

Перечень изучения движений и репертуар может варьироваться в зависимости от способностей учащихся.

## **2. Теория основы народно-сценического танца**

На втором году обучения разучивается экзерсис на середине зала.

Экзерсис на середине зала

1. Русский поклон
2. Основные положения и движения рук
3. Русские ходы и элементы русского танца
4. «Припадание» и «Упадание»
5. Подготовка к «верёвочке», «верёвочка»
6. Подготовка к «молоточкам»
7. Подготовка к «моталочке», «моталочка»
8. «Гармошечка»
9. «Ковырялочки»
10. Основы дробных выстукиваний
11. Подготовка к вращениям на середине зала
12. Подготовка к вращениям и вращения по диагонали класса
13. Изучаемые танцы: русский, испанский, грузинский, чеченский, цыганский, мексиканский, казачий, и т.д.

Перечень изучения движений и репертуар может варьироваться в зависимости от способностей учащихся.

## **3. Современная хореография**



Теория: продолжение работы над приобретенными навыками: выработки правильности и чистоты исполнения, воспитание умения сочетать движения ног, корпуса, рук и головы для достижения выразительности и 13 осмысленности танца. Развитие внимания при освоении несложных ритмических комбинаций, проверка точности и чистоты исполнения пройденных движений, развитие подвижности позвоночника, дальнейшее развитие силы и выносливости за счет ускорения темпа и увеличения нагрузки в упражнениях, освоение более сложных танцевальных элементов, совершенствование техники, усложнение координации, развитие артистичности.

Практика: упражнения в партере. Проучивание *batman tendus jete* вперед с сокращенной ногой от колена, в положении лежа. *Contraction, release* на четвереньках. *Body roll* в положении круазе сидя. Упражнения *stretch* характера на проработку положения ноги в сторону. Растяжки из положения сидя, включая поясничную работу мышц. Упражнения *stretch* характера из положения *frog-position* с использованием рук. Подъем ног на 90 градусов из положения, лежа (стопы – *point*). *Grand batman* вперед, из положения, лежа на спине. *Grand batman* в сторону из положения, лежа на боку. *Grand batman* в сторону, назад из положения, стоя на четвереньках. Упражнения на середине зала. В разделе изоляция проучиваем новое понятие – крест. В разделе изоляция проучиваем новое понятие – квадрат. Использование разноритмических музыкальных произведений при исполнении движений. Проучивание *flat back* вперед из положения стоя. Дыхательная гимнастика с использованием *contraction, release*, с добавлением работы рук в положении стоя. Введение элементарных акробатических элементов: выход на большой мостик из положения стоя; стойка на лопатках «березка»; кувырки вперед, назад; перекаты. Кросс. Шоссе. Па-де-бурре.

Перечень изучения движений и репертуар может варьироваться в зависимости от способностей учащихся.

#### **4. Подготовка концертных номеров**

Примерный перечень хореографических номеров:

- Григ. Детский танец из балета «Сольвейг». Постановка Л.Якобсона
- Григ. «Норвежский танец». Постановка Е.Снетковой-Вечесловой
- Музыка Д. Дюкома. «Полька с мячиком». Постановка А.Ширяева
- Белорусский танец «Крыжачок»
- Белорусский танец «Бульба»
- Цыганский танец «Ай, ромалэ»
- Современный танец «21 век»

В течение года обучающиеся могут принимать участие в концертах, конкурсах и фестивалях различного уровня. Проведение отчетного концерта,

подведение итогов за год, совместное обсуждение планов на будущее.

### Материально-техническое обеспечение занятий

Тема занятия	Формы занятий	Обеспечение
Теория и основы классического танца	Комбинированное	Музыкальный центр, зеркала, станок
Теория и основы народно-сценического танца	Комбинированное	Музыкальный центр, зеркала, станок
Современная хореография	Комбинированное	Музыкальный центр, зеркала, станок
Подготовка концертных номеров	Комбинированное	Музыкальный центр, зеркала,

### Рабочая программа модуля 3 «Третий год обучения» дополнительной общеобразовательной – дополнительной общеразвивающей программы «Коллектив современного танца»

#### Учебный план

Название модуля, направления хореографических направлений	Всего часов	Теория	Практика	Форма аттестации/контроля
<b>Модуль 3. «Третий год обучения»</b>	<b>153</b>	<b>23</b>	<b>130</b>	Отчётный концерт
1.Теория и основы классического танца	35	6	29	Открытый урок
2.Теория и основы народно-сценического танца	35	6	29	Открытый урок
3.Современная хореография	35	6	29	Открытый урок

4.Подготовка концертных номеров	48	5	43	Концерт, конкурс, фестиваль
---------------------------------	----	---	----	-----------------------------

## Содержание учебного плана

### 1. Теория и основы классического танца

В целом требования совпадают со вторым годом обучения, но с учетом усложнения программы: продолжается работа над выработкой правильности и чистоты исполнения, закреплением освоенных элементов хореографической грамоты, переходом к элементам будущей танцевальности.

На третьем году обучения больше внимания уделяется развитию силы стопы за счет увеличения упражнений на полупальцах, развитию устойчивости, силы ног путем увеличения количества повторов изучаемых движений, развитию различных мышц тела в исполнении одного движения. Необходимо начать работу над техническим исполнением упражнений в ускоренном темпе. Продолжить работу над скоординированным исполнением изучаемых движений. Примерный рекомендуемый список изучаемых движений:

#### **ЭКЗЕРСИС У СТАНКА**

1. Demi plie по IV позиции;
  - grand plie по IV позиции.
2. Demi rond de jambe на 45 en dehors, en dedans,
  - на demi plie.
3. Battements fondu с plie - releve с выходом на полупальцы.
4. Battements double frappe с окончанием в demi plie.
5. Pas tombee с продвижением и фиксацией ноги в положении s<sup>^</sup> !e<sup>^</sup>u de Pied.
6. Battements developpe с окончанием в demi plie.
7. III форма port de bras с вытянутой ногой назад (растяжка без перехода на работающую ногу).
8. Поворот soutenu на 360 .
9. Preparation к pirouette sur le cou de pied из V позиции.
10. Grand battements jete с pointee.

#### **ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА**

1. Понятие arabesque. (I, II, III, IV):
  - изучение I, II, III arabesque.
2. Battement tendu в позах в сочетании с degagee и фиксацией arabesque.
3. Battements tendu jete в позах в сочетании с balancoire, pique с фиксацией arabesque.
4. Rond de jambe par terre en dehors et en dedans на demi plie.
5. Battements fondu в сочетании с soutenu и demi plie во всех направлениях на 45°.
6. Battements frappe во всех направлениях на 45° в позах.
7. Battement releve lent и battement developpe как основополагающие элементы adagio.
8. Temps lie par terre en dehors et en dedans,
  - temps lie par terre с перегибом корпуса.
9. Grand battements jete с pointee в позах.

## **1. Теория и основы народно-сценического танца**

Экзерсис у станка:

- I. Demi plies и grand plies (полуприседания и полные приседания).
- II. Battements tendus (скольжение ног по полу) .
- III. Battemets tendus jetes (маленькие броски).
- IV. Pas tortille (повороты «стоп», одинарные и двойные).
- V. Flic-flac (мазок к себе от себя рабочей ногой).
- VI. Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу).
- VII. Маленькое каблучное.
- VIII. Большое каблучное.
- IX. Battemets fondus (мягкий, тающий).
- X. Developpe, releve lent (вынимание и подъем ноги).
- XI. «Веревочка».
- XII. Дробные выстукивания.
- XIII. Grands battements jetes (большие броски ногой).

Экзерсис на середине зала:

1. Поклон праздничный (хороводный), женский и мужской в раскладке с паузами после каждого движения.
2. Основные движения руками, которые вводятся во все элементы русского танца: в ходы, припадания, «молоточки», «моталочки», «веревочки», дробь. Усложняются манипуляции с платочком:

— платочек натянутый за кончики, исполняются круговые движения,

- полуокружности перед собой вправо и влево,
- взмахи на вращениях из первой в третью позицию,
- используется большая шаль, выстраиваются рисунки танца из развернутой, из свернутой пополам и вчетверо, треугольником шали,
- движения с шалью и платком обыгрываются в дуэтном танце, переплясе, кадрили, хороводах,
- изучаются основные положения рук в танце «Русская плясовая», «Кадриль», «Лирический хоровод».

### 3. Виды русских ходов и поворотов:

- простой бытовой с поворотом, с использованием «ковырялочки», «мазков», припаданий,
- «боярский», с использованием приставных шагов на носок или на

каблук, с отходом в сторону и выведением ноги на каблук через переступания, аналогично назад,

- широкий шаг-«мазок» на  $45^0$  и  $90^0$  с сокращенным подъемом, с plie и на plie,

- боковой приставной на plie с выведением через подмену ноги на  $45^0$  и  $90^0$  в сторону,

- хороводный на полупальцах, мелкий, во всех возможных направлениях,
- переменный на всей стопе и на полупальцах, с поочередным притопом, резким или мягким в зависимости от характера танца,

- ходы с каблучков:

а) простые, на вытянутых ногах,

б) акцентированные, под себя в plie,

в) с выносом на каблук вперед,

- боковые припадания по 5 и 1 прямой позициям с продвижением вперед, с работой платком,

- боковые припадания с поворотами,

- припадания по линии круга с работой рук,

- бег на переменной смене ног и на полупальцах, с наклоненным корпусом,

- бег с соскоком в первую прямую позицию и тройным ускоренным бегом,

- повороты на беге, вправо, влево, в парах, с использованием притопов и вынесением ноги на каблук,

- повороты с выносом ноги на каблук, приемом shame, приемом перескок (высокий),

- тройные боковые переступания (с ударом, с выносом ноги на каблук),

- повороты с «ковырялочкой»,
- повороты с «молоточками»,
- повороты приемом «каблочки», «поджатые»,
- повороты на тройном беге, с использованием «молоточков», «моталочек».

#### 4. «Веревочки»:

- простая в повороте,
- двойная в повороте,
- с выносом на каблук и переступаниями неоднократными с продвижением и с «ковырялочкой» без закрытия в позицию,
- всевозможные ритмические рисунки в движении, с использованием «косичек», «закладок», боковых: вперед и назад от опорной ноги, как на всей стопе, так и на полупальцах, с отскоком и перескоками.

#### 5. «Ковырялочки»:

- простые,
- в повороте на  $90^0$ , со сменой ног,
- с отскоком и продвижением вперед,
- с отскоком и большим броском на  $90^0$ ,
- в сочетании с различными движениями русского танца,
- воздушные на  $30^0$ ,  $45^0$ ,  $90^0$ ,
- в поворотах, на вращениях трюкового характера с чередованием мелких и средних по амплитуде движений русского танца.

#### 6. «Моталочки»:

- простая,
- простая в повороте по четвертям круга, на  $90^0$  с использованием бросков ноги приемом *jetes* с вытянутым и сокращенным подъемом,
- с перекрестным отходом назад или в позу,
- с остановкой в 5 позицию на полупальцах,
- с использованием переступаний через положение *retete* при помощи «веревочек», подскоков, в различных ритмических рисунках и чередованием позиций,
- в трюковых диагональных вращениях.

#### 7. «Гармошечки»:

- простая на вытянутых ногах и на *demi plie*, с работой рук через вторую, третью позицию плавно и резко,
- в повороте, в диагональном рисунке с руками,
- в различных ритмических рисунках с выносом ноги на каблук вперед назад в диагональное направление,

— с чередованием приставных шагов, с *pas degaje*, в характере «Камаринской» для мальчиков, «Барыни» для девочек.

#### 8. Припадания:

- боковые с двойным ударом спереди,
- вокруг себя по два, по четыре припадания, по четвертям круга.

#### 9. Перескоки и «подбивки»:

- перескоки в повороте,
- перескоки с ноги на ногу с одинарным и двойным ударом (второе полугодие в повороте),
- неоднократные удары на отскоке по первой прямой позиции,
- поочередное выбрасывание ног на каблук вперед, на месте, второе полугодие вокруг себя по четвертям круга, с отходом назад,
- подбивка «голубец», на месте и с переступанием (второе полугодие).

#### 10. Дробные выстукивания:

- двойная дробь с подскоком на рабочей ноге и мазком другой ногой,
- синкопированные проскальзывания с приведением ноги на *retere* у колена невыворотнo,
- соскоки вправо, влево по первой прямой позиции на месте на две ноги одновременно,
- соскоки с ударом рабочей ногой в невыворотное и выворотное положение перед опорной ногой:

а) неоднократные удары,

б) с притопом и сменой левой и правой ног,

- двойная дробь с «ускорением»,
- двойная дробь с притопами и разворотами корпуса,
- двойная дробь с отскоком под себя и приведением другой ноги к икроножной мышце,
- «ключ» с использованием двойной дроби.

#### 11. Присядки:

- присядка с «ковырялочкой»,
- присядка с ударом по голенищу, по ступне спереди и сзади,
- подскоки по 1 позиции из стороны в сторону с хлопками перед собой,
- «гусиный шаг»,
- «ползунок» вперед и в сторону на пол.

## 12. Прыжки:

- прыжок с поджатыми перед грудью ногами на месте,
- прыжок с согнутыми от колена ногами и ударами по голенищам,
- прыжок с ударами по голенищу спереди,
- «лягушка».

Перечень изучения движений и репертуар может варьироваться в зависимости от способностей учащихся.

## 2. Современная хореография

На третьем году обучения упражнения исполняются на середине зала с изменением уровней. Некоторые движения - в положении «стоя», «сидя», «лежа» и обратно. В конце разогрева исполняются прыжки типа *sauté et emboite*, которые активизируют мышцы и являются своеобразной кульминацией перед следующим, более спокойным, разделом урока, и

используются комбинации, повышенной сложности. В комбинациях используются сочетания шагов, прыжков, вращений, спиралей и наклонов торса. В разделе «импровизация» совершенствуем приемы актерского мастерства и пластического выражения действия, образа.

Продолжается работа: над формированием вкуса, такта в поведении у воспитанников, чувство толерантности к сверстникам, созданием творческого коллектива единомышленников. Изучаются комбинации в стиле афро, состоящие из следующих элементов:

- движения таза вперед-назад, исполняются на каждый шаг;
  - движения руками (по схеме, заданной педагогом);
- мультиплицированные шаги из стороны в сторону со спиральным движением бедра или вперед-назад.

Перечень изучения движений и репертуар может варьироваться в зависимости от способностей учащихся.

## 3. Подготовка концертных номеров

Воспитание у детей навыков, которые помогают создавать танцевальные образы. Изучение танцев и объяснение смысла изучаемых номеров. Знание и понимание образного содержания исполняемой композиции.

Примерный перечень хореографических номеров:

1. Музыка Л.Герольда. Детский танец из балета «Тщетная предосторожность», хореография О.Виноградова
2. Музыка Обера. Детский танец из балета «Фадетта». Постановка Л.Лавровского
3. Русский сюжетный танец



4. Русский мужской танец «Камаринская»
5. «Гуцульский танец»
6. «Татарский танец»

В течение года обучающиеся могут принимать участие в концертах, конкурсах и фестивалях различного уровня, в конце года проводится промежуточная аттестация в виде академического концерта.

Перечень изучения движений и репертуар может варьироваться в зависимости от способностей учащихся.

### **Материально-техническое обеспечение занятий**

<b>Тема занятия</b>	<b>Формы занятий</b>	<b>Обеспечение</b>
Теория и основы классического танца	Комбинированное	Музыкальный центр, зеркала, станок
Теория и основы народно-сценического танца	Комбинированное	Музыкальный центр, зеркала, станок
Современная хореография	Комбинированное	Музыкальный центр, зеркала, станок
Подготовка концертных номеров	Комбинированное	Музыкальный центр, зеркала,

### **Рабочая программа модуля 4 «Четвертый год обучения» дополнительной общеобразовательной – дополнительной общеразвивающей программы «Хореографический ансамбль»**

#### **Учебный план**

<b>Название модуля, направления хореографических направлений</b>	<b>Всего часов</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>	<b>Форма аттестации/контроля</b>
<b>Модуль 4. «Четвертый год обучения»</b>	<b>153</b>	<b>23</b>	<b>130</b>	Отчётный концерт
1. Теория и основы классического танца	35	6	29	Открытый урок

2.Теория и основы народно-сценического танца	35	6	29	Открытый урок
3.Современная хореография	35	6	29	Открытый урок
4.Подготовка концертных номеров	48	5	43	Концерт, конкурс, фестиваль

## Содержание учебного плана

### 1. Теория и основы классического танца

Предъявляемые требования при выполнении и изучении новых движений к учащимся четвертого года обучения остаются в основном прежними, как и в предыдущих, но с учетом усложнения программы: продолжается работа над выработкой правильности и чистоты исполнения, закреплением освоения элементов хореографической грамоты, воспитанием более свободного владения корпусом, движением головы и особенно рук, укреплением устойчивости (опломба) в различных поворотах, в упражнениях на полупальцах; переходом к элементам будущей танцевальности, освоением более сложных танцевальных элементов.

Продолжается работа над развитием пластичности и выразительности рук, корпуса, выразительностью поз, совершенствованием исполнительской техники (введение различных полуповоротов и полных поворотов); подготовкой к вращению. Вводится более сложная координация движений за счет использования поз в экзерсисе у станка и на середине; усложнение учебных комбинаций, развитие артистичности, манерности, изучение заносок; ускоряется общий темп урока.

#### **Примерный рекомендуемый список изучаемых движений:**

#### **ЭКЗЕРСИС У СТАНКА**

- Demi plie и grand plie с рукой en dehors, en dedans.
- Battement tendu pour batterie (как подготовка к заноскам).
- Battement tendu jete в сочетании с pour le pied, pique, balansoire на четверть из-за такта.
- Flic-flac.
- Pas tombee с продвижением и фиксацией ноги носком в пол; фиксация ноги на 45 .
- Rond de jambe en l air en dehors, en dedans в первоначальной

раскладке; и в конечной раскладке.

- Battement soutenu на 45 во всех направлениях.
- Battement frappe с окончанием в demi plie носком в пол и поворотом

в малые позы.

- Demi rond на 90 en dehors et en dedans.
- Battement developpe в сочетании с plie releve.
- Petit battement с акцентом sur le cou de pied сзади и условное спереди.
- Grand battemnet jete с passe par terre через I позицию и с фиксацией

НОГИ НОСКОМ В ПОЛ.

- Pas de bourree simple en tournant.
- Preparation и pirouett en dehors, en dedans из V позиции.

### **ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА**

- Battement fondu с plie-releve на всей стоне с фиксацией ноги на 45<sup>0</sup> с demi rond на 45 en dehors, en dedans.
- Battement double frappe с окончанием в demi plie и фиксацией ноги носком.
- Battement developpe в больших позах в сочетании с arabesque.
- Preparation к pirouette с IV позиции.
- Tours chaines.

### **ALLEGRO**

- Pas echappe battu.
- Double assemble.
- Pas assemble с продвижением в сочетании с pas glissade.
- Sisson fermee вперед в I arabesque.
- Заноски entrechat, catre royle.

Перечень изучения движений и репертуар может варьироваться в зависимости от способностей учащихся.

## **2. Теория и основы народно-сценического танца**

### **Экзерсис у станка**

1. Demi plie, grand plie (полуприседания и приседания).
2. Battements tendus (скольжение ногой по полу).
3. Pas tortilla (развороты стоп).
4. Battements tendus jetes (маленькие броски).
5. Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу).
6. Большое каблучное.
7. Battemets fondus (мягкое, тающее движение).
8. «Веревочка».
9. Battemets develloppe.

10. Дробные выстукивания.

11. Grands battements jetés (большие броски).

### Экзерсис на середине зала

«Глубокий поклон»:

а) ниже пояса;

б) все разновидности русского поклона в сочетании с ходами и движениями рук.

- Простые шаги (направление вперед и назад в сочетании с движениями рук).
- Хороводный ход в различных направлениях с работой рук.
- Простой шаг с проскальзывающим притопом, с продвижением вперед.
- Простой шаг с сочетанием шага на ребро каблука, в продвижении вперед и включением работы рук и корпуса.
- Шаг на ребро каблука с притопом на месте, с продвижением вперед и работой рук.
- Шаг на ребро каблука с разворотами корпуса, наклонами, со сменой ракурсов на притопе.
- Шаг на ребро каблука с проскальзывающим ударом и продвижением вперед.
- Шаг с притопом в продвижении вперед, отходом назад.
- Шаг с «приступкой» (с приставкой).
- Шаг с продвижением вперед (медленный, плавный). Для девушки с платочком в руке.
- Шаг с переступанием («переступка», с продвижением вперед).
- Шаг с переступанием с постепенным поворотом корпуса то вправо, то влево.
- Переkreщивающийся шаг (с переkreщивающимися ногами, с продвижением вперед).
- Ознакомление с ходами танца «Сибирский лирический».
- Ознакомление с ходами танца «Смоленский гусачок».
- Разучивание движений рук, положения корпуса, характерных этим областям.
- «Веревочка» с переборами по 5 позиции на месте и с поворотами.
- «Двойная веревочка» с поочередными переступаниями на месте и в повороте.
- «Моталочка» на demi plié синкопированным акцентом на всей стопе и на полупальцах.
- «Ковырялочка» с отскоками.
- «Молоточки» в характере уральского танца «Шестера».
- «Маятник» - «Моталочка» в поперечном движении.

– Дробные выстукивания:

- а) «ключ» дробный, сложный;
- б) «Ключ» дробный, сложный в повороте;
- в) «Ключ» хлопущечный;
- г) три дробные дорожки с заключительным ударом;
- д) поочередное выбрасывание ног перед собой и в стороны на каблук или на всю стопу;
- е) «сбивка» с «ковырялочкой» в повороте;
- ж) «отбивка» с выбросом ноги вперед;
- з) дробь в продвижении с двойной «отбивкой» правой ногой и кругом с окончанием сзади, аналогично с левой ноги.

Дроби в характере народных танцев Поволжья.

Хлопушки мужские:

- а) поочередные удары по голенищу спереди и сзади на подскоках;
- б) удары двумя руками по голенищу одной ноги;
- в) удар по голенищу вытянутой ноги;
- г) хлопушки на поворотах;
- д) «ключ» с хлопушкой.

Трюковые элементы (мужские):

- а) «разножка» в воздухе;
- б) «щучка» с согнутыми ногами;
- в) «крокодильчик»;
- г) «коза»;
- д) «бочонок».

## Вращения на середине зала

Вращения, усвоенные за предыдущие годы обучения, изучаются в национальном характере, а также в характере областных особенностей (plie-каблочки, plie-releve, plie-retere, шаг-retere, подскоки, припадания, pirouettes).

- Приемом plie-releve (два на месте, третий - plie-подготовка, четвертый - вращение) -

1 полугодие - двойное вращение за 4-м разом.

- Приемом plie-retere (аналогичная схема изучения).
- Приемом plie-каблочки (аналогичная схема изучения).
- Приемом pirouettes (аналогичная схема изучения).
- Разучивается «вкручивающаяся» на месте концовка вращений с выходом на полупальцы в финале.
- Припадания мелкие, быстрые.
- Вращения на одной ноге, вторая на щиколотке невыворотной, с приходом во 2 позицию (невыворотной), без пауз, но в медленном темпе

2 полугодие.

- То же самое вращение в нормальном темпе - 2 полугодие.
- Разучивается «вкручивающаяся» концовка приемом вращения на одной ноге через retere невыворотной, уходит в позицию. Концовка в plie или в полупальцы - 2 полугодие.
- «Обертас» по 1 прямой позиции - 1 полугодие.
- «Обертас» по 1 прямой позиции с ударом - 2 полугодие.
- «Обертас» с rond на  $45^0$  - 1 полугодие, на  $90^0$  - конец 2 полугодия.
- Разучивается окончание вращения приемом двойного shaine.
- Вращения для мальчиков:

а) tours,

б) pirouettes.

- Поджатые прыжки в чередовании с другими приемами вращений на месте.

## Вращения по диагонали класса

- Tour-pique в раскладке, с рукой в характере украинского танца, с рукой
- с платочком в русском характере.
- Бег с выбрасыванием правой ноги вперед.
- Бег по 1 прямой позиции (поворот за два бега) - 1 полугодие, поворот

- за один бег - 2 полугодие.
- Большие «блинчики» в сочетании с бегом в различных ритмических рисунках - 2 полугодие.
- Большие «блинчики» в чередовании с маленькими «блинчиками», различных ритмических рисунках.
- Большой «блинчик» в сочетании с shaine.
- Маленький «блинчик» в сочетании с вращением шаг на «каблучок».
- Дробные выстукивания в повороте в соединении с шагом на каблук,
- выносом ноги на каблук, «ковырялочкой» с выбиванием ноги в сторону.
- Мужские вращения с использованием пройденного материала.

### **Вращения по кругу**

1. Приемом шаг-retere, вращение за один шаг.
2. Подскоки, вращение за один шаг.
3. Маленькие «блинчики», поворот за один шаг.
4. Большие «блинчики», аналогично.
5. Бег по 1 прямой позиции.
6. Бег с выбрасыванием ноги вперед.
7. «Шаг-каблучок», вращение за один шаг.
8. Tour-rique в раскладке с рукой за голову (украинское), с платочком (русское) в 3 позицию.

Перечень изучения движений и репертуар может варьироваться в зависимости от способностей учащихся.

### **3. Современная хореография**

Модерн-танец. На уроках танца модерн дети обучаясь основным движениям, учатся взаимодействовать с окружающим их пространством, учатся использовать в танце силу земного притяжения. Работа с пространством даёт неограниченные возможности в сочетании с высоким техническим уровнем подготовки. Основные понятия: контракция, кёф, арка. Учимся правильно дышать. Падения и быстрый подъём. Разучивание тренажа на полу: плие, батман тандю, жете, ронд, фондю, гранд батман жете и адажио в стиле модерн. Разучивание танцевальных комбинаций на середине зала и в продвижении.

Джаз танец. Повторение и закрепление выученного за 3-й год обучения. Развёрнутая разминка у палки на материале современного джаза, Характерно использование чередования темпа ритмов, синкоп, смещённого ритма, свойственных джазовому танцу. Фиксация всех основных положений и позиций проученного материала в эстетических позициях и использование простейших танцевальных комбинаций.

Контактная импровизация. Используя основы техники release, учимся: совмещать в единое целое танцевальную пластику и окружающее пространство, чувствовать партнёра, коллектив, себя в коллективе как одно целое.

Перечень изучения движений и репертуар может варьироваться в зависимости от способностей учащихся.

#### 4. Подготовка концертных номеров

Усложнение техники танцевальных движений и развитие у детей умения выразить образ в пластике движения. Формирование умений и навыков выполнения сложных трюковых и силовых элементов народного и классического танцев, понимание необходимости совершенствования танцевального мастерства.

Примерный перечень хореографических номеров:

- Музыка Ш. Фрамма. «Маленькие испанцы», хореография Л.Якобсона
- Музыка П.Гертеля. «Саботьер». Детский танец из балета «Тщетная предосторожность»
- «Вальс цветов» из балета П.Чайковского «Спящая красавица», хореография Петипа
- «Русская плясовая»
- Белорусский танец «Веселуха»
- Украинский танец «Коломийка»
- Молдавский танец «Молдовеняска»

В течение года обучающиеся могут принимать участие в концертах, конкурсах и фестивалях различного уровня, в конце учебного года проводится промежуточная аттестация в виде академического концерта.

Перечень изучения движений и репертуар может варьироваться в зависимости от способностей учащихся.

#### Материально-техническое обеспечение занятий

Тема занятия	Формы занятий	Обеспечение
Теория и основы классического танца	Комбинированное	Музыкальный центр, зеркала, станок
Теория и основы народно-сценического танца	Комбинированное	Музыкальный центр, зеркала, станок



Современная хореография	Комбинированное	Музыкальный центр, зеркала, станок
Подготовка концертных номеров	Комбинированное	Музыкальный центр, зеркала,

**Рабочая программа модуля 5 «Пятый год обучения»  
дополнительной общеобразовательной – дополнительной  
общеразвивающей программы  
«Коллектив современного танца»**

**Учебный план**

<b>Название модуля, направления хореографических направлений</b>	<b>Всего часов</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>	<b>Форма аттестации/контроля</b>
<b>Модуль 5. «Пятый год обучения»</b>	<b>153</b>	<b>23</b>	<b>130</b>	Отчётный концерт
1. Теория и основы классического танца	35	6	29	Открытый урок
2. Теория и основы народно-сценического танца	35	6	29	Открытый урок
3. Современная хореография	35	6	29	Открытый урок
4. Подготовка концертных номеров	48	5	43	Концерт, конкурс, фестиваль

**Содержание учебного плана**

**1. Теория и основы классического танца**

Главная задача на пятом году обучения - это подготовка учащихся к

представлению выпускной программы в максимально готовом виде.

На протяжении всего учебного года закрепляется весь программный материал, изученный за все годы обучения: продолжается работа над пластичностью и выразительностью рук, а также их активностью и точностью координации при исполнении больших поз и туров; продолжается работа над чистотой, свободой и выразительностью, точностью исполнения с использованием более сложных сочетаний пройденных движений; происходит дальнейшее освоение техники пируэтов и заносок; создание танцевальных комбинаций адажио, аллегро и на пальцах на готовый музыкальный материал с использованием знакомой и несложной балетной музыки; развитие виртуозности и артистичности; приобретение законченной танцевальной формы;

Увеличиваются нагрузки в упражнениях у станка и на середине зала, в allegro и экзерсисе; осваиваются более сложные танцевальные элементы; усвоение туров с различных приемов.

Продолжается работа над: пластичностью и выразительностью рук, а также их активностью и точностью координации при исполнении больших поз и туров, точностью и чистотой исполнения пройденных движений.

Освоение техники пируэтов и заносок, создание танцевальных комбинаций адажио, аллегро и на пальцах на готовый музыкальный материал, развитие виртуозности и артистичности, увеличение нагрузки в adagio и усложнение его строения, освоение более сложных танцевальных элементов, усвоение туров с различных приемов, дальнейшее развитие силы и выносливости, совершенствование исполнительской техники, совершенствование координации, развитие артистичности, манерности, чувство позы, изучение pirouettes с различных приемов, а также подготовка к вращениям по диагонали, знакомство с большими прыжками, изучение прыжков с различных приемов и развитие баллона в больших прыжках.

### **Примерный рекомендуемый список изучаемых движений**

#### **ЭКЗЕРСИС У СТАНКА**

1. Demi plie и grand plie в сочетании с port de bras (движения рук, перегибы корпуса) и degagee по II и IV позициям.
2. Flic-flac на 1/2 поворота en dehors et en dedans.
3. Battement fondu на полупальцах во всех направлениях.
4. Double battement fondu.
5. Temps re leve (preparation к rond de jambe en l air) en dehors et en dedans.
6. Положение attitude вперед и назад, как составная часть adagio.
7. Grand rond на 90 en dehors, en dedans.
8. Battement frappe и battement double frappe с выходом на полупальцы.

9. Petit battement sur le cou de pied на полупальцах.
10. Grand battement jete developpe (мягкий battement).
11. Pas de bourre ballotte.

### **ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА**

- Battement tendu en tournent на 1/4 поворота.
- Battement tendu jete в сочетании с flic-flac.
- Rond de jambe par terre en tournent на 1/4 поворота en dehors et en dedans.
- Battement fondu на 45 в сочетании с demi rond en dehors et en dedans на полупальцах.
- Battement double frappe с окончанием в demi plie и с подворотом в малые позы на полупальцах.
- Battement developpe в сочетании с attitudes, arabesques, с окончанием в demi - plie и больших позах.
- Четвертая форма port de bras.
- Pirouette из V позиции с окончанием в IV позицию.
- Preparation к glissade en tournent и вращение glissade en tournent по диагонали.
- Preparation к tour en dedans.

### **ALLEGRO**

1. Temps leve saute по V позиции с продвижением по диагонали приемом soubreseauant.
2. Sisson ouverte на 45 во всех направлениях.
3. Pas de chat.
4. Tour en l' air по I позиции.
5. Sisson simple en tournant на 1/2 поворота в сочетании с шагом coupe-assemble.
6. Grand pas jete с продвижением вперед по диагонали.
7. Сценический sisson в 1-й arabesque.

Перечень изучения движений и репертуар может варьироваться в зависимости от способностей учащихся.

## **2. Теория и основы народно-сценического танца**

### **Экзерсис у станка**

1. Demi plies и grand plies (полуприседания и приседания).
2. Battements tendus (скольжение ног по полу).
3. Pas tortille (развороты стоп).
4. Battemets tendus jetes (маленькие броски).
5. Flic-flac (мазок к себе от себя).
6. Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу).
7. Маленькое каблучное.

8. Большое каблучное.
9. Battemets fondus (мягкое, тающее движение).
- 10.«Веревочка».
- 11.Battment developpe .
- 12.Дробные выстукивания.
- 13.Grands battements jetes (большие броски ногой).

### **Экзерсис на середине зала**

1. «Праздничный поклон».
2. Припадания накрест (быстрое).
3. Ускоренная «гармошечка» ( без plie) вокруг себя;
4. Простая и двойная с поворотом на 360<sup>0</sup> в приседании на полупальцах и на вытянутых ногах;
5. «Моталочка» с поворотом.
6. Ход на ребро каблука с подбивкой и продвижением вперед.
7. Шаг-бег с наклоном в корпусе; бег с отбрасыванием ног назад с акцентированным исполнением; бег с поднятием согнутых ног вперед, как на месте, так и в продвижении; тот же бег в различном ритмическом рисунке
8. Основные ходы танца «Матаня» Орловской области и сопутствующие им движения рук.
9. Дробные выстукивания в характере танца «Матаня» и «хлопушки».

### **Трюки мужского характера:**

- «кольцо»;
- «пистолет»;
- «экскаватор»;
- «циркуль»;
- «Склепка»;
- «голубцы» с поджатыми ногами с переходом на полупальцы.
- «ползунок» (ноги вперед, в сторону и на воздух).

### **Вращения на середине зала**

- Отскоки по 1 прямой позиции в повороте с выносом правой ноги на каблук.
- Поворот plie-retere с переступанием на полупальцах.
- Вращение по 2 позиции невыворотной, стремительно.
- Бег на месте со скоком в 1 прямую позицию на сильную музыкальную долю.
- Вращения мужского характера в сочетании с изученными движениями народного танца.

## **Вращения по диагонали зала**

1. Shaine:
2. Shaine в сочетании с вращением на мелких переступаниях в demi
3. plie;
4. Shaine в сочетании с вращением на каблучок;
5. То же с двойным вращением - 2 полугодие;
6. Маленькие «блинчики» в сочетании с воздушной прокруткой и grand rond приемом «обертас» с высотой на  $45^0$  - 1 полугодие и  $90^0$  - 2 полугодие.
7. Вращение на перескоках с ударами по 1 прямой позиции (стремительное).
8. Вращения в характере пройденных национальных танцев.
9. Вращения мужские с использованием трюковых элементов.

## **Вращения по кругу зала**

Отработка концовок во вращениях соответственно пройденным приемам вращений на середине зала. Вращения в различных сочетаниях и в различных музыкальных ритмах. Вращения в характере изученных национальностей

Перечень изучения движений и репертуар может варьироваться в зависимости от способностей учащихся.

## **3. Современная хореография**

Овладение системой растяжки «стретч», характером и особенностями классического традиционного джаза. Вращения: простейшее вращение из релаксационного раскрытия до 2-й позиции в контракцию по 6-й, «штопор», туры с подменой ног и одновременной работой корпуса «восьмёркой», по диагонали: тур шене и тур лян. Прыжки: педальный (жете вниз), гранд жете вперед, в сторону, назад через пассе, сиссон ферме, ранверсе. Танцевальные шаги: па томбе и па де буре. «Стретч» - скручивание и раскручивание корпуса. Постижение основ джазового танца на середине зала. Проработка стопы на позициях «параллель» через чередование выворотных и параллельных позиций с одновременной усложнённой работой корпуса через контракцию, закрытием и раскрытием корпуса с постоянной сменой работы рук в позициях «джаз». Модерн танец. Развёрнутая разминка у палки на материале танца модерн : батман тандю, плие, жете, ронд, адажио, гранд жете (простейшие комбинации). Разучивание различных танцевальных комбинаций на середине зала. Импровизация под музыку используя технику release, создание определённого образа.

Перечень изучения движений и репертуар может варьироваться в зависимости от способностей учащихся.

## **4. Подготовка концертных номеров**

На пятом году обучения, дети должны уметь выполнять движения классического, народно-сценического и современного танцев, усложняя танцевальные комбинации, используя весь изученный арсенал хореографической лексики; исполнять различные движения в соответствии с характером танца; раскрыть свою исполнительскую индивидуальность и работать в ансамбле. Обладать устойчивыми навыками культуры поведения, общения, чувством ответственности при выступлении на любой сценической площадке.

### **Примерный перечень хореографических номеров**

- Музыка А. Адана. Вальс крестьянок из I акта балета «Жизель». Хореография Коралли
- Музыка Х.Левенскольда «Pas de quatre» сильфид из балета «Сильфида». Хореография Бурнонвиля
- Русский танец
- Мордовский танец
- Итальянский танец «Тарантелла»
- «Арагонская хота»

В течение года обучающиеся могут принимать участие в концертах, конкурсах и фестивалях различного уровня, в конце учебного года проводится промежуточная аттестация в виде академического концерта.

Перечень изучения движений и репертуар может варьироваться в зависимости от способностей учащихся.

## **1.4. Планируемые результаты реализации программы**

### **Первый год обучения**

Главным результатом программы является сплоченный хореографический ансамбль с устойчивым интересом к выбранному виду деятельности.

#### **Предметные результаты**

Учащиеся должны **знать:**

- терминологию основных движений классического и народно-сценического танца; позиции ног, рук; правильную постановку корпуса;
- особенности игрового танцевального творчества: ролевые игры, игры и танцы с использованием предметов.

Учащиеся должны **уметь:**

- организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим

- дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);
- исполнять поклон, preparation самостоятельный и в присутствии посторонних;
  - уметь исполнять позиции ног и рук классического танца;
  - исполнять элементы современного танца, движения, ходы;
  - исполнять элементы современного танца самостоятельно на середине класса;
  - самостоятельно исполнять несложные танцевальные этюды группой и индивидуально;
  - самостоятельно в присутствии посторонних исполнять целостный танец.

### **Метапредметные результаты**

У учащихся будут развиты:

- опорно-двигательный аппарат;
- физические качества: сила, гибкость, координация;
- творческие способности: артистизм, фантазия, способность к импровизации;

### **Личностные результаты**

У учащихся будут сформированы:

- установка на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, образное мышление;
- эмоциональная восприимчивость;
- навыки работы в группе, культура общения.

## **Второй год обучения**

### **Предметные результаты**

Учащиеся должны знать:

- значение хореографии для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное);
- правила постановки ног у станка (при выворотной стопе);
- терминологию основных движений классического и народно-сценического танца;
- положение ног surlecou-de-pied – «условное, обхватное»;
- особенности игрового танцевального творчества: ролевые игры, игры и танцы с использованием предметов;
- уровень исполнительской техники и артистичности в соответствии

спрограммными требованиями;

– владеть и использовать в речи терминологию хореографии на начальном этапе.

**Учащиеся должны уметь:**

– организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);

- исполнять движения у станка и на середине класса;
- исполнять импровизацию, как на свободную, так и на заданную тему;
- самостоятельно в присутствии посторонних исполнять целостный танец с исполнительским мастерством и театральной выразительностью;
- выполнять различные движения на развитие гибкости и пластики;
- закрывать руку, заканчивая движение в адажио;
- уметь исполнять сольные, групповые и парные партии из танцев;
- самостоятельно исполнять групповой массовый целостный танец.

### **Метапредметные результаты**

У учащихся будут развиты:

- опорно-двигательный аппарат, осанка;
- физические качества: сила, гибкость, координация;
- скоростно-силовые качества, выносливость;
- творческие способности: артистизм, фантазия, способность к импровизации;
- навыки (компетенции) в области хореографии;
- эстетическое восприятие и творческое воображение.

### **Личностные результаты**

У учащихся будут сформированы:

- установка на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду;
- образное мышление;
- эмоциональная восприимчивость;
- навыки работы в группе, культура общения;
- нравственно-эстетические, духовные и физические качества личности.

Неотъемлемой частью жизни коллектива и важнейшим условием эффективности реализации программы является включение родителей в деятельность коллектива. Практика показывает, что сотрудничество с родителями нужно организовывать по нескольким



направлениям:

- помощь в оформлении костюмов;
- помощь в организации и проведения концертной деятельности;
- совместное участие в досуговых мероприятиях.

Главными показателями результативности и эффективности реализации программы являются стабильность, благополучие и высокая сохранность хореографического ансамбля.

## **Третий год обучения**

### **Предметные результаты**

Учащиеся должны **знать:**

- элементы и основные комбинации классического танца, народно-сценического танца, современного танца,
- особенности постановки корпуса, ног, рук, головы, танцевальных комбинаций;

Учащиеся должны **уметь:**

- исполнять на сцене классический танец, народно-сценический танец, современный танец, произведения учебного хореографического репертуара;
- исполнять элементы и основные комбинации классического танца;
- распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок танца;

### **Метапредметные результаты**

У учащихся будут развиты:

- опорно-двигательный аппарат, осанка;
- физические качества: сила, гибкость, координация;
- скоростно-силовые качества, выносливость;
- навыки музыкально-пластического интонирования;
- навыки сохранения и поддержки собственной физической формы

### **Личностные результаты**

У учащихся будут сформированы:

- навыки публичных выступлений
- умение определять структуру музыкального произведения;
- умение ориентироваться в пространстве перестраиваться в любые рисунки; владения методикой исполнения упражнений классического танца у станка и на середине зала;
- знания основы овладения техникой джаз-танца;
- представления о выразительных средствах хореографии; знания происхождения изучаемых танцев.

Главными показателями результативности и эффективности реализации

программы являются стабильность, благополучие и высокая сохранность хореографического ансамбля.

## **Четвертый год обучения**

### **Предметные результаты**

Учащиеся должны **знать**:

- средства создания образа в хореографии;
- принципы взаимодействия музыкальных и хореографических выразительных средств.

Учащиеся должны **уметь**:

- исполнять на сцене различные виды классического танца, народно-сценического танца, современного танца, произведения учебного хореографического репертуара;
- исполнять хореографические постановки на разных сценических площадках.

### **Метапредметные результаты**

У учащихся будут развиты:

- опорно-двигательный аппарат, осанка;
- физические качества: сила, гибкость, координация;
- скоростно-силовые качества, выносливость;
- навыки музыкально-пластического интонирования;
- навыки сохранения и поддержки собственной физической формы.

### **Личностные результаты**

У учащихся будут сформированы:

- умения осваивать и преодолевать технические трудности при тренинге классического танца, народно-сценического танца, современного танца и разучивании хореографического произведения;
- умения выполнять комплексы специальных хореографических упражнений, способствующих развитию профессионально необходимых физических качеств;
- умения соблюдать требования к безопасности при выполнении танцевальных движений.

Главными показателями результативности и эффективности реализации программы являются стабильность, благополучие и высокая сохранность

хореографического ансамбля.

## **Пятый год обучения**

### **Предметные результаты**

**Учащиеся должны знать:**

- рисунки классического танца, современного танца, народно-сценического танца,
- балетную терминологию;
- элементы сновных комбинаций народно-сценического танца, классического танца и современного танца;
- особенности постановки корпуса, ног, рук, головы, танцевальных комбинаций;
- средства создания образа в хореографии
- принципы взаимодействия музыкальных и хореографических выразительных средств

**Учащиеся должны уметь:**

- владеть методикой исполнения движений классического танца; народно-сценического танца, современного танца;
- владеть соответствующей координацией и силовой нагрузкой в исполнении танцевального номера;
- чувствовать национальный характер и ритм;
- иметь понятие о балетном спектакле;
- знать законы общей координации тела, рук, ног, головы, законы равновесия;
- знать основы овладения техниками джаз и модерн танца.

### **Метапредметные результаты**

У учащихся будут развиты:

- опорно-двигательный аппарат, осанка;
- физические качества: сила, гибкость, координация;
- скоростно-силовые качества, выносливость;
- навыки музыкально-пластического интонирования;
- навыки сохранения и поддержки собственной физической формы.

### **Личностные результаты**

У учащихся будут сформированы:

- знания хореографической терминологии классического танца;

- понимание и интерес фольклором, народными танцами и костюмами, умение связывать характер танца с образом жизни народа, с окружающей природой;
- знания сложных технических движений народно-сценического танца;
- знание репертуара ведущих профессиональных коллективов страны, творчество балетмейстеров этих коллективов;
- навыки анализировать балетные спектакли, определять их жанр;
- навыки исполнять танцы, построенные на движениях разных жанров, стилей;
- грамотность и выразительность движений;
- умение выражать в пластике общее содержание музыки, её образные ассоциации;
- умение свободно импровизировать в современной хореографии;
- умение сочинять небольшие миниатюры, этюды.

Главными показателями результативности и эффективности реализации программы являются стабильность, благополучие и высокая сохранность хореографического ансамбля.

## Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

### 2.1. Календарный учебный график

Периоды	Содержание деятельности
15.08.09.2024 – 01.09.2024	Набор, запись детей в объединения. Проведение родительских собраний, комплектование учебных групп
с 01.09.2024 по 31.12.2024	Реализация дополнительных общеобразовательных программ - дополнительных общеразвивающих программ,
с 01.01.2025 по 10.01.2025	Зимние каникулы
с 11.01.2025 по 31.05.2025	Реализация дополнительных общеобразовательных программ - дополнительных общеразвивающих программ
01.06.2025-31.08.2025	Летние каникулы

#### Всего:

- Реализация дополнительных  
общеобразовательных программ -  
дополнительных общеразвивающих программ - 34 недели;
- Зимние каникулы – 10 дней;
- Летние каникулы – 13 недель.

**Примечание:** для обеспечения санитарно-эпидемиологического благополучия обучающихся реализация дополнительных общеобразовательных программ, дополнительных общеразвивающих программ, адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, дополнительных общеразвивающих программ может осуществляться с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

### 2.2. Условия реализации программы

Программа строится на следующих концептуальных принципах:

**Принцип успеха.** Каждый ребенок должен чувствовать успех в какой-либо сфере деятельности. Это ведет к формированию позитивной «Я-концепции» и признанию себя как уникальной составляющей окружающего мира.

**Принцип динамики.** Предоставить ребенку возможность активного поиска и освоения объектов интереса, собственного места в творческой деятельности, заниматься тем, что нравится.

**Принцип демократии.** Добровольная ориентация на получение знаний конкретно выбранной деятельности; обсуждение выбора совместной деятельности в коллективе на предстоящий учебный год.

**Принцип доступности.** Обучение и воспитание строится с учетом возрастных и индивидуальных возможностей учащихся, безинтеллектуальных, физических и моральных перегрузок.

**Принцип наглядности.** В образовательной деятельности используются разнообразные иллюстрации, видеокассеты, аудиокассеты.

**Принцип систематичности и последовательности.** Систематичность и последовательность осуществляется как в проведении занятий, так в самостоятельной работе учащихся. Этот принцип позволяет за меньшее время добиться больших результатов.

Занятия по Программе состоят из теоретической и практической части. Теоретическая часть включает краткие сведения о развитии хореографического искусства, цикл познавательных бесед о жизни и творчестве великих мастеров танца, беседы о красоте вокруг нас, профессиональной ориентации учащихся. Практическая часть работы направлена на получение навыков хореографического искусства.

Чтобы успешно обучить детей, педагогу необходимо, прежде всего, владеть знаниями, умениями и навыками хореографического искусства. Помещение для проведения занятий должно быть камерным и соответствовать санитарно-гигиеническим требованиям. До начала занятий и после их окончания необходимо осуществлять сквозное проветривание помещения. В процессе обучения учащиеся и педагог должны строго соблюдать правила техники безопасности труда.

#### **Условия реализации программы:**

1. Помещение: хореографический класс с соответствующим оборудованием.

2. Оборудование: зеркала на стенах, хореографические станки, магнитофон, видеоманитофон, телевизор.

3. Использование мультимедийного оборудование образовательного учреждения.

4. Видео и аудио - материалы.

5. Подборка фонограмм для разминочных упражнений, для практических занятий, для постановочной работы в соответствии с данной программой.

6. Костюмерная комната с набором танцевальных костюмов и обуви в соответствии с данной программой.

7. Вентиляция помещения. Для реализации электронного обучения и дистанционных образовательных технологий необходимо наличие цифровой техники с выходом в Интернет и соответствующего программного обеспечения.

### 2.3. Формы аттестации/контроля

На занятиях по хореографии используются разные виды контроля освоения воспитанниками содержания программы:

- текущий контроль (на каждом занятии);
- диагностика результатов в форме опросника, анкеты, тестов и т.д. (в конце учебного года), практические задания;
- промежуточная аттестация с выставлением оценок;
- открытое занятие;
- участие в фестивалях и конкурсах;
- отчетный концерт в конце каждого учебного года.

Неотъемлемой частью отслеживания эффективности реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы являются результаты психолого-педагогического мониторинга.

Для проведения психолого-педагогического мониторинга используются следующие методики: наблюдение, беседа, интервьюирование, анкетирование.

При реализации электронного обучения применяются формы аттестации/контроля.

### 2.4. Оценочные материалы

Мероприятия и праздники, проводимые в коллективе, являются промежуточными этапами контроля за развитием каждого учащегося, раскрытием его творческих и духовных устремлений.

Творческие задания, вытекающие из содержания занятия, дают возможность текущего контроля.

Открытые занятия являются одной из форм итогового контроля.

Конечным результатом занятий за год, позволяющим контролировать развитие способностей каждого учащегося, является отчетный концерт.

При анализе уровня усвоения программного материала детьми рекомендуется использовать карты достижений учащихся, где усвоение программного материала и развитие других качеств ребенка определяются по трем уровням:

- максимальный – программный материал усвоен ребенком полностью, учащийся имеет высокие достижения (победитель международных, всероссийских, областных конкурсов, района и т.д.);
- средний – усвоение программы в полном объеме, при наличии несущественных ошибок; участвует в смотрах конкурсах и др. на уровне школы, города.
- минимальный – усвоение программы в неполном объеме, допускает существенные ошибки в теоретических и практических заданиях; участвует в конкурсах на уровне коллектива.

## 2.5. Методическое обеспечение

В соответствии с возрастом ребенка и требованиями СанПиН распределяется физическая нагрузка по принципу «не навреди» для того, чтобы после занятий исполнитель чувствовал себя комфортно. Это все вызвано тем, что обучение танцу протекает в непосредственном контакте педагога и ученика и тем, что хореографическое проявление каждого ребенка индивидуально. Преобладает строго индивидуальный подход к учащимся.

Форма проведения занятия – урок, продолжительностью 40 минут, с перерывом между занятиями 10 минут.

Принцип построения программы от простого к сложному.

Каждый год обучения включают в себя одинаковые разделы, но содержание с каждым годом усложняется.

Программа включает в себя следующие приемы и методы при работе с учащимися:

1. Синхронное и зеркальное восприятие;
2. Перевод из одного пространства в другое;
3. Использование обратных названий движений и контактные уроки;
4. Формы компромиссного решения;
5. Обращение к индивидуальной культуре исполнения.

Решение задач, выдвигаемых данной программой, требует особого подхода к каждой группе детей: психология и физиология 8-летнего ребенка отличается от возможностей 12-16-летнего школьника; различаются также физические способности учащихся, танцевавших ранее и не имевших хореографической подготовки. Поэтому программой предусмотрены следующие **формы занятий**:

- групповые,
- подгрупповые,
- индивидуальные,
- репетиционные.

Специфика обучения хореографии связана с систематической физической и психологической нагрузкой. Детям необходимо осмысливать указания педагога, слушать музыку, запоминать предложенный текст, отрабатывать различные движения. Преодолеть трудности помогает осуществление индивидуального подхода при одинаковых заданиях для всех. При этом учитывается тип личности, уровень подготовки ребенка, его умение сосредоточиться на разных аспектах задания. Для обучения танцам детей дошкольного и младшего школьного возраста необходимо использовать игровой принцип. Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха, а о необходимости пронизать занятие игровым началом, сделать игру его органическим компонентом. Следующий важный принцип работы на первых этапах обучения – принцип многократного повторения изучаемых движений в максимальном количестве всевозможных сочетаний. Длительное изучение и проработка небольшого количества



движений дает возможность прочного их усвоения, что послужит фундаментом дальнейшего образовательного процесса.

Ведущими методами обучения детей хореографическому искусству являются:

- наглядная демонстрация формируемых навыков (практический показ);
- объяснение методики исполнения движения;
- демонстрация иллюстраций (наглядные пособия, видеоматериал).

Таким образом, основные методы, применяемые при обучении:

- качественный показ;
- словесное (образное) объяснение;
- сравнение;
- повторение.

Для реализации электронного обучения применяются обучающие цифровые образовательные ресурсы.

## 2.6. Список литературы

### Для педагога

1. Ваганова А.Я Блок Л.Д. «Классический танец» - М.: «Искусство», 1987. «Основы классического танца» - СПб: «Лань», 2007
2. Васильева Т.И. «Балетная осанка» / Методическое пособие для преподавателей хореографических школ и школ искусств. М., 1993
3. Калугина О.Г. «Методика преподавания хореографических дисциплин» / Учебно-методическое пособие. Киров: КИПК и ПРО, 2011
4. Мессерер А. «Уроки классического танца» - М.: «Искусство», 1967
5. Тарасов Н.И. «Методика классического тренажа» - СПб: «Лань», 2009
6. Заикин Н., Заикина Н. Областные особенности русского народного танца. - Орел, «Труд», 1999, 1 том; 2 том - Орел, 2004
7. Зацепина К., Климов А. Народно-сценический танец.- М., 1976
8. Климов А. Основы русского народного танца.- М.: Искусство 1981
9. Ткаченко Т. Народный танец. - М.: Искусство, 1967
10. Гербек, Г. Характерный танец: настоящее и будущее. // Советский балет, 1990: № 1
11. Уральская В. Поиски и решения.- М.: Искусство, 1974
12. Конорова Е.В. Эстетическое воспитание средствами хореографического искусства. - М., 1963
13. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать: Учебн. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. - М.: ООО «Век информации», 2009

14. Холл. Д. Уроки танцев. Лучшая методика обучения танцам Джим Холл; пер. с англ. Т.В. Сидориной. - М.: АСТ: Астрель, 2009
15. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала: Учеб. пособие для студ. вузов культуры и искусств-
16. Ж.Е.Фирилевой, Е.Р.Сайкиной «СА-ФИ-данс» танцевально-игровая гимнастика для детей.
17. Народные танцы. Издательство ВЦСПС ,1954г.
18. Диниц Е. В. Джазовые танцы. М., «АСТ», 2002.
19. Стретчинг в профессиональном обучении современному танцу. М.,«Гиттис», 2005. 5. «Cathy Roe Jazz danse curriculum», «Cathy Roe production». 2000.
20. Шереметьевска Н. Танец на эстраде. М., «Искусство», 1985
21. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 19.03.2020 №ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций». 16.Методические рекомендации Н.М. Егоровой, кандидата психологических наук, методиста ГБОУДО ДТДМ «Неоткрытые острова», Москва.
22. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы).
23. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
24. Приказ Минобрнауки России от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
25. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

#### **Список литературы для учащихся:**

1. Богаткова Л. «Танцы для детей»; 1995г.
2. Власенко Г.Я. «Танцы народов мира», 1998г.
3. Коркин В.П. «Акробатика», Москва. 1983г.

#### **Электронные образовательные ресурсы сети Интернет**

1. <http://www.school.holm.ru/> Каталог ресурсов по школьному образованию
2. <http://www.ug.ru/> Учительская газета: электронная версия
3. <http://www.countries.ru/library.htm>. Культурология: теория, школы, история, практика

4. (<https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/73931002/>) Письмо  
Министерства просвещения РФ от 7 мая 2020 г. № ВБ-976/04 “О реализации  
курсов внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации,  
дополнительных общеразвивающих программ с использованием дистанционных  
образовательных технологий.

**Диагностические методики для проведения  
психолого-педагогического мониторинга**

1. Методики исследования творческих способностей
  - 1.1. Методика «Нарисуй картинку» (А.В.Венгер)
  - 1.2. Анкета способностей ребенка/«Картаодаренности»(Хаан,Кофф)
  - 1.3. Диагностика вербальной креативности С.Медника (адаптация А.Н.Воронина)
  - 1.4. Опросник креативности Джонсона
  - 1.5. Тест «Уровень творческого потенциала учащихся» (адаптация Е.Е.Туник)
  - 1.6. Опросник «Направленность на творчество» (Л.А.Волович)
  - 1.7. Диагностика личностной креативности (Е.Е.Туник)
  - 1.8. Методика определения типа мышления (модификация Г.В.Резапкиной)
  - 1.9. Методика «Придумай игру» (Немов Р.С.)
  - 1.10. Методика «Вербальная фантазия» (Немов Р.С.)
  - 1.11. Методика «Солнце в комнате»(В.Синельников, В.Кудрявцев)
  - 1.12. Методика«Какспастизайку?» (В.Синельников, В.Кудрявцев)
2. Методики исследования группы
  - 2.1. Методика оценки психологической атмосферы в коллективе А.Ф.Фидпера
  - 2.2. Оценка психологического климата в группе
  - 2.3. Методика изучения сплоченности группы «Сколько голов, столько умов»
  - 2.4. Групповая оценка социально-психологического климата в коллективе
  - 2.5. Определение ценностно-ориентационного единства коллектива
  - 2.6. Методика диагностики межличностных и межгрупповых отношений («Социометрия»)
3. Методики исследования качеств и свойств личности
  - 3.1. Методика «Лесенка»
  - 3.2. Методика выявления коммуникативных и организаторских способностей (КОС)
  - 3.3. Личностный опросник «ОТКЛЭ» (подростковый возраст)
  - 3.4. Определение направленности личности (ориентационная анкета)
  - 3.5. Ориентировочная анкета (Басс)
  - 3.6. Психологическая характеристика темперамента
  - 3.7. Методика диагностики личности на мотивацию к успеху Т.Элерса
  - 3.8. Тест-опросник для измерения потребности в достижениях
  - 3.9. Методика диагностики степени удовлетворённости основных потребностей

- 3.10. Стратегия поведения в конфликтной ситуации
- 3.11. Анкета для выявления уровня толерантности учащихся
- 3.12. Методика «Стремление и способности учащихся к самореализации» (Е.Н.Степанов)
- 3.13. Методика выявления коммуникативных склонностей учащихся

## Аннотация к Программе

Дополнительная общеобразовательная - дополнительная общеразвивающая программа «Хореографический ансамбль» имеет художественную направленность.

Воспитание гармоничной личности всегда являлось приоритетным направлением педагогической деятельности, в основе которой лежит личностно-ориентированный подход к обучению и воспитанию детей, предполагающий развитие личности и творческих способностей ребенка. Одним из путей формирования и воспитания гармонично развитой личности является вовлечение ребенка в занятие хореографией, которая представляет собой важную часть общечеловеческой и национальной культуры.

Танец с незапамятных времен занимал в жизни человека важное место. Разнообразными движениями и жестами человек передавал свои впечатления от окружающего мира, вкладывая в них свое душевное состояние, настроение. Приобщение к миру танца, знакомство с различными направлениями, историей и «географией» танца, прослушивание ритмичной танцевальной музыки развивают и внутренне обогащают учащихся, прививают умение через мысли, чувства человека выразить посредством танца различные состояния и взаимоотношения с окружающим миром.

Возраст учащихся 9 - 16 лет. В группу первого года принимаются все желающие, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья. Специального отбора не производится. Оптимальное количество детей в группе для успешного освоения программы - 15-20 человек. Допускается формирование разновозрастных групп.

Дополнительная общеобразовательная – дополнительная общеразвивающая программа «Хореографический ансамбль» рассчитана на 5 лет обучения.

Программа состоит из 5 модулей:

1. «Первый год обучения»
2. «Второй год обучения»
3. «Третий год обучения»
4. «Четвертый год обучения»
5. «Пятый год обучения»