

Департамент образования администрации городского округа Тольятти  
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
«Центр творчества «Свежий ветер»  
городского округа Тольятти

Принята  
решением педагогического совета  
от 27.05. 2021 г.  
Протокол № 5

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МБОУДО «Свежий ветер»  
С.В. Мурышова  
Приказ № 11/05 от 27.05. 2021 г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа художественной направленности  
«Студия танцевального искусства «Стиль»**

Возраст обучающихся - 6-17 лет

Срок реализации – 2 года

Составитель:  
Бочкова Алена Андреевна,  
Янкин Василий Владимирович-  
педагоги дополнительного образования

Методическое сопровождение:  
Стегалина Людмила Анатольевна – методист  
Токарева Наталья Александровна, методист

Тольятти, 2021

## ОГЛАВЛЕНИЕ

Пояснительная записка.....	3- 10
Введение, направленность программы.....	3
Актуальность программы.....	3-4
Новизна программы.....	4-5
Педагогическая целесообразность программы.....	5
Цель и задачи программы.....	5
Адресат программы.....	6
Сроки реализации программы.....	6-7
Комплекс основных характеристик образования.....	7
Формы обучения.....	7
Формы организации деятельности.....	7
Режим занятий.....	7
Планируемые (ожидаемые) результаты и способы определения результативности обучения.....	8
Оценочные материалы.....	8-10
Критерии и способы определения результативности Формы контроля Формы подведения итогов	
Учебный план и содержание программы .....	10-24
Организационно – педагогические условия (методическое обеспечение программы.....	24-26
Информационное обеспечение программы.....	26-27
Список литературы	
Приложение.....	28
Приложение №1. Календарный учебный график	

# Комплекс основных характеристик программы

## Пояснительная записка

### Введение

Современный танец - один из наиболее массовых видов хореографического искусства и занимает значительное место в эстетическом воспитании детей и подростков. Благодаря соединению лучших традиций мировой танцевальной культуры - современный танец представляет собой достаточно доступный и понятный вид современного искусства.

Среди детей занятие танцами является интересным и популярным видом деятельности в свободное время. Для детей современный танец кажется доступным и престижным, способствует удовлетворению их желания самоутвердиться в коллективе сверстников, показать себя зрительской аудитории, быть лучшими и добиться успехов.

Занятия танцем, беседы по истории и теории танца, знакомство обучающихся с образцами высокого «эталонного» исполнительского танцевального искусства создают стимул для детей всё глубже изучать и постигать азы хореографического искусства, способствуют формированию творческого мышления, воспитанию художественного вкуса, познанию национальной танцевальной культуры, физическому совершенствованию личности средствами искусства танца.

### Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Студия танцевального искусства «Стиль» художественной направленности. Программа направлена на укрепление здоровья детей, развитие их двигательной активности, формирование необходимых физических качеств, развитие интереса к музыкально-ритмическим видам деятельности.

Данная программа направлена на свободный поиск педагога и детей новых оригинальных хореографических средств, способных выразить внутренний мир современного человека, что в совокупности дает возможность вовлекать обучающихся в постановочную работу и стимулировать раскрытие их творческих способностей.

При разработке программы «Студия танцевального искусства «Стиль» соблюдены принципы, которые позволяют учитывать разный уровень развития и разную степень освоенности содержания обучающимися: *программа базового уровня освоения (1-2 года обучения)*. Функциональное назначение программы – общеразвивающее.

### Актуальность программы

Актуальность программы заключается в том, что она нацелена на решение задач, определенных в Стратегии развития и воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года от 29 мая 2015 года. №996-р г., направленных на формирование гармоничной личности. Обучение по данной программе способствует личностному саморазвитию, адаптации воспитанников к постоянно меняющимся социально – экономическим условиям, подготовке к самостоятельной жизни, профессиональному самоопределению.

Данная программа основана на преимуществах дополнительного образования и предполагает дать детям необходимый уровень знаний, умений, навыков в области современного танца, а также возможность реализовывать творческие способности обучающихся.

Современный танец развивает физические данные, формирует необходимые технические танцевальные навыки, внутренне раскрепощает детей, вырабатывают свободную и красивую осанку, развивают детей физически и психологически, а также формируют профессиональный интерес к хореографическому искусству.

Занятия хореографией способствуют эмоциональному, духовному, нравственному, эстетическому развитию обучающихся.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Студия танцевального искусства «Стиль» разработана в соответствии с нормативными документами:

-Федеральный закон от 29.2012 N 273 «Об образовании в Российской Федерации»;

-Государственная программа РФ «Развитие образования» на 2013 — 2020 годы»  
<http://pedsovet.su/publ/13-1-0-2861>;

- Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года №28 «Об утверждении СП 2.4.3648- 20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утв. Распоряжением Правительства РФ от 29 мая 2015г. № 996-р);
- Стратегия социально-экономического развития Самарской области на период до 2030 года (утверждена постановлением Правительства Самарской области от 12.07.201№441);
- «Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных программ» (Приложение к письму министерства образования и науки Самарской области 03.09.2015 г. №МО-16-09-01/826-ТУ);
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, направленные письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242;
- Методические рекомендации по подготовке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ к прохождению процедуры экспертизы для последующего включения в реестр образовательных программ системы ПФДО (в соответствии с Разделом У. Правил персонифицированного финансирования на основе сертификата ПФДО, 2020год);
- Устав учреждения.

### **Новизна программы**

В данной программе учтены и адаптированы к возможностям детей разных возрастов основные направления танца и пластики, включающие: гимнастику, ритмику, классический, историко-бытовой, народно-сценический и современный танец. В программе суммированы особенности программ по перечисленным видам танца, что позволяет ознакомить обучающихся со многими танцевальными стилями и направлениями. Такой подход направлен на раскрытие творческого потенциала и темперамента детей, а также на развитие их сценической культуры.

Модульное построение программы «Студия танцевального искусства «Стиль» позволяет обучающимся осваивать как отдельные модули, являющиеся самостоятельными, так и в комплексе программы в целом, нелинейной последовательности их изучения, а значит возможность построения индивидуального учебного маршрута, как того требует п. 7 «Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Приказ Миинпросвещения России № 196). Кроме того, в условиях внедрения системы персонифицированного финансирования дополнительного образования детей и соблюдения ее принципов, модульный подход в построении программы наиболее целесообразен. Каждый модуль должен быть нацелен на достижение конкретных результатов.

Модульная программа включает в себя 8 образовательных модулей (1-2 год обучения, 168 учебных часов).

Отличие данной программы от других состоит в том, что в процессе обучения применяется конвергентный подход, позволяющий изучать обучающимся предметные области не как отдельные составляющие, а как единое целое в условиях свободной организованной деятельности, направленной на формирование междисциплинарной среды: синтез разных направлений сценического танца, включающего в себя элементы классического танца, ритмику и музыкальную грамоту, модерн-экзерсис, танцевальные игры, па, этюды, комбинации, подготовительные упражнения.

Программное содержание при использовании конвергентного подхода позволяет формировать у обучающихся целостное восприятие окружающего мира и достигать более высоких результатов.

*Принципы построения программы*

Для достижения цели, задач и усвоения содержания программы необходимо опираться в процессе обучения на следующие *принципы*:

- принцип развивающего и воспитывающего характера обучения;
- принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения, показа;
- принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности детей;
- принцип доступности и посильности;
- принцип прочности обучения как возможность применять полученные знания во внеурочной деятельности, в учебных целях.

В соответствии с «Положением о дистанционном обучении в МБОУ ДО «Свежий ветер» предполагается при реализации данной программы дистанционное обучение с применением информационно-телекоммуникационных сетей при опосредованном (на расстоянии) взаимодействии обучающихся и педагогических работников. Формы ДОТ: e-mail; дистанционное обучение в сети Интернет, видео уроки, on-line тестирование, интернет-занятия, надомное обучение с дистанционной поддержкой, облачные сервисы, и т.д.

### **Педагогическая целесообразность программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Студия танцевального искусства «Стиль» педагогически целесообразна, так как процесс овладения определенными навыками исполнения танца не только раскрепощает художественное мышление обучающихся, но и в большей мере накладывает отпечаток на мировосприятие и систему жизненных ориентировок, целей и ценностей. Хореография предоставляет уникальные возможности творческого самовыражения детей.

В данной программе представлен комплексный подход к формированию и развитию у детей художественно-творческих способностей, суть которого заключается в одновременном совершенствовании нескольких взаимодополняющих друг друга способностей: развитие фантазии, чувства ритма, темпа, умения владеть и управлять своим телом, коллективности, актерского мастерства. В программе особое внимание уделяется направлению современной пластики: элементы диско, джаза и модерна, которые являются основами современного танца.

Программа ориентирована на приоритетные направления социально-экономического и территориального развития Самарской области, в содержании программы отражены культурно—исторические, социально-экономические особенности развития региона, развитие отрасли образования («Стратегия социально – экономического развития Самарской области на период до 2030 года», утвержденная Постановлением Правительства Самарской области от 12.07.2017 г. №441).

### **Цель и задачи программы**

**Цель:** приобщение обучающихся к искусству хореографии через знакомство с современными основами пластики и реализации полученных навыков в социальном окружении

#### **Задачи:**

##### *Воспитательные*

- Воспитывать раскованность, избавить от стеснительности, зажатости, комплексов;
- воспитывать качества личности: умение взаимодействовать с взрослыми, сверстниками, проявлять взаимопомощь, вносить вклад в общий успех;
- воспитывать чувство коллективизма;
- воспитывать у детей ответственность и толерантность.

##### *Развивающие*

- Развивать чувство ритма, темпа, исполнительские навыки в танце, художественно-творческие способности и художественный вкус;
- развивать творческие способности детей, активизировать воображение и расширять кругозор;
- развивать у детей активность, выносливость, умения преодолевать трудности, препятствия;
- создавать условия для развития профессиональных интересов детей, межличностного общения и сотрудничества в коллективе обучающихся.

### *Обучающие*

- Ознакомить обучающихся с историей танцевального искусства;
- ознакомить обучающихся с историей развития современных направлений в хореографии.
- сформировать основные танцевальные навыки различных направлений современного танца;
- формировать красивые манеры, походку, осанку, выразительность телодвижений и поз;
- сформировать музыкально-ритмическую координацию движений;
- познакомить с основами современной пластики, классического танца.

### **Адресат программы**

Данная программа рассчитана на обучающихся 6-17 лет. Количество обучающихся в группе - до 15 человек. Состав групп постоянный. Принцип набора в объединение – свободный. Специального отбора не проводится. Комплектование групп проводится с учетом индивидуальных способностей и потребностей обучающихся с учетом возрастной категории обучающихся: 6-7 лет, 8-11 лет, 12-14 лет, 15-17 лет.

Учебные группы формируются:

1-2 год обучения – до 15 человек.

### *Анатомо-физиологические особенности детей школьного возраста*

Так как программа рассчитана на детей в возрасте от 6 до 17 лет при построении педагогического процесса необходимо учитывать возрастные анатомо-физиологические особенности детей:

- В дошкольном и младшем школьном возрасте происходит снова ускорение темпа роста, особенно на 4 – 7 году.
- В 8 – 9 лет костная система окончательно не сформирована. Не завершено окостенение позвоночника, грудной клетки, таза, конечностей. Позвоночник гибок и податлив.
- Дети в возрасте от 12 до 13 лет. У детей в этом возрасте меняются пропорции тела. Кости утолщаются. Окончательно устанавливаются изгибы позвоночника, нарастает мышечная масса, увеличивается сила и выносливость мышц.
- У подростков в возрасте 14-17 лет установились изгибы позвоночника, нарастает мышечная масса, стабилизируются сила и выносливость мышц.

### *Возрастные психологические особенности детей школьного возраста*

В младшем школьном возрасте ведущей деятельностью для ребенка становится учебная деятельность. Особенностью детей этого возраста является безграничное доверие к взрослым, главным образом к учителям, подчинение и подражание им, а также сознательная постановка многими детьми цели достижения успехов и волевая регуляция поведения.

В эти дети обладают уже достаточным уровнем психического развития, но очень возбудимы. Характерно богатство воображения, сильно выражены эмоциональность и непосредственность реакций. Внимание относительно длительно и устойчиво, но именно в силу этой относительной устойчивости дети на занятиях быстро теряют темп и ритм, что педагогу следует постоянно иметь в виду.

В подростковом возрасте происходит становление личности. У детей этого возраста начинает формироваться сознательное отношение к окружающему миру, интересы становятся глубже и устойчивее.

Главная сложность – несоответствие между притязаниями на взрослость и реальным личностным поведением подростков. Наблюдается быстрая смена настроений, эмоциональная неуравновешенность. Взаимоотношения педагога с учащимися лучше строить на позиции взрослого к взрослому.

Особенности ранней юности – интеллектуальная зрелость, полоролевая дифференциация, оформление морально-нравственных принципов. Умственные способности уже сформированы и продолжают совершенствоваться. Наблюдается развитие специальных способностей, нередко связанных напрямую с выбираемой профессией. Педагогу важно включать ребенка в различные виды деятельности. Основные

направления для работы педагога – формирование позиции «кто Я», формирование нравственности «а какой Я», и профессиональное самоопределение.

### Срок реализации программы

Данная программа реализуется в течение 2-х лет:

1 -2 год обучения – 168 учебных часа (базовый уровень).

Образовательная деятельность по реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ регулируется на основании локального акта «Положение о порядке организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам в МБОУ ДО «Свежий ветер» (комплекс основных характеристик, объем, календарный учебный график).

### Комплекс основных характеристик образования Объем

№ п/п	Год обучения, модуль	Количество часов	Количество недель в год	Количество часов в год
1 год обучения				
1	Образовательный модуль «Мир хореографии»	55	42	168
2	Образовательный модуль «Азбука хореографии»	36		
3	Образовательный модуль «Волшебство танца»	18		
4	Образовательный модуль «Магия творчества»	59		
2 год обучения				
1	Образовательный модуль «Танец – это ритм!»	69	42	168
2	Образовательный модуль «Танец – это здоровье»	30		
3	Образовательный модуль «Живи, танцуй!»	50		
4	Образовательный модуль «Танец – пластика и грация»	16		

### Календарный учебный график

Год обучения	Кол-во учебных недель в год	Объем учебных часов в год	Дата начала учебного года	Дата окончания учебного года
1	42	168	01.09	31.08
2	42	168	01.09	31.08

**Формы обучения:** очная

**Формы организации деятельности:** индивидуальные занятия, групповые.

Образовательная деятельность	Формы организации
Учебная деятельность	Теоретические и практические занятия, тесты, открытые занятия и т.д.
Воспитательная деятельность	Участие в массовых мероприятиях, концертная деятельность. Участие в фестивалях, конкурсах разного уровня, отчетные концерты и т.д.

**Режим занятий**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Студия танцевального искусства «Стиль» модифицированная. Запланированное количество учебных часов достаточно для освоения обучающимися программы. Занятия проводятся в соответствии с расписанием учебных занятий: 2 раза в неделю по 2 учебных часа.

Учебный процесс по данной программе начинается: первый год обучения с 1 октября, а второй и последующие годы обучения - с 1 сентября и заканчивается 31 августа. Продолжительность учебного часа 45 минут, перерыв между занятиями 10 минут.

### **Планируемые (ожидаемые) результаты освоения программы и способы определения результативности**

*Личностными результатами* освоения обучающимися содержания программы являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

*Метапредметными результатами* освоения обучающимися содержания программы по хореографическому воспитанию являются следующие умения:

- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанку, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность и рассудительность.

*Предметными результатами* освоения обучающимися содержания программы являются следующие умения:

- представлять движения классического, народного и бального танца как д укрепления здоровья и физического развития;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных, имеющихся, вариативных условиях.

### **Оценочные материалы**

*Критерии и способы определения результативности*

Важной частью образовательной программы является:

- психодиагностика, предназначенная для изучения интересов, творческой активности, воспитанности, успешности обучающихся, их комфортности в учреждении;
- педагогическое наблюдение;
- педагогический анализ результатов тестирования, зачетов, опросов, выполнения обучающимися диагностических заданий;
- контрольные занятия;
- проведение тренингов;



- зачёт для всей группы, для выступающего состава - отчетный концерт;
- проверочные задания на соединение движений в связки;
- презентация КТД – разработка костюма в стиле изучаемого танца, построение композиции в изучаемом танце;
- участие в мероприятиях, конкурсах, смотрах и фестивалях различных уровней.

Исходя из того, что педагог хочет знать о детях студии, диагностический инструментарий может изменяться на этапах реализации программы. Знание результатов психодиагностики облегчает выбор оптимальной формы обучения и воспитания.

### Диагностика учебных результатов

Год обучения	Предмет	Форма проведения	Ожидаемые результаты
1	Ритмика и музыкальная грамота	Контрольное занятие	Умение двигаться под музыку в заданном темпе, характере. Ориентироваться в музыке: полька, вальс, марш.
	Танец. Классический экзерсис	Открытое занятие	Знание позиций ног, положений рук. Правильное исполнение танцевальных шагов, танцевальных движений. Показ упражнений демонстрирующих гибкость, выворотность, растянутость ног.
1	Классический экзерсис	Контрольное занятие	Позиции рук, постановка корпуса. Основы классического танца. Прыжки.
2	Классический экзерсис	Контрольное занятие	Позиции рук, постановка корпуса. Основы классического танца. Прыжки.
	Основы ритмопластики.	Наблюдение.	Контракция «боковая», «основная» в поясничном отделе, объединенная контракция, изоляция – общие понятия, положение рук в танце «модерн».
2	Классический танец	Контрольное занятие	Экзерсис у станка. Прыжки, adagio у станка. Arabeski на середине зала.
	Основы ритмопластики.	Контрольное занятие	Изолированная работа одного, двух, трех и более центров, работа «крестом», «квадратом», сбрасывание и работа по дуге.
2	Классический танец	Зачет	Экзерсис у станка. Экзерсис на середине зала. Adagio, allegro на середине зала.
	Основы свободной ритмопластики	Контрольное занятие	Свободное владение корпусом, манерой исполнения, танцевальными комбинациями в стиле: «Модерн».
2	Классический танец	Зачет	Экзерсис у станка. Экзерсис на середине зала. Adagio, allegro на середине зала.
	Основы свободной ритмопластики	Контрольное занятие	Свободное владение корпусом, манерой исполнения, танцевальными комбинациями в стиле: «Модерн».

#### Оценка и контроль результатов обучения:

- Осанка. Для занятий танцами кроме хорошего физического развития необходимо выработать правильную осанку. Основа осанки – позвоночник и его соединения с тазовым поясом.
- Выворотность – способность развернуть ноги (в бедре, голени и стопе) наружу. Она зависит от двух факторов: от строения тазобедренного сустава и строения ног. Формирование голени и стопы у детей обычно заканчивается к двенадцати годам.
- Подъем стопы – изгиб стопы вместе с пальцами. Форма подъема (высокий, средний, маленький) находится в прямой зависимости от строения стопы и эластичности связок.

- Танцевальный шаг – способность свободно поднимать ногу на определенную высоту в сторону, назад, вперед при выворотном положении обеих ног.
  - Гибкость тела зависит от гибкости позвоночного столба. Степень подвижность определяется строением и состоянием позвоночных хрящей.
  - Прыжок, его высота и легкость зависят от силы мышц, согласованности всех частей тела (сгибателей и разгибателей суставов: тазобедренного, коленного, голеностопного, стопы и пальцев).
  - Координация движений. Среди двигательных функций особое значение для танца имеет координация движений. Различают три основных вида координации: нервную, мышечную, двигательную.
- Нервная координация определяет чувство ритма, равновесия, различных поз, осанки, запоминание движения и зависит от работы зрительного и вестибулярного аппаратов.
- Для мышечной координации характерно групповое взаимодействие мышц, которое обеспечивает устойчивость тела (при ходьбе, беге и других движениях).
- Двигательная координация – это процесс согласования движений тела в пространстве и во времени (одновременное и последовательное).
- Музыкально – ритмическая координация.
- Это умение согласовывать движения тела во времени и пространстве под музыку.
- Эмоциональная выразительность – это наличие актерского мастерства, умение свободно держаться на сцене.

#### *Формы подведения итогов*

В ходе освоения программы «Студия танцевального искусства «Стиль» ребенок получает комплекс знаний и умений, опыт творческой деятельности в хореографическом искусстве. Форма представления результатов:

- открытые занятия;
- мастер-класс;
- творческие задания;
- показ освоенного материала родителям;
- выступление с танцевальными номерами на праздниках и мероприятиях;
- участие в фестивалях, конкурсах детского и юношеского творчества разных уровней.

### Учебный план 1 год обучения

№ п/п	Наименование модулей	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	Образовательный модуль «Мир хореографии»	55	11	44
2	Образовательный модуль «Азбука танца»	36	6	30
3	Образовательный модуль «Волшебство танца»	18	4	14
4	Образовательный модуль «Магия творчества»	59	8	51
<b>Итого:</b>		<b>168</b>	<b>29</b>	<b>139</b>

#### *Целевые установки модулей первого года обучения:*

- формирование у детей творческих способностей через развитие музыкально-ритмических и танцевальных движений, развитие исполнительских способностей детей.
- ознакомление с элементами классического, народного, бального, современного танцев;
- формирование музыкально-ритмических навыков (умение двигаться и реализовывать себя под музыку);

Образовательные модули способствуют развитию системы универсальных учебных действий в составе личностных, регулятивных, познавательных и коммуникативных действий обучающихся.

## Образовательный модуль «Мир хореографии»

Цель: формирование у обучающихся чувства пространства, музыкально-ритмические навыки и ощущение своего тела

### *Воспитательные*

- Воспитывать у обучающихся интерес и любовь к танцевальному искусству;
- воспитывать чувство коллективизма.

### *Развивающие*

- Развивать чувство ритма;
- развивать сознательное и эмоциональное восприятие музыкальных произведений;
- развивать ощущение пространства и расположение тела в пространстве.

### *Обучающие*

- Познакомить обучающихся с миром хореографии;
- сформировать музыкально-ритмические навыки и чувство движения.

### Предметные результаты

#### *Обучающиеся должны знать:*

- различные ритмы;
- партерный экзерсис его движения и связи.

#### *Обучающиеся должны уметь:*

- слышать простые и более сложные ритмические связки;
- исполнять все партерные движения;
- выполнять комплекс растяжек,
- исполнять движения под музыку.

#### *Обучающиеся должны получить навыки:*

- выполнения простых и сложных партерных упражнений, и движений.

## Учебно – тематический план 1 модуль

№ п/п	Названия разделов, тем	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие	1	1	-	Вводное тестирование
<b>2</b>	<b>Раздел 1. Ритмика и музыкальная грамота</b>	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>10</b>	
3	Элементы ритмики и музыкальной грамоты	6	2	4	Анализ темпа, характера музыкального материала
4	Детский танец. Игры	4	-	4	Качество исполнения заданий
5	Комбинации	1	-	1	Качество исполнения позиций ног
6	Постановка номеров	1	-	1	Педагогическое наблюдение
<b>7</b>	<b>Раздел 2. Партерная гимнастика</b>	<b>42</b>	<b>8</b>	<b>34</b>	
8	Основы образно-игровой партерной гимнастики	12	4	8	Выполнение упражнений
9	Партерная пластика	10	-	10	Выполнение упражнений
10	Подготовка и корректирующие упражнения	10	-	10	Выполнение упражнений

11	Основные элементы акробатики	10	4	6	Выполнение упражнений
	<b>Итого по модулю:</b>	<b>55</b>	<b>11</b>	<b>44</b>	

## Содержание программы 1 модуля

### Тема. Вводное занятие

Теория. Введение в программу. Знакомство с обучающимися.

Практика. Разминка, работа в группах по заданию. Творческая самостоятельная работа всей группой по созданию этюда в любом танцевальном направлении. Вводное тестирование. Инструктаж по ТБ.

### Раздел 1. Ритмика и музыкальная грамота

#### Тема №1. Элементы ритмики и музыкальной грамоты

Теория. Ритмический рисунок. Передача ритмического рисунка: хлопками, шагами, бегом и другими движениями. Задачи: освоить понятия: «ритмический рисунок»; длительность, акцент, строение музыкального произведения: вступление, части, музыкальные фразы; особенности танцевальных жанров: вальс, полька, марш.

Практика. Хлопки громкие и тихие, в темпе музыки. Воспроизведение хлопками ритмического рисунка, состоящего из четвертей, восьмых, половинных и целых. Целая, половинная, четвертная, восьмая, шестнадцатая нота.

#### Тема №2. Детский танец. Игры

Практика. Повторение некоторых пройденных игр: «Музыкальный оркестр», «Перетанцовки», «Волшебный остров», «Сделай сам- покажи другим», «Зеркало». Изучение новых игр «Солнце, воздух и вода», «Ручеёк».

Задачи: Ориентация в пространстве танцевального зала; развитие интереса отразить в пластике различные образы. Творческий поиск. Освоение актёрской игры, мимики. Релаксация.

#### Тема №3. Комбинации

Практика. Комбинации из подскоков, галопа, прыжков, хлопков, шагов и бега.

#### Тема №4. Постановка номеров

Задачи: научиться создавать и воплощать образы с помощью ритмического рисунка.

Практика: Постановка простого ритмического детского танца, создание сценического образа, понятного детям.

### Раздел 2. Партерная гимнастика

#### Тема №1. Основы образно-игровой партерной гимнастики

Теория. Элементарные формы растяжек, наклонов и слитных движений.

Практика. Выработка шага, гибкости, эластичности мышц и связок; укрепление «мышечного корсета». Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса. Упражнения партерного тренажа (растягивание и силу мышц спины, ног, пресса).

#### Тема №2. Партерная пластика

Практика.

Общеразвивающие упражнения на развитие гибкости, ловкости, координации.

- Растяжка. Скручивание.
- Шпагат продольный на обе ноги, поперечный.
- «Бабочка».
- «Захват».
- «Кольцо».
- Упражнения стэтч - характера в различных положениях.
- Переходы из уровня в уровень, смена положения на 8, 4, 2 счета.
- Упражнения на contraction и release в положении «сидя».
- Твист и спирали торса в положении «сидя».
- Экзерсис у станка и на середине зала.

#### Тема №3. Подготовка и корригирующие упражнения

Практика. Упражнения на полу способствующие выворотности ног (в бедре, голени и стопе) наружу. Шаги на полупальцах при вытянутых коленях ("ходули"). Шаги на пятках.

Танцевальные шаги: шаг с носочка, шаг с высоким подниманием колена и вытянутыми пальцами ног., подскоки, галоп (боковой). Бег с выбрасыванием ног вперед на 45°. Мелкий бег на полупальцах (pas sougu). Бег с вытянутыми пальцами ног. Упражнения на полу способствующие укреплению мышц спины. Упражнения для исправления седлообразной спины. Упражнения для исправления асимметрии лопаток. Упражнения по исправлению недостатков осанки: при кифозе, при лордозе, при асимметрии лопаток. Легкий бег. Упражнения на напряжение и расслабление мышц. Бег с высоко поднятыми коленями. Упражнения, подводящие к экзерсису.

#### **Тема №4. Основные элементы акробатики**

Теория. Понятие «акробатика» в танцевальных движениях. Техника безопасности при исполнении акробатических элементов.

Практика. Выполнение индивидуальных трюков: «кувырочек» (вперёд и назад), «колесо», «стойка на лопатках», «мостик». Упражнения на эластичность мышц, подвижность суставов, формирование мышц брюшного пояса, гибкость. Растяжка. Шпагаты.

### **Образовательный модуль «Азбука танца»**

Цель: раскрытие творческой личности ребенка средствами хореографического искусства

Задачи:

*Воспитательные*

- Формировать установки на безопасный, здоровый образ жизни;
- мотивировать к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- формировать эстетические потребности, ценности и чувства.

*Развивающие*

- Развивать художественный вкус и интерес к хореографическому искусству и танцевальной деятельности;
- развивать навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

*Обучающие*

- Сформировать умение воспринимать музыкальные образы и способность выразить их в движении;
- познакомить с возможностями использования музыкальных образов и изученных движений, комбинаций при создании хореографических композиций и постановках, в импровизации.

Предметные результаты

*Обучающиеся должны знать:*

- основные термины классического танца;
- основы ритмопластики: изоляция, контракция, освобождение;
- понятия по классическому танцу «croisse», « efface», «ecante»,
- «полицентрия» в современном танце.

*Обучающиеся должны уметь:*

- выполнять комплекс растяжек,
- выполнять движения изоляции, конструкции, освобождения, одним «центром»;
- выполнять упражнения на растяжку ног у станка и на середине,
- выполнять блок упражнений по классическому танцу,
- выполнять танцевальные ходы в классическом танце,
- комбинировать изоляцию двух, трех, и более « центров».

*Приобрести навыки:*

- постановки корпуса лицом к станку, на середине;
- выполнения элементов классического танца;
- приобретения приемов контракции и релаксации из различных исходных положений;
- поведения на сцене;
- навыки работы у станка;
- навыки современного танца.

**Учебно – тематический план  
2 модуль**

№ п/п	Названия разделов, тем	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		всего	теория	практика	
1	<b>Раздел 1. Азбука классического танца</b>	<b>36</b>	<b>6</b>	<b>30</b>	
2	Подготовительный комплекс на ковриках	10	2	8	Выполнение упражнений
3	Основы классического танца	8	2	6	Анализ качества выполнения заданий
4	Классический экзерсис	18	2	16	Выполнение упражнений
	<b>Итого по модулю:</b>	<b>36</b>	<b>6</b>	<b>30</b>	

**Содержание программы 2 модуля**

**Раздел 1. Азбука классического танца**

**Тема №1. Подготовительный комплекс на ковриках**

Теория. Подготовка мышечного аппарата детей к занятиям у станка.

Практика. Комплекс упражнений на напряжение и расслабление мышц. Упражнения на улучшение выворотности. Упражнения по исправлению недостатков осанки. Подводящие к экзерсису упражнения.

**Тема №2. Основы классического танца**

Теория: Продолжение знакомства с терминологией классического танца. Разучивание позиций рук и ног.

Практика: Упражнения лицом к станку.

**Тема №3. Классический экзерсис**

Теория. II Port de bras (на середине). Changement de pied (у станка и на середине). Pas de grace.

Практика. Повторение пройденного материала: 1) demi plie по I, II, III, IV, V позиции, 2) battement tendu, 3) battement tendu demi pointe, 4) demi rond de jambe par terre en dehors и en dedans, 5) battement releve lent на 45, 6) положение ноги на sur le cou-de-pied (обхватное и условное), 7) plie releve. Постановка корпуса. Позиции ног. Полуприседание (деми-плие) в I, II, III позициях. Полное приседание (гранд-плие в I, II позициях). Позиции рук (подготовительное положение, I, II, III позиции)

**Образовательный модуль «Волшебство танца»**

Цель: личностное развитие ребенка через теоретическое и практическое изучение основ и тенденций русского народного танца

Задачи:

*Воспитательные*

- Воспитывать у обучающихся качества, такие как любовь, к Родине, чувство коллективизма, чувство товарищества.

*Развивающие*

- Развивать художественное воображение, ассоциативную память, творческие способности.

*Обучающие*

- Приобщить детей к искусству танца, к богатству танцевального и музыкального народного творчества;

- способствовать формированию танцевальных знаний, умений и навыков на основе овладения и освоения программного материала;

- познакомить обучающихся с основными движениями русского народного танца.

Предметные результаты

*Обучающиеся должны знать:*

- различие и понимание специфических средств музыкального «языка»: высота звука, динамика, темп.

*Обучающиеся должны уметь:*

- исполнять движения, сохраняя танцевальную осанку, выворотность, владеть движениями стопы;

- выполнять различные формы движений: выполнение с музыкальным сопровождением ходьбы, бега, гимнастических и танцевальных упражнений.

*Обучающиеся должны получить навыки:*

- слышать в движении метр (сильную долю такта), простейший ритмический рисунок, менять движения в соответствии с двух- и трехчастной формой, и музыкальными фразами.

### Учебно – тематический план 3 модуль

№ п/п	Названия разделов, тем	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		всего	теория	практика	
1	<b>Раздел 1. Русский народный танец</b>	<b>18</b>	<b>4</b>	<b>14</b>	
2	Элементы народного танца	6	2	4	Выполнение практического задания
3	Русский народный танец	6	-	6	Выполнение заданий педагога
4	Парный танец	6	2	4	Анализ качества выполненных движений
	<b>Итого по модулю:</b>	<b>18</b>	<b>4</b>	<b>14</b>	

### Содержание программы 3 модуля

#### Раздел 1. Русский народный танец

##### Тема №1. Элементы народного танца

Теория. Знакомство с элементами народного танца.

Практика. Основные шаги: простой танцевальный шаг, шаг с подскоком, приставной шаг, топающий шаг. Основные движения: «ковырялочка», «гармошечка», «ёлочка», хлопки и притопы.

##### Тема №2. Русский народный танец

Практика.

Музыкальный размер 2/4, 4/4.

Боковые перескоки с ударами полупальцами в пол.

Боковые перескоки с ударом каблуком впереди стоящей ноги.

«Ключ» с двойной дробью.

Дробная «дорожка» с продвижением вперед и с поворотом.

Двойная дробь на месте, с поворотом и с продвижением вперед

Дробь на «три ножки».

Основной ход танца «Шестера» на месте и с продвижением вперед.

«Моталочка»:

- с задеванием пола каблуком

- с акцентом на всю стопу

- с задеванием пола полупальцами

- с задеванием пола поочередно полупальцами и каблуками

«Маятник» в прямом положении

Основной русский ход (академический)

Подбивка «Голубец»:

- на месте,
  - с двумя переступаниями
- Быстрый русский бег с продвижением вперед и назад

### **Тема №3. Парный танец**

Теория. Изучение различных положений рук в паре.

Практика. Выполнение простых этюдов в паре.

## **Образовательный модуль «Магия творчества»**

Цель: развитие творческой личности средствами танцевального искусства

Задачи:

*Воспитательные*

-Способствовать физическому развитию, совершенствованию общей и эстетической культуры обучающихся;

- воспитывать чувство коллективизма, способность к продуктивному творческому общению.

*Развивающие*

-развивать музыкальные способности (развитие чувства ритма, умение слушать музыку;

-развивать координацию и укреплять опорно-двигательный аппарат.

*Обучающие*

-сформировать навыки владения выразительными средствами танца

- формировать у обучающихся чувства переживания, запоминания и оценивания культуры своих движений.

Предметные результаты

*Обучающиеся должны знать:*

- танцевальные движения и сюжеты;

- партерный экзерсис для повышения гибкости суставов, улучшения пластичности мышц связок, наращивания силы мышц.

*Обучающиеся должны уметь:*

- выполнять танцевальный шаг, держать правильную осанку, постановку корпуса, четкую координацию движений.

*Обучающиеся должны получить навыки:*

- выразительности и пластичности движений;

- свободного владения корпусом, движениями головы и особенно рук.

### **Учебно – тематический план**

#### **4 модуль**

№п\п	Названия разделов, тем	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		всего	теория	практика	
1	<b>Раздел 1. Современный танец</b>	<b>55</b>	<b>8</b>	<b>47</b>	
2	Основы современного танца	22	4	15	Выполнение упражнений
3	Модерн-экзерсис	18	2	14	Правильность выполнения движений
4	Танцевальные этюды и комбинации	20	2	18	Качество выполнения движений
5	Итоговое занятие	4	-	4	Итоговое тестирование. Итоговая диагностика
	<b>Итого по модулю:</b>	<b>55</b>	<b>8</b>	<b>47</b>	
	<b>Всего:</b>	<b>168</b>	<b>29</b>	<b>139</b>	



## Содержание программы 4 модуля

### Раздел 1. Современный танец

#### Тема №1. Основы современного танца

Теория. Современный танец изучается по разделам: разогрев и изоляция. Работа в партере.

Практика. Разогрев: движение по кругу (бег, шаги, подскоки, галоп и т.д.); движение на середине (работа с пространством, шаги, прыжки т.д.).

Изоляция:

-голова: наклоны, повороты, круги, zundari;

-плечи: прямые направления одним и двумя плечами, полукруги и круги;

-грудная клетка: вперед-назад; в стороны, крест, квадрат;

-пелвис: из стороны в сторону, вперед-назад, крест, квадрат;

-руки: основные позиции и их варианты, переводы из положения в положение, круги кистью.

-ноги: переводы стоп из параллельного в выворотное положение, исполнение основных движений как по параллельным, так и по выворотным позициям.

Разогрев в партере. Изоляция в партере. Перекаты. Простые элементы: «книжечка».

#### Тема № 2. Модерн-экзерсис

Теория. Модерн - экзерсис выполнение по выворотной позиции ног, по параллельным либо сводным позициям ног. Основа экзерсиса - классический экзерсис. Правильность выполнения движений.

Практика. II Port de bras (на середине) в стиле модерн. Changement de pied (у станка и на середине в стиле модерн). Pas de grace в стиле модерн.

Повторение пройденного материала: 1) demi plie по I, II, III, IV, V позиции в стиле модерн, 2) battement tendu в стиле модерн, 3) battement tendu demi pte в стиле модерн, 4) demi rond de gambe par terre en dehors и en dedans в стиле модерн, 5) battement releve lent на 45 в стиле модерн, 6) положение ноги на sur le cou-de-pied (обхватное и условное) в стиле модерн, 7) plie releve в стиле модерн.

#### Тема №3. Танцевальные этюды и комбинации

Теория. Композиция и танцевальные этюды. Азбука танцевальных движений. Ритмическая разминка. Примерный перечень движений и элементов упражнений для занятий.

Практика. Постановка танцевальных этюдов и комбинаций, построенных на изученном материале. Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, sundari. Движения исполняются вперед-назад и из стороны в сторону, диагонально, крестом и квадратом.

Плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмерка», пвист, шейк.

Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперед-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты. Начинать крест и квадрат с разных точек. Контракция.

#### Тема №4. Итоговое занятие

Практика. Подведение итогов за учебный год. Обобщение пройденного. Итоговое тестирование. Итоговая диагностика.

## Учебный план 2 год обучения

№ п/п	Наименование модулей	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	Образовательный модуль «Танец – это ритм!»	69	5	64
2	Образовательный модуль «Танец – это здоровье»	30	4	26
3	Образовательный модуль «Живи, танцуя!»	50	6	44
4	Образовательный модуль «Танец – пластика и грация»	19	2	14

<b>Итого:</b>	<b>168</b>	<b>17</b>	<b>151</b>
---------------	------------	-----------	------------

*Целевые установки модулей второго года обучения:* формирование творческой личности посредством обучения детей языку танца, приобщение воспитанников к миру танцевального искусства, являющегося достоянием общечеловеческой и национальной культуры.

Образовательные модули способствуют развитию системы универсальных учебных действий в составе личностных, регулятивных, познавательных и коммуникативных действий обучающихся.

### **Образовательный модуль «Танец – это ритм!»**

Цель: формирование эмоционально – эстетического восприятия окружающего мира через музыку и движение

Задачи:

*Воспитательные*

- Воспитывать чувство коллективизма, способность к продуктивному творческому общению.

*Развивающие*

- Развивать чувства ритма, музыкального слуха и мышечной памяти;  
- развивать творческие способности обучающихся.

*Обучающие*

- формировать музыкальный вкус и любовь к искусству танца;  
-познакомить

Предметные результаты

*Обучающиеся должны знать:*

-назначение отдельных упражнений хореографии;  
- основные танцевальные позиции рук и ног;  
-основы координирования движений с основными средствами музыкальной выразительности.

*Обучающиеся должны уметь:*

- выразительно, свободно, самостоятельно двигаться под музыку;  
-выполнять простейшие построения и перестроения, ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок.

*Обучающиеся должны получить навыки:*

- по различным видам передвижений по залу и приобретают определённый «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях.

### **Учебно – тематический план 1 модуль**

№ п/п	Названия разделов, тем	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие	1	1	-	
2	<b>Раздел 1. Партерная гимнастика и акробатика</b>	<b>68</b>	<b>4</b>	<b>64</b>	
3	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	18	-	18	Выполнение упражнений
4	Подготовка и коррегирующие упражнения	38	-	38	Выполнение упражнений
5	Основные элементы акробатики	12	4	8	Выполнение упражнений

	<b>Итого по модулю:</b>	<b>69</b>	<b>5</b>	<b>65</b>	
--	-------------------------	-----------	----------	-----------	--

## Содержание программы 1 модуля

### Тема. Вводное занятие

Теория. Введение в программу. Знакомство с обучающимися. Инструктаж по ТБ. Вводное тестирование.

### Раздел 1. Партерная гимнастика и акробатика

#### Тема №1. Упражнения для гибкости

Практика. Выполнение упражнений на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса. Растяжка. Шпагаты.

#### Тема №2. Подготовка и корректирующие упражнения

Практика. Упражнения на полу способствующие выворотности ног (в бедре, голени и стопе) наружу. Шаги на полупальцах при вытянутых коленях ("ходули"). Шаги на пятках. Упражнения для исправления Х - образных и О - образных ног. Танцевальные шаги: шаг с носочка, шаг с высоким подниманием колена и вытянутыми пальцами ног, подскоки, галоп (боковой). Бег с выбрасыванием ног вперед на 45°. Мелкий бег на полупальцах (pas sougu). Бег с вытянутыми пальцами ног. Упражнения на полу способствующие укреплению мышц спины. Упражнения для исправления седлообразной спины. Упражнения для исправления асимметрии лопаток. Легкий бег. Упражнения на напряжение и расслабление мышц. Бег с высоко поднятыми коленями. Упражнения подводящие к экзерсису.

#### Тема №3. Основные элементы акробатики

Теория: Понятие «акробатика». Основные правила выполнения основных элементов акробатики и простые трюки. Техника безопасности. Трюковые элементы. Техника безопасности при выполнении трюковых элементов.

Практика: Выполнение индивидуальных трюков: «кувырочек» (вперёд и назад), «колесо», «стойка на лопатках», «мостик». Парные трюковые элементы: поддержки танцевальные.

## Образовательный модуль «Танец- это здоровье»

Цель: формирование музыкально-хореографических, индивидуальных творческих способностей каждого ребёнка через танец

Задачи:

*Воспитательные*

- Воспитывать у обучающихся культуру поведения и чувства прекрасного;
- воспитывать трудолюбие, дисциплинированность, обязательность, аккуратность.

*Развивающие*

- развивать эстетический и художественный вкус у обучающихся;
- развивать гибкость, выворотность, подъём стопы, танцевальный шаг, прыжок, ритмичность, эластичность мышц, музыкальность, сообразительность, координацию, танцевальность.

*Обучающие*

- Сформировать музыкально-ритмические навыки;
- формировать навыки координации, владения мышечным и суставно- двигательным аппаратом;
- показать свободы движения в танце и сформировать чувство ансамбля.

Предметные результаты

*Обучающиеся должны знать:*

- основные требования классического танца;
- названия движений на французском языке, их перевод и значение.

*Обучающиеся должны уметь:*

- исполнить preparation и закончить исполнение упражнения (закрывание руки в подготовительное положение);
- выполнять Аллегро на середине зала.

*Обучающиеся должны получить навыки:*

- постановки корпуса, рук, ног, головы;

-элементарных координационных движений.

**Учебно – тематический план  
2 модуль**

№ п/п	Названия разделов, тем	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		всего	теория	практика	
1	<b>Раздел 1. Классический экзерсис</b>	<b>30</b>	<b>4</b>	<b>26</b>	
2	Упражнения у станка	14	2	12	Показ, демонстрация
3	Упражнения на середине зала	10	2	8	Показ, демонстрация
4	Allegro	6	-	6	Показ, демонстрация
	<b>Итого по модулю:</b>	<b>30</b>	<b>4</b>	<b>26</b>	

**Содержание программы 2 модуля**

**Раздел 1.Классический экзерсис**

**Тема №1. Упражнения у станка**

Теория. Методика исполнения элементов классического танца у станка, держась одной рукой за станок.

Практика: Переходы рук (порт де бра) Полуприседание (деми-плие) в I, I I, V позициях  
Полное приседание (гранд-плие в I, I I, V позициях)

Выставление ноги на носок - вытянутый батман (батман тандю)

Маленькие броски работающей ногой на высоту 45 (батман тандю жите)

Круг ногой по полу по четверти круга от себя и к себе (ронд де жамб партер)

Приседание на одной ноге, другая согнута (прижата) к щиколотке (батман фондю)

Гранд батман жите (большой бросковый батман)

Лицом к станку: Реливе. Прыжки.(соте по I, II позициям). Растяжка.

**Тема №2.Упражнения на середине зала**

Теория: методика исполнения элементов классического танца на середине зала.

Практика: Переходы рук (порт де бра); деми-плие и гранд-плие в I, II, III позициях; реливе pas chasse; подскоки, шаг польки, вальса.

**Тема №3. Allegro**

Практика.

1. Pas assemble в сторону.

М.Р. 4/4 /в 1-м полугодии исполняется на каждый такт, во 2-м полугодии — на половину такта и на каждую четверть /.

2. Pas assemble вперед и назад /изучается так же, как и в сторону /.

3. Sissonne simple /изучается во 2-м полугодии без assemble /.

4. Pas jete .

5. Pas echarpe на одну ногу.

**Образовательный модуль «Живи, танцуй!»**

Цель: Способствовать развитию навыков танцевальных движений, умения выразительно и ритмично двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки.

Задачи:

*Воспитательные*

-содействовать гармоничному развитию творческой личности ребенка;

-совершенствовать нравственно - эстетические, духовные и физические потребности.

-укреплять физическое и психологическое здоровье.

*Развивающие*

-способствовать выражению собственных ощущений, используя язык хореографии, литературы, изобразительного искусства;

-развивать у обучающихся пластичность и чувство ритма.

#### *Обучающие*

- расширять знания в области современного хореографического искусства;
- формировать умение понимать «язык» движений, их красоту.

#### Предметные результаты

##### *Обучающиеся должны знать:*

- подготовительное движение рук — preparation;
- уровни подъема ног;
- понятия о вращательных движениях en dehors и en dedans;
- прыжки с двух ног на две.

##### *Обучающиеся должны уметь:*

- на основе изученных элементов составлять этюды и свободно выражать себя в процессе движения;
- самостоятельно импровизировать в любых направлениях танца;
- проявляют желание двигаться, танцевать под музыку, передавать в движениях, пластике характер музыки, игровой образ.

##### *Обучающиеся должны получить навыки:*

- устойчивости в позах;
- координации движений рук и головы;
- точной координации движений;
- профессиональным вниманием.

### Учебно – тематический план 3 модуль

№ п/п	Названия разделов, тем	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		всего	теория	практика	
1	<b>Раздел 1. Современные танцы: виды и стили</b>	<b>50</b>	<b>6</b>	<b>44</b>	
2	Элементы современного танца	8	-	8	Показ движений
3	Уличный танец	6	-	6	Показ движений
4	Модерн-экзерсис	12	4	8	Показ движений
5	Современный танец	18	-	18	Показ движений
6	Танцевальные этюды и комбинации	6	2	4	Показ, демонстрация. Анализ
	<b>Итого по модулю:</b>	<b>50</b>	<b>6</b>	<b>44</b>	

### Содержание программы 3 модуля

#### **Раздел 1. Современные танцы: виды и стили**

##### **Тема №1. Элементы современного танца**

##### Практика.

##### Изолированные движения:

- движение головы,
- движение плеч,
- движение бедрами,
- движение корпуса.

##### Координация движения:

- наклоны головы вправо-влево с покачиванием бедер вправо-влево,
- полукруг головы и бедер справа налево и обратно,
- квадрат головой и бедрами в одном направлении .

##### Танцевальные комбинации:

- разминка,

-танцевальные движения – икс, повороты, пружина, скольжение, перекат, променад, Танец «Шалунишки», «Большая стирка», «Буги –Вуги», «Маленькие звезды», «Раз-два-три на носочки».

## **Тема №2. Уличные танцы**

Практика: Проучивание танцевальных позиций:

- основные раскачки (вперед, назад);
- раскачки с шагами;
- основные прыжки на двух и на одной ноге, с поворотами на 180 и 360 градусов;
- соединение движений ног с руками;
- простейшие партерные комбинации.
- изучение понятий kike, slaid.

Комплекс разминки на середине зала:

1. Наклоны, повороты шеи
2. Разминка для плеч
3. Разминка верхней части туловища (смещения вправо, влево, вперёд, назад)
4. Разминка тазобедренного сустава (вращения, восьмёрки)
5. Разминка ног (вращения в коленях, приседания)

## **Тема №3. Модерн-экзерсис**

Теория. Модерн - экзерсис выполняется как по выворотной позиции ног, так и по параллельным либо сводным позициям ног. Основой этого экзерсиса является классический экзерсис. Но все движения выполняются с мягкой спиной и координируются с различными вариациями движений рук, плеч, бедер и наклонов, поворотов головы.

Практика. Battement tendu с переносом тяжести в IV позиции, когда нога вытягивается вперед или назад в стиле модерн. Demi plie на середине зала в стиле модерн. Battement tendu с demi plie на середине в стиле модерн. Прыжки pas echarpe на II позиции (сначала у станка в стиле модерн). Pas balance (сначала у станка в стиле модерн). Сценический pas de basgue в стиле модерн. Трамплинные прыжки в стиле модерн.

## **Тема №4. Современный танец**

Практика: Раздел - изоляция. Изучение следующих движений:

- голова: наклоны, повороты, круги, zundagi;
- плечи: прямые направления одним и двумя плечами, полукруги и круги;
- грудная клетка: вперед-назад; в стороны, крест, квадрат;
- пелвис: из стороны в сторону, вперед-назад, крест, квадрат;
- руки: основные позиции и их варианты, переводы из положения в положение, круги кистью.

-ноги: переводы стоп из параллельного в выворотное положение, исполнение основных движений как по параллельным, так и по выворотным позициям.

Упражнения для развития позвоночника. Основные положения:

- flat back вперед, в сторону, полукруги и круги торсом;
- contraction, release, high release.

Координация. Координация простейших движений рук и ног, свинговое раскачивание двух центров.

Уровни.

- основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа»;
- упражнения stretch-характера в различных положениях;
- упражнения на contraction и release в положении сидя;

Кросс. Перемещение в пространстве.

-шаги по квадрату.

-основные шаги афротанца.

-шаги с трамплинным сгибанием коленей при передвижении из стороны в сторону и вперед-назад.

-прыжки: hop, jump

## **Тема №5. Танцевальные этюды и комбинации**

Теория. Композиция и постановка танцевальных этюдов и комбинаций, построенных на изученном материале. Предполагаются комбинации на 32 такта с перемещением в

пространстве, с использованием смены уровней, развернутые комбинации на 64 такта с перемещением в пространстве, с использованием смены уровней. Знакомство с музыкальным сопровождением будущего хореографического этюда, беседа о характере и образе музыки.

**Практика.** Бег: легкий на полупальцах «Самолетики»; Шаги на полупальцах «Веревочка»; Шаг «Цапля»; Танцевальный бег; танцевальный бег с соскоком, танцевальный бег в сочетании с подскоками, шагом польки и др. Allegro: «Зайчики», «Лягушки»; Боковой галоп, простые прыжки, подскоки, поскок и др.

### **Образовательный модуль «Танец – это пластика и грация»**

Цель: Формирование целостного представления об окружающем мире и высоких нравственных идеалах

Задачи:

*Воспитательные*

- воспитывать у обучающихся трудолюбия, ответственности, дисциплины;
- воспитывать навыки общения и культуры поведения в обществе и коллективе.

*Развивающие*

- развивать гибкость, координацию движений;
- развивать психофизические особенности, способствующие успешной самореализации.

*Обучающие*

- познакомить обучающихся с простейшими правилами поведения на сцене, с культурой сцены;

сформировать умение слышать и чувствовать музыку.

Предметные результаты

*Обучающиеся должны знать:*

- типы координации движений: однонаправленные и разнонаправленные;
- уровни положений рук в больших и маленьких позах, позициях;
- ракурсы исполнения движений.

*Обучающиеся должны уметь:*

- исполнять движения грамотно и музыкально.

*Обучающиеся должны получить навыки:*

- выполнения танцевальных движений;
- выразительного и ритмичного исполнения танцев движений с предметами (шарами, обручами, цветами);
- импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений.
- сценической концертной деятельности.

### **Учебно – тематический план**

#### **4 модуль**

№ п/п	Названия разделов, тем	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		всего	теория	практика	
1	<b>Раздел 1. Техника актерского мастерства в танце</b>	<b>16</b>	<b>2</b>	<b>14</b>	
2	Хореографические этюды	8	2	6	Постановка хореографических номеров
3	Движение, мимика, жест	8	-	8	Творческое задание
4	Итоговое занятие	3	-	3	Итоговое тестирование. Итоговая диагностика.
<b>Итого по модулю:</b>		<b>19</b>	<b>2</b>	<b>17</b>	

	<b>Всего:</b>	<b>168</b>	<b>17</b>	<b>151</b>	
--	---------------	------------	-----------	------------	--

## Содержание программы 4 модуля

### Раздел 1. Техника актёрского мастерства в танце

#### Тема №1. Хореографические этюды

##### Теория.

Знакомство с музыкальным сопровождением будущего хореографического этюда, беседа о характере и образе музыки.

##### Практика.

Правила исполнения движений. Правила исполнения комбинаций. Правила исполнения этюдов. Правила исполнения танцевальных постановок.

Разучивание новых движений. Разучивание этюдов. Репетиции на сцене. Изучение эстрадного танца, детских сюжетных танцев и танцевальных картинок.

#### Тема №2. Движение, мимика и жест

##### Практика.

Разучивание движений в образах сказочных персонажей (зайца, лисы, волка, мышей и т. п.).

Упражнения на развитие художественно-творческих способностей (цирковая лошадка, снежинки, канатоходцы, весёлые барабанщики, лыжники).

Разучивание музыкально-танцевальных игр:

- «Больше не буду с тобой танцевать»;
- «Буги-вуги»;
- «Вперёд 4 шага».

Упражнения на растягивание и укрепление мышцы спины, поясницы.

#### Тема №3. Итоговое занятие

Практика. Подведение итогов за учебный год. Обобщение пройденного. Итоговое тестирование. Итоговая диагностика. Тематический показ танцевальных этюдов «Танцевальный ринг».

**Примечание: Количество учебных часов тем занятий носит рекомендательный характер с учетом возрастных особенностей обучающихся. Но в обязательном порядке должно быть обеспечено общее количество учебных часов в год.**

### Организационно- педагогические условия (методическое обеспечение) программы

#### *Учебно – методическое обеспечение*

##### Методические пособия для педагогов:

- планы – конспекты занятий;
- информационные материалы по направлениям танцев разных видов и стилей.

##### *Дидактическое обеспечение:*

- диагностика психического развития ( карточки-наблюдения);
- карточки-задания по теме классический экзерсис;
- блок заданий упражнений в направлениях современного танца;
- тесты для определения специальных хореографических данных при поступлении в хореографическую студию;
- фотографии, показывающие хореографическое искусство, известных великих деятелей хореографии, костюмы, театры, грим;
- литература по хореографии, пластике, танцу;
- видеозаписи и аудиозаписи балетной тематики, презентации;
- правила поведения на занятиях и на сцене;
- словари хореографических терминов.

Методическое обеспечение образовательной программы включает в себя следующие компоненты: педагогические аспекты творческой деятельности; педагогический подход к обучению, воспитанию и развитию; методы развития межличностного общения в коллективе; методы создания художественной среды



средствами хореографии; интеграцию в процессе создания коллективного творческого продукта танцевального коллектива.

В программе представлены различные разделы, которые объединяет постановочная и концертная деятельность, позволяющая учебно-воспитательному процессу быть более привлекательным, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей.

#### *Формы обучения и воспитания*

Формы работы – групповые занятия с индивидуальным подходом, беседы, концерты.

На протяжении всего периода обучения действует объяснительно-иллюстративный метод - педагог объясняет и показывает движение.

#### *Примерная схема построения занятия:*

Занятие состоит из 4-х частей:

##### 1. Вводная часть (5-10 мин)

а) беседы о танце, значении музыки в танце, гигиене, внимание, дисциплине, танцевальной форме и т.п.;

б) изучаются особенности осанки и профессиональных данных ребенка;

в) знакомство с элементами ритмики и музыкальной грамоты.

2. Подготовительная часть (10-20 мин.): разучиваются и исполняются физические упражнения:

3. Основная часть: экзерсис у станка и на середине (40-60 мин.)

4. Заключительная часть (15-20 мин.): знакомство и разучивание отдельных танцевальных элементов, па, этюдов, танцев.

#### *Характеристика используемых методов*

Объяснительно-иллюстративный метода - один из наиболее экономных способов передачи, обобщенного и систематизированного объема учебного материала.

Педагог также часто прибегает к репродуктивному методу, при котором обучающиеся усваивают знания по неоднократному воспроизведению сообщённых им знаний и показанных способов деятельности.

Продуктивный метод содержит в себе проблему. На занятиях с детьми ставится проблемная ситуация, которая создает потребность в приобретении новых знаний и способов действия.

#### *Методы обучения по источнику знаний:*

- объяснительно-наглядный (репродуктивный) - (подробно объясняю правила выполнения тех или иных упражнений, элементов танца с одновременной демонстрацией, задача детей – понять и воспроизвести)

- словесный метод - донести до обучающихся эмоциональный характер танца задача непростая, поэтому через объяснения, беседы имеется возможность сообщить большое количество материала.

- практический метод - источником знания является практическая деятельность обучающихся в активной работе над исполнительской техникой, которая позволяет развивать профессиональные навыки, в проученных движениях, а в дальнейшем и в танце.

Методика обучения и воспитания направлена на предоставление детям возможности реализовать свой творческий потенциал, овладеть искусством танцевального мастерства. Из года в год обучающиеся, приобретая новые знания и умения, повышают не только уровень техники исполнения, но и эмоциональную передачу образа, артистичность.

В соответствии с «Положением о дистанционном обучении в МБОУ ДО «Свежий ветер» предполагается при реализации данной программы дистанционное обучение с применением информационно-телекоммуникационных сетей при опосредованном (на расстоянии) взаимодействии обучающихся и педагогических работников. Формы ДОТ: e-mail; дистанционное обучение в сети Интернет, видео уроки, on-line тестирование, of-line тестирование, интернет-занятия, надомное обучение с дистанционной поддержкой, облачные сервисы, и т.д.

### *Воспитательная деятельность педагога*

Хореографическую работу в коллективе должна отличать высокая организованность и дисциплина, культура поведения и общения между участниками коллектива и их педагогом. Работа педагога осуществляется по всем правилам формирования детского коллектива. В процессе участия в программе у детей формируется положительная оценка результатов труда: собственного и коллективного, чужого; чувство ответственности за собственные поступки, чувство солидарности, уважение к себе и другим, адекватная самооценка.

В процессе воспитательной деятельности педагог использует «принцип тройственного союза»: дети – педагог – родители.

Привлечение родителей к решению воспитательных вопросов положительно влияет на сплоченность коллектива и как следствие – повышается качество образовательного процесса.

*Кадровое обеспечение:* педагог дополнительного образования художественной направленности

### *Материально – техническое обеспечение*

- помещение площадью не меньше 40 м<sup>2</sup>;
- зеркало на одной из стен сплошной площадью;
- станок для выполнения экзерсиса у станка (80-100 см. от пола, 30 см. от стены, диаметр поручня 5см.);
- аудио магнитофон;
- коврики размером 100х150 см. для выполнения упражнений на полу;
- репетиционный реквизит;
- наличие у детей специальной формы для занятий (у девочек велосипедки и футболка, либо купальник для занятий и юбочка).
- наличие фонотеки и видеотеки;
- наличие сценических костюмов для концертных номеров.

## **Информационное обеспечение**

### **Список литературы**

1. Базарова Н.П. Классический танец. Методика обучения.- Л., Искусство, 1975.
2. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца: Учебно-методическое пособие. 2-е изд. - Л.: Искусство. 1983. -207 с.
3. Барышникова Т. Азбука хореографии. Методические указания в помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студий. - СПб.: «Люкси» «Респекс». - 256 с, ил.
4. Бочкарёва Н. И. Ритмика и хореография: учебно-методический комплекс для хореографических отделений школ, гимназий, ДМШ, школ искусств.-Кемерово.- Кемеровск.гос. академия культуры и искусств, 2000.-101 с.
5. Климов А. А. Основы русского народного танца: Учебник для студентов вузов искусств и культуры. - М.: Издательство Московского института культуры. 1994. - 320с, с ил.
6. Лисс С.Б. Образовательная программа театра танца «Ривьера». – Томск, ДДТ «У Белого озера». 2008.
7. Нешевский Н.П. Изобразительное искусство и худ. труд. – М.: Просвещение, 1995.
8. Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. М.: Просвещение, 1986,395с.
9. Теория и методика классического танца. Программа по специальности 05.07.00 «Педагогика и хореография». - М: ГИТИС, 1998.

10. Тихонова М.В., Смирнова Н.С. Красна изба... Знакомство детей с русским народным искусством, ремёслами, бытом в музее детского сада. - СПб.; Детство-пресс, 2000. -208 с
11. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Начало обучения. // Я вхожу в мир искусств, № 4, 1998.
12. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Продолжение обучения. // Я вхожу в мир искусств, № 4, 2001.
13. Чечетин А.И. Основы драматургии. - М., 1981.
14. Хамзин Х.Х. Правильная осанка. - М., 1999.

**КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК**  
**дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Студия танцевального искусства «Стиль»**

2 год	1 год	№ недели	Год
4	4	1	Сентябрь
4	4	2	
4	4	3	
4	4	4	
4	4	5	Октябрь
4	4	6	
4	4	7	
4	4	8	
4	4	9	Ноябрь
4	4	10	
4	4	11	
4	4	12	
4	4	13	Декабрь
4	4	14	
4	4	15	
4	4	16	
4	4	17	Январь
4	4	18	
4	4	19	
4	4	20	
4	4	21	Февраль
4	4	22	
4	4	23	
4	4	24	
4	4	25	Март
4	4	26	
4	4	27	
4	4	28	
4	4	29	Апрель
4	4	30	
4	4	31	
4	4	32	
4	4	33	Май
4	4	34	
4	4	35	
4	4	36	
4	4	37	Июнь
4	4	38	
4	4	39	
4	4	40	
*	*	41	Июль
*	*	42	
*	*	43	
*	*	44	
*	*	45	Август
*	*	46	
4	4	47	
4	4	48	
168	168	Количество учебных часов	
42	42	Количество недель	

\* дни отпуска педагога