

Управление образования администрации Губкинского городского округа  
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Дворец детского (юношеского) творчества «Юный губкинец»  
города Губкина Белгородской области

Принята на заседании  
педагогического совета  
от 29 августа 2025 г.  
Протокол № 5

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБУ ДО «Дворец  
детского (юношеского) творчества  
«Юный губкинец»  
С. В. Козачок  
Приказ от 29 августа 2025 г. № 254

**Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая)  
программа по хореографии  
«Мир танца»**

**Направленность:** художественная

**Уровень:** стартовый, базовый, продвинутый

**Возраст учащихся:** 5-16 лет

**Срок реализации:** 6 лет

Автор-составитель:  
Кривохижа Марина Александровна,  
педагог дополнительного  
образования

Год разработки программы 2016  
г. Губкин

## Содержание

<b>Раздел 1. Комплекс основных характеристик</b>	
Пояснительная записка	<b>3</b>
Содержание программы (сведения о программе)	<b>3</b>
Планируемые результаты	<b>5</b>
<b>Раздел 2. Комплекс организационно - педагогических условий</b>	
Учебный план, учебно - тематический план (по годам обучения)	<b>7</b>
Календарный учебный график	<b>31</b>
Рабочая программа 1 года обучения	<b>32</b>
Рабочая программа 2 года обучения	<b>35</b>
Рабочая программа 3 года обучения	<b>38</b>
Рабочая программа 4 года обучения	<b>42</b>
Рабочая программа 5 года обучения	<b>43</b>
Рабочая программа 6 года обучения	<b>47</b>
Условия реализации программы	<b>51</b>
Формы, порядок и периодичность аттестации и текущего контроля. Оценочные материалы	<b>52</b>
Методические материалы	<b>60</b>
Воспитательная компонента	<b>62</b>
Список литературы	<b>65</b>
Приложение	<b>66</b>

## **Комплекс основных характеристик образования**

### ***Пояснительная записка***

Программа «Мир танца» - это программа обучения, посвящённая развитию и коррекции физических качеств детей, раскрытию их творческих способностей средствами хореографического искусства.

Хореография, являясь одним из синтетических видов творчества, включает в себя основы различных видов искусств: музыкального и театрального, декоративно-прикладного и художественного творчества, современного эстрадного танца и пластики. Занятия танцами способствуют не только развитию внешних данных ребенка, но и формированию его внутреннего мира. Искусство танца - искусство коллективное.

### **Программа разработана на основе нормативно-правовых документов:**

- Федерального закона от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р);
- Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р);
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 г. Москва «Об утверждении Санитарных правил (СП 2.4. 3648-20) «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (вступили в действие с 01.01.2021 г.);
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Минпросвещения России от 27 июля 2022 г. № 629 (вступившего в силу 1 марта 2023 г.);
- Устава и локальным актом учреждения;

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

### **(сведения о программе)**

**Направленность образовательной программы** – художественная.

**Уровень сложности программного материала**

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа "Мир танца" разработана с учетом комплексного развития личности учащихся, на основе нормативно - правовых документов и общеобразовательной программы «Современный танец», Лимаренко Н.А. (Приложение 1)

**Новизна программы** заключается в том, что классическая база преподавания хореографии идет в интеграции с современными видами трюковых хореографических элементов.

**Актуальность программы.** В процессе занятий учащиеся приобретают разносторонние двигательные навыки, укрепляют мышцы, у них увеличивается подвижность в суставах, совершенствуются двигательные функции занимающихся, повышают функциональные возможности и работоспособность организма и снижает травмоопасность в различных нестандартных бытовых ситуациях, что положительно влияет в целом на здоровье учащихся.

**Отличительные особенности программы:** интеграция специальных дисциплин: в начале изучения идёт упор на гимнастику и ритмику. В дальнейшем акцент ставится на становление и развитие творческой индивидуальности учащегося, создание проектов на основе интеграции нескольких специальных дисциплин: классического танца и актерского мастерства с применением трюковых элементов.

Программа может быть адаптирована для работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья и детьми - инвалидами.

**Педагогическая целесообразность** программы обусловлена тем, что занятия хореографией: укрепляют физическое развитие и эмоциональное состояние детей; развивают силу, гибкость, ловкость, быстроту и координацию движений; способствуют формированию интереса к занятиям хореографией; формируют жизненно важные навыки: правильную походку, красивую осанку.

Программа позволяет пробудить интерес детей к новой деятельности, привить трудолюбие, терпение, упорство в достижении результата, уверенности в себе, самостоятельность, открытость, помощь и взаимовыручку, общение друг с другом. Это ведущие моменты в процессе обучения.

Программа имеет вариативный характер и при необходимости допускается корректировка содержания занятий, времени прохождения материала.

**Адресат программы** - учащиеся 5-16 лет. Образовательные группы формируются без предъявления требований к начальному уровню подготовки. Набор в группы осуществляется по желанию учащихся и заявлению родителей.

**Объём программы:** (1080 ч.) Годовое количество часов по программе – занятия 1- 3 год обучения 2 раза в неделю, продолжительность занятий – 2 часа (144 ч.). На 4-6 годах обучения - 3 раза в неделю по 2 часа (216ч.)

### **Форма обучения и режим занятий**

**Форма обучения** – очная (возможна при неблагоприятной санитарно-эпидемиологической обстановке в регионе - очно-заочная форма обучения с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения).

### Методы и принципы реализации программы

- **доступности** (программа обучения строится на основе возрастных характеристик учащихся и индивидуальных возможностях);
- **динамичности** (предоставление ребенку возможностей поиска и изучения более сложной узконаправленной информации);
- **наглядности** в процессе обучения это, прежде всего, не иллюстративность, а прямое восприятие. Любое движение педагога-хореографа показывается в его окончательной форме, как мини-танец, и только потом разбивается на составляющие элементы;
- **принцип практической** активности предоставление учащимся практической отработки полученных навыков, предусматривает достижение определенной цели многими дозволенными способами;
- **повторяемости материала** (повторение и закрепление знаний);
- **сознательности и активности** (обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное обучение ребёнка к обучению видов деятельности).

**Тип занятий: теоретико-практические:** занятия сообщения и усвоения новых знаний, повторения и обобщения полученных знаний, закрепления знаний, выработки умений и навыков, занятия применения знаний умений и навыков, комбинированные, диагностические.

**Формы организации работы с учащимися:** групповая; индивидуально – групповая.

#### Формы проведения занятий

- практическое занятие;
- занятие – игра;
- творческая мастерская;
- занятие-концерт;
- фестиваль.

**Срок освоения программы** - 6 лет.

#### Режим занятий:

Наименование группы	Возраст (лет)	Кол-во занятий в неделю (2 раза в неделю по 2 ч.)	Продолжительность:	Кол-во детей в группах
Младшая группа	5-7 лет	4	40 мин	12 - 15
Средняя группа	6-9 лет	4	45 мин	12-15
Старшая группа	10-16 лет	6	45 мин	12-15

**Цель программы:** создание условий для формирования танцевальной лексики, посредством изучения современных направлений в хореографии.

### **Задачи программы:**

#### **Образовательные:**

- обучить основным танцевальным направлениям данной программы;
- обучить технике выполнения классического и современного экзерсиса, трюковых элементов;
- обучить практическому применению теоретических знаний;
- способствовать развитию умственной и физической работоспособности;

#### **Развивающие:**

- сформировать приемы сценической выразительности и актёрского мастерства;
- способствовать развитию интереса к миру танца;

#### **Воспитательные:**

- воспитать культуру личности учащихся средствами хореографического искусства;
- сформировать толерантность, доброту, трудолюбие, терпение;
- воспитать гражданскую позицию и чувство патриотизма;
- воспитывать ответственность и добросовестное отношение к начатому делу.

### **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

#### **Образовательные:**

- Обучить детей танцевальным движениям.
- Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями.
- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.
- Формировать умение ориентироваться в пространстве.
- Формировать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы.
- Формировать умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условием ее реализации в процессе познания содержания танцевально-музыкальных образов.

#### **Личностные:**

- воспитывает у ребёнка настойчивость и силу воли.
- развивает координацию движений и музыкально-ритмические чувства.
- дети учатся ориентироваться в пространстве, происходит формирование правильной осанки, красивой походки, элегантности и изящности движений. - учащиеся получают внутреннее удовлетворение и массу положительных эмоций.
- способствует формированию его художественного «я» как составной части общества.
- научатся осуществлять свои творческие замыслы;
- научатся адекватно воспринимать предложения и оценку педагога, товарищей, родителей;

#### **Метапредметные:**

- освоение способов решения проблем творческого и поискового характера в процессе восприятия, исполнения, оценки музыкального и танцевального материала;
- определять наиболее эффективные способы достижения результата в исполнительской и творческой деятельности;
- продуктивное сотрудничество (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении различных творческих задач на уроках хореографии, во внеурочной и внешкольной музыкально-эстетической деятельности;
- освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- позитивная самооценка своих творческих возможностей;
- овладение навыками смыслового прочтения содержания "текстов" музыкальных и танцевальных стилей и жанров в соответствии с целями и задачами деятельности;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха.

Из описания компетенций видно, что они отражают такие умения, качества и способности, которые в той или иной степени необходимы для любой успешной деятельности, в чем бы она ни состояла.

## Раздел 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО – ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

### Учебный план

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов по годам обучения	Количество часов по годам обучения.		Количество часов по годам обучения.		
		Стартовый уровень	Базовый уровень		Продвинутый уровень		
		1 год обучения	2 год обучения	3 год обучения	4 год обучения	5 год обучения	6 год обучения
1	Введение в программу	4	4				
2	Вводное занятие			1	1	1	1
3	Организационная работа.					1	1
4	Постановочная работа	8	9	12	17	22	21

5	Репетиционная работа	11	10	10	14	22	30
6	Музыкально-пластическая импровизация		-	-	-	-	22
7	Этюды		-	-	-	-	26
8.	Сценическое движение		-	-	-	-	32
9.	Современный эстрадный танец						60
6	Азбука музыкального движения.					4	
7	Учебно-тренировочная работа	17	16	16	13		
8	Музыкально-ритмическая деятельность	20	21	15	-		
9	Основы классического танца	20	20	18	31	30	10
10	Акробатика	20	20	20	25	34	10
11	Основные хореографические упражнения		-	-	-	30	
12	Общая физическая подготовка.	21	21	22	25	-	-
13	Современная хореография.					60	-
10	Актёрское мастерство	5	9	9	13	10	-
11	Партерный экзерсис		-	-	28	-	-
11	Художественная гимнастика		-	6	30	-	-
12	Организационная работа	8	4	4	4	-	-
13	Беседы об искусстве	6	6	3	6		2



14	Прослушивание музыки		-	5	5		
15	Промежуточная аттестация	2	2	1	1	1	
16	Аттестация по итогам освоения программы			-	-	-	1
17	Итоговое занятие	2	2	2	2	1	1
	Итог:	144	144	144	216	216	216

### Учебно-тематический план

#### 1 этап «стартовый»

##### I год

№ п/п	Наименование разделов и тем	Общее количество учебных часов	В том числе:		Формы аттестации / контроля
			практических	теоретических	
1.	<b>Введение в программу</b>	<b>1</b>	-	1	
	Знакомство с коллективом. Исторические сведения о художественной гимнастике и хореографии.	1		1	Беседа
	Музыкально-ритмическая деятельность.	28	24	4	Конкурс
	<i>Ритмика:</i> - хлопки в такт музыки; - ритмичная ходьба в различном темпе: среднем, медленном, быстром; - ходьба с переходом на бег; - различные комбинации упражнений с изменением темпа музыки.	14	12	2	Наблюдение
	<i>Музыкально-ритмические игры и упражнения:</i> - упражнение «Хлопай-топай»; - упражнение «Тихо-	7	6	1	Наблюдение

	громко»; - игра «Дети и медведь»; - игра «Считалочка				
	<i>Музыкальные навыки:</i> - различие динамики звука «громко-тихо»; - умение слышать и передавать в движении ярко выраженные ритмические акценты; - самостоятельное начало движений и заканчивание движений с началом и окончанием музыки; - выполнение упражнений под счет и музыку	7	6	1	Опрос
2.	Основы классического танца.	16	13	3	
2.1	Положения рук в детских танцах и упражнениях: «руки на пояс», «руки на пояс», «руки в стороны», «руки вперёд», руки «лодочкой», «круглые руки». Упражнения с воображаемыми цветами. «Сладкая грёза» - муз. Чайковского.	6          10	5          8	1          2	Анализ
3.	Акробатика.	9	14	5	
3.1	<i>Акробатические упражнения:</i> - группировка; - из упора присев перекаты назад и вперед (в группировке) – «Ванька-встанька»; - перекаты в положении лежа – «бревнышко»; - стойка на лопатках – «березка» с помощью преподавателя; - мост из положения лежа с помощью преподавателя; - комбинации	3          3       4       4       5	2          2       3       3       4	1          1       1       1	Конкурс

	акробатических упражнений в образно двигательных действиях.				
4.	Общая физическая подготовка.	24	18	6	
4.1.	<p><i>Строевые упражнения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- построение в шеренги и колонны;</li> <li>- выполнение строевых команд;</li> <li>- передвижение в сцеплении;</li> <li>- перестроение из одной шеренги в несколько по ориентирам;</li> <li>- соблюдение интервала друг между другом.</li> </ul>	24	18	6	Беседа
4.2	<p><i>Общеразвивающие упражнения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные движения прямыми и согнутыми руками и ногами;</li> <li>- основные движения туловищем и головой;</li> <li>- полуприседание, упор присев, стоя на коленях, положение лежа;</li> <li>- комплексы общеразвивающих упражнений.</li> </ul>	2	6	6	Анализ
4.3	<p><i>Упражнения для развития мышечной силы и гибкости:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- образные, игровые и двигательные действия: <ul style="list-style-type: none"> <li>• «сильные и мягкие руки»;</li> <li>• «сильные и мягкие ноги»;</li> <li>• «пружинка»;</li> <li>• «часики»;</li> <li>• «столик»;</li> <li>• «бабочка»;</li> </ul> </li> </ul>	2	6	5	Анкетирование

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• «куколка»;</li> <li>• «кузнечик»;</li> <li>• «корзиночка»;</li> </ul> - комплексы упражнений для мышц спины и живота				
5.	Постановка этюда.	4	35	39	
5.1	Танцевальные шаги; - шаг галопа в сторону; - приставной шаг в сторону; - мягкий шаг; - комбинации из танцевальных шагов.	2	15	17	Наблюдение
5.2	Составление, разучивание и отработка комбинаций: - с элементами акробатики «Теремок»; - с элементами танцев «Пчелиный переполох».	2	20	22	Опрос
6.	Актёрское мастерство	16	11	5	
6.1	Игры по развитию внимания: «Имена», «Цвета», «Краски», «Садовник и цветы», «Айболит», «Адвокаты», «Глухие и немые», «Эхо», «Чепуха, или нелепица»	9	7	2	Анкетирование
6.2	Работа над образом. Анализ мимики лица.	4	2	2	
6.3	Развитие наблюдательности. На основе своих наблюдений показать этюд. Понять и воспроизвести характер человека, его отношение к окружающему миру.	3	2	1	Опрос
7	Промежуточная аттестация	1		1	Тестирование. Практический показ
8	Итоговое занятие.	2	1	2	Зачёт
Итого:		144	115	29	

## Учебно-тематический план

### 2этап «базовый»

2 год

№ п\п	Наименование разделов и тем	Общее количество учебных часов	В том числе:		Формы аттестаци и / контрол я
			практиче с ких	теорит ически х	
1.	Вводное занятие	1	-	1	
1.1	Обсуждение интересных событий в мире танцев и хореографии Гигиена, закаливание, режим и питание детей	1	-	1	Анкетиро вание
2.	Художественная гимнастика.	6	3	3	
2.1	Прыжки: - прыжок выпрямившись;- прыжок ножки под себя; - прыжки на одной ноге и с чередованием ног; - вертикальный прыжок с поворотом на 180° - «Чупа- Чупс»; - прыжок открытый;- прыжок закрытый;- прыжки в приседе – «мячики»;- сочетание шагов и прыжков.	2	1	1	Наблюде ние
2.2	Равновесия: - стойка на носках руки в сторону; - равновесие в полуприседе;- равновесие- «журавлик» на всей стопе;- переднее равновесие на всей стопе – «ласточка».	2	1	1	Беседа
2.3	Волны и взмахи: - волны руками вертикальные одновременные и последовательные;-	2	1	1	Опрос

	целостный взмах; - волна туловищем вперед у опоры;				
3.	Акробатика.	20	16	4	
:3.1	Акробатические упражнения: - из упора присев перекаты назад и вперед (в группировке) – «Ванька-встанька» - перекаты в положении лежа – «бревнышко»; - из упора сидя на голеньях перекаты направо и влево на 360°; - полушпагаты; - кувырки вперед и назад; - стойка на лопатках – «березка»; - стойка на руках (с помощью преподавателя); - мост из положения лежа; - комбинации акробатических упражнений в образно двигательных действиях.	10         5   5	9         4   3	1         1   2	контроль за выполнением трюковых элементов
4.	Актерское мастерство.	9	6	3	
4.1	Тренажёр «мышцы боли» (мышцы сморщивания бровей) и «мышцы угрозы» (пирамидальные). Сокращение - брови книзу и к переносью. Раскрепощение - исходное положение. Упражнение заключается в многократном и энергичном, постепенно убыстряющемся подтягивании бровей книзу.	3	2	1	Наблюдение
4.2	Тренировка глазных мышц Простое, все убыстряющееся движение	2	1	1	Самоанализ

	<p>век (мигание).</p> <p>Попеременно закрывать веки. Добиться, чтобы брови в этом движении не участвовали, чтобы закрывался один глаз (а веко второго находилось в покое)</p>				
4.3	<p>тренировка круговой мышцы рта. (Эта мышца окружает рот. При сокращении она изменяет форму губ: вытягивает их вперед «надутые губы» или подтягивает «поджатые губы»)</p> <p>Сначала следует натренировать активное вытягивание губ вперед (хоботком). Затем производить маятниковые движения в обе стороны, с вытянутыми губами, а после - круговые движения в обе стороны поочередно. Голова неподвижна.</p>	4	3	1	Беседа
5.	Общая физическая подготовка.	22	18	4	
5.1	<p>Упражнения для развития мышечной силы и гибкости:</p> <p>- образные, игровые и двигательные действия:</p> <p>«сильные» - игра в снежки и «мягкие» - крылья птицы</p> <p>- руки;</p> <p>«сильные» - махи и «мягкие» - ноги;</p> <p>«пружинки»; «часики»;</p> <p>«столик»; «складочка»;</p> <p>«бабочка»; «лягушка»;</p> <p>«куколка»</p>	11	9	2	Наблюдение

	«кузнечик»; «корзиночка»; «колечко»; - комплексы упражнений для мышц спины и живота				
5.2	Общеразвивающие упражнения: - основные движения прямыми и согнутыми руками (рывки, круги руками) и ногами (велосипед, ножницы); - основные движения туловищем (столик, наклоны) и головой; - полуприседание, упор присев, упор лежа на согнутых руках, упор стоя на коленях, положение лежа; - комплексы общеразвивающих упражнений.	11	9	2	Анкетирование
6.	Постановочная и репетиционная работа.	49	45	4	
	Составление, разучивание и отработка комбинаций: - с элементами акробатики «От горшка, два вершка»; - с элементами танцев «Вдохновение»				Опрос
7.	Основы классического танца	12	10	2	
7.1	Позиции ног. Позиции рук.	2	2		Анализ
7.2	Понятие направлений en dehors et en dedans. Demi rond de jambe par terre en dehors et en dedans. Rond de jambe par terre en dehors et en dedans.	7	6	1	Тестирование
7.3	Relevés на полупальцы в I, II и V позициях, свытянутых ног и с demi-plies	3	2	1	Беседа



8.	Учебно-тренировочная работа.	16	13	3	Наблюдение
9.	Выступления на различных мероприятиях.	6	5	1	Творческий отчёт
10	Промежуточная аттестация.	1		1	Анкетирование
11.	Итоговое занятие.	2	2		Опрос
Итого:		144	118	26	

**Учебно-тематический план**  
**2этап «Базовый» (второго года обучения)**  
**3 год обучения**

№ п\п	Наименование разделов и тем	Общее количество учебных часов	В том числе:		Формы аттестаци и / контроля
			теорети ческих	прак тиче ских	
1.	<b>Вводное занятие</b>	1	-	1	
1.1	История развития хореографии в мире искусства.	1	-	1	Анкетирование
2.	<b>Художественная гимнастика.</b>	6	24	30	
2.1	<i>Упражнения на пружинность:</i> - пружинные полуприседания из стойки на всей ступне и на носках («пружинка»); тоже с остановкой на полупальцах; - круглый полуприсед и присед с пружинным выпрямлением ног; - попеременные пружинные полуприседания («велосипед»); - пружинные движения руками из различных исходных положений («буратино»; «игра в снежки»); - комплексы упражнений	2	8	10	Наблюдение

	на пружинность.				
2.2	<b>Повороты и вращения:</b> - на носках переступание на 360°; - одноименные на 360° («пассе»); - разноименные на 180°	2	8	10	Опрос
2.3	<b>Волны и взмахи:</b> - сидя на пятках волна туловищем вверх-вниз; - волны руками вертикальные и горизонтальные; - одновременные и последовательные; - волна туловищем вперед с круговым движением рук; - боковая волна у опоры; - взмах руками вперед - вверх;	1	4	5	Беседа
2.4	<b>Равновесия:</b> - равновесие в стойке на левой (правой) ноге с подъемом на носки («журавлик»); - переднее равновесие с подъемом на носки («ласточка»); - равновесие на колене другая нога впереди.	1	4	5	Самоанализ
3.	<b>Акробатика.</b>	4	21	25	
:3.1	<b>Акробатические упражнения:</b> - из упора присев перекаты назад и вперед в группировке; - из упора сидя на голених перекаты вправо и влево на 360° в разножку; - кувырок вперед из положения стоя; - кувырок назад из упора присев (через плечо); - «березка» без опоры о	1    1	7   6	8  7	контроль за выполнением трюковых элементов

	спину; - движения ногами в стойке на лопатках; - серия кувырков вперед и назад; - мост из положения лежа на спине, с последующим поворотом в упор присев; - стойка на предплечьях с помощью преподавателя; - стойка на руках у стены; - стойка на груди у опоры; - переворот в сторону вправо и влево («колесо»).	2	8	10	
4.	<b>Актёрское мастерство.</b>	3	10	13	
4.1	<b>Танцевальная импровизация:</b> - ассоциативное мышление; - импровизационная деятельность. <b>Пластическая выразительность:</b> - умение передать характер, образ и смысл танца с помощью элементов пластики. <b>Мимика и пантомима:</b> - пантомимические движения;- танцевальная пантомима.	1  1  1	3  4  3	4  5  4	Наблюдение, опрос
5.	<b>Общая физическая подготовка.</b>	4	21	25	
5.1	<b>«Упражнения на развитие силовой выносливости»</b> <b>«Диагональное скручивание».</b> <b>«Планка».</b> <b>«Полный сед».</b>	2	11	13	Анализ
5.2	<b>Общеразвивающие упражнения:</b> Выпады, шпагаты. - Разные виды «складочек» в положении сидя. -«Приседание»	2	10	12	Беседа

	- комплексы общеразвивающих упражнений.				
6.	<b>Постановка этюда.</b>	4	40	44	
	Составление, разучивание и отработка комбинаций: - с элементами акробатики - с элементами танцев	4	40	44	Игра
7.	<b>Классический танец.</b>	4	27	31	
7.1	- танцевальная постановка корпуса и головы; - позиции ног (I,VI); - правильная осанка; - позиции рук (подготовительная, первая, вторая, третья)	1	9	10	Беседа
7.2	<b>экзерсис у станка:</b> -demiplié из I позиции; releve по I и VI позициям; -battement tenduиз I позиции «крестом»; -battement tendujeteиз I позиции «крестом» ; -grand battement jeteиз I позиции;	2	10	12	Конкурс
7.3	упражнения на растягивание; - на середине: верчение на месте; верчение по диагонали	1	8	9	Наблюдение
8.	<b>Партерный экзерсис.</b>	5	23	28	
8.1	Подготовительные упражнения для освоения grand pliés, battements tendus, battements tendusjetés	2	8	10	Анализ
8.2	Подготовительные упражнения для освоения grandbattementsjetés, portdebras № 1	2	7	9	Опрос
8.3	Комплексы упражнений партерной гимнастики	1	8	9	Наблюдение
9.	<b>Выступления на различных</b>	3	13	16	Творческий отчет

	<b>мероприятиях.</b>				
10	<b>Промежуточная аттестация.</b>	1		1	Диагностика
11.	<b>Итоговое занятие.</b>	-	2	2	Зачёт
<b>Итого:</b>		35	181	216	

**Учебно-тематический план**  
**3 этап «Продвинутый»**  
**4 год.**

№ п\п	Наименование разделов и тем	Общее количество учебных часов	В том числе:		Формы аттестации / контроля
			теоретически	практических	
1.	<b>Вводное занятие</b>	1	1	-	Наблюдение, опрос
2	<b>Организационная работа.</b>	1	1	-	
3	<b>Азбука музыкального движения.</b>	4	4	-	Беседа
4	<b>Акробатика.</b>	34	2	32	
4.1	«кувырок» (вперёд и назад) из разных положений («стойки на лопатках» и др.), «колесо» в комбинации со шпагатом по диагонали, «мостик» из положений стоя, «стоечка на руках». Трюковые элементы. Парные трюковые элементы.	6 6 6 6 10	    2	6 6 6 6 8	Анализ
7	<b>Актёрское мастерство.</b>	10	-	10	
7.1	<b>Сценическая пластика. Театр-экспромт Пластический этюд.</b>	10		10	Наблюдение, опрос
8	<b>Основные хореографические упражнения</b>	30	2	28	
8.1	Основные положения рук на середине, основные положения ног на середине. Растяжка у станка,	15	1	14	Опрос

	упражнения у станка. Постановка головы, постановка корпуса у станка. Постановка корпуса на середине, постановка апломба.				
<b>8.2</b>	Арабески у станка, четвертый арабеск, прыжки сисон, сисон форме, перекидной, прыжки соте, шоссе, повороты шене, тур, постановка головы, постановка корпуса у станка, постановка корпуса на середине, постановка апломба	<b>15</b>	<b>1</b>	<b>14</b>	<b>Наблюдение</b>
<b>9.</b>	<b>Постановочная и репетиционная работа.</b>	<b>44</b>	<b>-</b>	<b>44</b>	
<b>9.1</b>	Постановка хореографических композиций, разводка комбинаций в сценический рисунок (хореографический текст и рисунок танца; сценическое ориентирование; сценические интервалы; смена сценического рисунка; композиционный переход)	<b>11</b>	<b>-</b>	<b>11</b>	<b>Самоанализ</b>
<b>9.2</b>	Репетиционная работа (хореографический образ; ансамблевое исполнение композиции; сценическая работа; концертная деятельность). Отчетный концерт.	<b>11</b>	<b>-</b>	<b>11</b>	<b>Творческий отчет</b>
<b>10.</b>	<b>Классический танец.</b>	<b>30</b>	<b>2</b>	<b>28</b>	
<b>10.1</b>	<b>Просмотр видеоматериала: «Классическая хореография».</b>	<b>2</b> <b>28</b>	<b>2</b> <b>-</b>	<b>-</b> <b>28</b>	<b>Тестирование</b>

	Экзерсис на середине, у станка, адажио (подготовительная, первая, вторая, третья)				
11.	Современная хореография.	60	6	54	
11.1	Модерн-джаз танец.	34	4	30	Наблюдение
11.2	Техника танца «Контемпорари».	26	2	24	Опрос
12.	Итоговое занятие	1	-	1	Зачёт
13.	Промежуточная аттестация	1	-	1	Диагностика
	Итого:	216	18	198	

**Учебно-тематический план  
3 этап «Продвинутый»  
5 год.**

№ п\п	Наименование разделов и тем	Общее количество учебных часов	В том числе:		Формы аттестации / контроля
			теоретических	практических	
1.	Вводное занятие	1	1	-	Анкетирование
2	Организационная работа.	1	1	-	Наблюдение, опрос
3	Музыкально-пластическая импровизация	22	2	20	
3.1	Создание импровизированных этюдов «Полет бабочки», «Заколдованный лес», «Танцующий огонь», «Город роботов».	22	2	20	Опрос
4	Акробатика.	11	1	10	
4.1	1. Равновесие шпагатом. 2. Равновесие шпагатом с захватом (затяжка) за колено, за голень одной или двумя руками. 3. Равновесие кольцом.				Анализ

	4. Фронтальное. 5. Равновесие шпагатом с наклоном вперед. 6. Заднее равновесие.				
<b>5</b>	<b>Сценическое движение</b>	<b>32</b>	<b>2</b>	<b>30</b>	
5.1	<i>Сценическая пластика. Театр-экспромт Пластический этюд.</i>	15	1	14	Беседа
5.2	Создание импровизированных этюдов «Полет бабочки», «Заколдованный лес», «Танцующий огонь», «Город роботов».	17	1	16	Наблюдение
<b>6</b>	<b>Этюды</b>	<b>26</b>	<b>2</b>	<b>24</b>	
6.1	-упражнения на развитие внимания, фантазии, памяти. - упражнения, направленные на развитие ориентации в пространстве.	13	1	12	Анализ
6.2	- упражнения на развитие пластики. - работа над эмоциональной выразительностью при показе этюдов	13	1	12	Опрос
<b>7.</b>	<b>Постановочная и репетиционная работа.</b>	<b>51</b>	<b>1</b>	<b>50</b>	
7.1	Постановка хореографических композиций, разводка комбинаций в сценический рисунок (хореографический текст и рисунок танца; сценическое ориентирование; сценические интервалы; смена сценического рисунка; композиционный переход)	15	1	14	Наблюдение, опрос
<b>7.2</b>	<b>Репетиционная работа</b>	<b>36</b>	<b>-</b>	<b>36</b>	Практическая



	(хореографический образ; ансамблевое исполнение композиции; сценическая работа; концертная деятельность). Отчетный концерт.				работа
<b>8.</b>	<b>Классический танец.</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>8</b>	
8.1	<p>Большие и маленькие позы: croisee, effacee, ecartee вперед и назад, II arabesque носком в пол (по мере усвоения позы вводятся в различные упражнения).</p> <p>2. Battementstendus в маленьких и больших позах.</p> <p>3. Battementstendusjete:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• в маленьких и больших позах;</li> <li>• balancoireen face.</li> </ul> <p>4. Demi-ronddejambeirond de jambена 45° навсейстопеendehorsi en dedans.</p> <p>5. Battements fondus:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• на полупальцах;</li> <li>• ' cplie-releve.</li> </ul> <p>6. Battementssoutenus с подъёмом на полупальцына 45° во всех направлениях.</p> <p>7. Battementsdoublesfrappes на 30° во всех направлениях.</p>	5	1	4	Анализ
	<p>Flic вперёд и назад на всей стопе.</p> <p>9. Petit tempsrelevesendehorsi en dedans навсейстопе.</p> <p>10. Petits battements sur le cou-de-pied на полупальцах.</p> <p>11. Pastombe на месте, другая нога в положении</p>	5	1	4	Наблюдение, опрос

	<p>surlecou-de-pied.</p> <p>12. Pascoupe на всю стопу и на полупальцы.</p> <p>13. Battements releveslentsи battements developpesна 90°:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• впозахcroisee, effacee;</li> <li>• battementsdeveloppespasse.</li> </ul> <p>14. Grands battements jetes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• вбольшихпозах;</li> <li>• pointeeenface.</li> </ul> <p>17</p> <p>15. Releves на полупальцыс работающей ногой в положении sur le coide-pied.</p> <p>16. 1-е и 3-е portdebras с ногой, вытянутой на носок вперёд, назад и в сторону.</p> <p>17. Поворот fouetteendehors и endedans на Ул и ‘г круга с носком на полу, на вытянутой ноге и на demi-plie.</p> <p>18. Полуповороты в V позиции к станку и от станка с переменной ног на полупальцах, начиная с вытянутых ног и с demi-plie.</p> <p>19.</p> <p>Soutenuentoumantendehorsи endedansno 1/2 поворота, начинаяиз положения носком в пол.</p>				
<b>9.</b>	<b>Современная хореография</b>	<b>60</b>	<b>4</b>	<b>56</b>	
9.1	Выполнение развернутых комбинаций на проработу изолированных центров, движений позвоночника (twist, спиралей, contraction, release),	30	2	28	Анкетировани е

	падения и подъемы, а также переходы из уровня в уровень.				
9.2	Выполнение пируэтов в позах eface, croisee. Выполнение шагов с координацией трех, четырех и более центров. Выполнение шагов с использованием contraction, release, сменой направлений в комбинации шагов. Выполнение pasechappe с поворотом. Выполнение paschasse как подготовка к большим прыжкам. Соединение шагов, прыжков во вращении в единые комбинации. Вращения по кругу.	30	2	28	Беседа
10.	Итоговое занятие	1	-	1	Опрос
11.	Промежуточная аттестация	1	-	1	Тестирование
	Итого:	216	15	201	

**Учебно-тематический план  
3 этап «Продвинутый»  
6 год.**

№ п/п	Наименование разделов и тем	Общее количество учебных часов	В том числе:		Формы аттестации / контроля
			теоретических	практических	
1.	Вводное занятие	1	1	-	Анкетирование
2	Организационная работа.	1	1	-	Наблюдение, опрос
3	Музыкально-пластическая	22	2	20	

	<b>импровизация</b>				
<b>3.1</b>	Создание импровизированных этюдов «Полет бабочки», «Заколдованный лес», «Танцующий огонь», «Город роботов».	22	2	20	Опрос
<b>4</b>	<b>Акробатика.</b>	<b>11</b>	<b>1</b>	<b>10</b>	
<b>4.1</b>	1. Равновесие шпагатом. 2. Равновесие шпагатом с захватом (затяжка) за колено, за голень одной или двумя руками. 3. Равновесие кольцом. 4. Фронтальное. 5. Равновесие шпагатом с наклоном вперед. 6. Заднее равновесие.				Анализ
<b>5</b>	<b>Сценическое движение</b>	<b>32</b>	<b>2</b>	<b>30</b>	
5.1	<i>Сценическая пластика. Театр-экспромт Пластический этюд.</i>	15	1	14	Беседа
5.2	Создание импровизированных этюдов «Полет бабочки», «Заколдованный лес», «Танцующий огонь», «Город роботов».	17	1	16	Наблюдение
<b>6</b>	<b>Этюды</b>	<b>26</b>	<b>2</b>	<b>24</b>	
6.1	-упражнения на развитие внимания, фантазии, памяти. - упражнения, направленные на развитие ориентации в пространстве.	13	1	12	Анализ
6.2	- упражнения на развитие пластики. - работа над эмоциональной выразительностью при показе этюдов	13	1	12	Опрос
<b>7.</b>	<b>Постановочная и репетиционная работа.</b>	<b>51</b>	<b>1</b>	<b>50</b>	

7.1	Постановка хореографических композиций, разводка комбинаций в сценический рисунок (хореографический текст и рисунок танца; сценическое ориентирование; сценические интервалы; смена сценического рисунка; композиционный переход)	15	1	14	Наблюдение, опрос
7.2	<b>Репетиционная работа (хореографический образ; ансамблевое исполнение композиции; сценическая работа; концертная деятельность).</b> Отчетный концерт.	36	-	36	Практическая работа
<b>8.</b>	<b>Классический танец.</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>8</b>	
8.1	Большие и маленькие позы: croisee, effacee, ecartee вперед и назад, II arabesque носком в пол (по мере усвоения позы вводятся в различные упражнения). 2. Battementstendus в маленьких и больших позах. 3. Battementstendusjete: • в маленьких и больших позах; • balancoireen face. 4. Demi-ronddejambeirond de jambена 45° навсейстопеendehorsien dedans. 5. Battements fondus: • на полупальцах; • ' cplie-releve. 6. Battementssoutenus с подъёмом на полупальцына	5	1	4	Анализ

	<p>45° во всех направлениях.</p> <p>7. Battements doubles frappes на 30° во всех направлениях.</p>				
	<p>Flic вперед и назад на всей стопе.</p> <p>9. Petit temps relevés en dehors et en dedans на всей стопе.</p> <p>10. Petits battements sur le cou-de-pied на полупальцах.</p> <p>11. Pas tombe на месте, другая нога в положении sur le cou-de-pied.</p> <p>12. Pas coupe на всю стопу и на полупальцы.</p> <p>13. Battements relevés lents et battements développés на 90°:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• в позах croisée, effacée;</li> <li>• battements développés passé.</li> </ul> <p>14. Grands battements jetés:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• в больших позах;</li> <li>• pointée en face.</li> </ul> <p>17</p> <p>15. Relevés на полупальцы с работающей ногой в положении sur le cou-de-pied.</p> <p>16. 1-е и 3-е port de bras с ногой, вытянутой на носок вперед, назад и в сторону.</p> <p>17. Поворот fouetté en dehors et en dedans на Ул и 1/8 круга с носком на полу, на вытянутой ноге и на demi-plié.</p> <p>18. Полуповороты в V позиции к станку и от станка с переменой ног на полупальцах, начиная с вытянутых ног и с demi-</p>	5	1	4	Наблюдение, опрос

	plie. 19. Soutenuentoumantendehorsien endedansno 1/2 поворота, начинаяиз положения носком в пол.				
<b>9.</b>	<b>Современная хореография</b>	<b>60</b>	<b>4</b>	<b>56</b>	
9.1	Выполнение развернутых комбинаций на проработку изолированных центров, движений позвоночника (twist, спиралей, contraction, release), падения и подъемы, а также переходы из уровня в уровень.	30	2	28	Анкетирование
9.2	Выполнение пируэтов в позах efasse, croisee. Выполнение шагов с координацией трех, четырех и более центров. Выполнение шагов с использованием contraction, release, сменой направлений в комбинации шагов. Выполнение pasechappe с поворотом. Выполнение paschasse как подготовка к большим прыжкам. Соединение шагов, прыжков во вращении в единые комбинации. Вращения по кругу.	30	2	28	Беседа
<b>10.</b>	<b>Итоговое занятие</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>1</b>	Опрос
<b>11.</b>	<b>Промежуточная аттестация</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>1</b>	Тестирование
	<b>Итого:</b>	<b>216</b>	<b>15</b>	<b>201</b>	

### Календарный учебный график.

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	сентябрь	май	36	72	144	2 раза в неделю по 2 часа
2 год	сентябрь	май	36	72	144	2 раза в неделю по 2 часа
3 год	сентябрь	май	36	108	216	3 раза в неделю по 2 часа
4 год	сентябрь	май	36	108	216	3 раза в неделю по 2 часа
5 год	сентябрь	май	36	108	216	3 раза в неделю по 2 часа
6 год	сентябрь	май	36	108	216	3 раза в неделю по 2 часа
<i>Календарно-тематические учебные планы-графики по годам обучения (Приложение 2).</i>						

### Рабочая программа 1 года обучения

#### Задачи 1 - го года обучения:

##### Образовательные:

- обучить выполнению заданий по инструкции педагога;
- обучить правильной осанке и постановке корпуса при выполнении упражнений и движений;
- обучить выполнению партерной гимнастики;



- обучить выполнению простых акробатических упражнений;
- обучить позициям ног, рук, головы в классическом танце;
- обучить простым прыжковым комбинациям;
- обучить умению согласовывать движения с музыкой;
- обучить пользоваться простейшей танцевальной терминологией на занятиях.

#### **Развивающие:**

- развивать умения ориентирования в пространстве (знание точек класса);
- развивать самостоятельность в выполнении заданий по инструкции педагога;
- развить интерес к творчеству через изучение танцевальных этюдов;
- развить навыки самостоятельной и творческой деятельности развивать умения координировать движения рук, ног, корпуса и головы;

#### **Воспитательные:**

- воспитывать общительность, умение входить в контакт с педагогом и детьми;
- воспитывать ответственность и добросовестное отношение к начатому делу;
- способствовать привлечению родителей к участию в работе творческого объединения.

### **1 этап (стартовый)**

#### **1 год обучения**

##### **Знать:**

- общие сведения о гимнастике и хореографии;
- основы музыкальной грамоты;
- правила постановки ног, корпуса, рук, головы при выполнении танцевальных упражнений;
- строевые упражнения;
- общеразвивающие упражнения;
- упражнения для развития мышечной силы и гибкости;
- игры и игровые упражнения;
- специальные виды бега и ходьбы;
- танцевальные шаги;
- упражнения на расслабление мышц и дыхание, на укрепление осанки;

### **Содержание программы 1 года обучения**

#### **Введение в программу. Техника безопасности.**

**Введение в общеразвивающую программу.** Инструктаж по технике безопасности. Выявление хореографических и музыкальных данных. Диагностика спортивной подготовки. Базовые элементы современной хореографии.

### **Музыкально-ритмическая деятельность.**

Развитие чувства ритма и музыкальности.

**Теория.** Понятие о характере музыки (быстрая, медленная), об эмоциональной окраске (веселая, грустная), о простейших пространственных построениях (линия, круг). Представление о красоте осанки, легкости шага, делающие движение красивыми и грациозными.

**Практика:** Ходьба в ритме и темпе музыки на месте и в пространственных построениях, а также вокруг себя, направо и налево. Танцевальный шаг с носка, ход с вытянутыми коленями, поднимая колени, на полу-пальцах. Построения и переходы в простейшие фигуры. Базовые элементы современной хореографии.

### **Основы классического танца**

**Теория.** Элементарные сведения о классическом танце как азбука танца. Постановка корпуса: осанка, опора. Позиция ног, рук в классическом танце. (приготовление) и заключение движений экзерсиса.

**Практика.** Положения рук в детских танцах и упражнениях: «руки на пояс», «руки в стороны», «руки вперёд», руки «лодочкой», «круглые руки».

### **Акробатика.**

Базовые акробатические упражнения: «мостик» из положения лежа и стоя, «березка», «складка», кувырки в различных направлениях, шпагаты с правой и левой ноги. Комплекс специальных упражнений, связанных с сохранением равновесия (балансирувания) и вращением тела с опорой и без опоры (прыжки, падения, перекаты.). Стойка на голове, стойка на руках. Изучение парных упражнений.

### **Общая физическая подготовка.**

**Теория.** Упражнения, направленные на достижение максимально высоких результатов в соревновательной деятельности.

**Практика.** Силовые упражнения на все группы мышц. Развитие силы и силовой выносливости. Дыхательная гимнастика. Упражнения на ловкость и координацию.

### **Актёрское мастерство.**

**Теория.** Уроки актерского мастерства развивают воображение, помогают детям в преодолении страха перед сценой, формируют актерские качества танцора, необходимые для улучшения техники исполнения и творческого роста учащихся.

**Практика.** На материале игр вводятся ролевые упражнения. Отдельные уроки актерского мастерства: "Предмет и отношение к нему", "Подийум", "Гибнущие птицы", а также на темы танцевальных композиций при разучивании.

-Театрализованные игры.

-Развитие мимики.

-Упражнения на развитие пластической выразительности.

-Творческие упражнения.

### **Постановка этюдов.**

Практика: Разучивание танцевальных этюдов и танцевальных движений. Достижение синхронности исполнения танцевальных этюдов и танцевальных постановок.

Теория. Изучение танцевальных блоков и объединение их в номерах, постановка танцевальных групп, дуэтов и соло. Начиная с первого года обучения, дети пробуют выходить на сцену, участвовать в соревнованиях в таких номинациях как группы, дуэты и соло. Подготовка к этим мероприятиям – отработка номеров и подготовка костюмов.

**Промежуточная аттестация:** Тестирование. Практический показ.

### **Итоговое занятие.**

Практика: Разучивание танцевальных этюдов и танцевальных движений. Достижение синхронности исполнения танцевальных этюдов и танцевальных постановок. Подведение итогов за год. Планы на следующий год. Выступления учащихся с лучшими номерами

## **Рабочая программа 2 года обучения**

### **Задачи 2 - го года обучения:**

#### **Образовательные:**

- обучать выполнению экзерсиса классического танца у танцевального станка;
- обучать выполнению экзерсиса современного танца на середине зала;
- научить переключаться эмоционально с одного характера музыки на другой.

#### **Развивающие:**

- развивать мышление, воображение, активность, импровизацию посредством выполнения упражнений по актерскому мастерству;
- развивать навыки выразительности, пластичности, грации и изящества движений;
- развивать мышечную силу, гибкость, ловкость и выносливость;
- развить представление об организации постановочной и концертной деятельности.

#### **Воспитательные:**

- воспитывать чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия;
- воспитывать общую культуру личности, способной адаптироваться в современном обществе;
- воспитывать чуткое отношение друг к другу, желание заниматься вместе;
- воспитывать личность ребенка посредством хореографического искусства;
- сформировать знания о правилах поведения в танцевальном зале.

## **2 этап «базовый»**

### **2 год обучения.**

#### **Знать:**

- основные танцевальные позиции ног и рук;

- понятия «Линия», «Колонна», «Диагональ», «Круг»;
- понятия «Ровная спина», «Вытянутая нога»;
- комплекс упражнений стретчинга;
- назначение разогрева, его последовательность;
- понятие «Музыкальное вступление»;
- понятие «Танцевальный образ»;

**уметь:**

- ориентироваться в хореографическом зале, делать простые перестроения;
- ритмично двигаться, передавать хлопками и притопами ритмический рисунок;
- исполнять небольшие танцевальные комбинации под руководством педагога;
- исполнять комплекс растяжки 2-го года обучения под руководством педагога;
- исполнять разогрев самостоятельно;
- исполнять простые танцевальные комбинации;
- представлять себе заданный образ под заданную музыку.

### **Содержание программы 2 года обучения**

**Вводное занятие. Техника безопасности.**

**Теория.** Проводится общее собрание группы, знакомство с программой. Изучаются правила техники безопасности и правила поведения до, во время и после занятий. Учащиеся знакомятся с возможными перспективами.

**Партерная гимнастика.**

Упражнения на полу, направленные на выработку правильной осанки, развитие и укрепление мышц, силы и выворотности ног, гибкости, подвижности суставов и натянутости ног в колене, подъеме и пальцах, а также выработки хорошего танцевального шага.

**Акробатика.**

**Теория:** Общеразвивающие упражнения, правила их выполнения. Двигательные принципы. Свобода действий. Правила выполнения упражнений. Элементы гимнастических движений. Виды упражнений. Способы их выполнения. Вариативность использования упражнений в сочетании с другими элементами. Игра-ведущий вид деятельности на занятиях с дошкольниками. Сочетание изученных элементов в игровых упражнениях. Характер исполнения в игровых заданиях. Музыкальность исполнения, творческая фантазия в передаваемом образе.

**Практика.** Группировка, из упора присев, перекаты назад и вперед (в группировке), «ванька-встанька», перекаты в положении лежа – «бревнышко», стойка на лопатках – «березка» с помощью преподавателя, мост из положения лежа с помощью преподавателя. Комбинации акробатических упражнений в образно двигательных действиях.

Игры и игровые упражнения: «веселая бабочка», «поезд», «кто быстрее попадет в домик», «веселые воробышки», «резвые мышата», «совушка».

### **Общая физическая подготовка.**

#### **Теория**

Упражнения, направленные на достижение максимально высоких результатов в соревновательной деятельности.

**Практика.** Отжимания, приседания, прыжки в высоту и в длину, упражнения на пресс (поднятие корпуса от пола, поднятие прямых ног от пола). Силовые упражнения на все группы мышц. Развитие силы и силовой выносливости.

#### **Классический танец.**

**Теория.** Правила постановки корпуса, рук, ног, головы. Движения классического танца выполняются у станка в более ускоренном темпе и добавляется положение тела «бокам к станку».

**Практика.** Вращение на месте с продвижением. Классические этюды, включающие в себя позиции рук и ног.

#### **Актёрское мастерство.**

**Теория.** Упражнения на выразительность: пантомимы и инсценировки.

**Практика.** Актёрские этюды. Снятие мышечного напряжения.

#### **Постановка и отработка концертных номеров.**

Изучение танцевальных блоков и объединение их в номерах, постановка танцевальных групп, дуэтов и соло.

#### **Художественная гимнастика.**

**Теория:** виды бега, ходьбы и танцевальных шагов, сочетание их друг с другом. Понятие «сильные» и «слабые» мышцы. Положение корпуса при выполнении упражнений.

**Практика.** Упражнения для шеи и туловища: наклоны и круговые движения головой в различных направлениях; маховые, пружинящие движения туловищем из различных исходных положений, упражнения на растягивание во всех направлениях; расслабление; наклоны; прогибы; упражнения с наибольшими отягощениями. Круговые движения туловищем в стойке ноги врозь, в стойке на коленях. Поднимание туловища из положения лежа на животе (спине) на полу (скамейке), ноги закреплены за гимнастическую стенку или удерживаются партнером.

2. Упражнения для ног: сгибание и разгибание стоп, и круговые движения стопой. Полуприседы и приседы в быстром и медленном темпе; ходьба на пальцах, пятках, на внешней и внутренней стопах; выпады вперед, назад, в сторону. Прыжки на двух ногах, из приседа, через гимнастическую скамейку (сериями слитно). Максимальное растягивание и расслабление ног, шаговые и круговые движения из различных исходных положений, упражнения для развития выворотности ног, пассивное растягивание с помощью партнера или на снарядах.

3. Упражнения для мышц бедра: лечь на спину, руки под голову, поднять оттянутую правую ногу до вертикального положения, медленно согнуть и

быстро разогнуть. То же сменив режим работы, бедра на пол не опускать. Сесть, согнув колени, руки на колени. Разводить колени и сопротивлением до касания бедрами пола. Лечь, руками взяться за нижнюю перекладину гимнастической стенки. Поднять обе оттянутые ноги назад и задержать 4-6 секунд.

#### **Концертная деятельность.**

Практика. Культура исполнителя. Поведение на сцене. Участие в концертах различного уровня.

**Промежуточная аттестация:** тестовые задания второго года обучения дают представление о степени интереса и любви к искусству хореографии, об уровне мышечной памяти и эмоционально- творческого потенциала ребенка, дают представление о знаниях учащихся в области хореографии, развитии кругозора детей и их творческих способностей. Анкетирование.

Подведение итогов за год. Планы на следующий год. Выступления учащихся с лучшими номерами

### **Рабочая программа 3 года обучения**

**Цель:** совершенствование специальных знаний, умений и навыков хореографической техники и исполнительского мастерства.

#### **Задачи 3 -го года обучения:**

##### **Образовательные:**

- формирование знаний о танцевальных ритмах и мелодиях;
- формирование знаний о выразительных средствах музыки и танцев;
- ознакомление учащихся с музыкальной формой;

##### **Развивающие:**

- развитие техничности при исполнении элементов экзерсиса;
- развитие навыков исполнения прыжков;
- развитие техничности и грамотной работы при исполнении упражнений у станка;

##### **Воспитательные:**

- воспитание умения сотрудничать, находить нужное решение, компромисс в сложных ситуациях;
- ориентирование учащихся на успех, на совершенствование исполнительского мастерства;
- воспитание стремления к саморазвитию и самосовершенствованию через концертную деятельность.

### **3 год обучения**

#### **знать:**

- основные упражнения классического танца (плие, релеве);
- приемы стретчинга, его назначение;
- понятие «образ» танца, «сюжет» танца, «внутренний монолог»;
- понимать и правильно оценивать произведения современного танца;

#### **уметь:**

- самостоятельно выполнять выученные танцевальные комбинации на середине;
- исполнять сложные комбинации из шагов, бега, прыжков в различных ритмических рисунках и направлениях, сочетая их с движениями рук и головы;
- быстро ориентироваться в хореографическом зале, делать различные перестроения;
- самостоятельно исполнять не менее 2 концертных номеров;
- выполнять комплекс упражнений стретчинга 3-го года обучения (под контролем педагога);
- выделить синкопу, передать хлопками ритмический рисунок;
- уметь создать образ на заданную музыку, придумать движения под свой образ;
- овладеть основными элементами классического танца;
- овладеть основами современного танца, художественной гимнастике.

**По итогам 3 года обучения,** дети получают и усвоят совершенствования двигательного аппарата, Кроме того, дети овладевают основами общей культуры, разбираются в направлениях и течениях современной хореографии.

### **Содержание программы 3 года обучения**

#### **Вводное занятие. Техника безопасности.**

**Теория:** История развития хореографии в мире искусства.

#### **Художественная гимнастика.**

**Теория:** приобретение знаний в области художественной гимнастики, изучение истории физической культуры. Знания об истории развития и современного состояния художественной гимнастики, строении и функциях организма человека, понятия о физической культуре двигательной активности, здоровом образе жизни.

#### **Практика:**

- шаги с продвижением вперед на полупальцах стоя и в полуприседе;
- приставные шаги вперед (на полной стопе);
- шаги с продвижением вперед на стопе, сочетаемые с отведением рук назад на горизонтальном уровне;
- бег (по кругу, лицом вперед, спиной вперед);
- небольшие прыжки в полном приседе;
- отведение ног назад (или махи назад);
- наклоны туловища вперед, назад и в стороны в опоре на стопах и на полупальцах;
- упражнения для стоп;
- упражнения для укрепления мышц ног и брюшного пресса;
- упражнения для разогревания позвоночника скручиванием в стороны;
- упражнения для развития гибкости позвоночника;

- упражнения для мышц спины;
- упражнения для укрепления мышц бедер;
- упражнения для укрепления голеностопных суставов;
- подводящие упражнения к продольным шпагатам и непосредственно шпагаты;
- боковой шпагат и наклоны в стороны;
- равновесие «Пассе»;
- наклоны туловища вперед в опоре на стопу одной ноги, другая нога вперед горизонтально в опоре на гимнастическую стенку;
- равновесие с ногой вперед (горизонтально) и «батман» (мах) вперед (горизонтально);
- упражнения для развития гибкости: «круглый» полуприсед, «Волна» вперед.

### **Акробатика.**

**Теория.** Выполнения элементов строевых, общеразвивающих, акробатических упражнений. Формирование умений и навыков выполнения упражнений. Правила выполнения упражнений.

**Практика:** построение в шеренгу и в колонну по команде. Ходьба в колонне по одному. Перестроение в круг. Передвижение по кругу и ориентирам («змейкой»). Перестроение из одной шеренги в несколько по образному расчету и указанию педагога. Передвижение в обход шагом и бегом, соблюдение интервала друг между другом. Перестроение из одной колонны в несколько кругов по ориентирам на шаге и беге. Перестроение из одной колонны в две, три по выбранным водящим. Размыкание колонн на вытянутые руки вперед и в стороны.

Ходьба на носках и на пятках, на внутренних и на внешних сторонах стоп. Сочетание основных движений прямыми или согнутыми руками. Стойка на прямых и согнутых ногах в сочетании с другими движениями. Основные движения головой, плечами, кистями рук, коленями, стопой. Сочетания упоров с движениями ногами. Комплексы общеразвивающих упражнений.

Стоя наклоны вперед, назад и в стороны; тоже на коленях. Сидя наклоны вперед, подъемы ног. Лежа подъем ног и корпуса. В упоре стоя на коленях: прогибание и сгибание спины; сгибание и разгибание рук. Лежа на животе наклоны назад; одновременное и поочередное поднятие рук и ног. Сидя ноги врозь наклоны вперед и в стороны; растяжка ног. Комплексы упражнений.

Перекаты в группировке вперед и назад, вправо и влево. Из упора сидя на голених перекаты вправо и влево в разножку. Полу шпагаты. Кувырок вперед из положения стоя. Кувырок назад через плечо. Серия кувырков вперед и назад. Стойка на лопатках. Движения ногами в стойке на лопатках. Стойка на предплечьях с помощью преподавателя. Стойка на руках и на груди у опоры. Мост из положения лежа с поворотом в упор присев.



Переворот в сторону вправо и влево с помощью преподавателя. Комбинации акробатических упражнений.

### **Актерское мастерство.**

**Теория:** танцевальная импровизация. Пластическая выразительность Мимики и пантомима.

**Практика:** ассоциативное мышление; импровизационная деятельность. Передать характер, образ и смысл танца с помощью элементов пластики. Пантомимические движения; танцевальная пантомима.

### **Общая физическая подготовка.**

**Теория:** виды танцевальных шагов, бега, сочетание их друг с другом. Подготовка к изучению танцев. Понятие «сильные» и «слабые» мышцы. Техника безопасности при выполнении движений. Положение корпуса при выполнении упражнений.

**Практическая работа:** шаги: высокий на носках, приставной вперед, скрестный, пружинный, скользящий шаг вперед, шаг с небольшим подскоком, шаг галопа вперед, шаг вальса, шаг польки. Высокий и пружинящий бег. Комбинации из танцевальных шагов и бега.

Расслабление шеи. Качание расслабленных рук. Последовательное расслабление всего тела до положения глубокого приседа. Лежа на спине потряхивание руками и ногами. Имитационные, образные упражнения.

### **Постановка этюда.**

**Теория:** постановка корпуса и головы при выполнении элементов.

**Практика:** танцевальная техника. Имидж. Танцевальная композиция. Техника гимнастических элементов. Техника акробатических фигур. Комбинации хореографических упражнений.

### **Классический танец.**

**Теория:** постановка корпуса и головы при выполнении элементов. Позиции ног. Позиции рук.

**Практика:** полуприседания, подъемы на носки, держась за опору. Стойка руки на пояс и за стену. Свободные, плавные движения руками. Упражнения на растягивание. Верчение на месте. Комбинации хореографических упражнений.

Галоп вперед, в сторону; полька; вальсовый шаг вперед. Комбинации хореографических упражнений.

### **Партерный экзерсис.**

**Цель:** повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Подготовиться к традиционному классическому экзерсису у станка. Развивать пластичность тела.

**Содержание материала:** комплекс упражнений направленный на улучшение эластичности мышц и связок, повышение гибкости суставов.

**Промежуточная аттестация.** Занятие - концерт. Отчётный концерт.

**Реализация программы способствует:**

- развитию навыков общения, коммуникативных компетентностей;
- повышению культурного уровня;
- воспитанию настойчивости и самоотдачи, коллективной и личной ответственности за поручение дело;
- осознанному развитию хореографических способностей;
- развитию интереса не только к творческой деятельности в коллективе, но и к творчеству других исполнителей;
- умению критически анализировать собственную деятельность.

### **Рабочая программа 4 года обучения:**

#### **Задачи:**

#### **4 год обучения.**

- уметь закрыть руку, заканчивая движение в адажио;
- слышать и понимать значение вступительных и заключительных аккордов в упражнениях;
- иметь навык выворотного положения ног «пятка против пятки» в батман тандю с 1-й позиции (вперед, назад, в сторону) ;
- знать характерные движения рук в танцах, а так же различать особенности маршевой музыки (спортивной, военной).

### **Содержание программы 4 года обучения**

#### **Вводное занятие.**

**Теория:** содержание программного материала, инструктаж по технике безопасности на занятиях.

#### **Азбука музыкального движения. (4 часа-2занятия)**

**Теория:** Темповые обозначения. Аранжировка танцевальной музыки.

#### **Актерское мастерство. (10 часов-5 занятий)**

**Практика:** Сценическая пластика. Театр-экспромт Пластический этюд. Итоговое занятие.

#### **Организационная работа. (2 часа-1занятия)**

#### **Основы классического танца. (32 часа-16занятий)**

**Теория:** Просмотр видеоматериала: «Классическая хореография».

**Практика:** Экзерсис на середине, у станка, адажио

#### **Акробатика. (34 часа-17занятий)**

**Теория:** Техника безопасности. Техника выполнения танцевальных поддержек.

**Практика:** Выполнение индивидуальных трюков в комбинации с другими элементами: «кувырок» (вперёд и назад) из разных положений («стоечки на лопатках» и др.), «колесо» в комбинации со шпагатом по диагонали, «мостик» из положений стоя, «стоечка на руках».

Трюковые элементы. Парные трюковые элементы.

### **Основные хореографические упражнения. (30 часов-15занятий)**

**Теория.** Предупреждение травматизма при работе у станка.

**Практика:** Основные положения рук на середине, основные положения ног на середине, растяжка у станка, упражнения у станка, арабески у станка, четвертый арабеск, прыжки сисон, сисон форме, перекидной, прыжки соте, шоссе, повороты шене, тур, постановка головы, постановка корпуса у станка, постановка корпуса на середине, постановка апломба, упражнения на разучивание элементов совмещения.

### **Современная хореография. (60 часов-30занятий)**

#### **Модерн-джаз танец.**

**Теория.** История развития современного танца. Просмотр видео, обсуждение.

**Практика:** Основные повороты, переходы, прыжки. Изучение новых комбинаций, движений. Основные рисунки. Основные положения рук и ног.

#### **Техника танца «Контемпорари».(26 часов-13занятий)**

**Теория.** Изучение техники танца «Контемпорари». Просмотр видео.

**Практика:** Импровизации, соединение всех элементов, постановка корпуса. Перемещение по основным переходам.

#### **Постановочно-репетиционная работа (44 часа-22часа).**

**Практика:** Постановка хореографических композиций, разводка комбинаций в сценический рисунок (хореографический текст и рисунок танца; сценическое ориентирование; сценические интервалы; смена сценического рисунка; композиционный переход).Репетиционная работа (хореографический образ; ансамблевое исполнение композиции; сценическая работа; концертная деятельность). Отчетный концерт.

**Промежуточная аттестация.** Тестирование. Отчётный концерт.

### **Рабочая программа 5 года обучения**

#### **Образовательные:**

- освоить технику хореографического исполнительства, владение профессиональной терминологией;
- приобрести навыки художественной выразительности исполнения;
- освоить навыки сценического движения;
- знать различные направления танца;
- привить культуру, свободу выразительности движений;
- приобрести знания и умение выполнять требования к безопасности на занятиях хореографией;
- сформировать координации, чувство ритма, ориентации в сценическом пространстве;
- знать танцевальную терминологию;
- уметь слушать и слышать музыку;
- получить знания основ импровизации;

#### **Развивающие:**

- развить природные хореографические данные учащихся;

- развить артистизм и эмоциональность;
- развить умение согласовывать движения тела с музыкой;
- развить актерские способности учащихся;
- развить эстетический вкус, творческое воображение, умение видеть красоту окружающего мира;

#### **Воспитательные:**

- воспитать навыкам самообслуживания, самостоятельности, культуры общения, дисциплины, добросовестного отношения к труду, общественной собственности; чувства товарищества и взаимопомощи; выражения и отстаивания своей жизненной позиции;
- воспитать лидерские, морально-волевые качества, уважения к национальным традициям; умения отстаивать свое мнение;
- воспитать умение планировать и организовывать свою деятельность с учетом ее безопасности, распределять нагрузку;
- воспитать навыки аналитического мышления, умения объективно оценивать явления, события, собственные действия в ходе образовательного процесса; давать им и собственным действиям, результатам своего труда объективную оценку на основе полученных знаний и опыта.

#### **Знать:**

- основные требования к выполнению движений современного танца;
- в полном объеме программный материал;

#### **Уметь:**

- выстроить рисунок положений и уровней рук и ног;
- выполнять комбинации классического и современного танца;
- исполнять любую импровизацию и постановку, сохраняя танцевальную осанку.

### **Содержание программы 5 года обучения**

#### **1. Вводное занятие (2 часа)**

**Теория.** Цель и задачи на предстоящий учебный год. Инструктаж по технике безопасности. Расписание.

**Практика.** Повторение материала четвертого года обучения.

#### **2. Этюды (26 часов)**

**Теория.** Беседа «Эмоции, как средство выразительности».

**Практика.** Повторение ранее изученных этюдов. Проведение тренингов на развитие эмоциональности исполнения этюдов и развитие эмоциональности исполнений комбинаций. Создание этюда «Молча вдвоем». Выполнение ритмических упражнений. Упражнения на развитие внимания, фантазии, памяти. Выполнение упражнений, направленных на развитие ориентации в пространстве. Пространственное передвижение в медленном темпе. Отработка интервала при создании и показе этюда. Создание этюда на заданный педагогом сюжет. Выполнение упражнений на развитие пластики. Работа над эмоциональной выразительностью при показе этюдов.

#### **3. Музыкально-пластическая импровизация (22 часа)**

**Теория.** Беседа «Особенности раскрытия театральных образов». Техника безопасности во время исполнения упражнений.

**Практика.** Создание импровизированных этюдов «Полет бабочки», «Заколдованный лес», «Танцующий огонь», «Город роботов». Выполнение упражнений на развитие эмоциональности, характерности исполнения этюдов. Выполнение тренинга на развитие фантазии и воображения. Работа над эмоциональной выразительностью в этюдах. Выполнение упражнений на развитие пластичности. Выполнение упражнений на умение слышать музыку, передавать её характер с помощью движений.

#### **4. Сценическое движение (32 часа)**

**Теория.** Беседа «Жесты как средство выразительности. Просмотр видеоролика «Пантомима», его анализ. Знакомство с термином пантомима (вид сценического искусства, в котором основным средством создания художественного образа является пластика человеческого тела, без использования слов). Техника пантомимы.

**Практика. развитие** Выполнение пантомим «Стена», «Борьба с воображаемым препятствием», «Шаг на месте», «Перетягивание каната», «Движение вверх и вниз по лестнице», «Всадник и лошадь», «Лыжник», «Конькобежец», «Стрелок из лука», «Сценическое падение». Выполнение упражнений на координации движений. Выполнение упражнений на развитие пластичности и эмоциональности. Выполнение упражнений на снятие телесных зажимов и управление эмоциональным состоянием. Работа над техникой выполнения пантомим. Закрепление изученного материала по теме «Пантомима».

#### **5. Современная хореография (60 часов)**

**Теория.** Беседа «Принципы и особенности исполнения современной хореографии». Эмоции, как основное средство выразительности в танце. Техника безопасности во время исполнения упражнений.

**Практика.** Выполнение упражнений на развитие гибкости. Выполнение упражнений для позвоночника (торсовая работа корпуса twist, twill на закрепление мышечных ощущений спины и бока). Соединение всех возможных движений торса (спиралей, twist, release, highrelease, наклоны торса во всех направлениях) в единые развернутые комбинации с использованием падений и подъемов, а также с поворотами на одной ноге.

Выполнение упражнений на проработку стопы на «параллель» через чередование выворотных и параллельных позиций с одновременной усложненной работой корпуса через contractionrelease, с раскрытием и закрытием корпуса, с постоянной сменой рук в позициях «джаз», маховой работой рук, с использованием дыхания и т.д.

Выполнение развернутых комбинаций на про работу изолированных центров, движений позвоночника (twist, спиралей, contraction, release), падения и подъемы, а также переходы из уровня в уровень.

Выполнение упражнений на вращение (пируэты со II позиции, из IV позиции). Выполнение пируэтов в позах eface, croisee. Выполнение шагов с

координацией трех, четырех и более центров. Выполнение шагов с использованием contraction, release, сменой направлений в комбинации шагов. Выполнение paschappe с поворотом. Выполнение paschasse как подготовка к большим прыжкам. Соединение шагов, прыжков во вращении в единые комбинации. Вращения по кругу.

Выполнение различных комбинаций в сочетании с падениями и подъемами, перемещением по пространству класса. Работа над качеством выполнения упражнений. Выполнение упражнений на передвижение в пространстве. Выполнение упражнений на создание мышечного корсета позвоночника. Выполнение упражнений на Улучшение координации движений. Выполнение пространственных передвижений по разным направлениям. Выполнение упражнений на скорость. Повторение упражнений на изоляцию и полицентрию. Движения трех четырех и более центров одновременно в различных ритмических рисунках и оппозиционном направлении.

### **5. Классический танец**

Повторение ранее пройденного материала. Развитие силы и выносливости ног за счет ускорения темпа исполнения, увеличения количества каждого тренируемого движения. Продолжение развития координации: усложнение техники исполнения ранее пройденных движений, изучение новых более сложных движений, расширение их комбинирования в упражнениях, исполнение отдельных движений на полу пальцах (у станка). Развитие выразительности: ввод в тренировочные упражнения 3-го port de bras у станка и на середине зала, использование epaulement и поз на середине зала. Изучение прыжков с окончанием на одну ногу.

### **6. Акробатика.**

Элементы акробатики сочетаются с элементами хореографии у станка, гимнастической стенки или на середине, включающие элементы индивидуальной работы: статические (равновесия, шпагаты, упоры, стойки) и динамические (перекаты, кувырки, перекидки, колеса, курбеты, полу перевороты, перевороты ) упражнения. Равновесия:

1. Равновесие шпагатом.
2. Равновесие шпагатом с захватом (затяжка) за колено, за голень одной или двумя руками.
3. Равновесие кольцом.
4. Фронтальное.
5. Равновесие шпагатом с наклоном вперед.
6. Заднее равновесие.

#### **Способы выполнения шпагатов**

1. Скольжением.
2. Перемахом из упора лежа.
3. Из стойки перемахом.
4. Прыжком.
5. Переворот в сторону в шпагат с опорой на одну руку.
6. Курбет в шпагат перемахом.

7. Перекидка назад в шпагат (шпагат перемахом или курбетом).
8. Фляк в шпагат.
9. Сальто в шпагат.

### **Мосты**

1. Мост на предплечьях.
2. Мост на одну ногу (с опорой на руки и ногу, свободная нога согнута и поднята вперёд).
3. Мост на одну руку с опорой на одну руку и на обе ноги.
4. Мост кольцом свободная нога согнута назад к голове.
5. Мост шпагатом свободная нога поднята в вертикальное положение.
6. Мост с захватом руками за голень (мост-складка).

### **Упоры**

1. Упор углом вне (ноги вместе и ноги врозь).
2. Высокий угол ноги приближены к груди.
3. Упор на локтях (с опорой животом и бедрами на локти согнутых рук).

### **Стойки**

1. Стойка на лопатках с опорой на руки под спину.
2. Стойка на лопатках (руки на полу).
3. Стойка на лопатках (руки вдоль тела).
4. Стойка углом с прогибанием в груди (стульчик или в горизонтальном положении).
5. Стойка на голове.
6. Стойка на предплечьях.
7. Стойка в полу шпагате.

## **6. Итоговое занятие (2 часа)**

**Промежуточная аттестация учащихся:** Блиц – опрос, творческий отчёт коллектива.

## **Рабочая программа 6 года обучения**

### **Образовательные:**

- освоить технику хореографического исполнительства, владение профессиональной терминологией;
- приобрести навыки художественной выразительности исполнения;
- освоить навыки сценического движения;
- знать различные направления танца;
- привить культуру, свободу выразительности движений;
- приобрести знания и умение выполнять требования к безопасности на занятиях хореографией;
- сформировать координации, чувство ритма, ориентации в сценическом пространстве;
- знать танцевальную терминологию;
- уметь слушать и слышать музыку;
- получить знания основ импровизации;

### **Развивающие:**

- развить природные хореографические данные учащихся;
- развить артистизм и эмоциональность;
- развить умение согласовывать движения тела с музыкой;
- развить актерские способности учащихся;
- развить эстетический вкус, творческое воображение, умение видеть красоту окружающего мира;

#### **Воспитательные:**

- воспитать навыкам самообслуживания, самостоятельности, культуры общения, дисциплины, добросовестного отношения к труду, общественной собственности; чувства товарищества и взаимопомощи; выражения и отстаивания своей жизненной позиции;
- воспитать лидерские, морально-волевые качества, уважения к национальным традициям; умения отстаивать свое мнение;
- воспитать умение планировать и организовывать свою деятельность с учетом ее безопасности, распределять нагрузку;
- воспитать навыки аналитического мышления, умения объективно оценивать явления, события, собственные действия в ходе образовательного процесса; давать им и собственным действиям, результатам своего труда объективную оценку на основе полученных знаний и опыта.

#### **6 год обучения.**

##### **Знать:**

- своё место у станка, на середине зала;
- виды и жанры хореографии;
- музыкальные термины;
- стили эстрадного танца;
- правила безопасности при занятиях физическими упражнениями без предметов и с предметами;
- знать порядок занятия;
- термины классической хореографии;
- последовательность упражнений классического экзерсиса;
- анализировать свое исполнение.
- **Учащиеся должны уметь:**
- -отмечать в движении музыкальные фразы, акценты, ритмический рисунок;
- -выполнять элементы классического и эстрадного танцев;
- -стойко переносить физическую нагрузку, исполнять задания красиво и правильно;
- -иметь навыки актёрской выразительности;
- -сопереживать, осуществлять взаимовыручку
- -уважать свой труд и труд окружающих; соблюдать правила личной гигиены.
- -исполнять танцы в современных ритмах;
- -участвовать в концертных выступлениях, фестивалях, конкурсах.



## Содержание программы 6 года обучения

### 1. Вводное занятие (2 часа)

**Теория.** Цель и задачи на предстоящий учебный год. Инструктаж по технике безопасности. Расписание.

**Практика.** Повторение материала четвертого года обучения.

### 2. Этюды (26 часов)

**Теория.** Беседа «Эмоции, как средство выразительности».

**Практика.** Повторение ранее изученных этюдов. Проведение тренингов на развитие эмоциональности исполнения этюдов и развитие эмоциональности исполнений комбинаций. Создание этюда «Молча вдвоем». Выполнение ритмических упражнений. Упражнения на развитие внимания, фантазии, памяти. Выполнение упражнений, направленных на развитие ориентации в пространстве. Пространственное передвижение в медленном темпе. Отработка интервала при создании и показе этюда. Создание этюда на заданный педагогом сюжет. Выполнение упражнений на развитие пластики. Работа над эмоциональной выразительностью при показе этюдов.

### 3. Музыкально-пластическая импровизация (22 часа)

**Теория.** Беседа «Особенности раскрытия театральных образов». Техника безопасности во время исполнения упражнений.

**Практика.** Создание импровизированных этюдов «Полет бабочки», «Заколдованный лес», «Танцующий огонь», «Город роботов». Выполнение упражнений на развитие эмоциональности, характерности исполнения этюдов. Выполнение тренинга на развитие фантазии и воображения. Работа над эмоциональной выразительностью в этюдах. Выполнение упражнений на развитие пластичности. Выполнение упражнений на умение слышать музыку, передавать её характер с помощью движений.

### 4. Сценическое движение (32 часа)

**Теория.** Беседа «Жесты как средство выразительности. Просмотр видеоролика «Пантомима», его анализ. Знакомство с термином пантомима (вид сценического искусства, в котором основным средством создания художественного образа является пластика человеческого тела, без использования слов). Техника пантомимы.

**Практика. развитие** Выполнение пантомим «Стена», «Борьба с воображаемым препятствием», «Шаг на месте», «Перетягивание каната», «Движение вверх и вниз по лестнице», «Всадник и лошадь», «Лыжник», «Конькобежец», «Стрелок из лука», «Сценическое падение». Выполнение упражнений на координации движений. Выполнение упражнений на развитие пластичности и эмоциональности. Выполнение упражнений на снятие телесных зажимов и управление эмоциональным состоянием. Работа над техникой выполнения пантомим. Закрепление изученного материала по теме «Пантомима».

### 5. Современная хореография (60 часов)

**Теория.** Беседа «Принципы и особенности исполнения современной хореографии». Эмоции, как основное средство выразительности в танце. Техника безопасности во время исполнения упражнений.

**Практика.** Выполнение упражнений на развитие гибкости. Выполнение упражнений для позвоночника (торсовая работа корпуса twist, twill на закрепление мышечных ощущений спины и бока). Соединение всех возможных движений торса (спиралей, twist, release, highrelease, наклоны торса во всех направлениях) в единые развернутые комбинации с использованием падений и подъемов, а также с поворотами на одной ноге.

Выполнение упражнений на проработку стопы на «параллель» через чередование выворотных и параллельных позиций с одновременной усложненной работой корпуса через contractionrelease, с раскрытием и закрытием корпуса, с постоянной сменой рук в позициях «джаз», маховой работой рук, с использованием дыхания и т.д.

Выполнение развернутых комбинаций на проработку изолированных центров, движений позвоночника (twist, спиралей, contraction, release), падения и подъемы, а также переходы из уровня в уровень.

Выполнение упражнений на вращение (пируэты со II позиции, из IV позиции). Выполнение пируэтов в позах eface, croisee. Выполнение шагов с координацией трех, четырех и более центров. Выполнение шагов с использованием contraction, release, сменой направлений в комбинации шагов. Выполнение paschappe с поворотом. Выполнение paschasse как подготовка к большим прыжкам. Соединение шагов, прыжков во вращении в единые комбинации. Вращения по кругу.

Выполнение различных комбинаций в сочетании с падениями и подъемами, перемещением по пространству класса. Работа над качеством выполнения упражнений. Выполнение упражнений на передвижение в пространстве. Выполнение упражнений на создание мышечного корсета позвоночника. Выполнение упражнений на Улучшение координации движений. Выполнение пространственных передвижений по разным направлениям. Выполнение упражнений на скорость. Повторение упражнений на изоляцию и полицентрию. Движения трех четырех и более центров одновременно в различных ритмических рисунках и оппозиционном направлении.

#### 5. Классический танец

Повторение ранее пройденного материала. Развитие силы и выносливости ног за счет ускорения темпа исполнения, увеличения количества каждого тренируемого движения. Продолжение развития координации: усложнение техники исполнения ранее пройденных движений, изучение новых более сложных движений, расширение их комбинирования в упражнениях, исполнение отдельных движений на полупальцах (у станка). Развитие выразительности: ввод в тренировочные упражнения 3-го portde 16 bras у станка и на середине зала, использование epaulement и поз на середине зала. Изучение прыжков с окончанием на одну ногу.

#### 6. Акробатика.

Элементы акробатики сочетаются с элементами хореографии у станка, гимнастической стенки или на середине, включающие элементы индивидуальной работы: статические (равновесия, шпагаты, упоры, стойки) и динамические (перекаты, кувырки, перекидки, колеса, курбеты, полу перевороты, перевороты ) упражнения. Равновесия:

1. Равновесие шпагатом.
2. Равновесие шпагатом с захватом (затяжка) за колено, за голень одной или двумя руками.
3. Равновесие кольцом.
4. Фронтальное.
5. Равновесие шпагатом с наклоном вперед.
6. Заднее равновесие.

#### **Способы выполнения шпагатов**

1. Скольжением.
2. Перемахом из упора лежа.
3. Из стойки перемахом.
4. Прыжком.
5. Переворот в сторону в шпагат с опорой на одну руку.
6. Курбет в шпагат перемахом.
7. Перекидка назад в шпагат (шпагат перемахом или курбетом).
8. Фляк в шпагат.
9. Сальто в шпагат.

#### **Мосты**

1. Мост на предплечьях.
2. Мост на одну ногу (с опорой на руки и ногу, свободная нога согнута и поднята вперёд).
3. Мост на одну руку с опорой на одну руку и на обе ноги.
4. Мост кольцом свободная нога согнута назад к голове.
5. Мост шпагатом свободная нога поднята в вертикальное положение.
6. Мост с захватом руками за голень (мост-складка).

#### **Упоры**

1. Упор углом вне (ноги вместе и ноги врозь).
2. Высокий угол ноги приближены к груди.
3. Упор на локтях (с опорой животом и бедрами на локти согнутых рук).

#### **Стойки**

1. Стойка на лопатках с опорой на руки под спину.
2. Стойка на лопатках (руки на полу).
3. Стойка на лопатках (руки вдоль тела).
4. Стойка углом с прогибанием в груди (стульчик или в горизонтальном положении).
5. Стойка на голове.
6. Стойка на предплечьях.
7. Стойка в полу шпагате.

**Промежуточная аттестация.** Занятие - концерт. Отчётный концерт.

## **УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

### ***Кадровые условия:***

(Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых, утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 22 сентября 2021г № 652н).

Реализация дополнительной общеобразовательной программы осуществляется педагогом дополнительного образования Кривохижа М.А.

Общая характеристика: Кривохижа М.А. - среднее специальное образование, Старооскольский педагогический колледж; специальность – «балетмейстер, руководитель детского хореографического коллектива» первая квалификационная категория, педагогический стаж - 22 года.

### **Материально-технические условия:**

Помещение и оборудование	Специальные инструменты и приспособления	Дополнительные материалы
1. Учебный кабинет № 6. 2. Рабочий стол педагога. 3. Стулья – 2 единицы. 4. Шкафы для хранения костюмов и реквизита – 8 единиц. 5. Банкетка – 1 единица. 6. Станок. 7. Зеркала. 8. Монитор – 1 единица. 9. Системный блок – 1 единица. 10. Клавиатура – 1 единица.	1. Нейроскакалки – 20 единиц. 2. Набор массажных пазлов. 3. Мат – 4 ед. 4. Мяч – 15 ед.	1. Флеш - накопитель

## **ФОРМЫ, ПОРЯДОК И ПЕРИОДИЧНОСТЬ АТТЕСТАЦИИ И ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ.**

Программа предусматривает следующие формы контроля:

- ❖ городские, региональные, всероссийские, международные конкурсы;
- ❖ тестирование.
- ❖ анкетирование;

- ❖ наблюдение;
- ❖ - контроль за выполнением практического задания;
- ❖ - анализ выполнения упражнения;
- ❖ - устный опрос;
- ❖ - практический показ;
- ❖ контроль за выполнением трюковых элементов;

### **Диагностические материалы**

#### **1 этапа (стартовый) 1 года обучения**

«Тест "Чего не хватает?"» (разработан Р. С. Немовым).

Задание: ребёнку предлагаются 7 рисунков, на каждом из которых не хватает какой-то важной детали, либо что-то нарисовано неправильно.

Проводящий диагностику педагог фиксирует время, затраченное на выполнение всего задания с помощью секундомера.

**Оценка результатов:**

**10 баллов (очень высокий уровень)** – ребёнок назвал все 7 неточностей менее чем за 25 секунд;

**8 - 9 баллов (высокий)** – время поиска всех неточностей заняло 26-30 секунд;

**4 – 7 баллов (средний)** – время поиска заняло от 31 до 40 секунд;

**2 – 3 балла (низкий)** – время поиска составило 41-45 секунд;

**0 - 1 балл (очень низкий)** – время поиска больше 45 секунд.

### **Диагностические материалы**

#### **2 этапа (базовый) 2 года обучения**

#### **1. Выполнение элементов классического экзерсиса:**

1. Плие (деми, гранд).
2. Релевэ.
3. Батман тандю.
4. Батман тандюжетэ.
5. Пассэ.
6. Сотэ, шассэ.

#### **2. Практикум по теме «Элементы акробатики».**

Выполнение Комплекса упражнений :

1. «Колесо» .
2. Стойка на руках и голове.
3. Стойка на груди.
4. Берёзка с перекатом.
5. Переворот вперёд.
6. Мост с перекатом.

#### **3. Выполнение элементов партерной гимнастики:**

- складка – И. П. – сидя на полу, прижаться к ногам, обхватив стопы ног, удерживать 10 секунд;
- «Кольцо» (ноги должны касаться головы или лежать на плечах, ребёнок соответственно видит свои носки или пятки);
- мост из положения лёжа;

- поперечный шпагат.
- мост из положения стоя;
- колесо на одной руке (с обеих рук);
- партнёринг – работа в парах (акробатические связки из танцевальных номеров).

#### **4.Исполнение экзерсиса у станка:**

- а) на 4 счета плие по позициям I, II, V, мягкое приседание;
- б) батман тандю – скользящим движением вывести правую ногу вперед, в сторону, назад сильно вытянув носок. Вес тела на опорной ноге, скользящим движением подтянуть правую ногу в исходную позицию. Такое же исполнение и с левой ногой;
- в) ронджамб партер – круг ногой в пол условно сзади на рэле вэ – следить за коленом. Так же на другую ногу;
- г) рэле вэ лян – нога поднимается медленно (на мышцах) на 45 или 90° и обратно (крестом) И с другой ноги.

#### **5.Выполнение кросса по диагонали (следить за осанкой и четким выполнением танцевальных элементов):**

- ход шаг точка в пол;
- «разножки», «поджатые», «поджатые в повороте» - через правое, левое плечо;
- «лошадки» - правая нога вперед, левая сзади, смена ног;
- «лягушки» - прыжок пяточки вместе, колени в стороны;
- кружение на рэле вэ через правое и левое плечо;
- «колечки» - прыжки со сменой ног;
- гран батманы – высокий подъем ноги на, прямой батман и боковой батман.

#### **6.Выполнение растяжки у станка:**

- а) плие – правая нога на станке, левая опорная выворотной на полу, выполняем мягкие полуприседания, наклон на ногу и наклон к опорной ноге;
- б) плие плотно к станку, так же мягкие приседания, наклон к правой ноге в рэле вэ на пор-дэ-бра;
- в) скольжение по станку;
- г) стойка в шпагате.

#### **7.Выполнение растяжки в кроссе:**

- а) колесо в линии по три на правую ногу с паузой затем на левую ногу;
- б) колесо и скользящий шпагат с расстановкой на правую и левую ногу;
- в) скользящие шпагаты по линии. Стараться одновременно, на правую ногу, затем на левую. Обратить внимание детей на соблюдение техники безопасности.

#### **8.Выполнение перестроения в шахматном порядке:**

- а) поочередное исполнение по линиям – волчок по 5 счетов на каждую ногу, фиксируя пятку в пол, подтягивая носок. Обратить внимание на осанку и подбородок;
- б) шпагаты: правый, левый, поперечный выдерживая 10 счетов каждый;
- в) наклоны во II позиции «Окошко»;

г) наклоны в IV позиции «Ладшки пляшут».

**9.Выполнение вращения**(руки во II позиции в стиле народного танца):

а) верчение через левое плечо фиксируя ногу в точке. Обратить внимание на то, чтобы пятка смотрела в пол, но не назад. Кружение через правое плечо, работает левая нога.

**10.Импровизация танца «Тик – Так » и «Прыг – Скок»** (оценивать лучшую импровизацию).

**11.Исполнение программных танцев «Ромашковый бриз » и «Моя Россия».**

**Оценка результатов:**

10 баллов (очень высокий уровень) – чёткое яркое и эмоциональное выполнение движений;

8-9баллов(высокий) - выполнение движений с незначительными погрешностями

4–7баллов(средний)- не уверенное и не эмоциональное исполнение движения.

2 – 3 балла (низкий) –движение выполняется не правильно, с ошибками.

0 - 1 балл (очень низкий) – движение не выполняется.

**Диагностические материалы**

**2 этапа (базовый) 3 года 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 двенадцати строения ног. Формирование голени и стопы у детей обычно заканчивается к 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

### **Оценка результатов:**

10 баллов (очень высокий уровень) – чёткое яркое и эмоциональное выполнение движений;

8-9баллов(высокий) - выполнение движений с незначительными погрешностями

4–7баллов(средний)- не уверенное и не эмоциональное исполнение движения.

2 – 3 балла (низкий) –движение выполняется не правильно, с ошибками.

0 - 1 балл (очень низкий) – движение не выполняется.

### **.Диагностические материалы**

#### **3 этапа (продвинутый) 4 года обучения**

##### **1. Выворотность в стопе**

Выполнить 1,2,3,5 позиции ног.

Отсутствие выворотности, неподвижность голеностопного сустава может привести к травме. При выполнении позиций все пальцы должны плотно прилегать к полу.

##### **2. Выворотность в колене**

Выполнитьdemiplies, Grandplies,

Невыворотность колена при исполнении прыжков ведет к травме. Развивается специальными упражнениями.

##### **3. Выворотность в бедре**Выполнитьdemiplies,Grandplies, «бабочку» и «лягушку» лежа на спине и животе.

Упражнения «лягушка» и «бабочка» следует выполнять осторожно с нажимом на колени. Отсутствие выворотности бедра не позволит правильно и красиво выполнить позы классического танца. Развивается с помощью специальных упражнений.

##### **4. Величина шага**

Выполнить (с помощью педагога) relevelement во всех направлениях с удержанием ноги на максимальной высоте.

Нога должна идти свободно без усилий и боли, связки должны эластично растягиваться. Специальные упражнения увеличивают растяжку шага.

##### **5. Гибкость корпуса**

Выполнить перегибы корпуса во все направления.

Верхняя часть корпуса перегибается легко и свободно, с устойчивым равновесием в нижней части корпуса. Идеальная гибкость не обязательна.

##### **6. Прыжок**



Выполнение прыжков на 2 ногах на максимальную высоту.

Необходимо добиваться вытягивания корпуса и коленей в воздухе, полного опускания пяток на пол при приземлении, отталкивание производить всей ступней.

### **7.Эмоциональность**

Выполнение образных движений, выражение чувств лицом, чтение стихотворения с выражением

Все дети естественны и непосредственны. Это необходимо сохранять и развивать.

### **7. Выразительность**

#### **8. Импровизация на заданную тему.**

Внутреннее раскрепощение ребенка – основная задача педагога для развития выразительности.

**10 баллов (очень высокий уровень)** – чёткое яркое и эмоциональное выполнение движений;

**8-9баллов(высокий)** - выполнение движений с незначительными погрешностями

**4–7баллов(средний)-** не уверенное и не эмоциональное исполнение движения.

**2 – 3 балла (низкий)** –движение выполняется не правильно, с ошибками.

**0 - 1 балл (очень низкий)** – движение не выполняется.

### **Диагностические материалы**

#### **3 этапа (продвинутый) 5 года обучения**

1. Устный опрос по разделу «История развития танца».
2. Практический тест «Руки, ноги, позы в классическом танце».
3. Контрольный зачет «Методика исполнения упражнений у станка и на середине».
4. Самостоятельное проведение разминки.
5. Участие в конкурсах, фестивалях, концертах.

Учитывая профессиональные данные ребёнка, нельзя предъявлять всем ученикам однотипные требования. К каждому обучающемуся должен быть индивидуальный и дифференцированный подход. Например, ученик обладает отличными актерскими способностями, но по средственным внешним данным и наоборот. Иногда ребёнок при весьма скромных внешних физических данных достигают высоких актёрских результатов. А бывает, наоборот, при вполне хороших внешних физических данных, артистическими данными ребёнок не обладает. Поэтому к каждому ученику надо подходить индивидуально и бережно, чтобы ребёнок проявил максимум усилий для достижения хороших результатов.

Успехи каждого обучающегося находятся всё время в стадии совершенствования. Не замечать и не учитывать этого, значит не видеть главного в ученике. Дополнительно уместно учитывать хорошее здоровье и желание ребёнка заниматься хореографией.

Очень часто на занятиях используется работа учащихся в парах или тройках, где одному (более успешному в обучении) предлагается роль педагога, а другим (неуспевающим) – учеников. В зависимости от темпа обучаемости и упражнения, которое не получается, в разных подгруппах может варьироваться не только время выполнения, но и содержание заданий. Далее, с целью контроля эффективности такого обучения, обязательно идёт проверка качества выполнения работы каждого из участников подгруппы (и учащего и обучающего) в виде обще группового просмотра исполнения упражнений, где каждый «педагог» представляет своего «ученика», и оценивается и качество исполнения, и качество обучения, или даже в виде мини соревнований между подгруппами. Анализируют, указывают на ошибки и достижения, оценивают результативность друг друга дети самостоятельно, но под педагогическим контролем.

Для определения лидера в группе по итогам месяца, происходит символическое награждение обучающегося, который награждается дипломом «звезда танцпола». То есть чем лучше и больше заданий будет выполнено, тем большая вероятность победить в заявленной номинации. Педагогу это помогает точнее представить индивидуальную и групповую картину развития способностей, проанализировать эффективность выбранного хода обучения, скорректировать свою работу, детей мотивирует на качественное выполнение большего объёма заданий, стимулирует к познанию и творчеству, а их родителям даёт представление об успеваемости своего ребёнка.

Различный характер дифференциации и цели этих заданий, позволяют мне в течении урока обращаться к подобной организации учебной деятельности многократно, создавать благоприятные условия для активной мыслительной деятельности обучающихся.

Таким образом, форма оценки результата ученика очень важна и должна быть конкретна и понятна детям, отражая реальный уровень их подготовки. Главное – побудить ученика к сознательному самосовершенствованию, воспитать умение оценивать свои достижения и видеть перспективу развития.

### **Диагностические материалы**

#### **3 этапа (продвинутый) 6 года обучения**

##### **Прыжковые тесты.**

- Движение «шагом» правой ногой, наскок, вертикальный прыжок ножки под себя;
- движение «шагом» левой ногой, наскок, вертикальный прыжок ножки под себя.
- Наскок, вертикальный прыжок ножки под себя, наскок, «лягушка», шаг левой ногой, 4 прыжка с ноги на ногу.
- 2 прыжка «шагом» подряд правой и левой ногой, наскок, прыжок открытый.
- Перекидной прыжок;

- Разбег прыжок касаясь «в кольцо»;
- шаг левой ногой с переходом в вертикальное равновесие на носке, (фиксация 2 сек)

### **Тесты по специальной физической подготовке**

- 3 одноименных поворота на 360 реливе;
- Переход в переднее равновесие в шпагат, руки в стороны.
- Держать равновесие (6-8 сч.)
- Приставить ногу, поворот на 180 Стать в исходное положение с левой ноги.

#### **Сбавки:**

1. За каждый недостающий такт при выполнении равновесия – 2 балла.
2. Подскок в 5-м такте – 2 балла.
3. Выход в равновесие дольше 1-го такта – 1 балл.
4. Перемещение амплитуды равновесия – 1 балл.
5. Нарушение амплитуды равновесия – 1 балл.
6. Ошибки при выполнении поворотов – 1 балл.

#### **Удержание ног без опоры (на полной стопе)**

- вперед – левым боком к основному направлению – 5 секунд;
- в сторону – захват ноги разноименной рукой, отпуская руку, держать 5 сек;
- назад – равновесие в шпагате.

#### **Сбавки:**

- 1) за каждую недостающую секунду – 1 балл.
- 2) отклонение корпуса от вертикали – 1 балл.
- 3) нога ниже уровня головы – 1 балл. ниже уровня плеча – 2 балл.
- 4) качество (носки, колени) – 1 балл.

Для текущего и промежуточного контроля знаний учащихся по итогам изучения каждой темы проводятся: тестирование, блиц-опросы, анкетирование. Контроль знаний, умений навыков также может проводиться и в занимательной форме: кроссворды, викторины, ребусы, загадки.

Итоговый контроль приобретенных практических умений и навыков осуществляется по качеству, по результатам участия в творческих конкурсах, фестивалях, соревнованиях. Для эффективного отслеживания образовательных и воспитательных результатов учащихся в рамках программы разработан и ведется мониторинг результатов.

### **Мониторинг качества образования**

осуществляется ежегодно и разделяется на несколько этапов:

- *первичная диагностика* (проводится ежегодно в начале учебного года) – система тестовых заданий вводной диагностики разработана с учетом возрастных особенностей детей и предназначена для индивидуальной диагностики детей, поступающих в студию современного танца «Апельсин». Данные задания позволяют выявить их природные данные (выворотность ног, подъем стопы, балетный шаг, прыжок, гибкость), музыкальность, память на движения, творческую активность. Проведение диагностики необходимо для развития ребенка, выявления начального

уровня развития музыкальных и двигательных способностей, состояния его эмоциональной сферы.

В ходе тестирования детей первого года обучения определяется уровень их природных данных, музыкальности, ритмичности и возможности их развития.

Тестовые задания второго года обучения дают представление об уровне общего музыкально - ритмического развития, внимания и трудолюбия ребенка.

- **тематическая диагностика** - это отслеживание уровня освоения программного материала по каждому из основных разделов дополнительной общеобразовательной программы;
- **промежуточная диагностика** (проводится ежегодно в конце первого полугодия) – позволяет выявить достигнутый на данном этапе уровень освоения программы учащимися, динамику физического, творческого и личностного развития, соответствие его прогнозируемому и на этой основе оценить успешность выбранных форм и методов обучения, а также при необходимости скорректировать их;
- **итоговая диагностика** (проводится ежегодно в конце учебного года) – это определение уровня освоения учащимися программы и отслеживание динамики индивидуального развития.

### ***Методические материалы***

Особое внимание уделяется работе над художественной выразительностью и музыкальностью детей, а также технически грамотным исполнением танцевальных движений.

Программа дополнительного образования по хореографии, наряду с развитием творческих способностей, чувства ритма, пластичности и др. предусматривает воспитание массы других качеств, без которых невозможна полноценная деятельность человека в социуме. Это внимание, дисциплина, ответственность, партнерство. Исходя из этих требований, в программе используются такие методы:

**Метод показа.** Разучивание нового движения или комбинации педагог начинает с точного безукоризненного показа.

**Словесный метод.** Методический показ не может обойтись без словесных пояснений. Происходит знакомство с методикой исполнения специальными терминами. Также педагог ставит перед учащимися определенные задачи, хвалит и предъявляет требования. Это определяет разнообразие методических приемов использования слова в обучении: рассказ, беседа, объяснения, словесное сопровождение под музыку. Очень важна интонация и эмоциональность педагога. Таким образом, два важнейших метода – показ и словесный метод – связаны с одним из центральных моментов обучения: активизацией мышления и развитием

творческого начала в процессе напряженной физической работы по овладению танцевальными навыками.

**Наглядный метод.** Просмотр в виде видеозаписей с выступлениями различных ансамблей танца, профессионалов, фотографий, иллюстраций.

**Музыкальное сопровождение.** Музыка, сопровождая движения, повышает качество их исполнения: выразительность, ритмичность, четкость, координацию. Основной метод проведения занятий – практическая работа, цель которой закрепить и углубить полученные теоретические знания. Для достижения целей образовательной программы необходимо опираться на следующие основные принципы дидактики:

- систематичность и регулярность занятий;
- постепенность развития профессиональных данных учащихся, а также увеличение физической нагрузки и технической сложности (от простого к сложному);
- последовательность в овладении материалом;
- целенаправленность учебного процесса.

В итоге реализации программы у учащихся сформируется художественный вкус и чувство прекрасного, будет развито образно – эмоциональное мышление, художественная выразительность и музыкальность.

#### **Дидактический материал:**

*Для успешной реализации программы разработаны и применяются следующие дидактические материалы: иллюстративный и демонстрационный материал:*

Фотографии, литература по хореографии, ритмике, пластике, танцу, видео - аудиоматериалы, правила поведения на сцене, словари терминов.

#### **Педагогические технологии.**

Основным видом является **игровая технология**. Через музыкально – ритмические игры дети знакомятся с элементами ритмики и музыкальной грамотой. Ритмика в данном случае выступает как средство укрепления опорно – двигательного аппарата и развития эластичности мышц. Упражнения начинаются детьми через образные сравнения в игровой форме. Эти упражнения подготавливают мышцы, связки, суставы для классического экзерсиса. Большая часть занятий первого года обучения опирается на партерный экзерсис, развивающий эластичность и силу мышц и связок необходимую для качественного усвоения более сложных элементов программы.

**Технология обучения в сотрудничестве и развивающее обучение.** Данная технология позволяет организовать обучение учащихся в тех формах, которые традиционно применяются на занятиях хореографией. Технология обучения в сотрудничестве на занятиях по хореографии включает индивидуально-групповую работу и командно-игровую работу.

**Информационные и дистанционные технологии.** Деятельность танцевального коллектива предполагает постановку танцев и концертную

деятельность. Для качественного звучания фонограмм, соответствующих современным техническим требованиям используются компьютерные технологии.

Применение компьютера позволяет:

- накапливать и хранить музыкальные файлы;
- менять темп, звуковысотность музыкального произведения;
- производить монтаж, компоновку музыкального произведения;
- хранить фото и видеоматериалы коллектива;

При использовании информационных технологий в учебном процессе значительно повышается эффективность обучения.

**Синхронные сетевые технологии.** Видео конференция - средство коммуникации, обеспечивающее одновременно двухстороннюю передачу, обработку и представление видео картинки в реальном времени, а так же голосовой связи между педагогом и учащимся (группой учащихся) по компьютерной сети в режиме реального времени.

**Технология здоровье сберегающего обучения.**

В процессе обучения в коллективе формируются необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни. Дети учатся использовать полученные знания в повседневной жизни. И это способствует общему оздоровлению учащихся.

### **Воспитательная компонента**

В образовательном процессе важная роль отводится воспитательной работе. Это не только экскурсии, посещения выставок, концертов, фестивалей, но и традиционные мероприятия хореографического коллектива «Апельсин». Областной конкурс «В вихре танца», «Семейный альбом». Праздники «Всемирный день танца», «Удивительные приключения в агентстве новогодних сюрпризов», «Мамин день» и др. – это калейдоскоп мероприятий, через которые учащиеся коллектива не включаются в прекрасный мир творчества, они являются составной частью воспитательной системы хореографического коллектива «Апельсин».

Благодаря этому происходит укрепление семейных отношений, объединение родителей (законных представителей несовершеннолетних учащихся) и учащихся в союз единомышленников, увлечённых танцевальным творчеством.

Работа с родителями (законными представителями несовершеннолетних учащихся) предполагает проведение родительских собраний, массовых мероприятий, открытых занятий, на которых родители (законные представители несовершеннолетних учащихся) имеют возможность наблюдать рост исполнительского мастерства своих учащихся. Родители (законные представители несовершеннолетних учащихся) становятся помощниками педагога в образовательном процессе, активно участвуют в жизни хореографического коллектива «Апельсин».

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Мир танца», также направлена на воспитание у детей навыков безопасного поведения и пропаганду здорового образа жизни.

В процессе реализации программы уделяется большое внимание трудовому воспитанию детей, так как это играет большую роль, служит эффективным средством развития умственных, физических и личностных качеств учащихся, а также средством адаптации к самостоятельной жизни. Основные задачи трудового воспитания на занятиях:

- сформировать позитивные установки к различным видам труда и творчества, воспитывать положительные отношения к труду, желание трудиться;

- сформировать умение ответственно относиться к порученному заданию (умение и желание доводить дело до конца, стремление сделать его хорошо).

<b>№ п/п</b>	<b>Название события, мероприятия</b>	<b>Сроки</b>	<b>Форма проведения</b>	<b>Практический результат и информационный продукт, иллюстрирующий успешное достижение цели события.</b>
1.	Предварительная подготовка к занятиям. Просмотр методических фотографий, видео и муз. материала.	В течение года	Дискуссия	Мотивация учащихся к самопознанию, самообразованию, саморазвитию.
2.	Инструктаж по Т.Б. «День Конституции Российской Федерации» (12 декабря) П.П.Б.	Сентябрь, ноябрь, январь, апрель.	Беседа	Осознание собственной ответственности за своё здоровье и безопасность.
3.	Походы в детский парк. Игры на свежем воздухе, экскурсионные поездки.	Дни школьных каникул	Праздник	Сплочение коллектива, формирование культуры поведения в общественных местах.
4.	Конкурсная программа «Мой додыр» для детей	Март	Соревнования	Формирование потребности в

	по правилам гигиены и сохранению здоровья.			выполнении гигиены и сохранению здоровья
5.	Профилактическая работа по предупреждению развития «вредных» привычек: «Здоровым быть модно», «Мы выбираем здоровье». Просмотр видеофильмов «Я свободен, а ты?», «Иллюзия свободы»	Январь, апрель.	Тематические беседы.	Потребность в здоровом образе жизни, формирование культуры здоровья. Формирование морально - нравственных качествах.
6.	Участия в концертах	В течение года	Концерт	Фото- и видеоматериалы с выступления детей

#### Формы работы в каникулярное время

№ п/п	Формы работы	Содержание деятельности	Месяц
Реализация программы			

#### ФОРМЫ РАБОТЫ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ПРАВОНАРУШЕНИЙ. ОХРАНЕ ЖИЗНИ И ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ. АНТИТЕРРОРИСТИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ

п/п	Содержание работы	Дата проведения	Примечание
1	Инструктаж - беседа «Минутка - безопасности»	раз в месяц	до 10 числа к/месяца
2	Инструктажи: по ТБ на занятии, на сцене ДД(ю)Т «Юный губкинец».	постоянно	
3	Инструктажи по ТБ ПДД, ЧС, водные, ж/д объекты, пожарная безопасность.	по графику учреждения	первичный повторный
4	Инструктажи по ТБ во время осенних, зимних, весенних, летних каникул	по графику	
5	Инструктажи в рамках акций и мероприятий городского, областного и Всероссийского	в течение года	



	уровней		
--	---------	--	--

**Список использованной литературы****Список литературы для педагога:**

1. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Начало обучения. – М.: ВЦХТ, 1998. – 150 с. [электронный ресурс]
2. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Продолжение обучения. – М.: ВЦХТ 2001. – 154 с.[электронный ресурс]
3. Прибылов Г. Методическое пособие по классическому танцу для педагогов- хореографов младших и средних классов.- М.: АО Талерия» , 1999г.
4. Слуцкая С.Л. « Танцевальная мозайка» 2006.
5. Овчинникова Т.Н. «Сборник программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ»

**Список литературы для учащихся:**

- 1.Ваганова А.Я. Основы классического танца. Л. Искусство, 1980 г. [электронный ресурс]
2. Шипилина И.А. Хореография в спорте.[электронный ресурс]

Дополнительная образовательная программа  
кружка «Современный танец»  
Возраст обучающихся –7-10 лет

Срок реализации программы:  
2015 –2016 учебный год

Составитель:  
педагог дополнительного образования  
Лимаренко Н.А.

г. Нижневартонск, 2015 год