

Департамент образования Администрации городского округа Самара  
муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Центр дополнительного образования «Красноглинский»  
городского округа Самара

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
«Хореографический коллектив»**

направленность: художественная

Возраст обучающихся: 7-17 лет

Срок реализации программы: 5 лет

Разработчик:  
Кондратьева Ирина Сергеевна,  
педагог дополнительного образования

г.о. Самара, 2025

## **Оглавление**

|                                                |    |
|------------------------------------------------|----|
| 1. Пояснительная записка.....                  | 3  |
| 2. Учебный план .....                          | 11 |
| 3. Первый год обучения.....                    | 12 |
| 4. Второй год обучения.....                    | 19 |
| 5. Третий год обучения.....                    | 27 |
| 6. Четвертый год обучения.....                 | 36 |
| 7. Пятый год обучения.....                     | 44 |
| 8. Раздел Воспитание.....                      | 53 |
| 9. Ресурсное обеспечение программы.....        | 54 |
| 10. Список литературы и интернет-ресурсов..... | 63 |

## **Краткая аннотация**

На современном этапе перед образовательными организациями стоит задача обеспечить окончательный переход от школы «усвоения знаний» к школе жизни, школе мысли, школе активного действия, призванной формировать личность, всесторонне готовую к тому, чтобы непосредственно и в полном объеме включиться в производительный труд и социальные отношения. Здесь возрастает роль программ дополнительного образования детей, одной из которых и является дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа «Хореографический коллектив».

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «Хореографический коллектив» рассчитана на 5 лет обучения и имеет базовый уровень освоения. Рассчитана на обучающихся в возрастном диапазоне 7-17 лет.

Отличительной особенностью программы является модульное построение ее содержания. Программа 1-го, 2-го, 3-го, 4-го и 5-го года обучения включает в себя 3 тематических модуля, дополняющих друг друга и способствующих достижению основной цели общеобразовательной программы.

Данная программа является эффективным средством эстетического воспитания детей в условиях дополнительного образования: знакомит детей с искусством хореографии, способствует развитию эстетического вкуса, творческого мышления, прививает любовь к музыке и движениям, способствует укреплению здоровья и развитию навыков ритмичных движений, вырабатывает пластику и тренируют тело.

### **1. Пояснительная записка**

- Нормативно-правовые основания для создания дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:
- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Указ Президента Российской Федерации от 02.07.2021 г. № 400 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации»;
- Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 г. № 809 «Об утверждении основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
- Указ Президента Российской Федерации от 7.05.2024 г. № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года»;
- Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р);

- ИЗМЕНЕНИЯ, которые вносятся в распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 №678-р (утверждены распоряжением Правительства РФ от 15.05.2023 №1230-р);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р);
- План мероприятий по реализации в 2021 - 2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утвержден распоряжением Правительства Российской Федерации от 12.11.2020 № 2945-р);
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 21.04.2023 № 302 «О внесении изменений в Целевую модель развития региональных систем дополнительного образования детей, утвержденную приказом Министерства просвещения РФ от 3.09.2019 г. № 467»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Стратегия социально-экономического развития Самарской области на период до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Самарской области от 12.07.2017 № 441);
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- Письмо министерства образования и науки Самарской области от 30.03.2020 № МО-16-09-01/434-ТУ (с «Методическими рекомендациями по подготовке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ к прохождению процедуры экспертизы (добровольной сертификации) для последующего включения в реестр образовательных

программ, включенных в систему ПФДО»).

- Устав муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центра дополнительного образования «Красноглинский» г.о. Самара;
- Лицензия на образовательную деятельность;
- Другие локальные акты учреждения.

**Направленность программы** – художественная.

**Уровень освоения программы** - базовый.

**Главная идея программы** - все дети талантливы по-своему, главное увидеть в ребенке индивидуальность, помочь раскрыться через танец, сформировать культуру здоровья и привлечь к общественно-значимой деятельности, заложить основы активной гражданской позиции.

**Актуальность программы** заключается в том, что она нацелена на решение задач, определенных в Стратегии развития и воспитания в Российской Федерации. Обучение по данной программе способствует личностному саморазвитию, адаптации воспитанников к постоянно меняющимся социально – экономическим условиям, подготовке к самостоятельной жизни, профессиональному самоопределению.

Программа способствует и реализации приоритетных направлений социально-экономического развития Самарской области: программы, проекты, связанные с необходимостью сохранения и укрепления традиционных российских духовно-нравственных ценностей, использования исторического и культурного наследия, выявления способностей и талантов у детей и молодежи.

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

Также актуальность в том, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям. Укрепление психического и физического здоровья. в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям и адаптации к жизни в современном обществе. Занятия хореографией повышают пластичность и координацию движений, исправляют осанку, они улучшают душевное состояние человека, а также формируют характер человека, наделяя его лучшими качествами. Упорство, терпение, железная дисциплина, умение преодолевать трудности, а не пасовать перед ними - все эти необходимые

качества, приобретенные на уроках хореографии, переносятся человеком из танцевального класса и в другие сферы его деятельности.

Новые условия, сформировавшиеся на сегодняшний день, новые стандарты, развитие огромного количества танцевальных техник, привели к необходимости поиска и разработки новых подходов к обучению хореографией.

**Новизна** данной программы заключается в сочетании традиций народного танца с современными методами преподавания и инновационными подходами. В программу введена современная интерпретация народных танцев с использованием элементов современной хореографии, что позволяет сохранить аутентичность танца и одновременно сделать его актуальным и привлекательным для обучающихся. Разнообразие репертуара, включающее танцы различных народов мира, расширяет культурный кругозор участников и способствует знакомству с многообразием традиций.

Использование интерактивных элементов, таких как мультимедийные технологии, создаёт эмоционально насыщенную атмосферу выступлений. Обучение через игру и импровизацию развивает творческий потенциал, креативность и способность к самостоятельному поиску решений.

Значимой частью программы является участие в социальных проектах — благотворительных концертах и акциях, направленных на сохранение культурного наследия. Особую новизну представляет интеграция кадет Самарского кадетского корпуса МВД России в состав ансамбля, что расширяет социальный и возрастной состав обучающихся, способствует формированию патриотических качеств, чувства коллективизма и гражданской ответственности, а также создаёт условия для междисциплинарного взаимодействия и укрепления социальной активности молодёжи.

Таким образом, программа сочетает традиции народного танца с современными методами преподавания и инновационными подходами, что делает её интересной и востребованной для обучающихся разных возрастов.

**Отличительная особенность** данной образовательной программы от уже существующих в этой области заключается в том, что обучающиеся группы третьего года обучения участвуют в обучении детей младших годов обучения, что способствует формированию чувства коллективизма в объединении, а также реализуют свой творческий потенциал и хореографические знания при обучении групп переменного состава, работа с которыми предусмотрена разделом программы «Социальная практика».

Также одной из ключевых особенностей является участие в программе кадет Самарского кадетского корпуса МВД России, которые интегрированы в состав ансамбля танца Р.И.Ф. Интеграция кадет в образовательную программу «Хореографический коллектив» создаёт уникальные условия для всестороннего развития личности, объединяя

творческое, физическое и патриотическое воспитание в одном образовательном пространстве.

**Педагогическая целесообразность** программы объясняется основными принципами, на которых она основывается:

- *принцип добровольности, гуманизма, приоритета общечеловеческих ценностей*, свободного развития личности, самооценки ребенка, создание максимально благоприятной атмосферы для личностного и профессионального развития обучаемого («ситуация успеха», «развивающее обучение»);

- *принцип доступности обучения и посильности труда*: постепенное нарастание нагрузки в пределах доступного; чтобы установить объём знаний, навыков, которые должны быть усвоены, педагог должен знать уровень развития и потенциальные возможности участников – умственные, психические, физические;

- *принцип природосообразности*: учет возрастных возможностей и задатков обучающихся при включении их в различные виды деятельности;

- *принцип индивидуально-личностной ориентации* развития творческой инициативы детей;

- *принцип дифференцированности и последовательности*: чередование различных видов и форм занятий, постепенное усложнение приемов работы, разумное увеличение нагрузки;

- *принцип культуросообразности*: ориентация на потребности детей, адаптация к современным условиям жизни общества с учетом культурных традиций;

- *принцип креативности*: развитие творческих способностей обучаемых, применение методов формирования умений переноса и применения знаний в новых условиях;

- *принцип связи теории и практики, связи обучения с жизнью*;

- *принцип систематичности и последовательности*: регулярность занятий и логика в последовательности подачи материала – от простого к сложному через приемы (объяснение, показ, повторение, закрепление); постепенное увеличение нагрузки);

- *принцип сознательности и активности учащихся*: принцип отношения человека к действительности; результатом освоения принципа активности должны стать заинтересованность учеников, стремление самостоятельно работать, оказывать друг другу помощь;

- *принцип интегрированного обучения* (параллельного и взаимодополняющего обучения различным видам деятельности);

- *принцип «зоны ближайшего развития»* для каждого ребенка, выбор индивидуального маршрута и темпа его освоения.

**Цель программы** - приобщение детей к различным видам танцевального творчества через пластическое и музыкальное многообразие,

приобретение сценических навыков и навыков социально-значимой деятельности.

**Задачи программы:**

**Обучающие:**

- сформировать основы общей культуры, художественно-эстетического вкуса;
- подготовить двигательный аппарат учащихся к исполнению танцевального материала различного характера и степени технической трудности;
- сформировать у одаренных детей комплекса знаний, умений и навыков, позволяющих самостоятельно создавать музыкально – двигательные образы;
- сформировать навыки публичных выступлений;
- выработать умения и навыки сохранения и поддержки собственной физической формы.

**Развивающие:**

- развивать мотивационные качества учащихся для занятий хореографической деятельностью;
- развивать пластичность, координацию, хореографическую память, внимание, эмоциональную выразительность;
- развивать творческие способности учащихся через постановочную деятельность;
- развивать коммуникативные компетенции по линиям «дети-взрослые» и «дети - дети», в том числе с использованием Интернет-технологий.

**Воспитательные:**

- создать благоприятную среду, способствующую достижению «современного национального воспитательного идеала», согласно которому каждый выпускник образовательной организации должен стать высоконравственным, творческим, компетентным гражданином;
- развивать способности обучающихся к эстетическому восприятию мира, приобщить их к различным видам культурной деятельности, сформировать культуру зрителя и слушателя;
- способствовать укреплению семейных отношений через организацию совместной деятельности детей и родителей по созданию красочных костюмов для выступлений.

**Адресат программы.** Программа предназначена для обучающихся в возрасте от 7 до 17 лет.

**Продолжительность реализации программы:** 5 лет.

**Объем учебных часов:**

На 1-й год обучения по учебному плану предусмотрены 144 часа занятий.

На 2-й, 3-й, 4-й, 5-й года обучения по учебному плану предусмотрены 216 часов занятий.

**Режим проведения занятий:** два или три раза в неделю по 2 часа с перерывом в 10 минут.

**Наполняемость групп:** 1 год - не менее 15 человек, 2, 3, 4, 5 год - не менее 12 человек.

**Кадровое обеспечение.** Обучение по данной программе может осуществлять один педагог.

**Форма занятий:**

В проведении занятий используются групповые, индивидуальные и коллективные формы работы.

**Содержание программы 1, 2, 3, 4, 5 годов обучения состоит из трех автономных модулей,** дополняющих друг друга и способствующих достижению основной цели. Каждый из модулей имеет свою специфику и направлен на решение своих собственных педагогических задач.

**Модули 1-го года обучения:**

- «Ритмика»
- «Основы классического танца»
- «Танцевально-художественная деятельность»

**Модули 2-го года обучения:**

- «Основы классического танца»
- «Основы народного танца»
- «Танцевально-художественная деятельность»

**Модули 3-го года обучения:**

- «Основы классического танца»
- «Основы народного танца», «Основы танца модерн»
- «Танцевально-художественная деятельность»

**Модули 4-го и 5-го года обучения:**

- «Основы классического танца»
- «Основы народного танца», «Основы танца модерн»
- «Танцевально-художественная деятельность»

**Планируемые результаты, получаемые обучающимися в результате освоения программы**

*Личностные:*

- создать условия для развития творческой личности;
- способствовать формированию социально значимых компетенций обучающихся;
- воспитать у детей любовь к танцу и искусству;
- приобщить ребенка к здоровому образу жизни;
- воспитать у детей эстетический вкус, исполнительскую культуру.

*Метапредметные:*

*Познавательные:*

– расширить музыкально-художественный кругозор детей на лучших произведениях русской музыки и хореографии;

– расширить знания по особенностям строения тела.

*Регулятивные:*

– научить использовать полученные знания в повседневной жизни; развить двигательную реакцию, точности движения, ловкости

*Коммуникативные:*

– воспитывать правила поведения в коллективе;

– сформировать потребность в системной коллективной творческой деятельности;

– сформировать первоначальные навыки работы с информацией по народно сценическому танцу.

*Предметные:*

– модульный принцип построения программы предполагает описание предметных результатов в каждом конкретном модуле.

### **Критерии и способы определения результативности**

Качество обучения обучающихся определяется по результатам выступлений хореографического коллектива на отчетных и иных концертах, по итогам участия в конкурсах и фестивалях разного уровня, участие в бальном движении, социальных акциях и т.д.

Критерии оценки качества исполнения хореографического номера отражены в таблице:

| <b>Оценка</b>        | <b>Критерии оценивания выступления</b>                                                                                                                                                                                         |
|----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Отличное             | технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения                                                                                                           |
| Хорошее              | отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном)                                                                                                                |
| Удовлетворительное   | исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений |
| Неудовлетворительное | комплекс недостатков, являющийся следствием нерегулярных занятий, невыполнение программы учебного предмета                                                                                                                     |

### **Виды и формы контроля и диагностики результатов**

Диагностический контроль дает возможность определить уровень мотивации и устойчивости интереса, воспитанности обучающихся, творческих способностей.

Основными видами контроля успеваемости обучающихся является:

- текущий контроль успеваемости обучающихся (участие в постановках, концертах, конкурсах);
- промежуточный контроль обучающихся;
- итоговый контроль обучающихся.

| Виды контроля | Содержание                              | Формы                                                                                   | Сроки                                 |
|---------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|
| Входной       | Уровень знаний обучающихся              | Тестирование, беседа, наблюдение                                                        | В начале каждого модуля               |
| Текущий       | Освоение программного материала по теме | Тестирование, беседа, обсуждение, наблюдение, ролевая игра, ситуативная игра, рефлексия | На всем протяжении прохождения модуля |
| Итоговый      | Контроль выполнения поставленных задач  | Тестирование, общие массовые мероприятия, открытые занятия с приглашением родителей     | В конце каждого модуля                |

## 2. Учебный план

| № модуля       | Название модуля                                    | Количество часов |            |            |
|----------------|----------------------------------------------------|------------------|------------|------------|
|                |                                                    | Теория           | Практика   | Всего      |
| 1 год обучения |                                                    |                  |            |            |
| 1.             | Модуль 1 «Ритмика»                                 | 6                | 30         | 36         |
| 2.             | Модуль 2 «Основы классического танца»              | 6                | 66         | 72         |
| 3.             | Модуль 3 «Танцевально-художественная деятельность» | 2                | 34         | 36         |
|                | <b>Всего</b>                                       | <b>16</b>        | <b>128</b> | <b>144</b> |
| 2 год обучения |                                                    |                  |            |            |
| 1              | Модуль 1 «Основы классического танца»              | 6                | 66         | 72         |

|                |                                                          |           |            |            |
|----------------|----------------------------------------------------------|-----------|------------|------------|
| 2              | Модуль 2 «Основы народного танца»                        | 8         | 64         | 72         |
| 3              | Модуль 3 «Танцевально-художественная деятельность»       | 4         | 68         | 72         |
|                | <b>Всего</b>                                             | <b>18</b> | <b>198</b> | <b>216</b> |
| 3 год обучения |                                                          |           |            |            |
| 1              | Модуль 1 «Основы классического танца»                    | 6         | 66         | 72         |
| 2              | Модуль 2 «Основы народного танца», «Основы танца модерн» | 8         | 64         | 72         |
| 3              | Модуль 3 «Танцевально-художественная деятельность»       | 4         | 68         | 72         |
|                | <b>Всего</b>                                             | <b>18</b> | <b>198</b> | <b>216</b> |
| 4 год обучения |                                                          |           |            |            |
| 1              | Модуль 1 «Основы классического танца»                    | 6         | 66         | 72         |
| 2              | Модуль 2 «Основы народного танца», «Основы танца модерн» | 8         | 64         | 72         |
| 3              | Модуль 3 «Танцевально-художественная деятельность»       | 4         | 68         | 72         |
|                | <b>Всего</b>                                             | <b>18</b> | <b>198</b> | <b>216</b> |
| 5 год обучения |                                                          |           |            |            |
| 1              | Модуль 1 «Основы классического танца»                    | 6         | 66         | 72         |
| 2              | Модуль 2 «Основы народного танца», «Основы танца модерн» | 8         | 64         | 72         |
| 3              | Модуль 3 «Танцевально-художественная деятельность»       | 4         | 68         | 72         |
|                | <b>Всего</b>                                             | <b>18</b> | <b>198</b> | <b>216</b> |

### 3. Учебно-тематический план первого года обучения

Программа первого года обучения имеет три модуля.

**Модуль 1 «Ритмика»** состоит из основ музыкальной грамоты, музыкально-пространственных движений, ритмических упражнений, музыкальных игр, импровизации.

**Модуль 2 «Основы классического танца»** представляет собой четко разработанную систему движений, в которой нет ничего случайного. Эта

система движений призвана сделать тело дисциплинированным, подвижным и гармоничным.

**Модуль 3 «Танцевально-художественная деятельность».** Большое внимание уделяется постановочной и репетиционной деятельности, а также импровизации.

### Учебный план

| № | Модули                                             | Количество часов |          |       |
|---|----------------------------------------------------|------------------|----------|-------|
|   |                                                    | Теория           | Практика | Всего |
| 1 | Модуль 1 «Ритмика»                                 | 6                | 30       | 36    |
| 2 | Модуль 2 «Основы классического танца»              | 6                | 66       | 72    |
| 3 | Модуль 3 «Танцевально-художественная деятельность» | 2                | 34       | 36    |
|   | Всего                                              | 16               | 128      | 144   |

### Модуль I «Ритмика»

**Модуль 1. «Ритмика».** Состоит из основ музыкальной грамоты, музыкально-пространственных движений, ритмических упражнений, музыкальных игр, импровизации.

**Цель модуля** – изучение основ ритмики.

**Основные задачи модуля «Ритмика»:**

**Обучающие:**

- обучить навыкам в умении слушать музыку и передавать в движении её образное содержание;

**Воспитательные:**

- приобщить детей к хореографическому искусству;
- создать благоприятную среду для творческого развития каждого учащегося;
- участвовать и посещать концерты и конкурсы.

**Оздоровительные:**

- укреплять здоровье, корректировать осанку;
- общее физическое развитие и укрепление мышечного аппарата.

**Развивающие:**

- развивать специальные танцевальные данные.

### Учебный план

| №                 | Наименование темы | Количество часов |          | Всего |
|-------------------|-------------------|------------------|----------|-------|
|                   |                   | Теория           | Практика |       |
| Модуль 1. Ритмика |                   |                  |          |       |

|       |                                       |   |    |    |
|-------|---------------------------------------|---|----|----|
| 1.    | Музыкально-ритмические упражнения     | 2 | 12 | 14 |
| 2.    | Музыкально- пространственные движения | 2 | 10 | 12 |
| 3.    | Партерная гимнастика                  | 2 | 8  | 10 |
| Итого |                                       | 6 | 30 | 36 |

### Содержание модуля

#### 1. Музыкально-ритмические упражнения

##### Теория:

**Тема 1:** «Понятие о музыкальном вступлении. Начало и окончание движения вместе с музыкой».

**Тема 2:** «Понятие о темпе музыкального произведения (медленно-быстро)».

**Тема 3:** «Понятие о музыкальных размерах 4/4,  $\frac{3}{4}$ , 2/4».

##### Практика:

**Тема 4:** «Воспроизведение темпа: хлопки перед собой, сбоку, над собой».

**Тема 5:** «Воспроизведение темпа с партнером, притопы».

**Тема 6:** «Особенности метро–ритма, чередование сильных и слабых долей такта».

**Тема 7:** «Понятие о характере музыкальных произведений (веселый - грустный) и исполнение их в движении».

**Тема 8:** «Динамические оттенки музыки: «форте» - громко, «пиано» - тихо, «крещенто» - усиление, «диминуэто» - ослабление».

**Тема 9:** «Выразительные средства в музыке – «легато» (связанно), «стоккато» (отрывисто)».

#### 2. Музыкально-пространственные движения

##### Теория:

**Тема 1:** «Определение точек зала».

##### Практика:

**Тема 2:** «Имитационная ходьба: шаг с остановкой на одной ноге «журавлиный», шаг с полуприседанием «кошачий»».

**Тема 3:** «Бег: танцевальный бег (легкий), бег с высокоподнятыми коленями, семенящий бег, бег с отведением ноги назад, согнутой в колене».

**Тема 4:** «Шаг польки с продвижением вперед».

**Тема 5:** «Подскоки, галоп».

#### 3. Партерная гимнастика

##### Теория:

**Тема 1:** «Партерная гимнастика как средство здоровьесберегающей технологии».

**Практика:**

**Тема 2:** «Сокращение и вытягивание стоп».

**Тема 3:** «Упражнения на развитие гибкости».

**Тема 4:** «Упражнения для укрепления мышц спины и развития шага».

**Тема 5:** «Шпагат».

**Тема 6:** «Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса».

**После окончания обучения по модулю обучающиеся должны:**

**Знать:**

- понятия и термины программных движений;
- правила исполнения ритмических движений.

**Уметь:**

- ориентироваться в пространстве;
- точно и правильно исполнять движения;
- определять характер музыки;
- соотносить движения с динамическими оттенками музыки;
- импровизировать.

**Иметь навыки:**

- определять характер и темп музыкального произведения;
- координировать одновременную работу всех частей тела;
- выразительно исполнять танцевальные движения.

## **Модуль 2. «Основы классического танца»**

Представляет собой четко разработанную систему движений, в которой нет ничего случайного. Эта система движений призвана сделать тело дисциплинированным, подвижным и гармоничным.

**Цель модуля** – изучение основ классического танца.

**Основные задачи модуля «Основы классического танца»:**

**Обучающие:**

- освоение понятий и терминов классического танца;
- постановка корпуса, ног, рук и головы в процессе изучения позиций и основных движений экзерсиса у станка и на середине зала;
- формирование начальных навыков координации движений;
- научить ребенка контролировать свое собственное исполнение;
- научить преодолевать трудности.

**Воспитательные:**

- приобщить детей к хореографическому искусству;
- создать благоприятную среду для творческого развития каждого учащегося;
- участвовать и посещать концерты и конкурсы.

**Оздоровительные:**

- укреплять здоровье, корректировать осанку;
- общее физическое развитие и укрепление мышечного аппарата.
- исправление природных недостатков

**Развивающие:**

- развивать специальные танцевальные данные;
- развить выворотность в ногах;
- развить навыки координации движений и музыкального слуха.

**Учебный план**

| №                                    | Наименование темы                                          | Количество часов |          | Всего |
|--------------------------------------|------------------------------------------------------------|------------------|----------|-------|
|                                      |                                                            | теория           | практика |       |
| Модуль 2. Основы классического танца |                                                            |                  |          |       |
| 1.                                   | Понятийно – терминологический аппарат классического танца  | 6                | -        | 6     |
| 2.                                   | Методика постановки корпуса, ног, рук, головы у станка     | -                | 8        | 8     |
| 3.                                   | Методика постановки ног, рук, головы на середине зала      | -                | 10       | 10    |
| 4.                                   | Методика изучения движений ног в позиции                   | -                | 12       | 12    |
| 5.                                   | Методика изучения группы battements tendu                  | -                | 14       | 14    |
| 6.                                   | Методика изучения группы battements sur le cou – de – pied | -                | 6        | 6     |
| 7.                                   | Методика изучения движений группы ronds                    | -                | 6        | 6     |
| 8.                                   | Методика изучения движений группы прыжков                  | -                | 8        | 8     |
| Итого                                |                                                            | 6                | 66       | 72    |

**Содержание модуля****1. Понятийно-терминологический аппарат классического танца**

**Теория: Тема 1:** «Понятие arrondi, allongee».

**Тема 2:** «Понятие encote (в сторону), enavant (вперед), enarriere (назад)».

**Тема 3:** «Понятие опорной и работающей ноги и их функции».

**Тема 4:** «Понятие enface».

**2. Методика постановки корпуса, ног, рук, головы у станка**

**Практика: Тема 1:** «Постановка опорно-двигательного аппарата исполнителя».

**Тема 2:** «Позвоночник и его функции в танце».

**Тема 3:** «Постановка корпуса».

**Тема 4:** «Позиции ног: I, II, V».

**3. Методика постановки ног, рук, головы на середине зала**

**Практика: Тема 1:** «Позиции рук: I, II, IIIarrondi, подготовительное положение».

**Тема 2:** «Позиции рук: I, II, IIIallonge».

**Тема 3:** «Port de bras 1-ая форма».

**Тема 4:** «Движение головы: повороты направо, налево, наклоны вперед, назад».

**4. Методика изучения движений ног в позиции**

**Практика: Тема 1:** «Demi – plie по I, II, III позициям».

**Тема 2:** «Releve (подъем на полупальцы) по I, II позиции».

**Тема 3:** «Grandplie по I, II позиции».

**5. Методика изучения группы battementstendu**

**Практика: Тема 1:** «Battementstendu из I позиции в сторону (encote), вперед (enavant), назад (enarriere)».

**Тема 2:** «Battements tendu с demi- plie в I позиции в сторону, вперед, назад».

**Тема 3:** «Battements tendujeteиз I позиции».

**Тема 4:** «Battements tendujete pique из I позиции».

**Тема 5:** «Passeparterre».

**Тема 6:** «Relevelent на 25, 90 гр. в сторону, вперед, назад».

**Тема 7:** «Grandbattementstendu по I позиции в сторону, вперед, назад».

**6. Методика изучения группы battements sur le cou – de – pied**

**Практика: Тема 1:** «Положение surlecou – de – pied: условное спереди, основное сзади».

**Тема 2:** «Demi-plie в положении условного surlecou – de – pied спереди и сзади».

**Тема 3:** «Battements retire до положения cou-de-pied спереди и сзади».

**7. Методика изучения движений группы ronds**

**Практика: Тема 1:** «Demi – rond dejambe par terreendehors et en dedans».

**Тема 2:** «Rond dejambe par terreendehors et en dedans».

**8. Методика изучения движений группы прыжков**

**Практика:**

**Тема 1:** «Прыжки на двух ногах по VI позиции».

**Тема 2:** «Tempslevesauté по I, II позициям» (муз.раз. 4/4исполняется на 2 такта).

**Тема 3:** «Комбинация прыжков по точкам».

**После окончания обучения по модулю обучающиеся должны:**

**Знать:**

- понятия и термины упражнений классического танца;
- правила исполнения изучаемых движений;
- основные положения рук, ног в классическом танце;

**Уметь:**

- точно и правильно исполнять движения;
- выполнять движения в различных темпах.

**Иметь навыки:**

- координировать одновременную работу всех частей тела;
- запоминать последовательность танцевальной комбинации.

### **Модуль 3. «Танцевально-художественная работа»**

Танцевально-художественная работа состоит из импровизации, постановочной и репетиционной деятельности.

**Цель модуля** – разучивание танцев для выступлений.

**Основные задачи модуля «Танцевально-художественная работа»:**

**Обучающие:**

- научить работать в группе;
- формирование начальных навыков координации движений;
- научить ребенка контролировать свое собственное исполнение;
- научить преодолевать трудности.

**Воспитательные:**

- приобщить детей к хореографическому искусству;
- создать благоприятную среду для творческого развития каждого учащегося;
- участвовать и посещать концерты и конкурсы.
- укреплять здоровье, корректировать осанку;
- общее физическое развитие и укрепление мышечного аппарата.

**Развивающие:**

- развитие индивидуальности через импровизацию;
- развитие артистизма и эмоциональности.

### **Учебный план**

| №                                           | Наименование темы          | Количество часов |          | Всего |
|---------------------------------------------|----------------------------|------------------|----------|-------|
|                                             |                            | теория           | практика |       |
| Модуль 3. Танцевально-художественная работа |                            |                  |          |       |
| 1.                                          | Танцевальная импровизация  | -                | 4        | 4     |
| 2.                                          | Постановочная деятельность | 1                | 15       | 16    |
| 3.                                          | Репетиционная деятельность | 1                | 15       | 16    |
| Итого                                       |                            | 2                | 34       | 36    |

## Содержание модуля

### 1. Танцевальная импровизация

**Импровизация в танце** с древнейших времён является неотъемлемой частью народных обрядов, игр и празднеств. В странах Востока и Азии импровизация в танце сохраняется не только в народных представлениях, но и в профессиональном искусстве. Импровизация варьируется от примитива до высокого профессионализма. Во многих народных танцах в ответ на «вызов» продемонстрировать силу, ловкость, удачу, импровизатор выходит за пределы устойчивых танцевальных форм (мужские грузинские, армянские и др. танцы). Импровизация в народном танце проявляется также и в соревновании (русский перепляс и др.).

Импровизация подразумевает **глубокую внутреннюю работу, требует развития личности**, индивидуальности, и этим отличается от «чистой» техники танца. Импровизация требует *изменения мышления*, особого отношения к своему телу, к личной истории, внутренним импульсам, которые становятся, в каком-то смысле, «соавторами» импровизационного танца.

#### **Практика:**

**Тема 1:** «Зеркало»

**Тема 2:** «Импровизация с фиксацией»

**Тема 3:** «Импровизация проходка»

**Тема 4:** «Импровизация настроение»

**Тема 5:** «Импровизация в паре»

### 2. Постановочная деятельность

Большое внимание уделяется постановочной деятельности, т.к. выступление на концертах и конкурсах является одним из способов заинтересовать воспитанников заниматься танцами, развивается кругозор, коллектив становится сплоченнее.

**Примерный репертуар хореографического коллектива (7-9 лет):** танец «Счастливое детство», танец «Прыг-скок», «Новый день», «Большой улов», «Пчелки» и т.д. (танец выбирается на усмотрение педагога, в соответствии с уровнем подготовки учащихся).

**3. Репетиционная деятельность.** Отработка готовых танцевальных постановок.

**После окончания обучения по модулю обучающиеся должны:**

#### **Знать:**

- комбинации и основные движения танцев;
- своё место в танце.

#### **Уметь:**

- работать в группе;

- синхронно выполнять движения;
- слушать музыку и музыкально выполнять комбинации.

**Иметь навыки:**

- участия в концертах и конкурсах;
- навыки выступления в группе;
- выразительного исполнения движений.

#### 4. Учебно-тематический план второго года обучения

**Модуль 1 «Основы классического танца»** представляет собой четко разработанную систему движений, в которой нет ничего случайного. Эта система движений призвана сделать тело дисциплинированным, подвижным и гармоничным.

**Модуль 2 «Основы народного танца» (со 2 года обучения)** совершенствует координацию движений, способствует дальнейшему укреплению мышечного аппарата, развивая те группы мышц, которые мало участвуют в процессе классического тренажа.

**Модуль 3 «Танцевально-художественная деятельность».** Большое внимание уделяется постановочной и репетиционной деятельности, а так же импровизации.

#### Учебный план

| № | Модули                                             | Количество часов |          |       |
|---|----------------------------------------------------|------------------|----------|-------|
|   |                                                    | Теория           | Практика | Всего |
| 1 | Модуль 1 «Основы классического танца»              | 6                | 66       | 72    |
| 2 | Модуль 2 «Основы народного танца»                  | 8                | 64       | 72    |
| 3 | Модуль 3 «Танцевально-художественная деятельность» | 4                | 68       | 72    |
|   | Всего                                              | 18               | 198      | 216   |

#### Модуль «Основы классического танца»

Представляет собой четко разработанную систему движений, в которой нет ничего случайного. Эта система движений призвана сделать тело дисциплинированным, подвижным и гармоничным.

**Цель модуля** – изучение основ классического танца.

**Основные задачи модуля «Основы классического танца»:**

**Обучающие:**

- формировать знания о пространстве класса, сцены;

- постановка корпуса, ног, рук и головы в процессе изучения позиций и основных движений экзерсиса у станка;

- закреплять навыки работы в выворотном положении ног.

**Воспитательные:**

- воспитывать естественное побуждение и творческий подход к деятельности для развития интереса к занятиям;

- выступать и посещать концерты и конкурсы;

**Оздоровительные:**

- укреплять здоровье, корректировать осанку;

- формировать навыки сохранения и поддержки собственной физической формы.

**Развивающие:**

- развивать эстетическое восприятие, представление, способствовать формированию музыкального, художественного вкуса, посредством подбора интересного музыкального материала.

### Учебный план

| №                                    | Наименование темы                                          | Количество часов |          | Всего |
|--------------------------------------|------------------------------------------------------------|------------------|----------|-------|
|                                      |                                                            | Теория           | Практика |       |
| Модуль 1. Основы классического танца |                                                            |                  |          |       |
| 1.                                   | Понятийно – терминологический аппарат классического танца  | 6                | -        | 6     |
| 2.                                   | Методика постановки корпуса, ног, рук, головы у станка     | -                | 8        | 8     |
| 3.                                   | Методика постановки ног, рук, головы на середине зала      | -                | 10       | 10    |
| 4.                                   | Методика изучения группы battementstendu                   | -                | 16       | 16    |
| 5.                                   | Методика изучения группы battements sur le cou – de – pied | -                | 8        | 8     |
| 6.                                   | Методика изучения движений группы battementsdelevee        | -                | 8        | 8     |
| 7.                                   | Методика изучения движений группы ronds                    | -                | 8        | 8     |
| 8.                                   | Методика изучения движений группы прыжков                  | -                | 8        | 8     |
| ИТОГО                                |                                                            | 6                | 66       | 72    |

### Содержание

## **1. Понятийно-терминологический аппарат классического танца**

### **Теория:**

**Тема 1:** «Повторение и закрепление пройденного материала».

**Тема 2:** «Понятие *endehors et en dedans*».

**Тема 3:** «Понятие *epaulement, preparations, battements, plie*».

**Тема 4:** «Понятие положения работающей ноги в положение *sur le cou -de-pied*»

## **2. Методика постановки корпуса, ног, рук, головы у станка**

### **Практика:**

**Тема 1:** «Повторение и закрепление пройденного материала».

**Тема 2:** «*Releve* по I, V позиции с *demi- plie*».

**Тема 3:** «Перегибы назад и в сторону в I позиции лицом к станку».

**Тема 4:** «Перегибы назад и в сторону одной рукой за станок».

## **3. Методика постановки ног, рук, головы на середине зала**

### **Практика:**

**Тема 1:** «Повторение и закрепление пройденного материала».

**Тема 2:** «Положение корпуса *en face*, *epaulement: croise, efface*».

**Тема 3:** «*Port de bras* сочетается с различными упражнениями».

**Тема 4:** «Повторение направлений в танце (8 точек)».

## **4. Методика изучения группы *battementstendu***

### **Практика:**

**Тема 1:** «Повторение и закрепление пройденного материала».

**Тема 2:** «*Battementstendu* из V позиции в сторону, вперед, назад».

**Тема 3:** «*Battementstendupourle pied* в I позиции (с опусканием пятки по II позиции)».

**Тема 4:** «*Passe par terre*».

**Тема 5:** «*Battements tendu jete* по I, V позиции вперед, в сторону, назад».

**Тема 6:** «*Battementstendu jete pique* по I, V позиции».

**Тема 7:** «*Releve lent* на 90 гр. по I, V позиции».

**Тема 8:** «*Grand battements jete*».

## **5. Методика изучения группы *battements sur le cou – de – pied***

### **Практика:**

**Тема 1:** «Повторение и закрепление пройденного материала».

**Тема 2:** «Положение *sur le cou – de – pied* лицом к станку».

**Тема 3:** «*Battements fondus par terre* в сторону, вперед, назад» (изучается носком в пол).

**Тема 4:** «*Battements frappes* в сторону, вперед, назад».

## **6. Методика изучения движений группы *battements developpe***

### **Практика:**

**Тема 1:** «*Battements developpe* в сторону и назад изучается лицом к станку».

**Тема 2:** «Battements developpés вперед, держась за станок одной рукой».

#### **7. Методика изучения движений группы ronds**

##### **Практика:**

**Тема 1:** «Demi rond de jambe par terre en dehors et en dedans».

**Тема 2:** «Rond de jambe par terre en dehors et en dedans».

**Тема 3:** «Rond de jambe par terre en demi plié en dehors et en dedans»  
(как заключение rond de jambe par terre).

#### **8. Методика изучения движений группы прыжков**

##### **Практика:**

**Тема 1:** «Temps levé по I, II, V позициям».

**Тема 2:** «Changement de pied.»

**Тема 3:** «Pas échappé по II позицию».

**Тема 4:** «Pas assemble вперед и назад».

#### **После окончания обучения по модулю обучающиеся должны:**

##### **Знать:**

- понятийно – терминологический аппарат классического танца;
- правила исполнения изучаемых движений;

##### **Уметь:**

- различать музыкальный размер, темп и строго соблюдать целостность музыкальной фразы;
- согласовывать одновременную работу всех частей тела – корпуса, ног, рук, головы;

- определять характер танцевальной музыки;
- соотносить движения с динамическими оттенками музыки;
- выполнять движения в различных темпах;

##### **Иметь навыки:**

- сохранения устойчивости на полупальцах;
- координации работы в выворотном положении;
- запоминания последовательности учебных и танцевальных комбинаций.

### **Модуль «Основы народного танца» (со 2 года обучения)**

Совершенствует координацию движений, способствует дальнейшему укреплению мышечного аппарата, развивая те группы мышц, которые мало участвуют в процессе классического тренажа.

**Цель модуля** – изучение основ народного танца.

**Основные задачи модуля «Основы народного танца»:**

##### **Обучающие:**

- формировать знания о пространстве класса, сцены;

- постановка корпуса, ног, рук и головы в процессе изучения позиций и основных движений русского народного танца;
- закреплять навыки работы в выворотном положении ног.

#### **Воспитательные:**

- воспитывать естественное побуждение и творческий подход к деятельности для развития интереса к занятиям;
- выступать и посещать концерты и конкурсы;
- участвовать в социально-значимых мероприятиях района и города;
- создать благоприятную среду для творческого развития каждого учащегося, самостоятельное сочинение воспитанниками танцевальных комбинаций.

#### **Оздоровительные:**

- укреплять здоровье, корректировать осанку;
- формировать навыки сохранения и поддержки собственной физической формы.

#### **Развивающие:**

- формировать образное мышление;
- развивать эстетическое восприятие, представление, способствовать формированию музыкального, художественного вкуса, посредством подбора интересного музыкального материала.

### **Учебный план**

| №                                    | Наименование темы | Количество часов |          | Всего |
|--------------------------------------|-------------------|------------------|----------|-------|
|                                      |                   | Теория           | Практика |       |
| Модуль 2. Основы народного танца     |                   |                  |          |       |
| 1. Элементы русского народного танца |                   | 4                | 30       | 34    |
| 2. Вращения                          |                   | 2                | 10       | 12    |
| 3. Дробные выстукивания              |                   | 2                | 24       | 26    |
| Итого                                |                   | 8                | 64       | 72    |

### **Содержание**

#### **Элементы русского народного танца**

##### **Теория:**

**Тема 1:** «Раскрывание и закрывание рук на пояс по I, II, III позициям».

**Тема 2:** «Положение рук в русском народном танце».

##### **Практика:**

**Тема 3:** «Простые шаги: основной шаг с носка, с каблука».

**Тема 4:** «Переменный шаг: простой вперед и назад».

**Тема 5:** «Переменный шаг с проскальзывающим ударом».

**Тема 6:** «Притопы: одинарные, двойные и тройные».

**Тема 7:** «Бег с продвижением вперед и назад».

**Тема 8:** «Подскоки».

**Тема 9:** «Молоточки» и «ковырялочка».

**Тема 10:** «Прыжки «поджатые» и «разножка»».

**Тема 11:** «Гармошка»

**Тема 12:** «Припадание»

## **2. Вращения в русском танце**

**Тема 1:** «Подготовка к вращениям на середине зала».

**Тема 2:** «Шене» по диагонали».

**Тема 3:** «Повороты по I прямой позиции».

**Тема 4:** «Бегунок».

**Тема 5:** «Подскоки на месте».

**Тема 6:** «Подскоки в повороте по диагонали».

## **3. Дробные выстукивания**

**Тема 1:** «Ключи»

**Тема 2:** «Притопы»

**Тема 3:** «Поочередные удары ребром каблука, двойные удары ребром каблука»

**Тема 4:** «Одинарная и двойная дробь сверху»

**Тема 5:** «Одинарная и двойная дробь снизу»

**Тема 6:** «Постановка дробного блока по рисункам на основе проученного материала»

**После окончания обучения по модулю обучающиеся должны:**

**Знать:**

- основные элементы русского народного танца;
- правила исполнения изучаемых движений;

**Уметь:**

- различать музыкальный размер, темп и строго соблюдать целостность музыкальной фразы;
- согласовывать одновременную работу всех частей тела – корпуса, ног, рук, головы;
- уметь исполнять основные шаги русского танца, притопы, «моталочку» и «ковырялочку»;
- определять характер танцевальной музыки;
- соотносить движения с динамическими оттенками музыки;
- выполнять движения в различных темпах;

**Иметь навыки:**

- сохранение устойчивости при вращениях;
- координации работы в выворотном положении;
- запоминания последовательности учебных и танцевальных комбинаций.

## Модуль «Танцевально-художественная деятельность»

Большое внимание уделяется постановочной и репетиционной деятельности, а так же импровизации.

**Цель модуля** – изучение танцевальных постановок.

**Основные задачи модуля «Танцевально-художественная работа»**

**Обучающие:**

- научить работать в группе;
- формирование начальных навыков координации движений;
- научить ребенка контролировать свое собственное исполнение;
- научить преодолевать трудности.

**Воспитательные:**

- приобщить детей к хореографическому искусству;
- создать благоприятную среду для творческого развития каждого учащегося;

- участвовать и посещать концерты и конкурсы.
- укреплять здоровье, корректировать осанку;
- общее физическое развитие и укрепление мышечного аппарата.

**Развивающие:**

- развитие индивидуальности через импровизацию;
- развитие артистизма и эмоциональности.

### Учебный план

| №                                           | Наименование темы          | Количество часов |          | Всего |
|---------------------------------------------|----------------------------|------------------|----------|-------|
|                                             |                            | теория           | практика |       |
| Модуль 3. Танцевально-художественная работа |                            |                  |          |       |
| 1.                                          | Танцевальная импровизация  | -                | 8        | 8     |
| 2.                                          | Постановочная деятельность | 2                | 30       | 32    |
| 3.                                          | Репетиционная деятельность | 2                | 30       | 32    |
| Итого                                       |                            | 4                | 68       | 72    |

### Содержание

#### Танцевальная импровизация

**Импровизация в танце** с древнейших времён является неотъемлемой частью народных обрядов, игр и празднеств. В странах Востока и Азии импровизация в танце сохраняется не только в народных представлениях, но и в профессиональном искусстве. Импровизация варьируется от примитива до высокого профессионализма. Во многих народных танцах в ответ на «вызов» продемонстрировать силу, ловкость, удачу, импровизатор

выходит за пределы устойчивых танцевальных форм (мужские грузинские, армянские и др. танцы). Импровизация в народном танце проявляется также и в соревновании (русский перепляс и др.).

Импровизация подразумевает **глубокую внутреннюю работу, требует развития личности**, индивидуальности, и этим отличается от "чистой" техники танца. Импровизация требует *изменения мышления*, особого отношения к своему телу, к личной истории, внутренним импульсам, которые становятся, в каком-то смысле, "соавторами" импровизационного танца.

Практика:

**Тема 1:** «Зеркало», «Кто я»

**Тема 2:** «Импровизация с фиксацией»

**Тема 3:** «Импровизация проходка»

**Тема 4:** «Импровизация настроение»

**Тема 5:** «Импровизация в паре»

**Постановочная деятельность**

Большое внимание уделяется постановочной деятельности, т.к. выступление на концертах и конкурсах является одним из способов заинтересовать воспитанников заниматься танцами, развивается кругозор, коллектив становится сплоченнее.

**Примерный репертуар младшей группы хореографического коллектива 2 года обучения (8-9 лет):** танец «Катюша», танец «В поисках северного сияния», танец «Вальс цветов», «Русский танец», «Пчелки» и т.д.(танец выбирается на усмотрение педагога, в соответствии с уровнем подготовки учащихся).

**Репетиционная деятельность.** Отработка готовых танцевальных постановок.

**После окончания обучения по модулю обучающиеся должны:**

**Знать:**

- комбинации и основные движения танцев;
- своё место в танце;

**Уметь:**

- работать в группе;
- синхронно выполнять движения;
- слушать музыку и музыкально выполнять комбинации;

**Иметь навыки:**

- участие в концертах и конкурсах;
- навыки выступления в группе;
- выразительного исполнения движений

## **5. Учебно-тематический план третьего года обучения**

**Модуль 1. «Основы классического танца»** представляет собой четко разработанную систему движений, в которой нет ничего случайного. Эта система движений призвана сделать тело дисциплинированным, подвижным и гармоничным.

**Модуль 2. «Основы народного танца» и «Основы танца модерн»** совершенствует координацию движений, способствует дальнейшему укреплению мышечного аппарата, развивая те группы мышц, которые мало участвуют в процессе классического тренажа.

**Модуль 3. «Танцевально-художественная деятельность»**. Большое внимание уделяется постановочной и репетиционной деятельности, а так же импровизации.

### Учебный план

| № | Модули                                                   | Количество часов |          |       |
|---|----------------------------------------------------------|------------------|----------|-------|
|   |                                                          | Теория           | Практика | Всего |
| 1 | Модуль 1 «Основы классического танца»                    | 6                | 66       | 72    |
| 2 | Модуль 2 «Основы народного танца», «Основы танца модерн» | 8                | 64       | 72    |
| 3 | Модуль 3 «Танцевально-художественная деятельность»       | 4                | 68       | 72    |
|   | Всего                                                    | 18               | 198      | 216   |

### Модуль 1. «Основы классического танца»

Представляет собой четко разработанную систему движений, в которой нет ничего случайного. Эта система движений призвана сделать тело дисциплинированным, подвижным и гармоничным.

**Цель модуля** – изучение основ классического танца.

**Основные задачи модуля «Основы классического танца»:**

**Обучающие:**

- освоить понятия и термины программных движений;
- повторить пройденные программные движения классического танца с увеличением силовой нагрузки;
- изучить основные элементы русского народного танца, танца модерн.

**Воспитательные:**

- воспитывать естественное побуждение и творческий подход к деятельности для развития интереса к занятиям;
- выступать и посещать концерты и конкурсы;

- участвовать в социально-значимых мероприятиях района и города;
- создать благоприятную среду для творческого развития каждого обучающегося, самостоятельное сочинение воспитанниками танцевальных комбинаций.

#### **Оздоровительные:**

- укреплять здоровье, корректировать осанку;
- формировать навыки сохранения и поддержки собственной физической формы.

#### **Развивающие:**

- развивать эстетическое восприятие, представление, способствовать формированию музыкального, художественного вкуса, посредством подбора интересного музыкального материала;
- развивать специальные танцевальные данные.

### **Учебный план**

| №                                     | Наименование темы                                          | Количество часов |          | Всего |
|---------------------------------------|------------------------------------------------------------|------------------|----------|-------|
|                                       |                                                            | Теория           | Практика |       |
| Модуль 1 «Основы классического танца» |                                                            |                  |          |       |
| 1.                                    | Понятийно – терминологический аппарат классического танца  | 6                | -        | 6     |
| 2.                                    | Методика постановки корпуса, ног, рук, головы у станка     | -                | 6        | 6     |
| 3.                                    | Методика постановки ног, рук, головы на середине зала      | -                | 6        | 6     |
| 4.                                    | Методика изучения группы battementstendu                   | -                | 16       | 16    |
| 5.                                    | Методика изучения группы battements sur le cou – de – pied | -                | 8        | 8     |
| 6.                                    | Методика изучения движений группы battementsdevelopee      | -                | 8        | 8     |
| 7.                                    | Методика изучения движений группы ronds                    | -                | 4        | 4     |
| 8.                                    | Методика изучения port de bras                             |                  | 6        | 6     |
| 9.                                    | Методика изучения группы позы                              |                  | 4        | 4     |
| 10.                                   | Методика изучения движений группы прыжков                  | -                | 8        | 8     |
| ИТОГО                                 |                                                            | 6                | 66       | 72    |

### **Содержание**

#### **1. Понятийно-терминологический аппарат классического танца** **Теория:**

**Тема 1:** «Повторение и закрепление пройденного материала».

**Тема 2:** «Понятие *paulementcroise et efface*».

**Тема 3:** «Понятия: *battements, ronds, plie*».

**Тема 4:** «Термины: *preparations, developee, arabesque*».

## **2. Методика постановки корпуса, ног, рук, головы у станка**

### **Практика:**

**Тема 1:** «*Demi-plieetgrandplie* по I, II, V позициям».

**Тема 2:** «Перегибы корпуса назад и в сторону в I позиции лицом к станку».

**Тема 3:** «Растяжка лицом к станку».

## **3. Методика постановки ног, рук, головы на середине зала**

### **Практика:**

**Тема 1:** «Закрепление пройденного материала».

**Тема 2:** «*Portdebras* сочетается с различными упражнениями».

## **4. Методика изучения группы *battementstendu***

### **Практика:**

**Тема 1:** «*Battementstendu* вперед, в сторону, назад по V позиции».

**Тема 2:** «*Battementstendu* с *demi – plie* вперед, в сторону, назад по V позиции».

**Тема 3:** «*Battementstendupourlepie* с опусканием по II позиции».

**Тема 4:** «*Battements tendujete pique* по V позиции».

**Тема 5:** «*Grandsbattementsjete* по V позиции в сторону, вперед, назад».

**Тема 6:** «*Battementstendu* вперед, в сторону, назад по I, V позиции на середине зала».

**Тема 7:** «Комбинация *battementstendu* для развития координации»

**Тема 8:** «Комбинация *battementstendujete* для развития танцевальности».

## **5. Методика изучения группы *battements sur le cou – de – pied***

### **Практика:**

**Тема 1:** «Положение *surlecou-de-pied*: условное, обхватное спереди, основное сзади лицом к станку».

**Тема 2:** «*Demi – plie* в положении условного *cou-de-pied*».

**Тема 3:** «*Battementsretire* до положения *cou-de-pied* спереди и сзади».

**Тема 4:** «*Battementsfonduparterre* в сторону, вперед, назад».

**Тема 5:** «*Battementsfrappesarterre* в сторону, вперед, назад».

## **6. Методика изучения движений группы *battementsdevelopee***

### **Практика:**

**Тема 1:** «*Battement releve lent* на 90 гр.».

**Тема 2:** «*Battementsdevelopee* в сторону, назад лицом к станку, вперед, держась за станок одной рукой».

**Тема 3:** «*Attitude*».

## **7. Методика изучения движений группы *ronds***

**Практика:**

**Тема 1:** «Preparation для rond de jambe par terre en dehors et en dedans».

**Тема 2:** «Rond de jambe par terre en demi – plie en dehors et en dedans».

**8. Методика изучения port de bras**

**Практика:**

**Тема 1:** «Port de bras 1 форма».

**Тема 2:** «Port de bras 2 форма»

**Тема 3:** «Port de bras 3 форма»

**Тема 4:** «Port de bras 4 форма»

**9. Методика изучения группы позы**

**Практика:**

**Тема 1:** «Позы croise, efface с руками в малых позах».

**Тема 2:** «Позы croise, efface с руками в больших позах».

**10. Методика изучения движений группы прыжков**

**Практика:**

**Тема 1:** «Tempelevesauté по I, II, V позициям».

**Тема 2:** «Pasechape на II позицию».

**Тема 3:** «Changement de pieds».

**Тема 4:** «Pas assemble вперед, назад».

**После окончания обучения по модулю обучающиеся должны:**

**Знать:**

- понятия и термины программных движений;
- правила исполнения изучаемых движений.

**Уметь:**

- точно и правильно исполнять движения и все preparations;
- согласовывать одновременную работу всех частей тела – корпуса, ног, рук, головы.

**Иметь навыки:**

- сохранения устойчивости на полупальцах;
- координации работы в выворотном положении;
- запоминания последовательности учебных и танцевальных комбинаций;
- распределять и переключать свое внимание между замечаниями педагога собственной работой, музыкальным сопровождением;
- умение преодолевать трудности.

**Модуль 2. «Основы народного танца» и «Основы танца модерн»**

Совершенствует координацию движений, способствует дальнейшему укреплению мышечного аппарата, развивая те группы мышц, которые мало участвуют в процессе классического тренажа.

**Цель модуля** - изучение основ народного танца.

**Основные задачи модуля «Основы народного танца» и «Основы танца модерн»:**

**Обучающие:**

- формировать знания о пространстве класса, сцены;
- закрепление постановки корпуса, ног, рук и головы в процессе изучения позиций и основных движений русского народного танца;
- изучить новые движения русского танца «припадание», «гармошка», «молоточки»;
- научить детей основам танца «модерн»

**Воспитательные:**

- воспитывать естественное побуждение и творческий подход к деятельности для развития интереса к занятиям;
- выступать и посещать концерты и конкурсы;
- участвовать в социально-значимых мероприятиях района и города;
- воспитывать любовь к своим традициям и истокам.

**Оздоровительные:**

- укреплять здоровье, корректировать осанку;
- формировать навыки сохранения и поддержки собственной физической формы.

**Развивающие:**

- формировать образное мышление;
- развивать эстетическое восприятие, представление, способствовать формированию музыкального, художественного вкуса, посредством подбора интересного музыкального материала;
- развитие индивидуальности через импровизацию.

### Учебный план

| №                                                        | Наименование темы                 | Количество часов |          | Всего |
|----------------------------------------------------------|-----------------------------------|------------------|----------|-------|
|                                                          |                                   | Теория           | Практика |       |
| Модуль 2 «Основы народного танца», «Основы танца модерн» |                                   |                  |          |       |
| 1.                                                       | Элементы русского народного танца | 4                | 34       | 38    |
| 2.                                                       | Вращения                          | 2                | 12       | 14    |
| 3.                                                       | Основные элементы танца модерн    | 2                | 18       | 20    |
| ИТОГО                                                    |                                   | 8                | 64       | 72    |

### Содержание

## **1. Элементы русского народного танца**

### **Теория:**

**Тема 1:** «Манера и характер исполнения русского народного танца».

**Тема 2:** «Позиции и положения рук в русском народном танце».

### **Практика:**

**Тема 3:** «Раскрывание и закрывание рук на пояс, в различных позициях и положении».

**Тема 4:** «Припадание».

**Тема 5:** «Гармошка».

**Тема 6:** «Молоточки»

**Тема 7:** «Моталочка»

**Тема 8:** «Упадание»

**Тема 9:** «Комбинация «припадание и гармошка»

**Тема 10:** «Комбинация моталочка и молоточки»

**Тема 11:** «Ключи»

**Тема 12:** «Одинарные и двойные притопы»

**Тема 13:** «Поочередные удары ребром каблука»

**Тема 14:** «Одинарная и двойная дробь сверху»

**Тема 15,16:** «Постановка дробного блока по рисунку»

**Тема 17:** «Постановка этюда в характере русского танца»

## **2. Вращения**

### **Теория:**

**Тема 1:** «Методика постановки головы при вращении, подготовка к вращению на месте».

### **Практика:**

**Тема 2:** «Шене, «бегунок» по диагонали».

**Тема 3:** «Вращения на середине: повороты на двух ногах, поворот на одной ноге».

**Тема 4:** «Подскоки на месте в повороте»

**Тема 5:** «Абертас»

**Тема 6:** «Шаг на каблук в повороте»

**Тема 7:** «Блинчики»

## **Раздел 3. Основы танца модерн**

### **1. Основные элементы танца модерн**

#### **Теория:**

**Тема 1:** «Основное понятие «танца модерн», его основатели».

#### **Практика:**

**Тема 2:** «Contraction, release».

**Тема 3:** «Curve, arche».

**Тема 4:** «Комбинация battements».

**Тема 5:** «Разминка. Разогрев мышц».

**Тема 6:** «Развитие пластики. Разучивание комбинации на развитие пластики».

**Тема 7:** «Гравитация. Перекаты, повороты на полу»».

**Тема 8:** «Гравитация. Спускание на пол через прыжки».

**Тема 9:** «Импровизация» (раскрытие внутреннего потенциала учащихся).

**Тема 10:** «Разучивание комбинации в стиле «модерн»

**После окончания обучения по модулю обучающиеся должны:**

**Знать:**

- понятия и термины программных движений
- правила исполнения изучаемых движений

**Уметь:**

- точно и правильно исполнять движения и все preparations
- передавать в танце характер и манеру исполнения
- импровизировать и сочинять танцевальные комбинации и композиции

- правильно и точно исполнять вращения по диагонали

**Иметь навыки:**

- выступления на сцене
- координации работы в выворотном положении и параллельный позициях.
- запоминания последовательности учебных и танцевальных комбинаций.
- распределять и переключать свое внимание между замечаниями педагога, собственной работой, музыкальным сопровождением
- умение преодолевать трудности.

### **Модуль 3 «Танцевально-художественная деятельность»**

Большое внимание уделяется постановочной и репетиционной деятельности, а так же импровизации.

**Цель модуля** – изучение танцевальных постановок.

**Основные задачи модуля «Танцевально-художественная работа»**

**Обучающие:**

- научить работать в группе;
- формирование начальных навыков координации движений;
- научить ребенка контролировать свое собственное исполнение;
- научить преодолевать трудности;

**Воспитательные:**

- приобщить детей к хореографическому искусству;
- создать благоприятную среду для творческого развития каждого учащегося;
- участвовать и посещать концерты и конкурсы;
- укреплять здоровье, корректировать осанку;
- общее физическое развитие и укрепление мышечного аппарата;

**Развивающие:**

- развитие индивидуальности через импровизацию;
- развитие артистизма и эмоциональности;

**Учебный план**

| №                                            | Наименование темы                        | Количество часов |          | Всего |
|----------------------------------------------|------------------------------------------|------------------|----------|-------|
|                                              |                                          | теория           | практика |       |
| Модуль 3 «Танцевально-художественная работа» |                                          |                  |          |       |
| 1.                                           | Самостоятельная работа по созданию танца | -                | 14       | 14    |
| 2.                                           | Постановочная деятельность               | 2                | 28       | 30    |
| 3.                                           | Репетиционная деятельность               | 2                | 26       | 28    |
| Итого                                        |                                          | 4                | 68       | 72    |

**Содержание****1. Самостоятельная работа по созданию танца****Практика:**

**Тема 1:** «Подбор и анализ музыкального материала для самостоятельной работы учащихся по созданию танца».

**Тема 2:** «Замысел будущей танцевальной композиции».

**Тема 3:** «Сочинение танцевального текста: лейтмотива, лейтмотивности».

**Тема 4:** «Работа над пространственным строением танца».

**Тема 5:** «Рисунки в танце».

**Тема 6:** «Сочинение воспитанниками танцев под наблюдением педагога».

**Тема 7:** «Проектирование танцевальных костюмов воспитанниками».

**2. Постановочная и репетиционная деятельность**

Большое внимание уделяется постановочной и репетиционной деятельности, т.к. выступление на концертах и конкурсах является одним из способов заинтересовать воспитанников заниматься танцами, развивается кругозор, коллектив становится сплоченнее.

**Примерный репертуар средней группы хореографического коллектива 3 год обучения (10-11 л):** танец «Проворная стайка», танец «Утро», танец «Лирическое настроение», танец «Нежные орхидеи», танец «Кадетский вальс», танец «В ожидании встречи» и т.д. Репертуар группы подбирается педагогом в соответствии с уровнем подготовки группы.

**После окончания обучения по модулю обучающиеся должны:**

**Знать:**

- комбинации и основные движения танцев;
- своё место в танце;

**Уметь:**

- работать в группе;
- синхронно выполнять движения;
- слушать музыку и музыкально выполнять комбинации;

**Иметь навыки:**

- участие в концертах и конкурсах;
- навыки выступления в группе;
- выразительного исполнения движений

**6. Учебно-тематический план четвертого года обучения**

**Модуль 1. «Основы классического танца»** представляет собой четко разработанную систему движений, в которой нет ничего случайного. Эта система движений призвана сделать тело дисциплинированным, подвижным и гармоничным.

**Модуль 2. «Основы народного танца» и «Основы танца модерн»** совершенствует координацию движений, способствует дальнейшему укреплению мышечного аппарата, развивая те группы мышц, которые мало участвуют в процессе классического тренажа.

**Модуль 3. «Танцевально-художественная деятельность»**. Большое внимание уделяется постановочной и репетиционной деятельности, а так же импровизации.

**Учебный план**

| № | Модули                                                   | Количество часов |          |       |
|---|----------------------------------------------------------|------------------|----------|-------|
|   |                                                          | Теория           | Практика | Всего |
| 1 | Модуль 1 «Основы классического танца»                    | 6                | 66       | 72    |
| 2 | Модуль 2 «Основы народного танца», «Основы танца модерн» | 8                | 64       | 72    |
| 3 | Модуль 3 «Танцевально-художественная деятельность»       | 4                | 68       | 72    |
|   | Всего                                                    | 18               | 198      | 216   |

**Модуль 1. «Основы классического танца»**

Представляет собой четко разработанную систему движений, в которой нет ничего случайного. Эта система движений призвана сделать тело дисциплинированным, подвижным и гармоничным.

**Цель модуля** – изучение основ классического танца.

## **Основные задачи модуля «Основы классического танца»:**

### **Обучающие:**

- освоить понятия и термины программных движений;
- повторить пройденные программные движения классического танца с увеличением силовой нагрузки;
- изучить основные элементы классического танца.

### **Воспитательные:**

- воспитывать естественное побуждение и творческий подход к деятельности для развития интереса к занятиям;
- выступать и посещать концерты и конкурсы;
- участвовать в социально-значимых мероприятиях района и города;
- создать благоприятную среду для творческого развития каждого обучающегося, самостоятельное сочинение воспитанниками танцевальных комбинаций.

### **Оздоровительные:**

- укреплять здоровье, корректировать осанку;
- формировать навыки сохранения и поддержки собственной физической формы.

### **Развивающие:**

- развивать эстетическое восприятие, представление, способствовать формированию музыкального, художественного вкуса, посредством подбора интересного музыкального материала;
- развивать специальные танцевальные данные.

## **Учебный план**

| №                                     | Наименование темы                                          | Количество часов |          | Всего |
|---------------------------------------|------------------------------------------------------------|------------------|----------|-------|
|                                       |                                                            | Теория           | Практика |       |
| Модуль 1 «Основы классического танца» |                                                            |                  |          |       |
| 1.                                    | Понятийно – терминологический аппарат классического танца  | 6                | -        | 6     |
| 2.                                    | Методика постановки корпуса, ног, рук, головы у станка     | -                | 6        | 6     |
| 3.                                    | Методика постановки ног, рук, головы на середине зала      | -                | 6        | 6     |
| 4.                                    | Методика изучения группы battementstendu                   | -                | 16       | 16    |
| 5.                                    | Методика изучения группы battements sur le cou – de – pied | -                | 8        | 8     |
| 6.                                    | Методика изучения движений группы battementsdeleveppe      | -                | 8        | 8     |
| 7.                                    | Методика изучения движений                                 | -                | 4        | 4     |

|       |                                           |   |    |    |
|-------|-------------------------------------------|---|----|----|
|       | группы ronds                              |   |    |    |
| 8.    | Методика изучения port de bras            |   | 6  | 6  |
| 9.    | Методика изучения группы позы             |   | 4  | 4  |
| 10.   | Методика изучения движений группы прыжков | - | 8  | 8  |
| ИТОГО |                                           | 6 | 66 | 72 |

## Содержание

**1.** Понятийно-терминологический аппарат классического танца  
Теория:

**Тема 1:** «Повторение и закрепление пройденного материала».

**Тема 2:** «Balancoir, tombe, coupe».

**Тема 3:** «Demi, grand, petit».

**2.** Методика постановки корпуса, ног, рук, головы у станка

Практика:

**Тема 1:** «Demi-plieetgrandplié по I, II, V позициям».

**Тема 2:** «Перегибы корпуса назад и в сторону в I позиции лицом к станку».

**Тема 3:** «Растяжка лицом к станку».

**3.** Методика постановки ног, рук, головы на середине зала

Практика:

**Тема 1:** «Закрепление пройденного материала».

**Тема 2:** «Portdebras сочетается с различными упражнениями».

**4.** Методика изучения группы battementstendu

Практика:

**Тема 1:** «Battementstendu вперед, в сторону, назад по V позиции».

**Тема 2:** «Battementstenducdemi –plie по II и IV позициям».

**Тема 3:** «Battementstendupourlepiеdсопусканием по II позиции».

**Тема 4:** «Battements tendujete pique по V позиции».

**Тема 5:** «Battements tendujetebalancoire».

**Тема 6:** «Battementsreleveslents на 90 во всех направлениях».

**Тема 7:** «Grandsbattementsjete по V позиции в сторону, вперед, назад».

**Тема 8:** «Battementstendu вперед, в сторону, назад по I, V позиции на середине зала»

**4.** Методика изучения группы battementssurlecou – de – pied

Практика:

**Тема 1:** «Положение surlecou-de-pied: условное, обхватное спереди, основное сзади лицом к станку».

**Тема 2:** «Demi – plie в положении условного cou-de-pied».

**Тема 3:** «Battementsretire до положения cou-de-pied спереди и сзади».

**Тема 4:** «Battementsfonduparterre в сторону, вперед, назад».

**Тема 5:** «Battementsfrappesparterre в сторону, вперед, назад».

**5. Методика изучения движений группы battementsdevelopeppe**

**Практика:**

**Тема 1:** «Battementrelevelentна 90 гр.».

**Тема 2:** «Battementsdevelopeppe в сторону, назад лицом к станку, вперед, держась за станок одной рукой».

**Тема 3:** «Battementssoutenus на 90 во всех направлениях»

**6. Методика изучения движений группы ronds**

**Практика:**

**Тема 1:** «Preparationдляronddejambeparterreendehorsetendedans».

**Тема2:** «Ronddejambeparterrenademi – plie en dehors et en dedans»,  
«Rond dejambe par terrena 45»

**7. Методикаизученияportdebras**

**Практика:**

**Тема 1:** «Port de bras 1 форма».

**Тема 2:** «Port de bras 2 форма»

**Тема 3:** «Port de bras 3 форма»

**Тема 4:** «Port de bras 4 форма»

**8.Методика изучения группы позы**

**Практика:**

**Тема 1:** «Позы I, II, IIIarabesques» (изучается носком в пол).

**Тема2:** «Temps lie par terre».

**9. Методика изучения движений группы прыжков**

**Практика:**

**Тема 1:**«Tempelevesauté по I, II, V позициям».

**Тема 2:** «Pasechape на II позицию».

**Тема3:** «Changementantdepieds».

**Тема 4:** « Pas glissade, pasassembleвперед, назад».

**После окончания обучения по модулю обучающиеся должны:**

**Знать:**

- понятия и термины программных движений;
- правила исполнения изучаемых движений.

**Уметь:**

- точно и правильно исполнять движения и все preparations;
- согласовывать одновременную работу всех частей тела – корпуса, ног, рук, головы.

**Иметь навыки:**

- сохранения устойчивости на полупальцах;
- координации работы в выворотном положении;
- запоминания последовательности учебных и танцевальных комбинаций;

- распределять и переключать свое внимание между замечаниями педагога
- собственной работой, музыкальным сопровождением;
- умение преодолевать трудности.

## **Модуль 2. «Основы народного танца» и «Основы танца модерн»**

Совершенствует координацию движений, способствует дальнейшему укреплению мышечного аппарата, развивая те группы мышц, которые мало участвуют в процессе классического тренажа.

**Цель модуля** - изучение основ народного танца.

Основные задачи модуля «Основы народного танца» и «Основы танца модерн»:

### **Обучающие:**

- формировать знания о пространстве класса, сцены;
- закрепление постановки корпуса, ног, рук и головы в процессе изучения позиций и основных движений русского народного танца;
- изучить новые движения русского танца «веревочка», «дробные выстукивания»
- научить детей основам танца «модерн»

### **Воспитательные:**

- воспитывать естественное побуждение и творческий подход к деятельности для развития интереса к занятиям;
- выступать и посещать концерты и конкурсы;
- участвовать в социально-значимых мероприятиях района и города;
- воспитывать любовь к своим традициям и истокам.

### **Оздоровительные:**

- укреплять здоровье, корректировать осанку;
- формировать навыки сохранения и поддержки собственной физической формы.

### **Развивающие:**

- формировать образное мышление;
- развивать эстетическое восприятие, представление, способствовать формированию музыкального, художественного вкуса, посредством подбора интересного музыкального материала;
- развитие индивидуальности через импровизацию.

## **Учебный план**

| №                                                        | Наименование темы                 | Количество часов |          | Всего |
|----------------------------------------------------------|-----------------------------------|------------------|----------|-------|
|                                                          |                                   | Теория           | Практика |       |
| Модуль 2 «Основы народного танца», «Основы танца модерн» |                                   |                  |          |       |
| 1.                                                       | Элементы русского народного танца | 4                | 34       | 38    |
| 2.                                                       | Вращения                          | 2                | 12       | 14    |

|       |                                |   |    |    |
|-------|--------------------------------|---|----|----|
| 3.    | Основные элементы танца модерн | 2 | 18 | 20 |
| ИТОГО |                                | 8 | 64 | 72 |

## Содержание

### 1. Элементы русского народного танца

Теория:

**Тема 1:** «Манера и характер исполнения русского народного танца».

**Тема 2:** «Позиции и положения рук в русском народном танце».

Практика:

**Тема 3:** «Раскрывание и закрывание рук на пояс, в различных позициях и положениях».

**Тема 4:** «Веревочка».

**Тема 5:** «Гармошка».

**Тема 6:** «Молоточки»

**Тема 7:** «Моталочка»

**Тема 8:** «Припадание, упадание»

**Тема 9:** «Комбинация «припадание и гармошка»

**Тема 10:** «Комбинация моталочка и молоточки»

**Тема 11:** «Ключи»

**Тема 12:** «Одинарные и двойные притопы»

**Тема 13:** «Поочередные удары ребром каблука»

**Тема 14:** «Одинарная и двойная дробь сверху»

**Тема 15, 16:** «Постановка дробного блока по рисунку с усложнением»

**Тема 17:** «Постановка этюда в характере русского танца»

### 2. Вращения

Теория:

**Тема 1:** «Методика постановки головы при вращении, подготовка к вращению на месте».

Практика:

**Тема 2:** «Шене, «бегунок» по диагонали».

**Тема 3:** «Вращения на середине: повороты на двух ногах, поворот на одной ноге».

**Тема 4:** «Подскоки на месте в повороте»

**Тема 5:** «Абертас»

**Тема 6:** «Шаг на каблук в повороте»

**Тема 7:** «Шаг на каблук в повороте», «блинчики»

### 3. Основы танца модерн

#### 1. Основные элементы танца модерн

Теория:

**Тема 1:** «Основное понятие «танца модерн», его основатели».

Практика:

**Тема 2:** «Contraction, release».

**Тема 3:** «Curve, arche».

**Тема 4:** «Комбинация battements».

**Тема 5:** «Разминка. Разогрев мышц».

**Тема 6:** «Развитие пластики. Разучивание комбинации на развитие пластики».

**Тема 7:** «Гравитация. Перекаты, повороты на полу»».

**Тема 8:** «Гравитация. Спускание на пол через прыжки».

**Тема 9:** «Импровизация» (раскрытие внутреннего потенциала учащихся).

**Тема 10:** «Разучивание комбинации в стиле «модерн»

**После окончания обучения по модулю обучающиеся должны:**

**Знать:**

- понятия и термины программных движений
- правила исполнения изучаемых движений

**Уметь:**

- точно и правильно исполнять движения и все preparations
- передавать в танце характер и манеру исполнения
- импровизировать и сочинять танцевальные комбинации и композиции

- правильно и точно исполнять вращения по диагонали

**Иметь навыки:**

- выступления на сцене
- координации работы в выворотном положении и параллельный позиции.
- запоминания последовательности учебных и танцевальных комбинаций.
- распределять и переключать свое внимание между замечаниями педагога, собственной работой, музыкальным сопровождением
- умение преодолевать трудности.

### **Модуль 3 «Танцевально-художественная деятельность»**

Большое внимание уделяется постановочной и репетиционной деятельности, а так же импровизации.

**Цель модуля** – изучение танцевальных постановок.

**Основные задачи модуля «Танцевально-художественная работа»**

**Обучающие:**

- научить работать в группе;
- формирование начальных навыков координации движений;
- научить ребенка контролировать свое собственное исполнение;
- научить преодолевать трудности;

**Воспитательные:**

- приобщить детей к хореографическому искусству;

- создать благоприятную среду для творческого развития каждого учащегося;

- участвовать и посещать концерты и конкурсы;
- укреплять здоровье, корректировать осанку;
- общее физическое развитие и укрепление мышечного аппарата;

**Развивающие:**

- развитие индивидуальности через импровизацию;
- развитие артистизма и эмоциональности;

### Учебный план

| №                                            | Наименование темы                        | Количество часов |          | Всего |
|----------------------------------------------|------------------------------------------|------------------|----------|-------|
|                                              |                                          | теория           | практика |       |
| Модуль 3 «Танцевально-художественная работа» |                                          |                  |          |       |
| 1.                                           | Самостоятельная работа по созданию танца | -                | 14       | 14    |
| 2.                                           | Постановочная деятельность               | 2                | 28       | 30    |
| 3.                                           | Репетиционная деятельность               | 2                | 26       | 28    |
| Итого                                        |                                          | 4                | 68       | 72    |

### Содержание

#### 1. Самостоятельная работа по созданию танца

Практика:

**Тема 1:** «Подбор и анализ музыкального материала для самостоятельной работы учащихся по созданию танца».

**Тема 2:** «Замысел будущей танцевальной композиции».

**Тема 3:** «Сочинение танцевального текста: лейтмотива, лейтмотивности».

**Тема 4:** «Работа над пространственным строением танца».

**Тема 5:** «Рисунки в танце».

**Тема 6:** «Сочинение воспитанниками танцев под наблюдением педагога».

**Тема 7:** «Проектирование танцевальных костюмов воспитанниками».

#### 2. Постановочная и репетиционная деятельность

Большое внимание уделяется постановочной и репетиционной деятельности, т.к. выступление на концертах и конкурсах является одним из способов заинтересовать воспитанников заниматься танцами, развивается кругозор, коллектив становится сплоченнее.

Примерный репертуар средней группы хореографического коллектива 4 год обучения (11-12 л): танец «Запах лета», «Веники», танец «На полянке», танец «Лирическое настроение», танец «Нежные орхидеи», танец

«Кадетский вальс», танец «Шаффл» и т.д. Репертуар группы подбирается педагогом в соответствии с уровнем подготовки группы.

**После окончания обучения по модулю обучающиеся должны:**

**Знать:**

- комбинации и основные движения танцев;
- своё место в танце;

**Уметь:**

- работать в группе;
- синхронно выполнять движения;
- слушать музыку и музыкально выполнять комбинации;

**Иметь навыки:**

- участие в концертах и конкурсах;
- навыки выступления в группе;
- выразительного исполнения движений

## 7. Содержание программы пятого года обучения

**Модуль 1. «Основы классического танца»** представляет собой четко разработанную систему движений, в которой нет ничего случайного. Эта система движений призвана сделать тело дисциплинированным, подвижным и гармоничным.

**Модуль 2. «Основы народного танца» и «Основы танца модерн»** совершенствует координацию движений, способствует дальнейшему укреплению мышечного аппарата, развивая те группы мышц, которые мало участвуют в процессе классического тренажа.

**Модуль 3. «Танцевально-художественная деятельность»**. Большое внимание уделяется постановочной и репетиционной деятельности, а так же импровизации и самостоятельной работе по созданию танца. Постановка сольных номеров для участия в конкурсах различного уровня.

### Учебный план

| № | Модули                                                   | Количество часов |          |       |
|---|----------------------------------------------------------|------------------|----------|-------|
|   |                                                          | Теория           | Практика | Всего |
| 1 | Модуль 1 «Основы классического танца»                    | 6                | 66       | 72    |
| 2 | Модуль 2 «Основы народного танца», «Основы танца модерн» | 8                | 64       | 72    |
| 3 | Модуль 3 «Танцевально-художественная деятельность»       | 4                | 68       | 72    |

|  |       |    |     |     |
|--|-------|----|-----|-----|
|  | Всего | 18 | 198 | 216 |
|--|-------|----|-----|-----|

### **Модуль 1. «Основы классического танца»**

Представляет собой четко разработанную систему движений, в которой нет ничего случайного. Эта система движений призвана сделать тело дисциплинированным, подвижным и гармоничным.

**Цель модуля** – изучение основ классического танца.

**Основные задачи модуля «Основы классического танца»:**

**Обучающие:**

- освоить понятия и термины программных движений;
- повторить пройденные программные движения классического танца с увеличением силовой нагрузки;
- изучить более сложные элементы и танцевальные комбинации в классическом танце.

**Воспитательные:**

- воспитывать естественное побуждение и творческий подход к деятельности для развития интереса к занятиям;
- выступать и посещать концерты и конкурсы;
- участвовать в социально-значимых мероприятиях района и города;
- создать благоприятную среду для творческого развития каждого обучающегося, самостоятельное сочинение воспитанниками танцевальных комбинаций.

**Оздоровительные:**

- укреплять здоровье, корректировать осанку;
- формировать навыки сохранения и поддержки собственной физической формы.

**Развивающие:**

- развивать эстетическое восприятие, представление, способствовать формированию музыкального, художественного вкуса, посредством подбора интересного музыкального материала;
- развивать специальные танцевальные данные.

### **Учебный план**

| №                                     | Наименование темы                                         | Количество часов |          | Всего |
|---------------------------------------|-----------------------------------------------------------|------------------|----------|-------|
|                                       |                                                           | теория           | практика |       |
| Модуль 1 «Основы классического танца» |                                                           |                  |          |       |
| 1.                                    | Понятийно – терминологический аппарат классического танца | 6                | -        | 6     |

|       |                                                         |   |    |    |
|-------|---------------------------------------------------------|---|----|----|
| 2.    | Методика постановки корпуса, ног, рук, головы у станка  | - | 6  | 6  |
| 3.    | Методика постановки ног, рук, головы на середине зала   | - | 6  | 6  |
| 4.    | Методика изучения группы battementstendu                | - | 16 | 16 |
| 5.    | Методикаизучениягруппыbattements sur le cou – de – pied | - | 8  | 8  |
| 6.    | Методика изучения движений группы battementsdeveleppe   | - | 8  | 8  |
| 7.    | Методика изучения движений группы ronds                 | - | 4  | 4  |
| 8.    | Методикаизучения port de bras                           |   | 6  | 6  |
| 9.    | Методика изучения группы позы                           |   | 4  | 4  |
| 10.   | Методика изучения движений группы прыжков               | - | 8  | 8  |
| ИТОГО |                                                         | 6 | 66 | 72 |

## Содержание

### Раздел 1. Основы классического танца

#### 1. Понятийно-терминологический аппарат классического танца

Теория:

**Тема 1:** «Повторение и закрепление пройденного материала».

**Тема 2:** «Понятия: урок, экзерсис, упражнение, комбинация, композиция».

**Тема 3:** «Balancoir,demi, grand, petit ».

**Тема 4:** «Tombe, coupe».

**Тема 5:** «Название всех программных движений».

#### 2. Методикаизучениягруппыbattementstendu

Практика:

**Тема 1:** «Battements tendupoVпозицииивcroisee et effacee».

**Тема 2:** «Battementstendupourlepied с опусканием по II позиции».

**Тема 3:** «Battements tendujetенаполупальцах».

**Тема 4:** «Battements tendujetebalancoire».

**Тема 5:** «Battements releveslentsвпозе IV arabesque ».

**Тема 6:** «Grands battements jete по V позиции в сторону, вперед, назад усложненные комбинации».

**Тема 7:** «Battement tendu вперед, в сторону, назад по I, V позиции в croisee et efface на середине зала»

3. Методика изучения группы battement sur le cou – de – pied

Практика:

**Тема 1:** «Положение sur le cou-de-pied: условное, обхватное спереди, основное сзади лицом к станку».

**Тема 2:** «Demi - plie в положении условного cou – de - pied»

**Тема 3:** «Battements retire до положения cou – de – pied спереди и сзади»

**Тема 4:** «Battements fondu на 45 градусов в сторону, вперед, назад»

**Тема 5:** «Battements frappes par terre в сторону, вперед, назад в сочетании с поворотами в V позиции»

4. Методика изучения движений группы battements developpe

Практика:

**Тема 1:** «Battement releve l'ent на 90 на всей стопе и на полупальцах»

**Тема 2:** «Battements developpe в большой позы croisee et efface»

**Тема 3:** «I, II, III arabesque на середине зала»

**Тема 4:** «Battement soutenus на 90 во всех направлениях»

5. Методика изучения движений группы ronds

Практика:

**Тема 1:** «Preparation для rond de jambe par terre en dehors et en dedans».

**Тема 2:** «Rond de jambe par terre en demi-plie en dehors et en dedans».

**Тема 3:** «Rond de jambe par terre на 45».

6. Методика изучения port de bras

Практика:

**Тема 1:** «III форма port de bras с растяжкой вперед и назад, IV port de bras».

7. Методика изучения группы позы

Практика:

**Тема 1:** «Позы croise, efface с руками в малых позах».

**Тема 2:** «Позы croise, efface с руками в больших позах».

**Тема 3:** «Позы IV arabesques» (изучается носком в пол).

**Тема 4:** «Temps lie par terre».

8. Методика изучения группы связующих и вспомогательных движений

Практика:

**Тема 1:** «Flic – flac en face».

**Тема 2:** «Pastombe в V позицию на месте и с продвижением».

**Тема 3:** «Pas coupe в упражнениях: «battements fondu, battements frappes»

**Тема 4:** «Pasdebourree с переменной ног endehors».

9. Методика изучения движений группы прыжков

Практика:

**Тема 1:** «Pasechappe на II позицию».

**Тема 2:** «Changementantdepieds».

**Тема 3:** «Pasassembleна 45 градусов вперед, назад».

**Тема 4:** «Pasglissade».

**Тема 5:** «Sissonnouvertена 45 градусов в позы croise, efface вперед и назад»

**После окончания обучения по модулю обучающиеся должны:**

**Знать:**

- понятия и термины программных движений;
- правила исполнения изучаемых движений.

**Уметь:**

- точно и правильно исполнять движения и все preparations;
- согласовывать одновременную работу всех частей тела – корпуса, ног, рук, головы.

**Иметь навыки:**

- сохранения устойчивости на полупальцах;
- координации работы в выворотном положении;
- запоминания последовательности учебных и танцевальных комбинаций;
- распределять и переключать свое внимание между замечаниями педагога собственной работой, музыкальным сопровождением;
- умение преодолевать трудности.

## **Модуль 2. «Основы народного танца» и «Основы танца модерн»**

Совершенствует координацию движений, способствует дальнейшему укреплению мышечного аппарата, развивая те группы мышц, которые мало участвуют в процессе классического тренажа.

**Цель модуля** - изучение основ народного танца и танца модерн.

**Основные задачи модуля** «Основы народного танца» и «Основы танца модерн»:

**Обучающие:**

- формировать знания о пространстве класса, сцены;
- закрепление постановки корпуса, ног, рук и головы в процессе изучения позиций и основных движений русского народного танца;
- изучить новые движения русского танца «веревочка», «дробные выстукивания»
- научить детей основам танца «модерн»

**Воспитательные:**

- воспитывать естественное побуждение и творческий подход к деятельности для развития интереса к занятиям;
- выступать и посещать концерты и конкурсы;
- участвовать в социально-значимых мероприятиях района и города;
- воспитывать любовь к своим традициям и истокам.

**Оздоровительные:**

- укреплять здоровье, корректировать осанку;
- формировать навыки сохранения и поддержки собственной физической формы.

**Развивающие:**

- формировать образное мышление;
- развивать эстетическое восприятие, представление, способствовать формированию музыкального, художественного вкуса, посредством подбора интересного музыкального материала;
- развитие индивидуальности через импровизацию.

**Учебный план**

| №                                                        | Наименование темы                 | Количество часов |          | Всего |
|----------------------------------------------------------|-----------------------------------|------------------|----------|-------|
|                                                          |                                   | Теория           | Практика |       |
| Модуль 2 «Основы народного танца», «Основы танца модерн» |                                   |                  |          |       |
| 1.                                                       | Элементы русского народного танца | 4                | 34       | 38    |
| 2.                                                       | Вращения                          | 2                | 12       | 14    |
| 3.                                                       | Основные элементы танца модерн    | 2                | 18       | 20    |
| ИТОГО                                                    |                                   | 8                | 64       | 72    |

**Содержание****1. Элементы русского народного танца**

Теория:

**Тема 1:** «Манера и характер исполнения русского народного танца».**Тема 2:** «Позиции и положения рук в русском народном танце».

Практика:

**Тема 3:** «Раскрывание и закрывание рук на пояс, в различных позициях и положениях».

**Тема 4:** «Веревочка простая и двойная с ковырялочкой».

**Тема 5:** «Перекал – боковой ход с каблука на всю стопу и на полупальцы».

**Тема 6:** «Маятник в поперечном движении»

**Тема 7:** «Моталочка накрест и с поворотами»

**Тема 8:** «Комбинация «Гармошка, припадание, упадание»

**Тема 9:** «Комбинация «припадание и гармошка»

**Тема 10:** «Комбинация моталочка и молоточки»

**Тема 11:** «Ключи»

**Тема 12:** «Одинарные и двойные притопы»

**Тема 13:** «Поочередные удары ребром каблука»

**Тема 14:** «Одинарная и двойная дробь сверху»

**Тема 15:** «Постановка дробного блока по рисунку с усложнением»

**Тема 16:** «Отработка дробного блока»

**Тема 17:** «Постановка этюда в характере русского танца»

## **2. Вращения**

Теория:

**Тема 1:** «Методика постановки головы при вращении, подготовка к вращению на месте».

Практика:

**Тема 2:** «Шене, «бегунок» по диагонали и по кругу с быстрым темпом».

**Тема 3:** «Вращения на середине: повороты на двух ногах, поворот на одной ноге».

**Тема 4:** «Дробные вращения»

**Тема 5:** «Абертас»

**Тема 6:** «Шаг на каблук в повороте»

**Тема 7:** «Шаг на каблук в повороте», «блинчики»

## **3. Основы танца модерн**

### **1. Основные элементы танца модерн**

Теория:

**Тема 1:** «Основное понятие «танца модерн», его основатели».

Практика:

**Тема 2:** «Contraction, release».

**Тема 3:** «Curve, arche».

**Тема 4:** «Комбинация battements».

**Тема 5:** «Разминка. Разогрев мышц».

**Тема 6:** «Развитие пластики. Разучивание комбинации на развитие пластики».

**Тема 7:** «Гравитация. Перекалы, повороты на полу».

**Тема 8:** «Гравитация. Спускание на пол через прыжки».

**Тема 9:** «Импровизация» (раскрытие внутреннего потенциала учащихся).

**Тема 10:** «Разучивание комбинации в стиле «модерн»

**После окончания обучения по модулю обучающиеся должны:**

**Знать:**

- понятия и термины программных движений
- правила исполнения изучаемых движений

**Уметь:**

- точно и правильно исполнять движения и все preparations
- передавать в танце характер и манеру исполнения
- импровизировать и сочинять танцевальные комбинации и композиции
- правильно и точно исполнять вращения по диагонали

**Иметь навыки:**

- выступления на сцене
- координации работы в выворотном положении и параллельных позициях.
- запоминания последовательности учебных и танцевальных комбинаций.
- распределять и переключать свое внимание между замечаниями педагога, собственной работой, музыкальным сопровождением
- умение преодолевать трудности.

### **Модуль 3 «Танцевально-художественная деятельность»**

Возможно изучение некоторых тем в дистанционном формате  
Большое внимание уделяется постановочной и репетиционной деятельности, а так же импровизации.

**Цель модуля** – изучение танцевальных постановок.

Основные задачи модуля «Танцевально-художественная работа»

**Обучающие:**

- научить работать в группе;
- формирование начальных навыков координации движений;
- научить ребенка контролировать свое собственное исполнение;
- научить преодолевать трудности;

**Воспитательные:**

- приобщить детей к хореографическому искусству;
- создать благоприятную среду для творческого развития каждого учащегося;

- участвовать и посещать концерты и конкурсы;
- укреплять здоровье, корректировать осанку;
- общее физическое развитие и укрепление мышечного аппарата;

**Развивающие:**

- развитие индивидуальности через импровизацию;
- развитие артистизма и эмоциональности.

### **Учебный план**

| № | Наименование темы | Количество часов | Всего |
|---|-------------------|------------------|-------|
|---|-------------------|------------------|-------|

|                                              |                                          |        |          |    |
|----------------------------------------------|------------------------------------------|--------|----------|----|
|                                              |                                          | теория | практика |    |
| Модуль 3 «Танцевально-художественная работа» |                                          |        |          |    |
| 1.                                           | Самостоятельная работа по созданию танца | -      | 14       | 14 |
| 2.                                           | Постановочная деятельность               | 2      | 28       | 30 |
| 3.                                           | Репетиционная деятельность               | 2      | 26       | 28 |
| Итого                                        |                                          | 4      | 68       | 72 |

### Содержание

#### 1. Самостоятельная работа по созданию танца

Практика:

**Тема 1:** «Подбор и анализ музыкального материала для самостоятельной работы учащихся по созданию танца».

**Тема 2:** «Замысел будущей танцевальной композиции».

**Тема 3:** «Сочинение танцевального текста: лейтмотива, лейтмотивности».

**Тема 4:** «Работа над пространственным строением танца».

**Тема 5:** «Рисунки в танце».

**Тема 6:** «Сочинение воспитанниками танцев под наблюдением педагога».

**Тема 7:** «Проектирование танцевальных костюмов воспитанниками».

#### 2. Постановочная и репетиционная деятельность

Большое внимание уделяется постановочной и репетиционной деятельности, т.к. выступление на концертах и конкурсах является одним из способов заинтересовать воспитанников заниматься танцами, развивается кругозор, коллектив становится сплоченнее.

Примерный репертуар средней группы хореографического коллектива 5 год обучения (12-14 л): танец «Запах лета», «Моя Россия», танец «На полянке», танец «Лирическое настроение», танец «Команда мечты», танец «Соловушка» и т.д.

Репертуар группы подбирается педагогом в соответствии с уровнем подготовки группы.

**После окончания обучения по модулю обучающиеся должны:**  
**Знать:**

- комбинации и основные движения танцев;
- своё место в танце;

**Уметь:**

- работать в группе;
- синхронно выполнять движения;
- слушать музыку и музыкально выполнять комбинации;

**Иметь навыки:**

- участие в концертах и конкурсах;
- навыки выступления в группе;
- выразительного исполнения движений

## 8. Раздел «Воспитание»

**Цель воспитательной работы** — формирование и развитие личности обучающихся средствами хореографического искусства, укрепление межличностных связей, воспитание чувства патриотизма, любви к культуре, традициям и народному достоянию, принятым в российском обществе.

**Задачи:**

- Формирование устойчивого интереса к изучению русского и международного танцевального искусства, народным традициям, музыке и костюмам.
- Просвещение в сфере отечественных и мировых достижений культуры, этнических традиций и исторической преемственности поколений.
- Воспитание чувства патриотизма и уважения к культурному наследию России и Самарского края.
- Укрепление межличностных отношений в детском коллективе, воспитание дружелюбия, взаимоподдержки и командного духа.
- Навыки здорового образа жизни: правильное питание, физическая культура, здоровый сон, отказ от вредных привычек.

**Ожидаемые результаты:**

- Учащиеся осваивают понятие своей культурной идентичности и российского культурного наследия.
- Они понимают и чувствуют значимость традиций, культур и искусства своей страны и малых территорий.
- Учатся уважать старших, беречь семейные традиции, видеть ценность культурного разнообразия России.
- Воспитывают привычку вести здоровый образ жизни и ответственное отношение к собственному здоровью.

**Методы воспитания:**

- Метод убеждений: разъяснение ценностей и идей, аргументация преимуществ выбранного стиля поведения.

– Метод положительного примера: учитель выступает моделью поведения, следование лучшим образцам танцевального мастерства и воспитания.

– Метод упражнений: многократное повторение и отработка танцевальных техник и схем.

– Метод переключения деятельности: сочетание различных форм деятельности для снятия стресса и предотвращения утомляемости.

– Метод самоконтроля и самооценки: учащиеся учатся оценивать свои поступки и достижения объективно и честно.

– Метод коллективного воздействия: формирование здоровой атмосферы и взаимоподдержки в коллективе.

#### **Формы воспитательной работы:**

– Игровые тренинги и танцевальные мастерские: помогают детям научиться коммуницировать, взаимодействовать в команде, усваивать нормы поведения и культуры.

– Проекты и коллективные выступления: формируют навыки целеполагания, распределения обязанностей, взаимопомощи и ответственности.

– Выступления на соревнованиях и концертах: повышают самооценку, развивают уверенность и уважение к партнерам по сцене.

Совместные мероприятия с родителями: позволяют детям проявить лучшие качества, влияют на атмосферу взаимопонимания и сотрудничества.

#### **Работа с родителями и законными представителями:**

– Родительские собрания: проводят просветительскую работу, решают вопросы воспитания и организации.

– Открытые занятия для родителей: родители наблюдают за работой преподавателей и развитием детей.

– Творческое взаимодействие: участие родителей в изготовлении костюмов, декораций, организации мероприятий.

– Анкетирование и опросы: выясняют мнение родителей о качестве воспитания и предлагают пути оптимизации работы.

#### **Диагностика результатов воспитательной работы:**

– Наблюдение педагогов за поведением и реакциями детей.

– Оценка качества выступлений, тестов, выполненных проектов.

– Отзывы и впечатления детей, родителей, педагогов, гостей мероприятий.

– Самооценка учащихся и оценка их коллегами и специалистами.

#### **Организация воспитательной работы:**

Воспитательная работа проходит на территории Центра дополнительного образования в ходе регулярных занятий и в ходе выездных мероприятий (экскурсий, мастер-классов, фестивалей, соревнований). Работа осуществляется с обязательным участием родителей

и законных представителей, их мнения учитываются в совершенствовании программы.

## **9. Ресурсное обеспечение программы**

### **Учебно-методическое обеспечение программы**

Известно, что в повседневном общении люди пользуются не только языком слов, но и языком движений. По движениям, их характеру, динамике, размаху, по осанке человека можно судить о его эмоциональном состоянии, отношении к окружающим. Каждая «единица» языка движений несет какую-либо информацию, т.е. имеет некоторое значение.

И действительно, в музыкально-ритмических и танцевальных движениях становление творческих способностей у детей может проходить чрезвычайно плодотворно. Это обусловлено сочетанием в единой деятельности музыки, движения и игры (драматизации) – трех характеристик, каждая из которых способствует развитию у детей творчества и воображения. На развитие творческого воображения особое воздействие может оказывать музыка. Это связано с ее природой: высокой эмоциональностью «повествования», абстрактностью языка, позволяющей широко толковать музыкальный художественный образ.

Специфика танца заключается в том, что художественные образы воплощаются с помощью выразительных движений исполнителей, без каких-либо словесных пояснений. Это в полной мере отвечает двигательной природе детского воображения, для которого характерно действенное воссоздание образов детьми «при посредстве собственного тела». Из этого следует, что в танце творческое воображение может развиваться эффективнее, чем в других видах детской музыкальной деятельности. Игровые особенности танца также характеризуют его как деятельность, благоприятную для развития у учащихся творческих способностей.

Исходя из сказанного – одним из главных условий развития у учащихся творчества в танце является осознанное отношение детей к средствам танцевальной выразительности, овладение языком пантомимических и танцевальных движений. Такое овладение предполагает, прежде всего, понимание значений этих движений, умение с их помощью выражать отношение, настроение свое собственное или изображаемого персонажа. Однако самостоятельно дети не могут подойти к осознанию языка движений и освоить его.

Следовательно, требуется целенаправленное обучение их этому языку, в процессе которого дети должны познакомиться не только с отдельными движениями, но и с принципами их изменения, варьирования, а также простейшими приемами композиции танца.

Другим немаловажным условием формирования и развития у детей творчества в музыкально-ритмических движениях является оптимальное сочетание в едином процессе обучающих и творческих моментов. При этом творчество должно рассматриваться в качестве не столько итога обучения, сколько его своеобразного «метода».

Детским исполнительским творчеством в хореографии называется выразительность, индивидуальная манера исполнения музыкально-пластических, танцевальных образов.

Детским «композиционным» творчеством в танце может называться создание новых (т.е. неизвестных детям по обучению) музыкально-пластических, танцевальных образов, которые воплощаются посредством языка движений и оформляются в более или менее целостной танцевальной композиции. Показателями творчества здесь могут быть: удачный подбор движений, способствующий воплощению музыкально-пластического, танцевального образа; своеобразие сочетаний, комбинирования известных движений; оригинальность в их варьировании и импровизация новой выразительной пластики; самостоятельно найденные ребенком особенности «рисунка» перемещения по игровой (сценической) площадке, определяемые характером исполняемого персонажа, ходом сюжета и соотнесенные с действиями партнера.

Для формирования и развития у школьников музыкально-двигательного творчества чрезвычайно благоприятен сюжетный танец. Это очень яркая и выразительная форма детской художественной деятельности, которая вызывает живой интерес у детей (исполнителей и зрителей). Привлекательность сюжетного танца обусловлена его особенностями: образным перевоплощением исполнителей, разнохарактерностью персонажей и их общением между собой в соответствии с сюжетным развитием. Танец для детей должен иметь четкий рисунок движений. Важно также разнообразие репертуара детского танца (по содержанию, настроению). Интересным для детей моментом может явиться смена партнеров в танце, элемент игры, шутки, необычных атрибутов, костюмов. Обучение языку движений с целью формирования у учащихся творчества в танце может быть эффективным только на основе полноценного музыкального материала. Музыка должна активизировать фантазию ребенка, направлять ее, побуждать к творческому использованию выразительных движений. Кроме того, уровень физической нагрузки должен соответствовать возрасту учащихся, ребенок должен не только грамотно и убедительно решать каждую из возникающих по ходу его работы творческих задач, но и осознавать саму логику их следования.

Организация занятий обеспечивается рядом **методических приемов**, которые вызывают у детей желание учиться и творить.

**Метод показа.** Разучивание нового движения, позы педагог предваряет точным показом. Это необходимо и потому, что в исполнении

педагога движение предстает в законченном варианте. Ребята сразу видят художественное воплощение образа, что будит воображение. В некоторых случаях, особенно в начале работы, руководитель может выполнять упражнения вместе с детьми, чтобы увлечь их и усилить эмоционально-двигательный ответ на музыку.

**Словесный метод.** Методический показ не может обойтись без словесных пояснений. Разговорная речь, будучи тесно связанной с движением, жестом и музыкальной интонацией, оказывается тем самым мостиком, который служит соединительным звеном между движением и музыкой. Здесь педагог, особенно при работе с младшими школьниками, должен давать образные словесные пояснения. Например, спрятать “хвостики” – ягодичные мышцы, “проглотить животик” – втянуть живот, “приколоть кнопочками мизинчики” – плотно прижать стопу и особенно мизинец к полу. Словесные объяснения должны быть краткими (недопустимо, чтобы педагог был излишне многословен), точны, образны и конкретны. Детей с первых уроков нужно познакомить со специальными терминами. В словесном методе очень важна и интонация, и то, с какой силой сказано слово. Словом можно стимулировать активность учеников, но можно и убить их веру в себя.

**Музыкальное сопровождение как методический прием.** Рассчитывать на то, что дети сами научатся чувствовать музыку, вряд ли возможно. Педагог своими пояснениями должен помочь детям приобрести умение согласовывать движения с музыкой. Правильно выбранная музыка несет в себе все те эмоции, которые затем исполнители проявляют в танце.

**Импровизационный метод.** На занятиях имеет смысл постепенно подводить детей к возможности импровизации, то есть свободного, непринужденного движения, такого, как подсказывает музыка. Но вначале педагог зачастую сталкивается с мышечной зажатостью детей, стеснительностью. И только путем различных упражнений, этюдов, игр он может помочь им раскрепоститься, обрести внутреннюю и внешнюю свободу и уверенность.

**Метод иллюстративной наглядности.** Урок с учащимися вовсе не исчерпывается только задачами физической и музыкальной тренировки. Полноценная творческая деятельность не может протекать без рассказа о танцевальной культуре прошлых столетий, без знакомства с репродукциями, книжными иллюстрациями, фотографиями и видеофильмами.

**Игровой метод.** Суть игрового метода в том, что педагог подбирает для детей такую игру, которая отвечает задачам и содержанию занятия, возрасту и подготовленности занимающихся, наиболее активно он используется на занятиях 1 и 2 года обучения. При обучении детей движениям используются игровые приемы, способствующие

эмоционально-образному уточнению представлений о характере движений. Именно в игре легче всего корректировать поведение учащихся.

**Концентрический метод** заключается в том, что педагог по мере усвоения детьми определенных движений, танцевальных композиций вновь возвращается к пройденному, но уже предлагает все более сложные упражнения и задания.

**Проектный метод** используется при обучении детей импровизации и сочинению танцевальных комбинаций и композиций.

### **Возрастные особенности обучающихся**

При проведении занятий следует учитывать **возрастные особенности обучающихся**.

Возрастные различия в физических возможностях существенно влияют на освоение и исполнение различных хореографических техник. Рассмотрим подробнее каждый возрастной диапазон с точки зрения освоения хореографического материала:

#### **Возраст 7–10 лет (дети младшей школы)**

Этот период характерен быстрым ростом ребенка, формированием двигательных функций и увеличением общей физической активности. Однако у детей данной категории наблюдается слабое развитие мышечной системы, недостаточно сформированы чувство равновесия и ориентация в пространстве. Поэтому программы обучения хореографией направлены на решение следующих задач:

- Формирование правильного положения корпуса, головы, рук и ног.
- Развитие простейших движений: шага, бега, прыжков, поворотов, приседаний.
- Освоение основных позиций классического балета, простых гимнастических упражнений и растяжек.
- Закрепление навыков базовых шагов и положений рук.
- Работа над развитием выразительности и музыкальностью движения.

Основные цели этапа — общее физическое развитие, укрепление здоровья, воспитание интереса к танцу и подготовка базы для дальнейшего изучения сложных техник.

#### **Возраст 11–14 лет (средняя школа)**

Это один из наиболее важных этапов физического роста и созревания ребёнка. Периоды ускоренного роста сменяются временами замедления, что оказывает влияние на двигательную активность и технику исполнения. На данном этапе ребенок способен усваивать достаточно сложные комбинации движений, учиться владеть своим телом, контролировать темп и ритм.

Программа включает следующие задачи:

– Повышение технической сложности исполняемых элементов: переход к изучению сложных связей классических па-де-де, вращений, волн, шпагатов и растяжек.

– Улучшение координации движений, согласованности между различными частями тела.

– Увеличение амплитуды движений, улучшение растяжки и гибкости суставов.

– Выработка точности и чистоты движений, постепенное увеличение количества повторений.

– Совершенствование умения чувствовать музыку и передавать её настроение движениями.

На этом этапе ребёнок становится способным исполнять танцы с элементами акробатики, быстрыми поворотами и сложными позами.

### **Возраст 15–17 лет (старшая школа)**

К этому возрасту организм достигает достаточной степени физиологического развития, позволяющего освоить любые технические элементы классической и современной хореографии. Основные задачи:

– Продолжение углубленного изучения техники исполнения различных стилей: классический балет, современный танец, народная хореография и др.

– Интенсивная работа над качеством исполнения, улучшением грациозности и легкости движений.

– Овладение профессиональными методами построения композиции и сценическим мастерством.

– Изучение специальной терминологии, методики самостоятельной подготовки и анализа собственных ошибок.

– Выполнение продолжительных и технически сложных танцевальных композиций, участие в конкурсах и выступлениях.

Обучающиеся этого возраста способны воплощать самые разнообразные хореографические замыслы, создавая уникальные творческие проекты и демонстрируя высокий уровень исполнительского мастерства.

### **Итоги**

| <b>Возраст</b> | <b>Хореографические возможности</b>                                                                                                                                      |
|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 7–10 лет       | Базовые шаги, позиции рук и ног, простые вращения, растяжка и гибкость, знакомство с основами хореографии                                                                |
| 11–14 лет      | Сложные комбинации движений, повышенная техника исполнения, начальные элементы акробатики, развитие артистизма и экспрессии                                              |
| 15–17 лет      | Профессиональное владение техникой, выполнение сложных танцевальных партий, креативное использование пространства сцены, способность реализовывать индивидуальные идеи и |

|  |        |
|--|--------|
|  | образы |
|--|--------|

Следовательно, построение процесса обучения должно соответствовать уровню готовности каждого ученика, учитывая его физическую подготовленность, опыт, личные предпочтения и профессиональные амбиции.

### **Психолого-педагогическая диагностика**

Лучше понять психические и возрастные особенности детей можно с использованием психолого-педагогической диагностики.

Основные методы психолого-педагогической диагностики: метод беседы, метод изучения процесса и продуктов деятельности, метод опроса (устное интервью, письменное анкетирование), метод тестирования, оценивания и т.д.

Диагностика направлена на изучение общих и специальных интересов и склонностей учащихся, их мотивации и заинтересованности в предмете, степени удовлетворенности от получаемых знаний; определение уровня комфортности обучающей среды; развитие познавательного интереса, эрудиции в целом; тестирования родителей учащихся с целью выявления уровня удовлетворенности обучением.

Полученные результаты позволяют педагогу корректировать работу в зависимости от выявленных психологических и физиологических особенностей детей.

### **Здоровьесберегающие мероприятия**

#### **Общие правила:**

1. Необходимо выбирать упражнения, соответствующие степени подготовленности и физическому развитию детей.
2. Обязательно соблюдать методику выполнения и четко объяснять суть упражнения.
3. При выполнении травмоопасных упражнений должна быть соблюдена полноценная страховка.
4. Для занятий необходима хорошая подготовка специальной одежды, обуви и снятие всех элементов бижутерии;
5. Следует следить за исправностью оборудования, необходимого для занятий.
6. Во время занятий необходимо пить достаточно воды.
7. Во время занятий необходимо регулировать физическую нагрузку, чередуя напряжение и расслабление психо мышечной системы.

#### **Правила для суставов:**

1. Не сгибать и не разгибать суставы слишком сильно.
2. Не приседать и не вставать слишком резко.

#### **Правила для позвоночника:**

1. Необходимо незамедлительно избавляться от первых появившихся неприятных ощущений в области позвоночника. Поменять позу, совершить легкое движение утомившейся частью тела, походить, растянуть «зазвучавшие» мышцы, отдохнуть лежа.

2. Глубокие наклоны полезны, а полу наклоны вредны. Это касается как шейного отдела, так и поясничного. Иначе: глубокие наклоны лечат, а полу наклоны калечат! Если человек наклонится вперед так, чтобы кончиками пальцев рук суметь достать до пола, сила, сдавливающая поясничные диски, становится гораздо меньше, чем если бы он стоял в положении, соответствующем правильной осанке.

Это удивительное обстоятельство объясняется тем, что в положении глубокого наклона мышцы, удерживающие корпус в вертикальном положении или близком к тому, выключаются из работы. Туловище как бы висит на растянутых мышцах и связках, что не ведет к какому-либо существенному приросту внутри дискового давления: коль мышцы не сокращены, а растянуты, они не стягивают между собой смежные позвонки.

Необходимо избегать однообразных движений (особенно в полу наклоне вперед), а также резких толчков и длительной нагрузки на позвоночник. Однотипные движения в позвоночнике ведут к утрате гибкости и отложению солей. Одни мышцы хронически перегружены и начинают уставать, передавая эту усталость на органы и костные ткани. В итоге происходит сжатие одного сегмента позвоночного столба и, как следствие, проблемы со здоровьем.

При утомлении мышц какого-либо участка позвоночника, а, следовательно, уменьшении их мощности автоматически увеличивается нагрузка на остальные опоры несущие элементы этого участка позвоночного столба (напомним, плохо восстанавливающие элементы), что повышает риск их необратимого повреждения. Например, попытка совершить обычный для иного случая энергичный разворот туловища переутомленными мышцами грозит превратить действие в неподготовленное. В результате развившаяся мощность мышц, сдерживающих инерцию разворота, может оказаться опасно недостаточной.

При выполнении мостика не следует выпрямлять колени. В этом случае основная нагрузка переносится на поясничную область позвоночника и может произойти смещение позвонков.

### **Воспитательная работа**

Воспитательная работа — неотъемлемая часть педагогической деятельности, заключающая в себе основную функцию — формирование высоконравственной, дисциплинированной, организованной, правильно ориентированной личности. Воспитательная работа ведётся постоянно: как в ходе занятий (в любой форме), так и во внеурочное время по следующим

направлениям: этическое, эстетическое, патриотическое, гуманистическое и другим.

Формы и методы воспитательной работы разнообразны и включают:

1. Педагог, приступая к постановочной работе, рассказывает детям об истории, на основе которой делается постановка, о быте, костюмах, традициях, образах и характерах, мотивах действий персонажей. Материал преподносится доступным для детей языком, с использованием красочных иллюстраций, эмоционально и выразительно.

2. Просмотр специальных фильмов и прослушивание музыки. Коллективный просмотр сближает детей и педагога, создаёт общую тему для обсуждения, в ходе которого педагог тактично направляет рассуждения в нужное русло.

3. Воспитание дисциплины, которое прививает навыки организованности в процессе труда и активное отношение к нему. Педагог пробуждает уважение к общему труду, воспитывает способность подчинять личное общественному. Сознательная дисциплина — это внутренний порядок и целеустремлённость, а внешняя дисциплина создаёт предпосылки для самодисциплины. Дети становятся собранными, внимательными и эффективными в выполнении задач.

4. Совместный просмотр и обсуждение концертных программ как профессиональных, так и любительских коллективов.

5. Анализ концертных выступлений собственного коллектива с учётом индивидуальных особенностей каждого ребёнка. Вовремя сказанное доброе слово, поддержка и одобрение помогают раскрыть способности детей.

6. Встречи с талантливыми творческими людьми, чьи рассказы о профессии и творчестве оказывают сильное эмоциональное воздействие на воспитанников.

7. Полная занятость детей в репертуаре коллектива, что стимулирует занятия и исключает возможность остаться в стороне.

8. Активное вовлечение обучающихся, включая кадет Самарского кадетского корпуса МВД России, в социально значимую деятельность города. Совместное участие в патриотических, культурных и благотворительных мероприятиях способствует формированию у молодёжи гражданской ответственности, патриотизма и чувства единства.

9. Привлечение родителей к совместной работе с детьми по созданию сценических костюмов, что укрепляет связь семьи и образовательного коллектива.

10. Организация коммуникации участников образовательных отношений с использованием интернет-технологий: создание группы коллектива в социальных сетях, где размещается летопись коллектива, информирование участников о деятельности, возможность для детей участвовать в размещении материалов.

Хореографический коллектив способствует разрешению многих проблем у детей: снимает закомплексованность в движениях и поведении, воспитывает ответственность — важную черту характера, убирает тенденции к исключительности и нездоровому соперничеству. Педагог учит детей сопереживать, защищать слабых, выражать и отстаивать свою точку зрения, формирует порядочность, долг и честь в человеческих отношениях. Активная жизненная позиция формируется через участие в концертной деятельности и вовлечение в обучение танцам в группах переменного состава.

Каждый добросовестный педагог направляет все силы на воспитание детей в коллективе, замечая их особенности и творческий рост. Он прилагает максимум усилий и средств для всестороннего развития воспитанников и всегда готов поддержать талантливую ребёнка в его дальнейшем творческом становлении.

### **Материально-техническое обеспечение**

Материально-техническая база образовательного учреждения должна соответствовать санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда. Для занятий хореографией нужно следующее **материально-техническое обеспечение**: зал, оснащённый зеркалами, станком, деревянным полом или специальным покрытием; коврики для партерной гимнастики, скакалки, мячи, костюмерная, аппаратура для звукозаписи и создания фонограмм. Для обучения необходимо светлое помещение, для работы в вечернее время достаточное количество светильников. Дети должны иметь форму для занятий: купальник (для девочек), чёрные шорты и белая футболка (для мальчиков), обувь (балетные тапочки), белые носки; волосы у девочек нужно убирать в шишку.

Для музыкального сопровождения необходимы концертмейстер и звуковоспроизводящая аппаратура, соответствующая современным требованиям.

## 10. Список литературы

1. Базарова, Н.П. Классический танец: Учебное пособие / Н.П. Базарова. - СПб.: Планета Музыки, 2019. - 204 с.
2. Барышникова Т.К. Азбука хореографии. –М.: Айрис – пресс, 2000. – 266 с.
3. Бриске И. Э. Мир танца для детей. – Челябинск: «ЧГАКИ», 2005. – 62 с.
4. Вихрева Н.А. «Экзерсис на полу». М.: Театралес, 2004. – 82 с.
5. Гусев Г.П.: Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала. – М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2003. – 208 с.
6. Звездочкин В.А. Классический танец. –Ростов-на-Дону: Феникс, 2003. – 416 с.
7. Игроем сначала. Гимнастика, ритмика, танец. М.:2007. –25 с.
11. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Продолжение обучения. – М.: ВЦХТ, 2001. – 154 с.
12. Руднева С., Фиш Э. Музыкальное движение. Методическое пособие для педагогов музыкально-двигательного воспитания, работающих с детьми дошкольного и младшего школьного возраста. 2-е изд., перераб. И дополн. / Под ред. В. Царьковой. СПб. : Издательский Центр «Гуманитарная Академия», 2000. – 320 с.
13. Скрипниченко «Чудо» - ритмика»/ программа по хореографии для детей 4,5-6,5 лет, Соликамск, 2010. – 17 с.
14. Сидоров В. Современный танец. – М.: Первина, 1992. – 300 с.
15. Хореографическая школа в системе дополнительного образования детей / Сост. Косяченко Г.С., Черникова Н.М. – Самара: Изд-во СИПКРО, 2003. – 168 с.
16. Шереметьевская Н. Танец на эстраде. – М.: Искусство, 1985. – 260 с.
17. Школа танца для юных. Санкт-Петербург, 2003. – 240 с.

18. Интернет ресурсы:

<http://piruet.info>

<http://www.monlo.ru/time2>

[www. Psychlib.ru](http://www.Psychlib.ru)

[www. Horeograf.com](http://www.Horeograf.com)

[www.balletmusic.ru](http://www.balletmusic.ru)

<http://pedagogic.ru>

<http://spo.1september.ru>

<http://www.fizkultura-vsem.ru>

[www.plie.ru](http://www.plie.ru)