

Министерство образования Самарской области
Структурное подразделение «Дом детского творчества»
государственного бюджетного образовательного учреждения Самарской области
средней общеобразовательной школы № 2 с. Приволжье
Приволжского района Самарской области

РАССМОТРЕНО
На педагогическом совете
СП «ДДТ» ГБОУ СОШ №2 с. Приволжье
Протокол № 1
от «23» мая 2025 г

ПРОВЕРЕНО
Старший методист СП «ДДТ»
ГБОУ СОШ №2 с. Приволжье
_____/Э.В.Едаменко/
«23» мая 2025 г

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ГБОУ СОШ №2 с. Приволжье
Приказ № 82/3 - од
_____/Л.Ю.Сергачева/
от «29» мая 2025 г



S=RU, O=ГБОУ СОШ №2
с. Приволжье, CN=Сергачева
Л.Ю., E=school2_prv@63edu.ru
00f4a897f9467376cf
2025.05.29 10:47:22+04'00'

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ»

Возраст обучающихся 6-18 лет

Срок реализации программы: 3 года
Разработчик: Марченко Владимир
Александрович, педагог
дополнительного образования

Содержание

1	Пояснительная записка	3
2.	Учебный план	10
	Учебный план 1 года обучения.....	10
	учебный план 2 года обучения.....	11
	учебный план 3 года обучения.....	12
3.	Содержание программы.....	13
	Содержание программы 1 года обучения	15
	Содержание программы 2 года обучения	19
	Содержание программы 3 года обучения	23
4.	Методическое обеспечение программы	29
5.	Список рекомендуемой литературы.....	32
6.	Приложение.....	34

1. Пояснительная записка.

Танец является одним из древнейших видов народного творчества. Посредством танца народ передавал свои мысли, чувства, характер, настроение, отношение к жизни. Вся история танца того или иного народа была связана с его бытом, обычаями, культурой, традициями, образом жизни, географическим расположением.

В нем отражается современное понимание действительности средствами издавна сложившегося танцевального языка, доступного, понятного народу, любимого им. Содержание и выразительные средства все время развиваются в соответствии с изменениями, происходящими в жизни.

Музыкальное и хореографическое искусство являются незаменимыми средствами эстетического воспитания, художественного развития, способного глубоко воздействовать на духовный мир ребенка. В воспитании детей танец занимает особое место. Одна из основных целей его – формирование разнообразных эмоций и чувств, являющихся важнейшим условием развития личности.

Специфические средства воздействия на учащихся, свойственные танцам, способствуют общему развитию: коррекции недостатков физического развития, общей и речевой моторики, эмоционально-волевой сферы, воспитанию положительных качеств личности (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма), эстетическому воспитанию.

Содержанием работы на занятиях танцами является музыкально-ритмическая деятельность детей.

Занятия танцами эффективны для воспитания положительных качеств личности. Выполняя упражнения на пространственные построения, разучивая парные танцы и пляски, двигаясь в хороводе, дети приобретают навыки организованных действий, дисциплинированности, учатся вежливо обращаться друг с другом.

Характеристика программы:

Программа по целям обучения является – развивающая художественную одаренность в области хореографического искусства;

- по характеру деятельности – деятельностно-творческая;
- по уровню освоения – специализированная;
- по возрасту – разновозрастная;
- по уровню реализации – начального, основного, среднего;

Направленность программы: художественная**Актуальность программы:**

Актуальность данной программы состоит в том, что она представляет собой синтез классической, народной и современной хореографии, то есть широкий спектр хореографического образования. Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения, что делает возможным выстроить индивидуальный маршрут развития каждого обучающегося, который будет пронизывать самые разнообразные образовательные области.

Также, в наше время большое количество людей страдает от гиподинамии, заболеваний сердечно - сосудистой системы и опорно-двигательного аппарата, занятия хореографией особенно актуальны в детском возрасте. Занятия танцам учат учащихся красоте и выразительности движений, силе и ловкости, развивают и совершенствуют их мышечно-двигательный аппарат, дыхательную и сердечнососудистую системы.

Нормативные основания для создания дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Указ Президента Российской Федерации «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;
- Концепция развития дополнительного образования до 2030 года

- (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-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»;
 - 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»).

Новизна программы:

1. Определение видов организации деятельности учащихся, направленных на достижение личностных, метапредметных и предметных результатов освоения учебного предмета.
2. В основу реализации программы положены ценностные ориентиры и воспитательные результаты.

3. Ценностные ориентации организации деятельности предполагают уровневую оценку в достижении планируемых результатов.
4. Достижения планируемых результатов отслеживаются в рамках внутренней системы оценки: педагогом, администрацией.
5. При планировании содержания занятий прописаны виды деятельности учащихся по каждой теме.

Педагогическая целесообразность:

Представив хореографию во всем ее многообразии, дав возможность ребенку попробовать себя в различных направлениях, мы тем самым открываем более широкие перспективы для самоопределения и самореализации.

Цели и задачи

Цель программы: создание условий для формирования и развития индивидуальных возможностей и творческих способностей детей посредством хореографии.

Задачи программы:

Образовательные:

- обучение детей танцевальным движениям;
- формирование умения слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их с помощью танцевальных движений;
- формирование культуры движения, выразительности движений и поз;
- формирование умения ориентироваться в пространстве;

Воспитательные:

- развитие у детей активности и самостоятельности;

- формирование общей культуры личности ребенка;
- создание атмосферы радости детского творчества в сотрудничестве – учить радоваться успехам других и вносить вклад в общий успех.

Развивающие:

- развитие творческих способностей детей, воображения;
- развитие музыкального слуха и чувство ритма, темпа;
- развитие исполнительских навыков в танце;

Оздоровительные:

- укрепление здоровья детей;
- развитие ловкости, гибкости, координации движений, умения преодолевать трудности;
- формирование осанки.

Возраст детей: 6-18 лет.

Срок реализации – 3 года.

1 год обучения - 6 часов в неделю (216 часов в год);

2 год обучения - 6 часов в неделю (216 часов в год);

3 год обучения - 6 часов в неделю (216 часов в год);

Форма обучения: очная, дистанционная.

Форма организации деятельности: групповая, индивидуальная, дистанционная.

Режим занятий:

Режим занятий разработан в соответствии с требованиями СанПин 2.4.4.3172-14

1 академический час равен 45 минутам с перерывом на отдых.

На занятия в группе отводится 6 часов в неделю (216 часов в год),

- по 3 часа в неделю соответственно на подгруппы;

Ожидаемые результаты:

В конце 1 года обучения, учащиеся должны чувствовать и ценить красоту, стать социально-активной личностью, должны развить художественно-эстетический вкус, умение держаться на сцене,

Должны знать:

- названия классических движений нового экзерсиса;
- особенности исполнения спортивно-акробатических элементы;
- значение слов «легато», «стаккато», ритм, акцент, темп;
- новые направления и виды хореографии и музыки;
- классические термины;
- жанры музыкальных произведений.

уметь:

- грамотно исполнять движения экзерсиса и хореографических постановок;
- определять темп, ритм, характер в предлагаемой мелодии;
- четко определять начало и конец музыкальной фразы, согласовывать
- движения с музыкой, считать под музыку свои движения;
- выполнять простые и сложные элементы;
- исполнять основные движения и танцевальные этюды;
- самостоятельно исполнять спортивно-акробатический элементы;
- самостоятельно придумывать движения, фигуры, танцевальные перестроения;
- создавать собственные танцевальные этюды, используя движения и элементы, выученные на уроках;
- выразительно и грамотно исполнять танцевальные композиции;
- контролировать и координировать своё тело;
- сопереживать и чувствовать музыку.

В конце 2 года обучения, учащиеся должны развить художественно-эстетический вкус, умение держаться на сцене, должны сформироваться,

Должны знать:

- новые направления и названия движений;
- знать историю возникновения танцев;
- новые направления хореографии ;
- историю создания танцев народов мира;
- классические термины;
- лучшие образы хореографического, музыкального искусства.

уметь:

- выразительно и грамотно исполнять танцевальные композиции;
- контролировать и координировать своё тело;
- сопереживать и чувствовать музыку;
- создавать собственные оригинальные композиции;
- при работе в группе находить общий язык со всеми для выполнения творческих заданий;
- выразительно и ритмично двигаться в соответствии с образом танца;
- выражать свои собственные ощущения;
- сопереживать, осуществлять взаимовыручку.

В конце 3 года обучения, учащиеся должны развить художественно-эстетический вкус, умение держаться на сцене, должны сформироваться, как всесторонне развитая личность с художественно-эстетическим вкусом, раскрыть свои потенциальные способности и укрепить своё здоровье,

Должны знать:

- новые направления и названия движений;
- знать историю возникновения танцев;
- новые направления хореографии;

- составлять танцевальные этюды;
- виды и жанры хореографии;
- историю создания танцев народов мира;
- классические термины;
- лучшие образы хореографического, музыкального искусства.

уметь:

- выразительно и грамотно исполнять танцевальные композиции;
 - контролировать и координировать своё тело;
 - сопереживать и чувствовать музыку;
 - грамотно исполнять балльный танец;
 - создавать собственные оригинальные композиции, используя не только элементы, выученные на уроках, но и применение собственных источников;
 - реализовать свои идеи в движении;
 - при работе в группе находить общий язык со всеми;
 - уметь мобилизоваться для выполнения задания в определенном режиме, стиле;
- выразительно и ритмично двигаться в соответствии с образом танца;
- выражать свои собственные ощущения, используя язык хореографии, литературы, изобразительного искусства;
 - сопереживать, осуществлять взаимовыручку и взаимоподдержку.

Модель выпускника хореографического коллектива

1. Имеет глубокие знания, умения, навыки по хореографии, высокий уровень физической подготовки, познавательной деятельности.
2. Характеризуется развитыми общими и специальными способностями.
3. Ориентирован на нравственные, общечеловеческие ценности и гуманное взаимодействие с окружающей средой.

4. Стремится к творческой самореализации.
5. Имеет потребность в постоянном самосовершенствовании.
6. Имеет сформированный образ «Я».
7. Развиты коммуникативные способности.
8. Развита танцевальный, художественный вкус.

Критерии и способы определения результативности.

Каждый новый танец становится для учащегося «открытием ума, сердца и души». Душа учащегося, самобытна, индивидуальна. Для каждого учащегося необходим индивидуальный подход, творческие импровизация на занятиях. Занятия по данному разделу направлены на:

- развитие изобретательности;
- формирование устойчивого интереса к поисковой творческой деятельности.
- развитие логического мышления; творческой индивидуальности;
- коммуникативного воображения

Иными словами, воспитанники коллектива оттачивают не только мастерство хореографии, но и постоянно находятся во взаимосвязи человеческого тела, фантазии и творческого потенциала.

Формой подведения итогов реализации программы являются выступления на различных концертах и мероприятиях.

2. Учебно-тематический план.

1 год обучения

№	Содержание и виды занятий	Кол-во часов			Форма аттестации, контроля
		всего	теория	практика	
1	Организационная работа	4	4		Наблюдение, беседа, показ
2	Учебно-тренировочная	130			

	работа:				
3	Азбука музыкального движения	16	4	12	Наблюдение, беседа, показ
4	Тренаж классического танца	34	8	26	Наблюдение, беседа, показ
5	Тренаж народного танца	22	4	18	Наблюдение, беседа, показ
6	Тренаж историко-бытового танца	6	2	4	Наблюдение, беседа, показ
7	Тренаж современного танца	52	14	38	Наблюдение, беседа, показ
8	Учебно-творческая работа:	82			
9	Постановочная работа	16	4	12	Наблюдение, беседа, показ
10	Репетиционная работа	62	2	60	Наблюдение, беседа, показ
11	Диагностика	4		4	Наблюдение, беседа, показ
	Итого:	216	42	174	

2

год обучения

№	Содержание и виды занятий	Кол-во часов			Форма аттестации, контроля
		всего	теория	практика	
1	Организационная работа	4	4		Наблюдение, беседа, показ
2	Учебно-тренировочная работа:	130			
3	Азбука музыкального движения	16	4	12	Наблюдение, беседа, показ
4	Тренаж классического танца	34	8	26	Наблюдение, беседа, показ
5	Тренаж народного танца	22	4	18	Наблюдение, беседа, показ

6	Тренаж историко-бытового танца	6	2	4	Наблюдение, беседа, показ
7	Тренаж современного танца	52	14	38	Наблюдение, беседа, показ
8	Учебно-творческая работа:	82			
9	Постановочная работа	16	4	12	Наблюдение, беседа, показ
10	Репетиционная работа	62	2	60	Наблюдение, беседа, показ
11	Диагностика	4		4	Наблюдение, беседа, показ
	Итого:	216	42	174	

3

год обучения

№	Содержание и виды занятий	Кол-во часов			Форма аттестации, контроля
		всего	теория	практика	
1	Организационная работа	4	4		Наблюдение, беседа, показ
2	Учебно-тренировочная работа:	130			
3	Азбука музыкального движения	16	4	12	Наблюдение, беседа, показ
4	Тренаж классического танца	34	8	26	Наблюдение, беседа, показ
5	Тренаж народного танца	22	4	18	Наблюдение, беседа, показ
6	Тренаж историко-бытового танца	6	2	4	Наблюдение, беседа, показ
7	Тренаж современного танца	52	14	38	Наблюдение, беседа, показ
8	Учебно-творческая работа:	82			
9	Постановочная	16	4	12	Наблюдение,

	работа				беседа, показ
10	Репетиционная работа	62	2	60	Наблюдение, беседа, показ
11	Диагностика	4		4	Наблюдение, беседа, показ
	Итого:	216	42	174	

3. Содержание программы.

Формы оценки качества реализации программы.

За период обучения в хореографическом коллективе воспитанники получают определенный объем знаний, умений и навыков, качество которых проверяется диагностикой два раза в год.

Для этой цели промежуточный контроль – участие в концертах, фестивалях, конкурсов и итоговый контроль.

Ежегодно в танцевальном объединении проводится творческий отчет о работе педагога и детей, проделанной за весь учебный год. Отчет проводится в форме концерта для родителей.

Педагог подводит итог всей учебно-воспитательной работы, делает анализ творческих достижений детей.

Программа включает в себя:

- разнообразие видов хореографической деятельности;
- ориентацию индивидуальных особенностей воспитанника, бережное сохранение и приумножение таких важных качеств ребенка, как инициативность, самостоятельность, фантазия, самостоятельность;
- сплочение обучаемых в большой дружный коллектив единомышленников, способных активно и четко воспринимать учебный процесс, его приемы, способы и темпы обучения, умение выдавать продукт труда (танец) для зрителя;
- развитие и сохранение деятельности в коллективе, превалирование

групповых интересов над личными, уважение к личности каждого;
- воспитание патриотизма, здорового образа жизни;

Программа содержит разделы: теоретического и практического характера. Теоретическая часть посвящена азбуке музыкального движения, истории развития хореографии. Практическая часть программы охватывает необходимый комплекс движений классического танца, народного танца и эстрадного с тем, чтобы в дальнейшем применять эти комбинации в поставленных танцах. Программа представлена по годам обучения, в течение которых ученики усваивают определенный минимум умений, знаний, навыков по хореографии. На каждом этапе обучения дается материал по основным разделам:

1. *Организационная работа.*
2. *Учебно-тренировочная работа.*
3. *Учебно-творческая работа(постановочная, репетиционная работа).*
4. *Диагностика*
5. *Концертная деятельность.*

Хотя программа разделена на отдельные тематические части, но в связи со спецификой занятий границы их несколько сглаживаются:

На одном занятии выполняются тренировочные упражнения, и осуществляется постановочная работа.

Организационная работа строится с учетом цели и задач, содержание и формы работы. Она заключается в составлении расписания занятий, выбора танцевального репертуара, обсуждение эскизов костюмов, прослушивание музыкального материала, беседы с родителями о целях и задачах, о перспективном плане коллектива, предстоящих выступлениях и поездках, часы общения.

Учебно-тренировочная работа:

1. азбука музыкального движения;
2. тренаж из элементов классического танца;
3. тренаж из элементов народного танца;
4. тренаж из элементов историко-бытового танца;
5. тренаж из элементов современного танца;

Учебно-творческая работа

(постановочная, репетиционная работа).

Диагностика - выявление творческого потенциала воспитанников посредством входной диагностики (анкетирование, тестирование, беседы, наблюдения);

Концертная деятельность.

Познания основ классического танца является базой фундамента для более успешного освоения народного и эстрадного танца. В процессии постановочной работы, репетиций дети приучаются к сотворчеству, у них развивается художественное воображение, творческие способности.

Программа в основе своей опирается на школу профессионально-хореографического обучения, но с учетом цели обучения, специфики хореографического коллектива в сельской местности, где состав учащихся разнороден по способностям.

Содержание программы 1 года обучения.

1. Организационная работа

1. Формирование коллектива.
2. Формирования целей, задач в новом учебном году
3. Составление расписания работы.
4. Беседа о хореографическом искусстве, просмотр видео материала.

5. Работа с родителями.
6. Изучение правил охраны труда, противопожарной безопасности, дорожного движения.

2. Учебно-тренировочная работа.

1) Азбука музыкального движения:

Мелодия и движение.

Темп (быстро, медленно, умеренно)

Музыкальные размеры: 2/4, 3/4, 4/4,

Контрастная музыка:

быстрая- медленная, веселая- грустная.

Такт и затакт.

2) Танцевально-ритмическая гимнастика.

Экзерсис на середине:

- танцевальные шаги (с носка, с высоким подниманием колена, приставные шаги);
- упражнения для рук (поднимание, опускание, сгибание в локтевом суставе, кисти);
- упражнения для головы и шеи (наклоны-вперед, назад, к плечам, повороты);
- упражнения на координацию движений;
- упражнения на ориентацию в пространстве;
- прыжки;

Партнерная гимнастика:

- «тучки и солнышко» (упражнения для голеностопа)
- «Карандаши» (упражнения для силы ног)
- «Угольки» (упражнения для стоп)

- «Идем в гости» (упражнения на растяжение мышц ног)
- «корзиночка» (упражнения для позвоночника)
- «колечко» (упражнения для позвоночника)
- «самолетики» (упражнения для мышц спины)
- «березка» (стойка на лопатках)

3) Тренаж из элементов классического танца. Азбука хореографии.

Экзерсис на середине:

- постановка корпуса, апломб.
- изучение позиций ног: 1,2;3,6
- изучение позиций рук: постановка рук (надуваем шары), 1,2,3;
- plie (по 1 и 2 позиции ног)
- battmenttandu в сторону по 1 п.н.
- releve по 6 п.н.(подъем на полупальцы)

^Kross(упражнения по диагонали)

- танцевальный шаг
- танцевальный бег
- боковой галоп
- махи вперед, в стороны
- «ножницы»
- «колесо»
- подскоки
- Grandjete

4) Тренаж из элементов народного танца.

Раскрывание и закрывание рук:

- одной руки,
- двух рук,
- поочередные раскрывания рук,
- переводы рук в различные положения.

Поклоны:

- на месте без рук и с руками,
- поклон с продвижением вперед и отходом назад.

Притопы:

- одинарные,
- тройные.

Перетопы тройные.

Простой (бытовой) шаг:

- вперед с каблука,
- с носка.

Простой русский шаг:

- назад через пальцы на всю стопу,
- с притопом и продвижением вперед,
- с притопом и продвижением назад.

Боковой шаг на всей стопе и на полупальцах по прямой позиции.

«Переменный шаг»:

- с притопом и продвижением вперед и назад
- с фиксацией одной ноги около икры другой и продвижением вперед и назад.

«Девичий ход» с переступаниями

« Припадание»:

- простое

«Гармошка».

«Ёлочка».

Перескоки с ноги на ногу на всю стопу (подготовка к дробям).

Бег на месте с продвижением вперед и назад на полупальцах.

Подскоки на месте, с продвижением вперед, назад и вокруг себя.

5) Тренаж историко-бытовых бальных танцев.

Полька : шассе, галоп в паре , па польки, баланссе вперед , назад ,в сторону.

3. Учебно-творческая работа. (постановочная, репетиционная работа).

4. Диагностика

5. Концертная деятельность

Содержание программы 2 года обучения.

1. Организационная работа:

1. Формирование целей и задач в новом учебном году.
2. Составление, обсуждение и плана работы коллектива.
3. Составление расписания работы.
4. Беседа о хореографическом искусстве, просмотр видео материала.
5. Изучение правил охраны труда, противопожарной безопасности, дорожного движения.
6. Работа с родителями.

2. Учебно-тренировочная работа:

1. Тренаж из элементов классического танца

экзерсис на середине:

- постановка корпуса, апломб.
- изучение позиций ног: 1,2,3,4, и 5 в конце года;
- изучение позиций рук: подготовительное положение, 1,2,3 позиции;
- изучение понятия «поза»; Приступать к их изучению следует после усвоения постановки корпуса, ног, рук и элементарных движений экзерсиса.

Экзерсис у палки:

В начале года лицом к палке, в конце – боком.

1. battement tendu в сторону, 1 п.н.
2. battement tendu вперед, назад, 1 п.н.
3. Preparation.

4. Demi-plie 1,2,3,5, в конце года по 4 п.н.
5. demi – rond de jambe par terre.
6. Passeparterre.
7. battementtendu из 5 п.н. в сторону, вперед, назад.
8. положение ноги на sou-de-pied.
9. battementtendujete из 1 и 5 позиции
 - в сторону
 - вперед
 - назад.
10. battementfrappe вперед на 45 на один такт 2/4
battementfrappe назад на 1/4 такта.
11. Releveподъемнаполупальцы.
12. Petitbattementнаsou-de-pied.
13. Grandplie .
14. battementfondu – в сторону, вперед, назадна 45.
15. battementrelevelend на 45 – в сторону, вперед, назад.
16. Grandbattementjete в сторону, вперед, назад.
17. Portdebras – упражнение для рук, корпуса, головы; наклоны корпуса, головы.

2. Тренаж из народного танца:

Упражнение у станка:

1. Пять открытых позиций ног – аналогичны позициям классического танца.
2. Подготовка к началу движения (preparation):
 - движение руки,
 - движение руки и координации с движением ноги.
3. **Demi-plie** (приседания по 1-й, 2-й и 3-й открытым позициям) музыкальный размер 3/4, 4/4. **Grandplie** (глубокое приседание).

Приседания по прямым и открытым позициям, с переводом ног указанными приемами (музыкальный размер 3/4, 4/4).

4. **Battementstendus**. Выведение ноги на носок, каблук, носок из 1-й, 3-й и 5-й открытых позиций вперед, в сторону и назад (музыкальный размер 4/4):

- с Demi-plié в исходной позиции.

5. **Battementstendusjetes** (маленькие броски) вперед, в сторону и назад по 1-й, 3-й и 5-й открытым позициям (музыкальный размер 2/4, 6/8):

- с полуприседанием на опорной ноге,

- с двойными бросками.

6. **Подготовка к «веревочке»** (музыкальный размер 2/4, 4/4):

- в открытом положении на всей стопе,

- в открытом положении с проскальзыванием по полу на опорной ноге, на всей стопе и полупальцах.

7. **Battementsdeveloppes** (развертывание работающей ноги на 45°) вперед, в сторону и назад, на вытянутой ноге и на полуприседании (музыкальный размер 4/4).

8. **Flic-flac** (мазки подушечкой стопы по полу от себя и к себе) музыкальный размер 2/4, 4/4:

- в прямом положении вперед одной ногой,

- двумя ногами поочередно.

9. Опускание на колено на расстояние стопы от опорной ноги (музыкальный размер 4/4):

- из 1-й прямой позиции,

- с шага, лицом к станку.

10. Растяжка из 1-й прямой позиции в полуприседании и полное приседание на опорной ноге, стоя лицом к станку (музыкальный размер 3/4, 4/4).

11. **Grandbattementjete** (большие броски) по всем позициям.

Элементы русского народного танца

1. Поочередное раскрытие рук (приглашение) (музыкальный размер 2/4, 4/4).
2. Движение рук с платком из подготовительного положения в 1-е положение и 4-ю и 5-ю позиции.
3. Бытовой шаг с притопом.
4. «Шаркающий шаг»:
 - каблуком по полу,
 - полупальцами по полу.
5. Перескоки с ноги на ногу по 3-й свободной позиции и продвижением в сторону.
6. Поочередное выбрасывание ног перед собой или крест-накрест на ребро или носок каблука. На месте и с отходом назад.
7. «Моталочка» в прямом положении на полупальцах и с акцентом на всей стопе.
8. «Веревочка»:- простая
 - с двойным ударом полупальцами,
 - простая с поочередными переступаниями,
 - двойная с поочередными переступаниями.
9. «Ковырялочка» с подскоками.
10. «Ключ» простой на подскоках.
11. Дробные движения:
 - простая дробь на месте,
 - тройная дробь (поочередные выстукивания всей стопой) на месте и с продвижением вперед,
 - простая дробь полупальцами на месте,
 - дробная дорожка каблуками и полупальцами на месте и с продвижением вперед.
12. Вращения:
 - на середине зала (с припаданием, тур по 6 поз)

- по диагонали (шене, бегунец)

4. Тренаж историко-бытовых бальных танцев.

Полька : шассе, галоп в паре , па польки,

Баланссе вперед , назад ,в сторону.

Рок – эн – ролл – основное движение,

Разрыв,

Связка,

перемена мест,

сплил – поворот,

“хлыст”

„кики”

3. Учебно-творческая работа.

(постановочная, репетиционная работа).

Знакомить воспитанников с законами драматургии. По классическим нормам сюжет произведения, как сложное целое, подразделяется на экспозицию и развязку.

4. Диагностика

5. Концертная деятельность

Участие в концертах, конкурсных программах, фестивалях.

Содержание программы 3 года обучения.

1.Организационная работа:

2. Формирование целей и задач в новом учебном году.
1. Составление, обсуждение и плана работы коллектива.
2. Составление расписания работы.
3. Беседа о хореографическом искусстве, просмотр видео материала.
4. Изучение правил охраны труда, противопожарной безопасности, дорожного движения.

5. Работа с родителями.

2. Учебно-тренировочная работа:

1. Тренаж из элементов классического танца

- Demiplié с включением поворотов и полуповоротов от палки к палке. Движение подготавливает корпус, ноги, руки к различным поворотам на обеих ногах, к турам на одной ноге, развивает координацию.
- battementtandu, battmenttendujete с добавлением porlepiéd (doublebattmenttendu).
- Petitbattement на cou-de-piéd.
- Rondejambparterre в соединение с grandrondom на 90.
- Rondejambanleir – на всей стопе.
- Battementtendu на 45.
- Battementfrappe.
- Battementdevelloperasse на 90, то есть переход из одного направления в другое направление, из одной позы, является связующим движением в упражнениях с положением работающей ноги на 90.
- GrandBattementjete с добавлением основных поз классического танца escortee , croise, effosce.

2. Тренаж из народного танца:

Экзерсис у станка

1. **Demiendgrandplies** (приседания резкие и плавные по 1-й, 2-й и 5-й открытым позициям и 1-й прямой).
2. **Battementstendus** (скольжение стопой по полу, с одновременным опусканием с полупальцев на всю стопу опорной ноги).
3. **Battements tendusjetes** (маленькиеброски):
 - с двумя ударами стопой работающей ноги 5-й открытой позиции вперед, в сторону и назад,
 - с одновременным ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад,

- сквозные по 1-й открытой позиции (balanouirs) с ударом каблуком опорной ноги в полуприседании.
- 4. **Rond de jambe end rond de pied** (круговые скольжения по полу):
 - одинарные,
 - двойные.
- 5. **Pastortille** (повороты стопы из открытого в закрытое):
 - одинарные,
 - двойные.
- 6. **Battementsfondues** (полуприседания на опорной ноге с постепенным поворотом колена работающей ноги из закрытого положения в открытое на 45^0 (Battementsfondues):
 - на всей стопе,
 - с подъемом ноги на полупальцы.
- 7. Подготовка к «веревочке» с поворотом колена работающей ноги в закрытое положение и обратно.
- 8. **Battementsdeveloppe на 90^0** (развертывание ноги) с одним ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад.
- 9. **Flic-flac** (подготовка к «чечетке»), в открытом положении вперед, в сторону и назад.
- 10. «Веер» - маленькие броски работающей ноги от щиколотки опорной с вытянутой стопой.
- 11. Повороты:
 - плавный на обеих ногах по 5-й открытой позиции в полуприседании и на вытянутых ногах (Soutenuentournant),
 - поворот на одной ноге внутрь и наружу (Pirouetteendedanendehors) с другой, согнутой в колене.
- 12. Подготовка к «качалке» и «качалка».
- 13. Выстукивания поочередные каблуками и полупальцами по 1-й позиции прямой в испанском характере (zapateado).

14. Растяжка из 1-й прямой позиции с перегибанием корпуса в испанском стиле.
15. **Grandsbattements** (большие броски) с падением на работающую ногу по 5-й открытой позиции вперед, в сторону и назад:
- с одним ударом стопой и полупальцами опорной ноги,
 - с двумя ударами стопой и полупальцами опорной ноги.
16. Наклоны и перегибания корпуса по 1-й и 4-й прямым позициям на полупальцах в полуприседании вперед, в сторону и назад.
17. Маленькие «голубцы» лицом к станку.
18. Присядки:
- на полном приседании по 1-й прямой позиции с поочередным открыванием ног на каблук вперед и по 1-й свободной позиции, открывая ноги в стороны,
 - «Мяч» лицом к станку.
19. Поднимание на полупальцы в сочетании с движением рук.

Русский Народный танец

(музыкальный размер 2/4, 4/4).

1. Боковые перескоки с ударами полупальцами в пол.
2. Боковые перескоки с ударом каблуком впереди стоящей ноги.
3. «Ключ» с двойной дробью.
4. Дробная «дорожка» с продвижением вперед и с поворотом.
5. Двойная дробь на месте, с поворотом и с продвижением вперед.
6. Дробь на «три ножки».
7. Основной ход танца «Шестера» на месте и с продвижением вперед.
8. «Моталочка»:
 - с задеванием пола каблуком,
 - с акцентом на всю стопу,
 - с задеванием пола полупальцами,

- с задеванием пола поочередно полупальцами и каблуками.
- 9. «Маятник» в прямом положении.
- 10. Основной русский ход (академический).
- 11. Подбивка «Голубец»:
 - на месте,
 - с двумя переступаниями.
- 12. Быстрый русский бег с продвижением вперед и назад.
- 13. Вращения:
 - на подскоках с продвижением вперед по диагонали,
 - с движением «моталочки» с откидыванием ног назад.
 - на середине зала (с припаданием, обертас, тур по 6 поз)

3. Элементы современного танца:

Знакомство с движениями и комбинациями на основе новых стилей и направлений. Составление этюдов, изучаются пантомимные движения, игровые этюды. Знакомство с импровизацией.

- Модерн-джаз танец:

Особенность-достаточная свобода педагога в выборе лексического материала, основывающаяся на строгих рамках урока.

- Изучение основных понятий: *поза коллапса, изоляция и полицентрия, полиритмия, мультипликация, координация, contraction, release, уровни;*

Позиции рук:

- Нейтральное, или подготовительное положение – аналогично подготовительному положению классического танца.

- Press-position

- 1, 2, 3; Jerkposition

- Положения: jazzhand,

Позиции ног:

- 1,2,3,4,5

- Prance, это движение служит для развития подвижности стопы и состоит

из быстрой смены положений;

- Kick (пинок)
- Flatback
- Deepbodybend
- sidestretch
- Twist или изгиб позвоночника; *curve, arch, twisttopca, rolldown, rollup.*
- Boduroll

Кросс:

- Шаги примитива; flatstep, camelwalk, latinwalk
- Шаги в мадерн-джаз манере
- Шаги в рок-манере
- Шаги в мюзикл-комеди-джаз манере

Прыжки:

Прыжки в уроке мадерн-джаз танца используются в сочетании с шагами и вращениями.

- с двух ног на две (jump)
- с одной ноги на другую с продвижением (leap)
- с одной ноги на ту же ногу (hop)
- с двух ног на одну.

Характерной особенностью является исполнение прыжка как с акцентом вверх, так и с акцентом вниз. Так же, как шаги, прыжки могут координироваться с другими центрами, торс может быть не вытянут вверх, как это требует классический танец, а быть наклонен или изогнут.

3. Учебно-творческая работа.

(постановочная, репетиционная работа).

Продолжаем знакомить воспитанников с законами драматургии. По классическим нормам сюжет произведения, как сложное целое, подразделяется на экспозицию и развязку. Самостоятельная работа над образом в танце. Составление композиций и постановка танца.

4. Диагностика

5. Концертная деятельность

Участие в концертах, конкурсных программах, фестивалях.

4. Методическое обеспечение программы

Приемы, принципы и методы организации образовательного процесса.

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

- принцип формирования у детей художественного восприятия через танец;

- принцип развития чувства ритма, темпа, музыкальной формы;

- принцип обучения владению культурой движения:

гибкость, выворотность, пластичность.

Принципы дидактики:

- принцип развивающегося и воспитывающего характера обучения;

- принцип систематичности и последовательности в практическом овладении основами хореографического мастерства;

- принцип движения от простого к сложному, как постепенное усложнение инструктивного материала, упражнений, элементов народного танца;

- принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения, показа;

- принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности учащихся;

- принцип доступности и посильности;

- принцип прочности обучения как возможность применять полученные знания во внеурочной деятельности, в учебных целях.

Для реализации программы в работе с учащимися применяются следующие методы:

1. Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы.

2. Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др.

3. Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям.

4. Метод практического обучения, где в учебно - тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.

Приемы:

- комментирование;
- инструктирование;
- корректирование.

Техническое и дидактическое обеспечение занятий.

Важным условием выполнения учебной программы является достаточный уровень материально - технического обеспечения:

- наличие специального зала, оснащенного зеркалами, тренировочными станками;
- качественное освещение в дневное и вечернее время;

- музыкальная аппаратура, аудиозаписи;
- специальная форма и обувь для занятий (для занятий партером - коврик);
- костюмы для концертных номеров.

5. Список рекомендуемой литературы

- Барышникова А. Азбука хореографии. – М., 1999.
- Балет: пер. с англ. – М: ООО «Изд. Астрель», 2003. – 64 с.: ил.
- Ваганова А.Я. Основы классического танца. – Л., 1980.
- Вечеслова Т. Я – балерина. – Л. – М. «Искусство», 1966. – 272с.
- Детская энциклопедия. Балет. – М., 2001.
- Дешкова П. Загадки Терпсихоры. - М., 1989.
- Пасютинская В.М. Волшебный мир танца. – М., 1985.
- Прокопов К. Клубные танцы: ОНА. – М.: АСТ. Астрель: Хранитель, 2007.
- Смит Люси. Танцы. Начальный курс. – М., 2001.
- Тимофеева Н. Мир балета. – М., 1993.
- Уральская В.С. Природа танца. – М., 1981.
- Уральская В.С. Рождение танца. – М., 1982.
- Хочу танцевать. Под ред. Г.Филатовой. – М., 1998.
- Чижова А.Э. Танцует «Березка». – М., 1967

Электронные ресурсы.

1. Домашняя тренировка с Марией Хоревой - <https://vk.com/public135487963?w=wall-135487963> 50
2. Веселая утренняя зарядка для детей - <https://vk.com/public135487963?w=wall-135487963> 49
3. Танец «Шаффл» – движение «Там-там» - <https://vk.com/public135487963?w=wall-135487963> 48
4. House для детей - https://vk.com/video-9068269_456243400

5. Стил Contemporary – движение “Штопор” -

https://vk.com/public135487963?z=video-29806778_456239941%2F6c643a1282fd3744b2%2Fpl_wall_-135487963

6. Коллекция художественных и документальных фильмов о танце для просмотра на карантине - https://vk.com/public135487963?w=wall-135487963_43

7. Contemporary и modern-jazz - https://vk.com/public135487963?w=wall-135487963_37

8. Modern-jazz - https://vk.com/video83678244_162441074