

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ КИРОВСКОЙ ОБЛАСТИ  
КИРОВСКОЕ ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА - МЕМОРИАЛ»

**РЕКОМЕНДОВАНА**

Методическим советом КОГОбУ ДО  
«Дворец творчества - Мемориал»

Протокол № 9 от «24» мая 2022 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор КОГОбУ ДО  
«Дворец творчества - Мемориал»

Ж.В. Родыгина

«24» мая 2022 г.  
МП

Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
художественной направленности  
**«Хореография»**

Возраст обучающихся 7 – 18 лет

Срок обучения 5 лет

Составитель:

Белякова Виктория Николаевна,  
педагог дополнительного образования

г. Киров

2022 г.

## Оглавление

<b>Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик программы»</b>	
<b>1. Пояснительная записка</b>	<b>3</b>
<b>2. Цель, задачи программы</b>	<b>4</b>
Планируемые результаты	<b>5</b>
<b>3. Содержание программы</b>	
3.1. Учебный план (1-ый год обучения)	<b>6</b>
3.2. Учебный план (2-ой год обучения)	<b>7</b>
3.3 Учебный план (3-ий год обучения)	<b>8</b>
3.4 Учебный план (4-ый год обучения)	<b>9</b>
3.5 Учебный план (5-ый год обучения)	<b>10</b>
3.6. Содержание 1 года обучения	<b>10</b>
3.7. Содержание 2 года обучения	<b>12</b>
3.8. Содержание 3 года обучения	<b>13</b>
3.9. Содержание 4 года обучения	<b>15</b>
3.10 Содержание 5 года обучения	<b>16</b>
<b>Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»</b>	
2.1. Условия реализации программы	<b>17</b>
2.2. Мониторинг реализации программы	<b>18</b>
<b>3. Список литературы</b>	<b>19</b>

## Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик программы»

### Пояснительная записка

#### Введение

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «Хореография» (далее Программа) предназначена для обучения основам хореографического искусства воспитанников ансамбля эстрадной песни «Детвора» на основе синтеза хореографического и вокального вида искусств. Программа ориентирована на освоение азов танцевального искусства, на развитие у ребенка мотивации свободно, красиво и органично выражать себя в танце. Основной задачей педагога является научить ребенка простейшим элементам танца различных жанров, направлений, созданию простейших танцевальных композиций, развитие навыков самостоятельной ориентации в мире танцевальной эстетики.

Программа создана с учётом **нормативно-правовых требований следующих документов:**

1. Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012 г.)

2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

3. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации №28 от 28.09.2020 г. Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

4. Распоряжение министерства образования Кировской области №835 от 30.07.2020 г. Об утверждении правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей на территории Кировской области, Приложение №4 «Порядок включения дополнительных общеразвивающих программ в систему ПФДО.

5. Распоряжение министерства образования Кировской области №34 от 18.01.2021 г. Об утверждении стандартов качества оказания государственных услуг (выполнения работ) областными государственными организациями, подведомственными министерству образования Кировской области, Приложение 1.

6. Устав КОГОБУ ДО «Дворец творчества - Мемориал».

7. Положение о детском объединении КОГОБУ ДО «Дворец творчества - Мемориал»

8. Методические рекомендации:

- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (разработанные Министерством образования и науки России совместно с ГАОУ ВО МГПУ, ФГАУ ФИРО, АНО ДПО «Открытое образование», 2015 г.) (письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242)

- Методические рекомендации по разработке и реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (включая разноуровневые и модульные). – Киров: КОГОБУ ДО «Дворец творчества – Мемориал», РМЦ, 2020.

**Актуальность программы** обусловлена следующими факторами:

- целью современного образования, в котором дополнительному образованию отводится одна из ведущих ролей в нравственно-эстетическом воспитании ребёнка, удовлетворении его индивидуальных потребностей, развитии творческого потенциала, адаптации в современном обществе, повышении занятости детей в свободное время;

- особенностью современной ситуации, когда искусству и культуре отводится значимая роль в воспитании подрастающего поколения, в формировании его мировоззрения на лучших и достойных подражания образцах мировой музыкальной культуры.

Данная программа обеспечивает создание условий для социального, культурного, профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, и включает в себя комплекс различных тем: основу хореографии; спортивно-танцевальную разминку; ритмику с элементами пластики; азбуку музыкального движения; массовый танец; пластику; сценарную композицию; технические средства; основы современного танца.

## **Отличительные особенности и новизна программы**

Учитывая индивидуальные особенности каждого ребенка, занятия по Программе построены на поддержку и развитие тех навыков, которые у ребенка более сформированы. Этому способствуют большая практическая значимость данного профиля и возможность ее реализации. При подготовке песенно-музыкальных произведений, концертов особое внимание уделяется работе по микро группам, которые не только сближают детей, но и позволяют более качественно осуществлять образовательный процесс, т.к. дети учатся друг у друга, особенно это используется на основном и творческом этапах обучения. Программа базируется на идеях французской пластической школы Декру, классической пантомимы М. Марсо, Ж.-Д. Кирро, школы синтеза Херрера, классической хореографической школы и способствует развитию психофизиологического аппарата ребенка, приобретению хореографических, пластических, сценарно-режиссерских навыков. Потребность дополнительных занятий пластикой вызвана тем, что у подростков отсутствует координация тела, отсюда возникают мышечные зажимы. Неумение двигаться у ребенка вызывает множество комплексов. Занятия предусматривают максимальное развитие пластических возможностей человеческого тела, учат детей саморегуляции, концентрации, расслаблению, правильному дыханию. Все упражнения, используемые на занятиях хореографии, подразумевают одновременное включение мышечной, эмоциональной и интеллектуальной сторон личности воспитанника.

### **Значимость программы для региона**

Цели, задачи, содержание и образовательные результаты Программы соответствуют целевым установкам и содержанию регионального проекта «Развитие региональной системы дополнительного образования детей в Кировской области» государственной программы Кировской области «Развитие образования»; государственной программы Кировской области «Развитие культуры»; стратегического направления развития города Кирова «Киров – город вдохновенных людей» Стратегии социально-экономического развития муниципального образования «Город Киров» на период до 2035 года».

**Педагогическая целесообразность** заключается в том, что благодаря систематическому хореографическому образованию и воспитанию обучающиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру. Развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию хореографического искусства. У обучающихся формируется чувство ответственности в исполнении своей индивидуальной функции в коллективном процессе (музыкальный номер).

## **2. Цель образовательной программы**

**Цель программы:** сохранение и укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и двигательных способностей на основе хореографического искусства.

### **Задачи программы:**

#### ***Воспитательные:***

- расширение объема знаний о различных видах двигательной активности, освоение техники движения;
- воспитание волевых качеств: целеустремленности, настойчивости, формирование характера, утверждение активной жизненной позиции, оптимизма;
- формирование культуры человеческих отношений;
- воспитание личностных качеств;
- формирование у воспитанников здорового образа жизни.

#### ***Развивающие:***

- формирование потребности к культуре движений, оптимальном физическом развитии, здоровом образе жизни;

- развитие эстетического вкуса и творческих способностей;
- развитие физических возможностей воспитанников.

#### **Образовательные:**

- формирование у воспитанников танцевальных знаний, умений и навыков из области хореографического искусства через усвоение программного материала с использованием разнообразных и доступных движений классического, народно - сценического, бытового и современного танца;

- расширение танцевального кругозора;
- приобщение к совместной творческой деятельности педагогов и воспитанников.

**Направленность программы:** Программа имеет художественную направленность и предназначена для проведения занятий с обучающимися младшего, среднего и старшего школьного возраста. Программа ориентирована на развитие творческих способностей и умений обучающихся.

**Возраст обучающихся:** Программа предназначена для детей от 7 до 18 лет.

**Сроки реализации программы:** 5 лет

**Режим и формы проведения занятий:**

- 1 год обучения – 1 час в неделю (36 часов в год)
- 2 год обучения- 2 часа в неделю (72 часа в год)
- 3, 4, 5 год обучения - 4 часа в неделю (144 часа в год)

**Форма обучения - очная.** Некоторые разделы программы могут быть реализованы в дистанционном формате. В рамках реализации программы предусмотрены групповые занятия.

**Формы образовательного процесса:** занятия, нетрадиционные занятия, профильные конкурсы мастерства, концерты, открытые занятия, зачёты, контрольные занятия, беседы.

**Методы образовательного процесса:** словесный; практический; метод наблюдения; наглядный метод обучения.

Данная программа может быть использована в условиях электронного обучения с применением дистанционных технологий.

#### **Ожидаемые результаты:**

##### **Личностные:**

- Формирование способности к духовному развитию, нравственному самосовершенствованию, адекватной самооценке;
- Развитие готовности и способности к реализации творческого потенциала в предлагаемых видах творческой деятельности;
- Содействие развитию способности к самостоятельным действиям, совершаемым на основе полученных новых знаний, целеустремленность и настойчивость в достижении результата;
- Формирование творческой личности каждого ребёнка.

##### **Метапредметные:**

- Освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- Формирование умения понимать причины успеха, неуспеха деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуации неуспеха;
- Использование различных способов поиска (в справочных источниках и открытом образовательном информационном пространстве сети Интернет) сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации в соответствии с коммуникативными и познавательными задачами ребенка.

**Предметные:**

- Владение импровизацией;
- Достижение естественности и раскованности воспитанников на сценической площадке;
- Достижение осмысленности исполнения;
- Развитие хореографических данных;
- Использование выразительных средств для создания художественного и музыкального образа;

Результаты освоения содержание программы отслеживаются по каждому учебному году. Оценка результатов освоения программы осуществляется дважды на протяжении каждого года обучения (в середине и в конце года) в рамках общедворцового мониторинга оценки качества. Сведения о результатах заносится в форму «Диагностическая карта» (Приложение 1), единая для всех программ Дворца. Диагностическая карта заполняется на каждую группу воспитанников .

#### 4. Содержание программы

##### 3.1. Учебный план первого года обучения

	Тема	Кол-во часов	Из них		Форма аттестации
			теория	практика	Контроля
1	Введение в образовательную программу. Цели и задачи	1	1		
2	Хореография, Её значение в жизни человека.	2	1	1	Педагогическое наблюдение Мониторинг
3	Знакомство с азбукой хореографии. Постановка корпуса	3	1	2	Педагогическое наблюдение
4	Музыкально-ритмическая разминка	2		2	Педагогическое наблюдение
5	Постановка рук. Наклоны и повороты головы	3		3	Педагогическое наблюдение
6	Позиции ног.	3	1	2	Педагогическое наблюдение
7	Партерная гимнастика	2		2	Педагогическое наблюдение
8	Движения на середине зала	2		2	Педагогическое наблюдение
9	Прогибание и наклоны корпуса	2		2	Педагогическое наблюдение
10	Полупальцы	2		2	Педагогическое наблюдение

11	Ходы по кругу	3	1	2	Педагогическое наблюдение
12	Ходы по диагонали	4	1	3	Педагогическое наблюдение
13	Элементарные акробатические элементы	3	1	2	Педагогическое наблюдение
14	Прыжки	2	1	1	Педагогическое наблюдение
15	Разучивание танцевальных комбинаций на середине зала	1		1	Педагогическое наблюдение
16	Занятия по подведению итогов изученного материала	1		1	Педагогическое наблюдение
Всего		36	8	28	

### 3.2. Учебный план второго года обучения

	Тема	Кол-во часов	Из них		Форма аттестации контроля
			теория	практика	
1	Цели и задачи, содержание второго года обучения.	2	2		Педагогическое наблюдение Мониторинг
2	Основы современной хореографии. Поклон-приветствие.	4	1	3	Педагогическое наблюдение
3	Позиции ног и рук.	6	2	4	Педагогическое наблюдение
4	Разминка по кругу, включающая элементы современного разогрева	4	1	3	Педагогическое наблюдение
5	Музыкально-ритмическая разминка	6		6	Педагогическое наблюдение
6	Партерная гимнастика	6		6	Педагогическое наблюдение
7	Прогибание и наклоны корпуса	4	1	3	Педагогическое наблюдение
8	Полупальцы	4	1	3	Педагогическое наблюдение
9	Движения на середине зала	4	1	3	Педагогическое наблюдение

10	Элементарные акробатические элементы	4	1	3	Педагогическое наблюдение
11	Разучивание танцевальных комбинаций на середине зала	6	2	4	Педагогическое наблюдение
12	Партерный экзерсис.	8	2	6	Педагогическое наблюдение
13	Ходы по диагонали.	6		6	Педагогическое наблюдение
14	Прыжки: трамплинные, поджатые	4		4	Педагогическое наблюдение
15	Перегибание корпуса назад и в сторону лицом к станку.	2		2	Педагогическое наблюдение
16	Занятие по подведению итогов изученного материала	2	1	1	
Всего		72	15	57	

### 3.3 Учебный план третьего года обучения

	Тема	Кол-во часов	Из них		Форма аттестации контроля
			теория		
1	Вводное занятие. Цели и задачи, третьего года обучения.	4	4		Педагогическое наблюдение Мониторинг
2	Основы современной хореографии. Поклон-приветствие.	8	2	6	Педагогическое наблюдение
3	Позиции ног в современном танце	12	4	8	Педагогическое наблюдение
4	Позиции и положения рук, головы в современном танце.	8	2	6	Педагогическое наблюдение
5	Музыкально - ритмическая разминка на середине зала.	12	2	10	Педагогическое наблюдение
6	Партерная гимнастика	12	2	10	Педагогическое наблюдение
7	Партерные упражнения современного танца. Модерн.	8	2	6	Педагогическое наблюдение
8	Прыжки на середине зала.	8	2	6	Педагогическое наблюдение
9	Разновидности танцевальных шагов.	8	2	6	Педагогическое наблюдение
10	Элементарные акробатические элементы	8	2	6	Педагогическое наблюдение
11	Разучивание танцевальных комбинаций на середине зала	12	4	8	Педагогическое наблюдение
12	Партерный экзерсис.	16	4	12	Педагогическое наблюдение
13	Импровизация на середине зала.	12	2	10	Педагогическое



					наблюдение
14	Вращения на месте	8	2	6	Педагогическое наблюдение
15	Формы современной хореографии	4	2	2	Педагогическое наблюдение
16	Занятие по подведению итогов изученного материала	4	2	2	Педагогическое наблюдение
Всего		144	40	104	

### 3.4. Учебный план четвертого года обучения

№	Тема	Кол-во часов	Из них		Форма аттестации контроля
			теория	практика	
1	Вводное занятие. Цели и задачи, четвертого года обучения.	4	4		Педагогическое наблюдение Мониторинг
2	Основы современной хореографии. Поклон.	12	6	6	Педагогическое наблюдение
3	Особенности современного танца.	12	4	8	Педагогическое наблюдение
4	Позиции и положения рук, головы в современном танце	4	2	2	Педагогическое наблюдение
5	Музыкально - ритмическая разминка на середине зала	8	2	6	Педагогическое наблюдение
6	Элементы современного танца.	12	4	8	Педагогическое наблюдение
7	Основы современных танцев: модерн, контемпорари.	16	4	12	Педагогическое наблюдение
8	Разучивание танцевальных комбинаций на середине зала	24	4	20	Педагогическое наблюдение
9	Разновидности танцевальных шагов.	8	4	4	Педагогическое наблюдение
10	Современные движения на середине зала. Импровизация.	20	4	16	Педагогическое наблюдение
11	Элементарные акробатические элементы	12	2	10	Педагогическое наблюдение
12	Партерный экзерсис	8	2	6	Педагогическое наблюдение
13	Занятие по подведению итогов изученного материала	4		4	Педагогическое наблюдение

					Мониторинг
Всего		144	42	102	

### 3.5. Учебный план пятого года обучения

№	Тема	Кол-во часов	Из них		Форма аттестации контроля
			теория	практика	
1	Вводное занятие. Цели и задачи, пятого года обучения.	4	4		Педагогическое наблюдение Мониторинг
2	История становления современной хореографии.	12	4	8	Педагогическое наблюдение
3	Особенности современного танца.	12	4	8	Педагогическое наблюдение
4	Позиции и положения рук	4	2	2	Педагогическое наблюдение
5	Музыкально - ритмическая разминка на середине зала.	8	2	6	Педагогическое наблюдение
6	Основы современных танцев: модерн, контемпорари.	16	4	12	
7	Элементы джаз-модерна.	12	4	8	Педагогическое наблюдение
8	Разновидности танцевальных шагов	8	4	4	Педагогическое наблюдение
9	Современные движения на середине зала. Ипровизация	20	4	16	
10	Разучивание танцевальных комбинаций на середине зала	24	4	20	
11	Партерный экзерсис	8	2	6	Педагогическое наблюдение
12	Элементарные акробатические элементы	12	2	10	Педагогическое наблюдение
13	Занятие по подведению итогов изученного материала.	4		4	
Всего		144	40	104	

### 3.6. Содержание первого года обучения

**Тема 1.** Введение в образовательную программу. Цели и задачи обучения.

**Теория:** Знакомство с данным видом искусства. Правила безопасности. Требования к внешнему виду. Значение хореографии в профессиональном становлении солиста - вокалиста.

**Практика:** Диагностика физических данных обучающихся. Проверка и анализ музыкально - ритмических способностей.

**Тема 2.** Хореография. Её значение в жизни человека.

**Теория:** Танец как отражение внутреннего мира человека. Знакомство с направлениями в хореографии.

**Практика.** Просмотр выступлений наиболее известных коллективов Кировской области и в России..

**Тема 3.** Знакомство с азбукой хореографии.

**Теория:** С основными элементарными движениями азбуки. Постановка корпуса у станка. Порядок и последовательность напряжения и расслабления мышц.

**Практика:** Использование новейших технологий арт-терапии.

**Тема 4.** Музыкально - ритмическая разминка

**Теория:** Музыкально - ритмическая разминка предназначена для разогрева мышц и подготовки их к физической нагрузке. Разминка включает в себя ряд упражнений логически выстроенных в определенной последовательности.

**Практика:** На личном примере, показ всех упражнений, входящих в музыкально - ритмическую разминку.

#### **Тема 5.** Постановка рук. Наклоны и повороты головы

**Теория:** Постановка рук - это манера держать их в определенной форме, на определенной высоте в позициях, и положениях, принятых в классическом танце. Постановка рук начинается с подготовительного положения, из него руки начинают движения в различные позиции. Комплекс пластических упражнений, разрабатывающий мягкость рук.

Объяснение различий между понятиями «поворот» и «наклон» головы.

**Практика:** При выбранной песни продемонстрировать пластичность в постановке рук.

#### **Тема 6.** Позиции ног.

**Теория:** Очень важным аспектом является положение ног у вокалиста, во время исполнения песни. Так, например, при исполнении патриотической песни не допустимо стоять «развалившись», следует передавать образ и манеру песни не только словами, но и сохранять внутреннюю и внешнюю стройность и подтянутость своим внешним видом с «ГОЛОВЫ ДО ПЯТ».

**Практика:** Наглядным примером показать и проучить позиции ног.

#### **Тема 7.** Партерная гимнастика.

**Теория:** Партерная гимнастика - комплекс упражнений, направленный на поддержание двигательной подвижности связок, суставов, а также способствующий развитию натянутости ног, выворотности, гибкости, шага. Формирует и развивает мышечную память.

**Практика:** Наглядным примером показать и проучить позиции ног.

#### **Тема 8.** Движения на середине зала

**Теория:** Движения на середине зала предполагают развитие устойчивого и уверенного положения корпуса вокалиста во время исполнения песни. К данным движениям можно отнести: ходы по кругу, «гармошка», «маятник», «галоп» и т.д.

**Практика:** Наглядным примером продемонстрировать.

#### **Тема 9.** Прогибание, наклоны корпуса.

**Практика:** Наглядным примером продемонстрировать.

#### **Тема 10.** Полупальцы.

**Теория:** Полупальцы - способствуют развитию стопы, подъема, ахилова сухожилия, подготавливает к исполнению упражнений на полупальцах.

**Практика:** Наглядным примером продемонстрировать.

#### **Тема 11** Ходы по кругу

**Теория:** Круг — как основная форма построения для ритмических упражнений и танцев.

**Практика:** Комбинации в паре по кругу на основе приставного шага, маршевого шага, галопа, подскока, танцевального бега, ритмических выстукиваний, усложнение ритмических выстукиваний, упражнений на координацию и перестроений в зале.

#### **Тема 12** Ходы по диагонали.

**Теория:** Ходы по диагонали - развивают музыкальность, чувство ритма:

- танцевальный шаг с носка;
- переменный шаг;
- ход на полупальцах;
- ход на полупальцах с захлестом; подскоки;
- подскоки с переступаниями;
- бег вперед колени, чередующийся с подскоками;
- галоп;
- галоп, чередующийся с прыжком;

**Практика:** Комбинации в паре по диагонали на основе приставного шага, маршевого шага, галопа, подскока, танцевального бега, ритмических выстукиваний, усложнение ритмических выстукиваний, упражнений на координацию и перестроений в зале.

**Тема 13.** Элементарные акробатические элементы

**Теория:** Акробатические упражнения – одно из средств совершенствования физических и волевых качеств. С их помощью развивают силу, гибкость, быстроту реакции и ловкость, воспитывают смелость и решительность.

**Практика:** Совершенствование техники исполнения танцевальных элементов и акробатических элементов

**Тема 14.** Прыжки.

**Теория:** Прыжки - развивают силу ног и выносливость.

**Практика:** Наглядным примером продемонстрировать.

**Тема 15.** Разучивание танцевальных комбинаций на середине зала

**.Теория:**

**Практика:** Разучивание танцевальных комбинаций на середине зала, состоящих из ранее выученных элементов

**Тема 16.** Занятие по подведению итогов изученного материала.

Показ овладения основами хореографического искусства на упражнениях.

**Знания, умения и навыки воспитанников к концу 1- ого года обучения:**

К концу освоения образовательного содержания данного этапа воспитанник может овладеть рядом знаний и навыков:

- умение двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки;
  - умения различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз, частей и всего музыкального произведения, передавать в движении простейший ритмический рисунок;
  - навык исполнения ходьбы разного характера / бег, подскок, галоп/;
  - иметь представления о правильных позициях ног и рук в хореографии;
- умение эмоционально передавать игровые образы, исполнять упражнения и танцы без педагога.

### **3.7 Содержание второго года обучения**

**Тема 1.** Цели и задачи, содержание второго года обучения.

**Теория:** Цели и задачи, содержание второго года обучения. Формы предстоящей работы: учеба, практика. Правила безопасности. Цели задачи второго года обучения.

**Тема 2.** Основы классической хореографии. Поклон-приветствие.

**Теория:** Обучение основам классической хореографией способствует получению углубленных знаний по управлению своим корпусом, головой и физическим аппаратом во время выступления на сцене.

**Практика:** Использование данных навыков во время исполнения хореографического материала.

**Тема 3.** Позиции ног и рук.

**Теория:** Основные позиции ног и рук

**Практика:** использование комплекса упражнений для развития пластичности рук.

**Тема 4.** Разминка по кругу, включающая элементы классического разогрева-

**Теория:** Объяснение для чего нужно исполнение упражнений для выработки двигательной четкости и активной работы вестибулярного аппарата.

**Практика:** Повторение разминки.

**Тема 5.** Музыкально-ритмическая разминка

**Теория:** Не предусмотрена.

**Практика:** Выполнение музыкально-ритмических упражнений и композиций.

**Тема 6.** Партерная гимнастика

**Теория:** Не предусмотрена.

**Практика:** Упражнения на укрепление мышц стопы, на гибкость и укрепление мышц спины, на выворотность ног; на растяжку ног.

**Тема 7.** Прогибание и наклоны корпуса

**Теория:** Значение упражнений на развитие гибкости спины в хореографическом искусстве.

**Практика:** Отработка комплекса упражнений на развитие гибкости спины.

**Тема 8.** Полупальцы

**Теория:** Шаги всех видов, на полупальцах

**Практика:** Отработка упражнений.

**Тема 9.** Движения на середине зала.

**Теория:** Значение пространственной координации в современном танце

**Практика:** Повторение изученных движений на середине зала, упражнения на координацию.

**Тема 10.** Элементарные акробатические элементы.

**Теория:** Акробатические упражнения – одно из средств совершенствования физических и волевых качеств. С их помощью развивают силу, гибкость, быстроту реакции и ловкость, воспитывают смелость и решительность.

**Практика:** Совершенствование техники исполнения танцевальных элементов и акробатических элементов

**Тема 11.** Разучивание танцевальных комбинаций на середине зала

**Теория:** Значение пространственной координации в современном танце.

**Практика:** Разучивание танцевальных комбинаций на середине зала, состоящих из ранее выученных элементов

**Тема 12.** Партерный экзерсис

**Теория:** Партерный экзерсис - комплекс упражнений, направленный на поддержание двигательной подвижности связок, суставов, а также способствует развитию натянутости ног, выворотности, гибкости, шага.

**Практика:** Наглядным примером продемонстрировать.

**Тема 13.** Ходы по диагонали.

**Теория:** Не предусмотрена.

**Практика:** Использование ЗУН, приобретенных на 1 году обучения во время исполнения ходов по диагонали.

**Тема 14.** Прыжки: трамплинные, поджатые.

**Теория:** Не предусмотрена.

**Практика:** Наглядным примером продемонстрировать.

**Тема 15.** Перегибание корпуса назад и в сторону/ лицом к станку.

**Теория:**

**Практика:** Наглядным примером продемонстрировать.

**Тема 16.** Занятие по подведению итогов изученного материала. Показ овладения пройденного материала хореографического искусства на учебном репертуаре.

**Знания, умения и навыки воспитанников к концу 2-го года обучения:**

- знать понятие о такте и затакте, половинных и полных кадансов, вступительных и заключительных аккордах;
- различать особенности маршевой музыки /спортивной, военной/, вальсов /быстрых, медленных;
- знать правила постановки рук, группировки пальцев классического танца;
- освоить положение «стоя боком к станку» держась одной рукой;
- уметь исполнять preparation;
- иметь навык правильного исполнения прыжка, экзерсиса у станка и на середине зала;
- знать хореографические термины;
- знать правила грамотного исполнения современного танца;
- иметь навык правильного исполнения упражнений на развитие тела;
- уметь исполнить импровизацию на свободную тему.

### 3.8. Содержание третьего года обучения

**Тема 1.** Вводное занятие.

**Теория:** Цели и задачи, третьего года обучения, обоснование необходимости.

**Тема 2.** Основы народной хореографии. Поклон - приветствие.

**Теория:** Знание основ народной хореографии необходимо для всестороннего развития артиста - вокалиста, работающего в разном песенном направлении.

**Практика:** Умение полученные знания применить на практике.

**Тема 3.** Позиции ног в современном танце.

**Теория:** Позиции ног в современном танце.

**Практика:** Продемонстрировать грамотность в исполнении.

**Тема 4.** Позиции и положения рук, головы в современном танце.

**Теория:** Позиции и положения рук, головы в современном танце несколько иные, чем в классическом танце.

**Практика:** Продемонстрировать грамотность в исполнении.

**Тема 5.** Музыкально - ритмическая разминка на середине зала.

**Теория:** Музыкально - ритмическая разминка на середине зала включает разогревающие элементы народной хореографии, выстроенные в определенной последовательности.

**Практика:** Продемонстрировать грамотность в исполнении.

**Тема 6.** Партерная гимнастика.

**Теория:** Значение партерной гимнастики в хореографии;

**Практика:** Упражнения на укрепление мышц стопы, на гибкость и укрепление мышц спины, на выворотность ног; на растяжку ног.

**Тема 7.** Партерные упражнения современного танца. Модерн.

**Теория:** Партерная гимнастика в стиле модерн.

**Практика:** Отработка партерных упражнений в стиле модерн.

**Тема 8.** Прыжки на середине зала.

**Теория:** Особенности постановки корпуса при прыжках.

**Практика:** Отработка классических прыжков и комбинаций на середине зала;

**Тема 9.** Разновидности танцевальных шагов.

**Теория:** Разновидности танцевальных шагов: двойной притоп. Тройной притоп, шаг с соскоком, шаг с ударом, переменный шаг.

**Практика:** Продемонстрировать грамотность в исполнении.

**Тема 10.** Элементарные акробатические элементы

**Теория:** Акробатические упражнения – одно из средств совершенствования физических и волевых качеств. С их помощью развивают силу, гибкость, быстроту реакции и ловкость, воспитывают смелость и решительность.

**Практика:** Совершенствование техники исполнения танцевальных элементов и акробатических элементов

**Тема 11.** Разучивание танцевальных комбинаций на середине зала.

**Теория:** Значение пространственной координации в современном танце.

**Практика:** Разучивание танцевальных комбинаций на середине зала, состоящих из ранее выученных элементов

**Тема 12.** Партерный экзерсис.

**Теория:** Партерный экзерсис - комплекс упражнений, направленный на поддержание двигательной подвижности связок, суставов, а также способствует развитию натянутости ног, выворотности, гибкости, шага.

**Практика:** Наглядным примером продемонстрировать.

**Тема 13.** Импровизация на середине зала.

**Теория:** Танцевальная импровизация – спонтанность творческого самовыражения.

Импровизация движений как прорыв к свободе движений, это выход за рамки надуманных заранее движений.

**Практика:** Отработка умения соотносить свои мысли с действиями при исполнении различных техник импровизации.

**Тема 14.** Вращения на месте.

**Теория:** Вращения на месте - понятие «точка». Методика проучивания вращения на месте.

**Практика:** Наглядным примером продемонстрировать.

**Тема 15.** Формы современной хореографии.

**Теория:** Формы современной хореографии - знакомство с существующими формами современной хореографии, сходство и различия.

**Практика:** Видео просмотр и сравнительный анализ каждой формы современной хореографии.

**Тема 16.** Занятие по подведению итогов изученного материала. Показ уровня.

усвоенного материала, построенного на материале народной хореографии.

**Знания, умения и навыки воспитанников к концу 3-го года обучения:**

- уметь правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, иметь навык лёгкого шага с носка на пятку;
- иметь представление о правилах и логике перестроения из одних ритмических рисунков в другие;
- уметь исполнять фигуры хоровода на переменном шаге;
- иметь представление об истории русского танца;
- уметь исполнять элементы русского танца;
- освоить навык танцевальной выразительности;
- уметь отобразить в танцевальных движениях своё отношение к русской природе через образы, в разных эмоциональных состояниях - веселья, грусти.
- знать основные хореографические термины.

### **3.9. Содержание четвёртого года обучения**

**Тема 1.** Вводное занятие. Цели и задачи, четвертого года обучения, обоснование необходимости изучения учебного материала.

**Теория:** Цели и задачи, четвертого года обучения.

**Тема 2.** Основы современной хореографии. Поклон.

**Теория:** История развития современной хореографии.

**Практика:** Повторение основных элементов современного танца.

**Тема 3.** Особенности современного танца

**Теория:** Особенности современного танца, разнообразие ритмов.

**Практика:** Изучение и повторение танцевальных движений современного танца.

**Тема 4.** Позиции и положения рук, головы в современном танце.

**Теория:** Позиции и положения рук, головы в современном танце.

**Практика:** Наглядным примером продемонстрировать.

**Тема 5.** Музыкально - ритмическая разминка на середине зала.

**Теория:** Музыкально - ритмическая разминка на середине зала, включающая элементы современной хореографии.

**Практика:** Наглядным примером продемонстрировать.

**Тема 6.** Элементы современного танца.

**Теория:** Элементы современного танца и их характеристика.

**Практика:** Отработка правильности и чистоты исполнения движений современного танца.

**Тема 7.** Основы современных танцев: модерн, контемпорари.

**Теория:** Контемпорари – одно из самых популярных танцевальных направлений современной хореографии. Философия контемпорари.

**Практика:** Контемпорари в нескольких техниках.

**Тема 8.** Разучивание танцевальных комбинаций на середине зала.

**Теория:** Значение пространственной координации в современном танце.

**Практика:** Разучивание танцевальных комбинаций на середине зала, состоящих из ранее выученных элементов

**Тема 9.** Разновидности танцевальных шагов.

**Теория:** Разновидности танцевальных шагов - па балансе, па вальса, шаг на каблук, боковой шаг со скользящей приставкой на полуповороте вальса.

**Практика:** Отрабатывать грамотность в исполнении.

**Тема 10.** Современные движения на середине зала. Импровизация.

**Теория:** Импровизация в современной хореографии.

**Практика:** Отработка выразительности телодвижений, чувства ритма.

**Тема 11.** Элементарные акробатические элементы.

**Теория:** Акробатические упражнения – одно из средств совершенствования физических и волевых качеств. С их помощью развивают силу, гибкость, быстроту реакции и ловкость, воспитывают смелость и решительность.

**Практика:** Совершенствование техники исполнения танцевальных элементов и акробатических элементов

**Тема 12.** Партерный экзерсис.

**Теория:** Партерный экзерсис - комплекс упражнений, направленный на поддержание двигательной подвижности связок, суставов, а также способствует развитию натянутости ног, выворотности, гибкости, шага.

**Практика:** Наглядным примером продемонстрировать. Отрабатывать грамотность в исполнении.

**Тема 13.** Занятие по подведению итогов изученного материала.

**Теория:**

**Практика:** Занятие по подведению итогов изученного материала. Показ уровня усвоенного материала.

**Знания, умения, навыки воспитанников к концу 4-ого года обучения:**

знать понятие о такте и затакте, половинных и полных кадансов, вступительных и заключительных аккордах;

- различать особенности маршевой музыки /спортивной, военной/, вальсов /быстрых, медленных;

- знать правила постановки рук, группировки пальцев классического танца;

- освоить положение «стоя боком к станку» держась одной рукой;

- уметь исполнять preparation;

- иметь навык правильного исполнения прыжка, экзерсиса у станка и на середине зала;

- знать хореографические термины;

- знать правила грамотного исполнения современного танца;

- иметь навык правильного исполнения упражнений на развитие тела;

- уметь исполнить импровизацию на свободную тему.

### 3.10 Содержание пятого года обучения

**Тема 1.** Вводное занятие.

**Теория:** Цели и задачи, пятого года обучения. Формы предстоящей работы: теория и практика. Правила безопасности.

**Тема 2.** История становления современной хореографии

**Теория:** История становления современной хореографии в России.

**Практика:** Видео просмотр программ современной хореографии.

**Тема 3.** Особенности современного танца.

**Теория:** Особенности современного танца. Взаимоотношения в паре. Поддержки в дуэтом танце.

**Практика:** Отработка навыков исполнения танцевальных движений.

**Тема 4.** Позиции и положения рук.

**Теория:** Позиции и положения рук - повторение ранее изученных позиций.

**Практика:** Отработка грамотного исполнения.

**Тема 5.** Музыкально - ритмическая разминка на середине зала.

**Теория:** Музыкально - ритмическая разминка на середине зала - включает элементы в стиле модерн.

**Практика:** Отработка грамотного исполнения.

**Тема 6.** Основы современных танцев: модерн, контемпорари.

**Теория:** Танец-модерн как одно из направлений современной зарубежной хореографии.

**Практика:** Отработка навыков исполнения танца-модерн в различных разминочной части, в упражнениях на полу, на середине зала (экзерсис на середине зала).

**Тема 7.** Элементы джаз-модерна.

**Теория:** Многообразие выразительных элементов танца джаз-модерн.

**Практика:** Отработка элементов джаз-модерна.

**Тема 8.** Разновидности танцевальных шагов.

**Теория:** Танцевальные ходы и шаги. Ритмичные шаги.

**Практика:** Отработка синхронных и ритмичных шагов в группе.

**Тема 9.** Современные движения на середине зала. Импровизация.



**Теория:** Повторение и закрепление знаний об импровизации в современной хореографии.

**Практика:** Отработка выразительности телодвижений, чувства ритма.

**Тема 10.** Разучивание танцевальных комбинаций на середине зала.

**Теория:** Значение пространственной координации в современном танце.

**Практика:** Разучивание танцевальных комбинаций на середине зала, состоящих из ранее выученных элементов.

**Тема 11.** Партерный экзерсис

**Теория:** Партерный экзерсис - комплекс упражнений, направленный на поддержание двигательной подвижности связок, суставов, а также способствует развитию натянутости ног, выворотности, гибкости, шага.

**Практика:** Наглядным примером продемонстрировать. Отрабатывать грамотность в исполнении.

**Тема 12.** Элементарные акробатические элементы.

**Теория:** Акробатические упражнения – одно из средств совершенствования физических и волевых качеств. С их помощью развивают силу, гибкость, быстроту реакции и ловкость, воспитывают смелость и решительность.

**Практика:** Совершенствование техники исполнения танцевальных элементов и акробатических элементов.

**Тема 13.** Занятие по подведению итогов изученного материала.

**Теория:** Не предусмотрена.

**Практика:** Занятие по подведению итогов изученного материала. Показ уровня усвоенного материала.

**Знания, умения, навыки воспитанников к концу 5-ого года обучения:**

За 5 лет занятий воспитанники должны овладеть основами хореографического искусства, знаниями, умениями, навыками, позволяющими им исполнять танцы, построенные на движениях разных жанров и стилей.

- овладеть навыками красивой осанки, грамотностью и выразительностью движений. Знать выразительные средства музыки и танца.

- иметь навык исполнения по современной хореографии.

- уметь исполнить импровизацию на свободную тему.

- иметь навык по постановке этюда и танца к вокальному произведению.

- владеть терминами по хореографии.

## **Раздел №2. Комплекс организационно-педагогических условий**

### **2.1. Условия реализации программы**

**Кадровые:** педагог дополнительного образования, имеющий среднее специальное или высшее педагогическое образование.

**Материально-техническое обеспечение:**

- Отдельный кабинет для занятий.
- Сцена зрительного зала для проведения занятий и мероприятий.
- Наличие аудио и видеоаппаратуры (магнитофон, видеоманитофон, телевизор, музыкальный центр).

- Фотоаппарат.

- Наличие микрофонов, радиомикрофонов.

- Костюмированный фонд.

- Наличие световых эффектов (оформление) в зрительном зале.

**Методическое обеспечение:**

- Методическая литература по интересующим темам.

- Картотека адресов по обмену опытом.

- Картотека танцев.

- Картотека пластических этюдов.

- Аудиотека.

- Видеотека.

## 2.2. Мониторинг качества освоения программы

Ведущими формами мониторинга эффективности реализации программы и динамики продвижения воспитанников являются первичная диагностика (на первом занятии), промежуточная (декабрь/январь) и итоговая (апрель/май) аттестации обучающихся. Аттестация может проводиться как в форме контрольных (зачётных занятий), так и в форме концертов, конкурсов, выступлений на различных концертных площадках. На протяжении всего года обучения ведется текущий мониторинг (наблюдение, устный контроль (опрос, работа с карточками, игры), письменный контроль (проверочная работа), тестирование).

Контроль	Основные параметры	Период	Форма контроля
Промежуточный	степень усвоения знаний	декабрь	открытый показ
	уровень владения умениями и навыками		
Итоговый	уровень владения умениями и навыками	май	открытый показ
	степень усвоения знаний		

Подведение итогов проводится на открытых творческих показах по окончании работы над материалом (декабрь, май), на отчетных мероприятиях.

### **3. Список литературы:**

#### **1. Для педагогов.**

- П.И. Пидкасистого «Педагогика», 1996г.
- Р.С. Немов «Психология», 1997г.
- КОИУУ. «Словарь педагогических терминов» 2001 года.
- Д. Е. Яковлев. «Дополнительное образование» - словарь- справочник, М.: АРКТИ, 2002.
- Д. Фрид., Д.Бирнбаум «Язык личности» - М.: Изд-во Эксмо, 2004г.
- М. И. Станкин. «Психолого- педагогические основы физического воспитания». Издательство «Просвещение», 1987.
- В. А. Крутецкий «Психология обучения и воспитания школьников». Издательство «Просвещение», 1976.
- С. И. Гальперин «Анатомия и физиология человека. Возрастные особенности с основами школьной гигиены» М.; 1974.
- Никитин В. «Модерн- джаз танец. /Начало обучения/». М.: ВЦХТ («Я вхожу в мир искусств», №4), 1998.
- Никитин В. «Модерн- джаз танец /Продолжение обучения/». М.:ВЦХТ («Я вхожу в мир искусств», №4), 2001.
- А. П. Клараунт Флора Альбайсин «Искусство танца фламенко». Издательство «Искусство», 1984
- Пол Богтомер «Учимся танцевать». Издательство «ЭКСМО- Пресс», 2001.
- А. Е.Чибрикова - Логовская «Ритмика». М.; «Дрофа», 1998.
- Т. Н. Овчинникова «Программы: для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ /музыка/» М.; «Просвещение», 19
- Никитин В. «Модерн- джаз танец /История. Методика. Практика./» М.: Издательство ГИТИС, 2000.

#### **2. Для обучающихся**

- Н. Шереметьевская «Танец на эстраде». М.: «Искусство», 1985. -Татьяна Барышникова «Азбука хореографии». М.; Гольф, 2001. В. Пасютинская «Волшебный мир танца». Издательство «Просвещение», 1985.
- Танцевальный Клондайк» - /газета/.

#### **3. Для родителей.**

- Г. П. Серебренникова и Л. К. Барамзина «Последите за весом своего ребёнка». Киров, КОЦЗ, 1991.
- Ю. Курпан и Е. Таламбум «Физкультура, формирующая осанку». М.; Издательство «Физкультура и спорт», 1990.