

Департамент образования Администрации города Екатеринбурга
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 167

Принято
Решением Педагогического совета
МАОУ СОШ № 167
от «30» августа 2024 г.
Протокол № 1



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА «СОВРЕМЕННАЯ ХОРЕОГРАФИЯ»
(художественной направленности)**

Возраст обучающихся: 15-18 лет
Срок реализации программы – 2 года
Автор-разработчик: Каюмова О. И.
педагог дополнительного образования

г. Екатеринбург, 2024 год

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа для системы дополнительного образования в средней общеобразовательной школе. Составлена в соответствии с требованиями Закона «Об образовании в Российской Федерации».

Возрастной диапазон обучающихся по данной программе – 15-18 лет. Срок реализации программы – 2 года. Группа обучения – 324 часа (144 часа – первый год обучения, 180 часов – второй год обучения).

Разработчик:

Каюмова Ольга Игоревна, педагог дополнительного образования МАОУ СОШ № 167, г. Екатеринбурга.

ОГЛАВЛЕНИЕ

РАЗДЕЛ	стр.
Пояснительная записка	4
Учебный план (первый год обучения)	9
Содержание учебного плана	9
Учебный план (второй год обучения)	14
Содержание учебного плана	14
Планируемые результаты освоения программы	20
Организационно-педагогические условия реализации программы	21
Формы аттестации/контроля и оценочные материалы	24
Список литературы	26
Календарный учебный график (первый год обучения)	27
Календарный учебный график (второй год обучения)	33

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящая программа **художественной направленности** разработана на основе дополнительной авторской образовательной программы «Современная хореография». Автор – педагог дополнительного образования высшей квалификационной категории балетмейстер – Е.С. Сулова г. Екатеринбург.

Актуальность

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Современная хореография» составлена на основании следующих нормативно-правовых документов:

- Закон «Об образовании в Российской Федерации» (№273-ФЗ 2012 г.);
- Федеральный закон от 26 мая 2021 г. № 144-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р)
- Стратегия воспитания в РФ до 2025 года (Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 №996-р)
- Приказ Минпросвещения России от 05.08.2020 г. №882-391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ».
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее – Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам)
- Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2020 г. № 533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам...»
- Приказ Минобрнауки России от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 г. №09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).

▪ Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 №ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»).

▪ Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

▪ Приказ министерства образования и молодежной политики Свердловской области № 219-д от 04.03.2022 «О внесении в методические рекомендации «Разработка дополнительных общеобразовательных программ в образовательных организациях», утвержденных приказом ГАНОУ СО «Дворец молодежи» от 01.11.2021 № 934-д

▪ Требования к дополнительным общеразвивающим программам для включения в систему персонифицированного финансирования дополнительного образования Свердловской области. Приказ ГАНОУ СО «Дворец молодежи» № 136-д от 26.02.2021.

▪ Устав ОО.

Программа обеспечивает формирование общей культуры личности, индивидуальной танцевальной культуры, приобщение обучающихся к общечеловеческим ценностям, подготовку молодежи к творческому и художественно приемлемому потреблению в сфере массовой танцевально-музыкальной культуры, воспитание культуры повседневного досуга.

Одной из важнейших задач учебно-воспитательного процесса является художественно-эстетическое и культурное развитие детей. Знакомство с различными направлениями, историей и географией танца, прослушивание ритмичной танцевальной музыки развивают и внутренне обогащают, прививают умение через танец выражать различные состояния, мысли, чувства человека, его взаимоотношения с окружающим миром.

Данная программа включает в себя изучение народного танца, изучение балльных и современных эстрадных танцев, что стимулирует интерес воспитанников к танцевальному искусству и расширяет их кругозор.

Занятия по данной программе способствуют активному приобщению детей к самовыражению и самореализации. Танец сочетает в себе средства музыкального, пластического, спортивно-физического развития и образования, а также эффективен,

как развивающее средство. Стремление к красоте тела, красоте движений, к красоте и выразительности в проявлении чувств должны быть не случайными, а постоянными. Красивые манеры, походку, правильную осанку, выразительность движений и поз необходимо воспитывать систематически.

Хореографическое искусство учит детей красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивает физическую силу, выносливость, ловкость и смелость. Приобщение к искусству хореографии включает ознакомление обучающихся с источниками танцевальной культуры, самобытностью национальных танцев, связанных с укладом жизни народов, с их красочными костюмами, музыкально-ритмическим складом мелодий. Особое внимание следует уделять такому немаловажному фактору, как дыхание. Первостепенное значение в деле эстетического воспитания имеет музыка, которая должна быть доступной, будь то народные мелодии или произведения современных авторов.

Адресат

Образовательная программа дополнительного образования танцевального ансамбля «KODA» предназначена для детей подросткового и старшего возраста, не имеющих ранее хореографической подготовки, но желающих приобрести общую эстетическую и танцевальную культуру, научиться танцевальным элементам, «воспитать» тело и попробовать себя в танце.

Данная программа построена на принципах коллективной деятельности и индивидуального обучения.

Данная программа рассчитана на два года обучения. Базовый уровень.

Занятия в объединении проводятся по группам и коллективно. Количество обучающихся в группе – не более 15 человек.

Возраст обучающихся, участвующих в реализации данной дополнительной общеобразовательной программе – 15-18 лет. Набор обучающихся объединение осуществляется по желанию без специального отбора.

Режим занятий: занятия проводятся два-три раза в неделю, по одному-два часа.

Объем общеобразовательной программы: общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения, необходимых для освоения программы – 324 часа.

Срок освоения программы – два года.

Группа первого года обучения – 144 учебных часа в год, 4 часа в неделю (36 недель);

Группа второго года обучения – 180 учебных часов в год, 5 часов в неделю (36 недель)

Продолжительность занятия 45 минут.

Занятия в объединении проводятся по группам и коллективно. Данная программа разделена на 2 модуля:

1 модуль (первый год обучения) – «Танец как особый вид пластического искусства»

«Танец как особый вид пластического искусства» (первый год обучения)

Данный этап программы предназначен для подростков 15-16 лет, не имеющих начального хореографического образования, и представляет собой некий экспресс-курс знакомства с азами и основами современной хореографии. Программа первого года обучения состоит из следующих разделов: «Азбука музыкального движения», «Классический танец», «Народно-сценический танец», «Эстрадный танец», «Венский вальс». Кроме того, уже на этапе первого года обучения предполагается концертно-творческая деятельность.

2 модуль (второй год обучения) – «Основа и принципы хореографии»

«Основа и принципы хореографии» (второй год обучения)

Базовый этап программы, рассчитан на один год и предназначен для подростков 17-18 лет второго года обучения по данной программе. На данном уровне обучения к основным разделам добавляется раздел «Модерн». В процессе занятий обучающиеся получают определенные навыки на уровне их применения, а также в их сознании формируется представление о хореографическом искусстве.

В программе «Современная хореография» для обучающихся используются тематические музыкальные произведения, которые способствуют наиболее яркому раскрытию способностей детей, обучающихся в объединении, при этом учитываются их интересы.

Формы обучения: групповая, индивидуально-групповая, индивидуальная.

Виды занятий: реализация программы осуществляется на теоретических и практических занятиях.

Теоретические занятия проводятся преимущественно в форме показа движений с разъяснением и комментарием. Практические занятия включают изучение и закрепление техники выполнения упражнений. Они проводятся в целях закрепления и совершенствования умений и навыков, практических действий.

Формы занятий:

- обучающее занятие
- тренировочное занятие
- коллективно-творческое занятие
- индивидуальное занятие
- музыкальное занятие (прослушивание музыкального материала, беседы о музыке)

Кроме того, предусмотрены такие формы занятий как: выступление на сцене,

концерты, фестивали, конкурсы различных уровней.

Структура занятий:

- Подготовительная часть (разминка)
- Основная часть (повторение знакомого и разучивание нового материала)
- Заключительная часть (закрепление нового материала)

Способы обучения:

▪ Занятия разнообразны как по содержанию (ритмические упражнения, задания на ориентировку, разучивание упражнений тренировочного характера, разучивание и повторение танцев), так и по набору применяемых методов.

▪ При повторении необходимо избегать однообразия, скуки, вносить в знакомое движение, танец элемент новизны, предъявлять новые требования, ставить новые задачи.

▪ Любое задание, которое предлагается выполнить учащимися, должно соответствовать степени подготовленности к нему.

▪ Весь процесс обучения строится на сознательном усвоении знаний и навыков.

▪ Занятия должны идти в хорошем темпе, не следует долго отрабатывать одно и то же движение, танец, долго объяснять, пытаться научить всему сразу.

▪ На занятии закрепляются все навыки, которые вырабатывались ранее, повторяются пройденные движения и фигуры.

Основные принципы:

- От лёгкого – к трудному.
- От простого – к сложному.
- От известного – к неизвестному.
- Учитывается физическая подготовленность учащихся.
- Не допускаются чрезмерные нагрузки.
- Используются элементы тренажа в соответствии с возможностями обучающихся.

Формы подведения итогов: для стартового уровня – открытое занятие, для базового уровня – отчетный концерт.

Цель – развитие личности ребенка и его способности к творческому самовыражению средствами хореографии.

Задачи:

Образовательные:

- вводить обучающихся в мир культуры, хореографического искусства и современного танца;
- знакомить обучающихся с различными видами танцев;
- приобщать обучающихся к танцевальной культуре, обогатить их танцевальный

ОПЫТ

- знакомить обучающихся с различными танцевальными компонентами.

Развивающие:

- развивать специальные способности (силу, координацию движений, выносливость, выразительность, эмоциональность), совершенствовать исполнительскую деятельность;

- развивать способности к импровизированному танцу, приобретению собственной манеры исполнения на основе навыков выразительного, эмоционального движения, свободного владения своим телом, умение передавать характер музыки.

- создать условия для развития творческой активности обучающихся, участвующих в танцевальной деятельности

- совершенствовать артистические навыки обучающихся в плане переживания и воплощения образа, а также их исполнительские умения.

Воспитательные:

- формировать художественный вкус, эстетическое восприятие действительности;

- формировать ценностное отношение к искусству, своему здоровью;

- формировать ценностные отношения к себе и другим людям.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Стартовый уровень (первый год обучения)

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Азбука музыкального движения	16	6	10	Входной мониторинг. Беседа Опрос, наблюдение
2.	Элементы народно-сценического танца	26	13	13	Опрос, беседа наблюдение
3.	Классический танец	26	13	13	Текущий мониторинг. Опрос, беседа наблюдение
4.	Элементы эстрадного танца	14	7	7	Опрос, беседа наблюдение
5.	Элементы Венского вальса	16	8	8	Беседа Опрос, наблюдение

6.	Творческая и концертная деятельность	46		46	Итоговый мониторинг. Репетиция
Итого		144	47	97	

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

Раздел 1. Азбука музыкального движения

Теория: Вводное занятие. Техника безопасности. Данный цикл занятий начинается со вступительной беседы, в которой раскрываются цели и задачи программы. Определяются основные правила этики, безопасности и гигиены. Творческое знакомство. «Даются понятия: танец, темп, ритм. Игра «Давайте знакомиться». Характер музыкального произведения. Характер музыки (весёлая, грустная). Формирование ритмичности (умение воспринимать ритм) Музыкальные размеры 4/4, 2/4, 3/4.

Практика: Практическое освоение понятия «мелодия и движение». Музыкальные жанры Знакомство с основными жанрами музыки и её отличительными чертами. Марш, песня, танец. Соотнесенье пространственных построений с музыкой. Музыкально-пространственные упражнения. Такт. Сильная и слабая доли. Чередование такта. Танцевальная музыка. Вступительные аккорды. Музыкальная структура движения: половинный каданс – полный каданс. Вступительные аккорды. Заключительные аккорды. Музыка с ярко выраженным ритмическим рисунком. Марши, польки, вальсы в медленном и среднем темпе. Заключительные аккорды. Ритмический рисунок. Определение и передача в движении: характера музыки, темпа, метроритма, размеров 2/4; 3/4.

Раздел 2. Элементы классического танца

Теория: Классический экзерсис. Специфика танцевального шага и бега. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата ребенка. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов. Позы классического танца. Основные позы и позиции классического танца, как основа хореографии. Основные правила движений у станка. Понятие о поворотах ан деор и ан дедан. Эпольман. Эстетика, логика и техника смены эпольман (круазе, анфас) в позах классического танца.

Практика: Закономерности координации движений рук головы в пор де бра. Позиции рук: подготовительное положение, I. Позиции рук II, III. Позиции рук – подготовительная, 1,2,3 (разучивается на середине, при неполной выворотности ног), затем держась одной рукой, стоя боком к станку. Позиции рук: подготовительное положение, I, II, III. Позиции рук – подготовительная, 1,2,3 (разучивается на середине,

при неполной выворотности ног), затем держась одной рукой, стоя боком к станку. Поклон по I позиции. Постановка корпуса. Позиции рук – подготовительная, 1,2,3 (разучивается на середине, при неполной выворотности ног), затем держась одной рукой, стоя боком к станку. Позиции ног (1,2). Постановка корпуса (в выворотной позиции, лицом к станку со второго полугодия – держась за станок одной рукой). Позиции ног – по 1, 2. Позиции ног (3,5). Постановка корпуса (в выворотной позиции, лицом к станку со второго полугодия – держась за станок одной рукой). Позиции ног – по 3, 5. Позиции ног (1,2,3,5). Постановка корпуса (в выворотной позиции, лицом к станку со второго полугодия – держась за станок одной рукой). Позиции ног – по 1, 2, 3, 5. Позиции рук – подготовительная, 1,2,3 (разучивается на середине, при неполной выворотности ног), затем держась одной рукой, стоя боком к станку. Деми-плие (1,2,3,5) позиции. (Музыкальный размер $\frac{3}{4}$). Складывание, сгибание, приседание, развивает выворотность, бедра, эластичность и силу ног; изучается лицом к станку по 1,2, 3-й позициям. Батман тандю. Движения, вырабатывающие натянутость всей ноги в колене, подъеме, пальцах, развивающие силу и эластичность ног (изучается лицом к станку по 1, 3-й позициям, вначале в сторону, вперед, в конце года – назад). Деми рон де жамб пор тер. Круговое движение, развивающее подвижность тазобедренного сустава; изучается лицом к станку с 1-й позиции по точкам – вперед в сторону, в сторону вперед, позднее назад в сторону, в сторону назад. Положение ноги, сюр ле ку де пье. Положение ноги, сюр ле ку де пье - «обхватное» (обхватывает щиколотку опорной ноги) – развивает выворотность и подвижность ноги; «условное» - сильно вытянутые пальцы работающей ноги касаются опорной.

Раздел 3. Элементы народно-сценического танца

Теория: История развития народного танца. История народного танца. Основные этапы развития народного танца. Основы термины народного танца. Основные характеристики народного танца. Система народно-сценического и характерного тренажа. Народный танец – источник всех видов хореографии. Сюжеты и темы народных танцев. Главные темы народного танца. Знакомство с особенностями народного костюма, его спецификой. Русский танец.

Практика: Позиция рук. Позиция рук – 1, 2, 3 – на талии. Позиция рук – 1, 2, 3 – на талии. Demi и grand plie по I, II, III, V позициям: а) с акцентом вниз; б) с акцентом вверх. Русский танец. Позиции ног открытые и закрытые. Экзерсис на середине. Элементы русского танца. Положение ног, рук, позы. Поклоны. Русский танец. Позиции рук и ног. Специальные танцевальные упражнения. Положения рук, ног, головы, корпуса в народном танце. Ход в полуприседании. Ходы: бытовой с притопом, переменный, девичий плавный ход, дробный ход, шаркающий шаг. Battements tendus jetes: а) основной вид; б) с demi-plie в момент броска; в) с demi-plie в момент возвращения Р.Н. в III позицию; г) с подъёмом пятки О.Н. Танцевальные

шаги. Русский ход с каблука. Переменный ход вперёд и назад Каблучные упражнения: а) основной вид; б) с разворотом бедра и удара подушечкой Р.Н.; в) бросок прямой ногой с сокращенной стопой. Работа в паре. Положение рук, корпуса в паре. Танцевальные комбинации. Основные понятия. Повторение и совершенствование движений и элементов, изученных ранее. Народные шаги. Вращения. Разучивание этюдов на основе русской инструментальной музыки, народной песни. Припадание. Ходы: бытовой с притопом, переменный, девичий плавный ход, дробный ход, шаркающий шаг. Припадание. *Battements tendus*: а) с переходом Р.Н. с носка на каблук; б) с подъёмом пятки О.Н.; в) с *plie* момент перевода ноги на каблук. «Припадание» на месте Ходы: бытовой с притопом, переменный, девичий плавный ход, дробный ход, шаркающий шаг. *Battements tendus jetes*: а) основной вид; б) с *demi-plie* в момент броска; в) с *demi-plie* в момент возвращения Р.Н. в III позицию; г) с подъёмом пятки О.Н. д) с *plie* момент перевода ноги на каблук. «Припадание» с продвижением в сторону. Упражнения лицом к станку: подготовка к «голубцу», подготовка к «штопору» и «штопор». Подготовка к «качалочке» и «качалочка»: *Releve* на п/п, Перегибы корпуса.

Раздел 4. Элементы эстрадного танца

Теория: Особенности эстрадного танца. Характерные черты эстрадного танца, исполнение основных его элементов движений. Музыкально-ритмическая характеристика танца Танец и пантомима. Виды современного сценического танца: классический, народно-сценический, историко-бытовой, эстрадный, свободная пластика и. т. Д. Рождение искусства танца. Динамические оттенки в музыке. Ритмические рисунки в движении.

Практика: Практические упражнения на развитие музыкальности. Направление движения танца. Позиции рук. Знакомство с особенностями движений и характера танца, с правильной постановкой корпуса, рук, ног, головы. Правильность выполнения движений и синхронность выполнения движений под музыку. Эстрадный танец. Контактная импровизация. Основы техники *release*. Совмещение в единое целое танцевальной пластики и окружающего пространства, чувство партнёра, коллектива и себя в коллективе как единого целого. Работа головы в современном танце. Разминка на середине зала: работа головы, плеч, средней части корпуса и бедер, коленей, стоп, паховые и боковые растяжки. Разучивание танцевальных комбинаций и составление танцевального номера.

Раздел 5. Элементы венского вальса

Теория: Музыкально-ритмическая характеристика танца. Основы музыкальной грамотности: музыкально-ритмическая характеристика танца. Основы танца.

Практика: Изучение основ танца: стоя в шестой позиции, опускаться и подниматься; шаг вперед с правой ноги, подтягивая левую ногу, шаг назад с левой

ноги, подтягивая правую ногу (опускаясь на 1, поднимаясь на 2,3, в конце – снижения). Направление движения танца. Ориентирование в пространстве: знакомство с направлениями движений в танце. Левый развернутый квадрат с закрещиванием Изучение основ танца: левый развернутый квадрат с закрещиванием. Перемена с правого на левый Изучение основ танца: перемена с правого на левый. Перемена с левого на правый. Изучение основ танца: перемена с левого на правый. Венский вальс. Элементы танца. Движения «с руками». Изучение элементов танца: правый развернутый квадрат, левый развернутый квадрат с завершением «Контра чек» из левого в правый «Флекерл»; правый поворот; левый поворот.

Раздел 6. Творческая и концертная деятельность

Практика: Постановка концертных номеров ко Дню матери. Постановка танцевальных номеров. Разучивание движений и отработка элементов с ансамблем, с группами исполнителей. Оработка концертных номеров ко Дню матери. Индивидуальная работа с исполнителями. Разучивание движений и отработка элементов с солистами. Понятие «хореографический стиль». Этюды и игры с «внутренней бесконечностью», «замкнутое пространство», «сжатие» и т.п. Репетиция ко Дню матери Репетиционный процесс. Сводные репетиции – при участии всех возрастных групп в танцевальном зале, на сцене. Прогонные репетиции всей программы на сцене. Освоение заданного сценического пространства. Правила поведения на сценической площадке. Организация и подготовка выступления. Концерт ко Дню матери. Участие в концерте. Элементы актёрского мастерства. Упражнения и этюды на развитие актерских способностей. Грим, костюм, причёска. Постановка номеров к новогоднему спектаклю. Изучение художественных задач, поставленной той или иной танцевальной композицией. Подбор выразительных средств. Оработка номеров к новогоднему спектаклю. Подбор причёски и головного убора. Аксессуары – их роль в хореографической композиции. Поиск новых изобразительных средств. Репетиция новогодних спектаклей. Репетиционный процесс. Сводные репетиции – при участии всех возрастных групп в актовом зале, на сцене. Прогонные репетиции всей программы на сцене. Освоение заданного сценического пространства. Новогодние спектакли. Участие в спектаклях к новому году. Постановка концертных номеров к 8 марта. Постановка танцевальных номеров. Разучивание движений и отработка элементов с ансамблем, с группами исполнителей, отработка движений, техника исполнения. Оработка концертных номеров к 8 марта. Индивидуальная работа с исполнителями. Разучивание движений и отработка элементов с солистами. Понятие «хореографический стиль». Репетиция к 8 марта. Репетиционный процесс. Организация и подготовка выступления. Постановка танца, Концерт к 8 марта. Участие в концерте. Элементы актёрского мастерства. Упражнения и этюды на развитие актерских способностей.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Второй год обучения (базовый уровень)

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Азбука музыкального движения	16	6	10	Входной мониторинг. Беседа Опрос, наблюдение
2.	Элементы классического танца	38	12	26	Опрос, беседа наблюдение
3.	Элементы модерна	22	8	14	Текущий мониторинг. Опрос, беседа наблюдение
4.	Элементы народного танца	24	8	16	Опрос, беседа наблюдение
5.	Элементы Венского вальса	40	10	30	Беседа Опрос, наблюдение
6.	Танцевальные комбинации, этюды, импровизация	10		10	Беседа Опрос, наблюдение
7.	Творческая и концертная деятельность	30		30	Итоговый мониторинг. Репетиция
Итого		180	44	136	

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

Базовый уровень (второй год обучения)

Раздел 1. Азбука музыкального движения

Теория: Вводное занятие Техника безопасности. Техника безопасности. Партерный экзерсис. Определяются основные правила этики, безопасности и гигиены. Творческое знакомство. Вступительная беседа, в которой раскрываются цели и задачи программы, даются понятия: танец, темп, ритм. Танцевальная игра «Давайте знакомиться». Характер музыкального произведения. Совершенствование ритмичности (умения создавать, выявлять и воспринимать ритм).

Практика: Практическое освоение понятия «мелодия и движение». Темп (быстро, медленно, умеренно). Музыкальные размеры 4/4, 2/4, 3/4. Контрастная

музыка: быстрая-медленная, веселая-грустная. Музыкальные жанры. Марш, песня, танец. Знакомство с основными жанрами музыки и её отличительными чертами. Соотнесение пространственных построений с музыкой. Музыкально-пространственные упражнения. Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворота вправо и влево. Такт. Сильная и слабая доли. Чередование сильной и слабой долей такта. Танцевальная музыка: марши (спортивные, военные), вальсы (быстрые, медленные). Меленные хороводные, быстрые плясовые русские танцы. Стилизованная народная музыка. Акцентирование на сильную долю такта в шагах. Вступительные аккорды. Музыкальная структура движения: половинный каданс-полный каданс. Вступительные аккорды. Заключительные аккорды. Музыка с ярко выраженным ритмическим рисунком. Марши, польки, вальсы в медленном и среднем темпе. Заключительные аккорды. Ритмический рисунок. Определение и передача в движении: характера музыки, темпа, метроритма, размеров 2/4; 3/4. Упражнения на развитие ориентации в пространстве: положения в парах, свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну, построение из круга в одну шеренгу, в две, три, четыре.

Раздел 2. Элементы классического танца.

Теория: Экзерсис у станка. Постановка корпуса, постановка рук. Специфика танцевального шага и бега. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата ребенка. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов.

Практика: Позиции ног. Постановка корпуса, рук, ног, головы. Preparation, gemplie, battements tendus, battements tendus с demi-plie, passe par terre. Demi plie по 1 позиции. (Музыкальный размер $\frac{3}{4}$) Складывание, сгибание, приседание, развивает выворотность, бедра, эластичность и силу ног; изучается лицом к станку по 1, 2, 3-й позициям. Grand plie по 1 позиции. Battement tendu по 1 позиции. 2, 3 формы Par de bours. Demi plie и Grand plie по 2, 5 позициям. Battement tendu simple с Demi plie Battement tendu jete. Движения, вырабатывающие натянутость всей ноги в колене, подъеме, пальцах, развивающие силу и эластичность ног (изучается лицом к станку по 1, 3-й позициям, вначале в сторону, вперед, в конце года – назад). Проучивание перегибов корпуса: в сторону, назад, вперед. Grand Battement. Экзерсис на середине зала. Подготовительное движение руки (preparation). Постановка корпуса. Работа над мягкостью и пластичностью рук. Позы croisee, efface. Проучивание поз, положений, связанных с понятием croisee, effacee. Par de bours. Перегибы корпуса: в сторону, назад, вперед стоя по 1 позиции лицом к станку; Арабески 1, 2, 3. Положения, связанные с понятием croisee, efface. Прыжки. Прыжки с двух ног на две ноги. Трамплинные прыжки. Temps leve scaute, changement de pied. Pas echappe на вторую позицию. Вращения. Полуповороты в V позиции с переменной ног. 2) Полный

поворот. Подготовительное упражнение к турам. Растяжки. Специальные упражнения на разработку эластичности связок и мышц. Положение ноги вперед, в сторону, назад с demi-plie, с port de bras. Партерные растяжки. Безопасность, охрана здоровья, профилактика травматизма. Знание строения своего тела. Знание индивидуальных особенностей строения тела (уязвимые места). Правила поведения в хореографическом зале на занятиях и в период отдыха. Умение делать массаж.

Раздел 3. Элементы модерна

Теория: Основные понятия танца модерн. Основные понятия танца модерн: «центр», «гравитация», «баланс», «контракция», «релаксация». Пространственные музыкальные упражнения. Упражнения на развитие специфических танцевальных, физических способностей. Танцевальные шаги. Выполнение движения как путешествие рук, ног, шеи, головы, туловища через пространство.

Практика: Основные позиции и положения рук, ног, корпуса. Упражнения для рук. Упражнения на середине зала стоя, сидя, лёжа. Изучение и отработка позиций и положений рук, ног, головы, корпуса. Упражнения, включающие понятие «центр». Упражнения на развитие равновесия в статичных положениях тела, в динамике. «Гравитация». Упражнения, включающие понятие «гравитация». Упражнения на развитие равновесия в статичных положениях тела, в динамике. Понятие «баланс». Понятие «баланс». Упражнения на развитие подвижности стопы. Понятие «контракция», «релаксация» Упражнения на развитие подвижности стопы. Понятие «контракция», «релаксация» положения и другие термины танца «модерн». Упражнения на дыхание. Упражнения на дыхание. Упражнение «спираль» и виды перегибов корпуса. Понятие «спираль», работа корпуса – специальные упражнения. Ввод движений, требующих более серьёзных усилий. Укрупнение амплитуды движения. Увеличение энергии исполнения. Ускорение движения (смена темпа). Шаги на координацию – «титл», «триплет». Танцевальные шаги (сочетание различных движений в продвижении вперед, назад, в сторону и т.д.). Прыжки.

Раздел 4. Элементы народного танца

Теория: Ходы и проходки в народном танце. Позиции рук и ног. Экзерсис на середине. Элементы русского танца.

Практика: Положение ног, рук, позы. Поклоны. «Девичий шаг» с переступанием и с координацией рук. Русский ход, переменный шаг, шаг с каблука, шаг с притопом и др. разучивание простых ключей, поворотов на месте, хлопущек, присядок, дробушек, вращения на месте в различных комбинациях. Танцевальный элемент «Моталочка». Простой хороводный шаг. Приставной шаг в сторону. Шаг с притопом. Тройной притоп. Упражнения на середине. Различные прыжки, «стульчик», «кольцо», прыжок через ногу, платком и т.д. Вращения по кругу, диагонали, по прямой в различных вариациях. Танцевальный элемент «Ковырялочка» Подготовка к

flic – flac: а) основной вид; б) с ударом подушечкой Р.Н. в III позицию; в) с переступанием. Переменный ход вперед и назад. Ходы: бытовой с притопом, переменный, девичий плавный ход, дробный ход, шаркающий шаг. Battements tendus jetes: а) основной вид; б) с demi-plie в момент броска; в) с demi-plie в момент возвращения Р.Н. в III позицию; г) с подъёмом пятки О.Н. д) с plie момент перевода ноги на каблук. Русский ход с каблука. Каблучные упражнения: а) основной вид; б) с разворотом бедра и удара подушечкой Р.Н.; в) бросок прямой ногой с сокращенной стопой. Танцевальный элемент «Ёлочка», «гармошка». Характерный ronde de iambe и ronde de pied: а) до стороны; б) полный ronde; в) с plie. Притопы двойные и тройные. Выстукивания: а) поочередные удары всей стопой; б) двойные удары; в) двойные с подскоком; г) с переносом Р.Н. из положения III поз. Спереди в положение III поз. Сзади и с разворотом в невыворотное положение; д) «русский ключ» – простой. Припадание по 3 позиции. Начало прохождения комбинаций, составленных из пройденных элементов русского танца. «Дробные выстукивания. «Ключ» простой и усложненный. «Кадриль». Элементы танца. Шаг. Подготовка к «верёвочке» и «верёвочка»: а) основной вид; б) с подъёмом на п/п О.Н. в момент подъёма Р.Н. вверх; в) с разворотом бедра. «Кадриль». Элементы танца. Позиция рук. Grand battements jetes: а) основной вид; б) с опусканием Р.Н. в положение pointe или на каблук; в) с demi-plie на О.Н. и задержкой ноги в воздухе.

Раздел 5. Элементы венского вальса

Теория: Музыкально-ритмическая характеристика танца. Повторение основ вальса. «Контра чек» из левого в правый «Флекерл». Основы музыкальной грамотности: музыкально-ритмическая характеристика танца.

Практика: Изучение элементов танца. Венский вальс. Элементы танца. Изучение элементов танца. Венский вальс. Элементы танца. Шаг. Венский вальс. Элементы танца. Движения «с руками». Танцевальные комбинации, этюды, импровизация. Самостоятельное исполнение разученных комбинаций на заданную тему. Импровизация в форме игры. Танцевальные комбинации. Изучение основ танца: стоя в шестой позиции, опускаться и подниматься; шаг вперед с правой ноги, подтягивая левую ногу, шаг назад с левой ноги, подтягивая правую ногу (опускаясь на 1, поднимаясь на 2,3, в конце – снижения); Направление движения танца. Ориентирование в пространстве: знакомство с направлениями движений в танце. Правый развернутый квадрат Изучение основ танца: правый развернутый квадрат. Левый развернутый квадрат с закрепиванием. Изучение основ танца: левый развернутый квадрат с закрепиванием. Перемена с правого на левый. Изучение основ танца: перемена с правого на левый. Перемена с левого на правый Изучение основ танца: перемена с левого на правый. «Контра чек» из левого в правый «Флекерл». «Контра чек» из левого в правый «Флекерл»; правый поворот; левый поворот.

Постановка танцевальной композиции: постановка танца венский вальс. Изучение элементов танца: «Правый квадрат»; «Левый квадрат»; «Большой правый квадрат»; «Большой левый квадрат». Изучение элементов танца: правый развернутый квадрат, левый развернутый квадрат с завершением, «Контра чек» из левого в правый «Флекерл»; правый поворот; левый поворот. Движения «с руками». Правый развернутый квадрат, левый развернутый квадрат с завершением «Контра чек» из левого в правый «Флекерл»; правый поворот; левый поворот. Работа над репертуаром

Раздел 6. Танцевальные комбинации, этюды, импровизация

Практика: Самостоятельное исполнение разученных комбинаций на заданную тему. Этюд из знакомых танцевальных комбинаций. Эмоциональное состояние при создании танца. Импровизация под классическую музыку, джазовую, популярную, музыку авангардного направления. Особенности рисунка танца. Хоровод. Разучивание этюдов. Развёрнутые комбинации. Укрупнение амплитуды движения.

Импровизация без музыкального сопровождения. Импровизация в форме игры. Составление комбинаций из знакомых движений. Смена ритма в танцевальных комбинациях. Смена рисунка в продвижении. Импровизация в группах. Эмоционально окрашенное движение в пространстве. Импровизация в форме игры. Танец под музыку и без музыкального сопровождения.

Танцевальные комбинации. Смена ритма в танцевальных комбинациях. Смена рисунка в продвижении. Развёрнутые комбинации. Укрупнение амплитуды движения. Целенаправленный характер импровизаций, отражение эмоционального состояния по заданию. Коллективный танец и его развитые формы. Контактный танец, «вживание» танцовщиков друг в друга. Сольная импровизация, дуэт, трио, ансамбль. Разучивание этюдов. Этюды на развитие индивидуальности, сольного исполнения, дуэтного танца. Положения рук, ног, корпуса, головы в паре. Понятие о стиле, актёрской танцевальной выразительности. Средства актёрской выразительности в народно-сценическом танце. Особенности элементов национального танца, характера движений. Особенности рисунка танца

Творческая и концертная деятельность

Практика: Постановка концертных номеров ко Дню матери. Постановка танцевальных номеров. Разучивание движений и отработка элементов с ансамблем, с группами исполнителей. Оработка концертных номеров ко Дню матери. Индивидуальная работа с исполнителями. Разучивание движений и отработка элементов с солистами. Понятие «хореографический стиль». Этюды и игры с «внутренней бесконечностью», «замкнутое пространство», «сжатие» и т.п. Репетиция ко Дню матери Репетиционный процесс. Концерт ко Дню матери. Участие в концерте. Элементы актёрского мастерства. Упражнения и этюды на развитие актерских способностей. Грим, костюм, причёска. Постановка номеров к новому году

спектаклю. Изучение художественных задач, поставленной той или иной танцевальной композицией. Подбор выразительных средств. Отработка номеров к новогоднему спектаклю. Подбор прически и головного убора. Аксессуары – их роль в хореографической композиции. Поиск новых изобразительных средств. Репетиция новогодних спектаклей. Репетиционный процесс. Организация и подготовка выступления. Новогодние спектакли. Участие в спектаклях к новому году. Постановка концертных номеров к 8 марта. Постановка танцевальных номеров. Разучивание движений и отработка элементов с ансамблем, с группами исполнителей, отработка движений, техника исполнения. Практическая работа. Отработка концертных номеров к 8 марта. Индивидуальная работа с исполнителями. Репетиция к 8 марта. Организация и подготовка выступления. Постановка танца, Концерт к 8 марта. Участие в концерте. Элементы актёрского мастерства. Упражнения и этюды на развитие актерских способностей. Грим, костюм, причёска. Изучение художественных задач, поставленной той или иной танцевальной композицией. Подбор выразительных средств. Отработка изученных танцев. Отработка основных элементов танца, отработка танцевальной композиции. Репетиция отчетного концерта. Генеральная репетиция. Отработка изученных танцев. Изучение художественных задач, поставленной той или иной танцевальной композицией. Подбор выразительных средств. Итоговое занятие. Отчетный концерт. Последний звонок. Участие в концерте. Подведение творческих итогов. Праздничная программа для обучающихся всех групп.

Сводные репетиции – при участии всех возрастных групп в танцевальном зале, на сцене. Прогонные репетиции всей программы на сцене. Освоение заданного сценического пространства. Правила поведения на сценической площадке. Организация и подготовка выступления. Сводные репетиции – при участии всех возрастных групп в актовом зале, на сцене. Прогонные репетиции всей программы на сцене. Освоение заданного сценического пространства. Правила поведения на сценической площадке.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Личностные результаты:

- учебно-познавательный интерес к хореографическому искусству;
- ориентация на понимание причин успеха в творческой деятельности;
- способность к самооценке на основе критерия успешности деятельности;
- основы социально ценных личностных и нравственных качеств: трудолюбие, организованность, добросовестное отношение к делу, инициативность, любознательность, потребность помогать другим, уважение к чужому труду и результатам труда, культурному наследию.

Метапредметные результаты:

- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами;
- осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований;
- навык самостоятельной работы и работы в группе при выполнении практических творческих работ;
- умение адекватно воспринимать оценку своих работ и окружающих;
- умение осуществлять итоговый и пошаговый контроль своей творческой деятельности;
- корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе оценки и характере сделанных ошибок.

Предметные результаты:

- умение грамотно исполнять все движения классического (партерного) экзерсиса, различных танцевальных движений и хореографических комбинаций;
- умение определять музыкальный размер музыкального сопровождения, начало и конец музыкальной фразы, определять сильные и слабые доли
- умение контролировать свое тело, показывать эмоции;
- умение правильно перестраиваться по рисунку и ориентироваться в сценическом пространстве.

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

1. Материально-техническое обеспечение

Для успешной реализации программы танцевальной студии необходимым является следующее:

- зал, оборудованный станками и зеркалами;
- форма для занятий: купальник гимнастический, балетки, юбка или шорты;
- музыкальный центр;
- шкаф для хранения костюмов;
- гимнастические коврики;
- аудио- и видеодиски;
- компьютер;
- проектор;
- концертные костюмы и концертная обувь.

Кадровое обеспечение

Требования к квалификации педагогических кадров, обеспечивающих обучение по дополнительной общеразвивающей программе: наличие среднего или высшего педагогического образования, либо образования по профилю Программы, желателен опыт педагогической деятельности.

Методическое обеспечение

Для успешной реализации программы обеспечены условия необходимые для реализации программы в течение всего периода:

Методическое обеспечение программы содержит необходимые информационные ресурсы для ведения качественного образовательного процесса и представлено в виде фоно- и видео – медиатеки, тематической литературы, методических разработок занятий, фотоальбомов.

- аудио материалы с фонограммами;
- DVD материалы с записями выступлений творческого объединения;
- DVD и видео материалы с записями выступлений известных хореографических коллективов.
- Видеография школ и техники Марты Грэхэм, Хортон
- альбом с фотографиями выступлений творческого объединения;
- «Семинар по современному танцу. Базовый уровень. Мастер-класс

(практикум). Педагог-хореограф Н.В. Лысцова».

▪ «Открытые уроки по современному танцу. Базовый уровень. Мастер-класс (практикум). Педагог-хореограф Н.В. Лысцова».

▪ «Современный танец для детей 9-12 лет. Ашот Назаретян».

▪ «Мастер-класс по современному танцу. Евгений Шевцов»

При обучении и разучивании танцев важное место на занятиях отводится тренажу — это определённая система тренировочных упражнений, которые помогают обучающимся легче разучить и усвоить танцевальный репертуар. Построенные по степени усложнения, упражнения подготавливают к более сложным движениям, и физической нагрузке, укрепляют мышцы спины и ног, способствуют координации движений. Каждый элемент танца раскладывается на ряд более простых движений. По мере усвоения схемы движения добавляются детали, постепенно доводящие данный элемент до его законченной формы.

Обычно педагог показывает и объясняет движения, проделывает их совместно с обучающимися сначала в медленном темпе, со счётом вслух, без музыкального сопровождения; затем с музыкой — в спокойном темпе, пока они не будут усвоены обучающимися. На последнем занятии повторяются и закрепляются эти движения, постепенно совершенствуя их и сочетая с элементами танца. Параллельно с отработыванием движений ног, рук и корпуса, идет работа над выразительностью мимики лица, выражением глаз. Чувствуя и пропуская через себя образ, который дети воплощают в танце, они с большим удовольствием работают над артистичностью исполнения танца.

Теоретическая часть даётся по ходу занятий в соответствии с содержанием нового материала /историческая справка, сведения о жизни и творчестве выдающихся танцоров, характере музыкальных произведений в сочетании с танцевальными движениями, этике поведения и сценической культуре/.

Практическая часть зависит от уровня навыков, желания ребёнка (особенно на начальном этапе), сложности отдельных элементов танца.

Основная часть занятия — разучивание танца. Сначала даётся общее представление о цели — показ танца в законченной форме. Приступая к разбору и разучиванию танца, сначала прослушивается музыка к нему, определяется характер, стиль, разучиваются отдельные движения танца и лишь затем вся композиция. Главным приёмом в работе над танцем является развитие самостоятельности и инициативы у ребят, подчёркивание их индивидуальности. Обучающимся предлагается составлять небольшие танцевальные композиции, вносить элементы импровизации, способствуя развитию творческой активности.

Организация творческой деятельности позволяет педагогу увидеть характер в подростке, выявить движения его души, найти индивидуальный подход к нему с

учётом пола, возраста, потребности, в данного рода деятельности, выявить и развить его творческий потенциал. На выявление и развитие индивидуальности обучающихся, отводится не менее 5 минут на каждом занятии. Это и работа с детьми, требующими повторного показа, дополнительного объяснения или подсказки педагога, как легче и грамотнее выполнить то или иное упражнение, танцевальное движение или сложный элемент танца. С целью развития эмоциональности, выразительности в исполнительской деятельности, творческих способностей и актёрского мастерства используется просмотр видеоматериала занятий с последующим их анализом и обсуждением.

Для изучения или закрепления новых, сложных или трудных движений танца используется приём выполнения упражнений обучающимися по очереди с последующим анализом результатов педагогом или самими обучающимися (сравнение, выявление удач и ошибок), показ элементов движений педагогом или обучающимися, усвоившими разучиваемое движение.

Все замечания по ходу занятия делаются в спокойной, требовательной, но доброжелательной форме, без намёка на унижение личности ребёнка, с обязательными элементами поощрения и похвалы даже самых незначительных успехов обучающегося.

Занятия проводятся по группам. Коллективная форма проведения занятий даёт возможность более продуктивно влиять на выработку норм и правил высоконравственного поведения, добиваться сплочения коллектива, наладить дружбу, здоровые отношения между членами коллектива чему способствует дружеская атмосфера совместного творчества, делового содружества, взаимопонимания и полного доверия между участниками.

Важным моментом в реализации данной программы является создание творческой атмосферы, которая позволяет ненавязчиво, исподволь заниматься обучением и воспитанием с учётом специфики занятий хореографией.

№	Раздел программы	Приёмы и методы организации учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал	Техническое оснащение занятий
1.	Азбука музыкального движения	Объяснение, показ выполнения упражнений, отработка движений, разучивание танцев.	Видеозаписи, мультимедийные материалы, специальная литература.	Музыкальный центр, реквизит, декорации
2.	Элементы классического танца			
3.	Элементы народного танца			
4.	Элементы эстрадного танца			
5.	Элементы Венского вальса			

ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/КОНТРОЛЯ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Оценка эффективности программы

Для контроля качества обучения и стимуляции деятельности обучающихся проводятся концерты и конкурсы. Достижения обучающихся отмечаются вручением специальных грамот и дипломов и освещаются на школьном сайте и в школьной газете.

Из числа наиболее подготовленных обучающихся формируется концертная группа для участия в конкурсах и фестивалях различного уровня.

Формы контроля

При реализации данной программы предусмотрены следующие виды контроля:

Входной мониторинг (проводится на первых занятиях) – определение начальной подготовленности обучающихся. Проводится в форме наблюдения и мониторинга эффективности.

Текущий мониторинг – определение уровня усвоения содержания программы. Формы контроля: беседа, мониторинга эффективности.

Итоговый мониторинг (проводится в конце каждого учебного года) – отчетный концерт.

Мониторинг эффективности

Данный мониторинг позволяют целенаправленно изучать эффективность работы с учащимися, определить достигнутые в этой работе результаты, измерить их, выявить динамику происходящих изменений.

Критерии	уровни		
	низкий	средний	высокий
<i>Музыкальность</i>	Проявляется пассивность на занятиях, часты отвлечения, интерес к изучаемому материалу отсутствует.	Могут частично различать стили и направления в современном танце в музыкальной культуре.	Способны воспринимать и передавать в движении образ и основными средствами выразительности изменять движения в соответствии с музыкальными фразами, темпом, ритмом.
<i>Эмоциональность</i>		Умеют частично передавать эмоции в танце	умеют передавать в позе, жестах разнообразную гамму чувств, исходя из музыки и содержания хореографической композиции (страх, радость, удивление, настороженность,

			восторг, тревогу, печаль и т.д.).
<i>Гибкость, пластичность</i>		Могут частично воспринимать и передавать в движении образ	мягкие, плавные и музыкальные движения рук, подвижность суставов, гибкость позвоночника, позволяющие исполнить несложные акробатические упражнения.
<i>Координация, ловкость движений</i>		Частично знают ритмическую основу и структуру музыкальных произведений	точность исполнения упражнений, правильное сочетание движений рук и ног в танце.
<i>Творческие способности</i>		Могут частично импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные	Умеют импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений.
<i>Внимание и память</i>		Способны частично запоминать музыку и движения.	Способны не отвлекаться от музыки и процесса движения (выполнять композиции самостоятельно, без подсказок)

Методы, используемые в процессе обучения

- Словесный (объяснение, замечание)
- Наглядность (личный показ педагога)
- Практический (выполнение движений)

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Для педагога:

1. «Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца.- Изд. 2-е. – Л., 2009, с.5-11
2. Ваганова А. Основы классического танца.- Изд. 5-е. – Л., 2008, с.95-147
3. Васильева Т. Секрет танца. – СПб., 2007, с.7-15
4. Гусев Г. Методика преподавания народного танца. – М., 2003, с. 9-166
5. Звёздочкин В. Классический танец. - «Феникс» 2003, с.6-24
6. Кветная О. Историко-бытовой танец. – М., 2007, с.45-67
7. Климов А. Основы русской народной хореографии. – М., 2011, с.9-159
8. Полятков С. Основы современного танца. – Ростов-на-Дону, 2011., с. 5-65
9. Пуртова Т. В., Беликова А. Н., Кветная О. В. Учите детей танцевать. – М., 2010.
10. Тарасов Н. Классический танец. – М., 2011, с. 20-90
11. Ткаченко Т. Народные танцы. – М., 2009,с. 6-35.4

Для обучающихся:

1. Володина О. Самоучитель клубных танцев. – Ростов-на-Дону, 2010, с.4-154
2. Ветлугина Н. Музыкальное развитие ребёнка. – М.,2006, с.3-16
3. Руднева С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение. – М., 2010, с. 2-98

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
(первый год обучения)

№ п/п	Дата	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Форма контроля
1-2	1 нед.	Вводное занятие	2	<i>Азбука музыкального движения</i> Вводное занятие Техника безопасности.	Беседа. Входной мониторинг.
3-4	1 нед.	Вводное занятие	2	Творческое знакомство	Беседа
5-6	2 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Характер музыкального произведения	Беседа
7-8	2 нед.	Разучивание танцев.	2	Постановка концертных номеров ко Дню учителя	Наблюдение
9-10	3 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Музыкальные жанры	Беседа
11-12	3 нед.	Отработка движений.	2	Отработка концертных номеров ко Дню учителя	Наблюдение
13-14	4 нед.	Знакомство с новым материалом	2	Такт (сильная и слабая доли).	Наблюдение
15-16	4 нед.	Закрепление изученного материала	2	Концерт ко Дню учителя	Наблюдение
17-18	5 нед.	Знакомство с новым материалом	2	Вступительные аккорды.	Беседа
19-20	5 нед.	Знакомство с новым материалом	2	Заключительные аккорды	Беседа
21-22	6 нед.	Объяснение, показ	2	Ритмический рисунок	Наблюдение

		выполнения упражнений.			
23-24	6 нед.	Знакомство с новым материалом	2	<i>Элементы народно-сценического танца</i> История развития народного танца.	Беседа
25-26	7 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Основные характеристики народного танца.	Наблюдение
27-28	7 нед.	Знакомство с новым материалом	2	Сюжеты и темы народных танцев	Беседа
29-30	8 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Русский танец. Позиция рук	Наблюдение
31-32	8 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Позиция рук – 1, 2, 3 – на талии.	Беседа
33-34	9 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Русский танец. Позиции ног открытые и закрытые.	Наблюдение
35-36	9 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Русский танец. Позиции рук и ног.	Беседа
37-38	10 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Ход в полуприседании	Наблюдение
39-40	10 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Танцевальные шаги.	Беседа
41-42	11 нед.	Разучивание	2	Постановка концертных	Наблюдение

		танцев.		номеров ко Дню матери	
43-44	11 нед.	Практическое занятие	2	Работа в паре	Наблюдение
45-46	12 нед.	Отработка движений.	2	Отработка концертных номеров ко Дню матери	Наблюдение
47-48	12 нед.	Знакомство с новым материалом	2	Припадание	Беседа
49-50	13 нед.	Закрепление изученного материала	2	Репетиция ко Дню матери	Наблюдение
51-52	13 нед.	Отработка движений.	2	Концерт ко Дню матери	Наблюдение
53-54	14 нед.	Знакомство с новым материалом	2	«Припадание» на месте	Беседа
55-56	14 нед.	Закрепление изученного материала	2	«Припадание» с продвижением в сторону.	Наблюдение
57-58	15 нед.	Знакомство с новым материалом	2	<i>Элементы классического танца</i> Классический экзерсис	Беседа
59-60	15 нед.	Разучивание танцев.	2	Постановка номеров к новогоднему спектаклю	Наблюдение
61-62	16 нед.	Знакомство с новым материалом	2	Позы классического танца	Беседа
63-64	16 нед.	Отработка движений.	2	Отработка номеров к новогоднему спектаклю	Наблюдение
65-66	17 нед.	Отработка движений.	2	Репетиция новогодних спектаклей	Наблюдение
67-68	17 нед.	Закрепление изученного материала	2	Новогодние спектакли	Наблюдение
69-70	18 нед.	Знакомство с новым материалом	2	Позиции рук: подготовительное положение, I	Беседа
71-72	18 нед.	Знакомство с	2	Позиции рук II, III.	Текущий

		новым материалом			мониторинг
73-74	19 нед.	Закрепление изученного материала	2	Позиции рук: подготовительное положение, I, II, III.	Наблюдение
75-76	19 нед.	Знакомство с новым материалом	2	Поклон по I позиции.	Беседа
77-78	20 нед.	Знакомство с новым материалом	2	Позиции ног (1,2,).	Беседа
79-80	20 нед.	Знакомство с новым материалом	2	Позиции ног (3,5).	Беседа
81-82	21 нед.	Закрепление изученного материала	2	Позиции ног (1,2,3,5).	Наблюдение
83-84	21 нед.	Разучивание танцев.	2	Постановка концертных номеров к 8 марта	Наблюдение
85-86	22 нед.	Знакомство с новым материалом	2	Деми-плие (1,2,3,5) позиции. (Музыкальный размер $\frac{3}{4}$).	Беседа
87-88	22 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.		Батман тандю	Наблюдение
89-90	23 нед.	Знакомство с новым материалом	2	Деми рон де жамб пор тер	Беседа
91-92	23 нед.	Отработка движений. Объяснение, показ выполнения упражнений.		Отработка концертных номеров к 8 марта	Наблюдение
93-94	24 нед.	Знакомство с новым материалом	2	Положение ноги, сюр ле ку де пье	Беседа

95-96	24 нед.	Отработка движений.	2	Репетиция к 8 марта	Наблюдение
97-98	25 нед.	Знакомство с новым материалом	2	<i>Элементы эстрадного танца</i> Особенности эстрадного танца	Беседа
99-100	25 нед.	Закрепление изученного материала	2	Концерт к 8 марта	Наблюдение
101-102	26 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Эстрадный танец. Рождение искусства танца.	Беседа
103-104	26 нед.	Разучивание танцев.	2	Постановка концертных номеров к последнему звонку	Наблюдение
105-106	27 нед.	Знакомство с новым материалом	2	Направление движения танца	Беседа
107-108	27 нед.	Разучивание танцев.	2	Отработка изученных танцев	Наблюдение
109-110	28 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Позиции рук.	Беседа
111-112	28 нед.	Отработка движений.	2	Репетиция ко Дню Победы	Наблюдение
113-114	29 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Работа головы в эстрадном танце.	Беседа
115-116	29 нед.	Закрепление изученного материала	2	Концерт к Дню Победы	Наблюдение
117-118	30 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Работа ног в эстрадном танце.	Наблюдение
119-	30 нед.	Объяснение,	2	Работа корпуса в	Наблюдение

120		показ выполнения упражнений.		эстрадном танце	
121-122	31 нед.	Знакомство с новым материалом	2	<i>Элементы Венского вальса</i> Основы танца	Беседа
123-124	31 нед.	Знакомство с новым материалом	2	Направление движения танца	Беседа
125-126	32 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Левый развернутый квадрат с закреплением	Наблюдение
127-128	32 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Перемена с правого на левый	Беседа
129-130	33 нед.	Отработка движений.	2	Перемена с левого на правый.	Наблюдение
131-132	33 нед.	Закрепление изученного материала	2	Венский вальс. Элементы танца. Движения «с руками».	Наблюдение
133-134	34 нед.	Разучивание танцев.	2	Танцевальные комбинации	Наблюдение
135-136	34 нед.	Отработка движений.	2	Отработка изученных танцев.	Наблюдение
137-138	35 нед.	Закрепление изученного материала	2	Разучивание комбинаций на заданную тему.	Наблюдение
139-140	35 нед.	Отработка движений.	2	Разучивание и исполнение комбинаций на заданную тему.	Наблюдение
141-142	36 нед.	Закрепление изученного материала	2	Генеральная репетиция.	Наблюдение
143-144	36 нед.	Итоговое занятия	2	Отчетный концерт. Последний звонок.	Итоговый мониторинг.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
(второй год обучения)

№ п/п	Дата	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Форма контроля
1-2	1 нед.	Вводное занятие	2	<i>Азбука музыкального движения</i> Вводное занятие Техника безопасности.	Беседа. Входной мониторинг.
3-4	1 нед.	Вводное занятие	2	Творческое знакомство	Беседа
5	1 нед.	Разучивание танцев.	1	Постановка концертных номеров ко Дню учителя	Наблюдение
6-7	2 нед.	Знакомство с новым материалом	2	Характер музыкального произведения	Беседа
8-9	2 нед.	Знакомство с новым материалом	2	Музыкальные жанры	Беседа
10	2 нед.	Отработка движений.	1	Отработка концертных номеров ко Дню учителя	Наблюдение
11-12	3 нед.	Знакомство с новым материалом	2	Такт (сильная и слабая доли).	Беседа
13-14	3 нед.	Знакомство с новым материалом	2	Вступительные аккорды.	Беседа
15	3 нед.	Отработка движений.	1	Репетиция ко Дню учителя	Наблюдение
16-17	4 нед.	Знакомство с новым материалом	2	Заключительные аккорды.	Беседа
18-19	4 нед.	Закрепление изученного материала	2	Ритмический рисунок	Наблюдение
20	4 нед.	Отработка движений.	1	Репетиция ко Дню учителя	Наблюдение

21-22	5 нед.	Закрепление изученного материала	2	Концерт ко Дню учителя	Наблюдение
23-24	5 нед.	Знакомство с новым материалом	2	<i>Элементы классического танца Экзерсис у станка.</i> Постановка корпуса, постановка рук	Беседа
25	5 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	1	Позиции ног.	Беседа
26-27	6 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Demi plie по 1 позиции.	Беседа
28-29	6 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Grand plie по 1 позиции.	Беседа
30	6 нед.	Отработка движений.	1	Самостоятельное исполнение разученных комбинаций на заданную тему.	Наблюдение
31-32	7 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Battement tendu по 1 позиции.	Беседа
33-34	7 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	2, 3 формы Par de bours.	Беседа
35	7 нед.	Отработка движений.	1	Импровизация в форме игры.	Наблюдение
36-37	8 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Demi plie и Grand plie по 2, 5 позициям.	Беседа
38-39	8 нед.	Объяснение,	2	Battement tendu simple с	Беседа

		показ выполнения упражнений.		Demi plie	
40	8 нед.	Отработка движений.	1	Танцевальные комбинации	Наблюдение
41-42	9 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Battement tendu jete	Беседа
43-44	9 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Проучивание перегибов корпуса: в сторону, назад, вперед.	Беседа
45	9 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	1	Grand Battement	Беседа
46-47	10 нед.	Знакомство с новым материалом	2	<i>Экзерсис на середине зала.</i> Подготовительное движение руки (preparation).	Беседа
48-49	10 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Постановка корпуса	Беседа
50	10 нед.	Разучивание танцев.	1	Постановка концертных номеров ко Дню матери	Наблюдение
51-52	11 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Позы croisee, efface.	Беседа
53-54	11 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Par de bours	Беседа
55	11 нед.	Отработка движений.	1	Отработка концертных номеров ко Дню матери	Наблюдение
56-57	12 нед.	Объяснение,	2	Арабески 1,2,3	Беседа

		показ выполнения упражнений.			
58-59	12 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Положения, связанные с понятием croisee, efface	Беседа
60	12 нед.	Отработка движений.	1	Репетиция ко Дню матери	Наблюдение
61-62	13 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Прыжки.	Беседа
63-64	13 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Вращения.	Беседа
65	13 нед.	Закрепление изученного материала	1	Концерт ко Дню матери	Наблюдение
66-67	14 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Растяжки.	Наблюдение
68-69	14 нед.	Знакомство с новым материалом	2	<i>Элементы модерна</i> Основные понятия танца модерна	Беседа
70	14 нед.	Разучивание танцев.	1	Постановка номеров к новогоднему спектаклю	Наблюдение
71-72	15 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Пространственные музыкальные упражнения.	Беседа
73-74	15 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Танцевальные шаги	Беседа
75	15 нед.	Разучивание	1	Отработка номеров к	Наблюдение

		танцев.		новогоднему спектаклю	
76-77	16 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Основные позиции и положения рук, ног, корпуса.	Наблюдение
78-79	16 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Упражнения, включающие понятие «центр»	Беседа
80	16 нед.	Отработка движений.	1	Репетиция новогодних спектаклей	Наблюдение
81-82	17 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	«Гравитация».	Беседа
83-84	17 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Понятие «баланс».	Беседа
85	17 нед.	Закрепление изученного материала	1	Новогодние спектакли	Наблюдение
86-87	18 нед.	Знакомство с новым материалом	2	Понятие «контракция», «релаксация»	Беседа Текущий мониторинг
88-89	18 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Упражнения на дыхание.	Наблюдение
90	18 нед.	Отработка движений.	1	Самостоятельное исполнение разученных комбинаций на заданную тему.	Наблюдение
91-92	19 нед.	Знакомство с новым материалом	2	Упражнение «спираль» и виды перегибов корпуса.	Беседа
93-94	19 нед.	Закрепление изученного	2	Шаги на координацию – «титл», «триплет».	Беседа

		материала			
95	19 нед.	Отработка движений.	1	Импровизация в форме игры.	Наблюдение
96-97	20 нед.	Знакомство с новым материалом	2	<i>Элементы народного танца</i> Ходы и проходки в народном танце	Беседа
98-99	20 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	«Девичий шаг» с переступанием и с координацией рук.	Беседа
100	20 нед.	Отработка движений.	1	Танцевальные комбинации	Наблюдение
101-102	21 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Танцевальный элемент «Моталочка».	Беседа
103-104	21 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Танцевальный элемент «Ковырялочка»	Беседа
105	21 нед.	Отработка движений.	1	Постановка концертных номеров к 8 марта	Наблюдение
106-107	22 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Переменный ход вперёд и назад.	Беседа
108-109	22 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Русский ход с каблука.	Беседа
110	22 нед.	Отработка движений.	1	Отработка концертных номеров к 8 марта	Наблюдение
111-112	23 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Танцевальный элемент «Ёлочка», «гармошка».	Беседа
113-114	23 нед.	Объяснение, показ	2	Притопы двойные и тройные.	Беседа

		выполнения упражнений.			
115	23 нед.	Отработка движений.	1	Репетиция к 8 марта	Наблюдение
116- 117	24 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Припадание по 3 позиции.	Наблюдение
118- 119	24 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	«Дробные выстукивания. «Ключ» простой и усложненный.	Беседа
120	24 нед.	Разучивание танцев.	1	Самостоятельное исполнение разученных комбинаций на заданную тему.	Наблюдение
121- 122	25 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	«Кадриль». Элементы танца. Шаг.	Беседа
123- 124	25 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	«Кадриль». Элементы танца. Позиция рук.	Беседа
125	25 нед.	Закрепление изученного материала	1	Концерт к 8 марта	Наблюдение
126- 127	26 нед.	Знакомство с новым материалом	2	<i>Элементы венского вальса</i> Музыкально- ритмическая характеристика танца. Повторение основ вальса.	Беседа
128- 129	26 нед.	Знакомство с новым материалом	2	Основы танца. Музыкально-ритмическая характеристика танца	Беседа
130	26 нед.	Разучивание танцев.	1	Самостоятельное исполнение разученных комбинаций на заданную	Наблюдение

				тему	
131-132	27 нед.	Отработка движений.	2	Изучение элементов танца	Наблюдение
133-134	27 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Венский вальс. Элементы танца	Беседа
135	27 нед.	Отработка движений.	1	Импровизация в форме игры.	Наблюдение
136-137	28 нед.	Отработка движений.	2	Изучение элементов танца	Наблюдение
138-139	28 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Венский вальс. Элементы танца. Шаг	Беседа
140	28 нед.	Отработка движений.	1	Танцевальные комбинации	Наблюдение
141-142	29 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Венский вальс. Элементы танца. Движения «с руками»	Беседа
143-144	29 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Изучение основ танца: правый развернутый квадрат. Левый развернутый квадрат с закрепчиванием	Беседа
145	29 нед.	Разучивание танцев.	1	Постановка концертных номеров к Последнему звонку	Наблюдение
146-147	30 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	«Контра чек» из левого в правый «Флекерл»	Беседа
148-149	30 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Направление движения танца. Ориентирование в пространстве: знакомство с направлениями движений в танце.	Беседа

150	30 нед.	Отработка движений.	1	Отработка изученных танцев	Наблюдение
151-152	31 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Правый развернутый квадрат.	Беседа
153-154	31 нед.	Знакомство с новым материалом	2	Изучение основ танца: левый развернутый квадрат с закреплением.	Беседа
155	31 нед.	Отработка движений.	1	Отработка концертных номеров к Последнему звонку	Наблюдение
156-157	32 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Изучение основ танца: перемена с правого на левый.	Беседа
158-159	32 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Изучение основ танца: перемена с левого на правый.	Беседа
160	32 нед.	Отработка движений.	1	Отработка концертных номеров ко Дню Победы	Наблюдение
161-162	33 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Перемена с левого на правый «Контра чек» из левого в правый «Флекерл»	Беседа
163-164	33 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	«Контра чек» из левого в правый «Флекерл»; правый поворот; левый поворот.	Беседа
165	33 нед.	Отработка движений.	1	Отработка концертных номеров ко Дню Победы	Наблюдение
166-167	34 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Изучение элементов танца: «Правый квадрат»; «Левый квадрат»; «Большой правый квадрат»	Беседа
168-	34 нед.	Отработка	2	Репетиция ко Дню	Наблюдение

169		движений.		Победы	
170	34 нед.	Отработка движений.	1	Концерт к Дню Победы	Наблюдение
171-172	35 нед.	Объяснение, показ выполнения упражнений.	2	Изучение элементов танца: «Правый квадрат»; «Левый квадрат»; «Большой правый квадрат». Движения «с руками».	Беседа
173-174	35 нед.	Закрепление изученного материала	2	Изучение элементов танца: правый развернутый квадрат, левый развернутый квадрат с завершением, Контра чек» из левого в правый «Флекерл»; правый поворот; левый поворот.	Наблюдение
175	35 нед.	Закрепление изученного материала	1	Отработка изученных номеров к Последнему звонку	Наблюдение
176-177	36 нед.	Закрепление изученного материала	2	Изучение элементов танца: правый развернутый квадрат, левый развернутый квадрат с завершением «Контра чек» из левого в правый «Флекерл»; правый поворот; левый поворот.	Наблюдение
178-179	36 нед.	Закрепление изученного материала	2	Генеральная репетиция.	Наблюдение
180	36 нед.	Итоговое занятие	1	Отчетный концерт «Последний звонок»	Итоговый мониторинг

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 595079120666552259363833422548667397541845386422

Владелец Ольшевская Татьяна Юрьевна

Действителен с 16.08.2024 по 16.08.2025