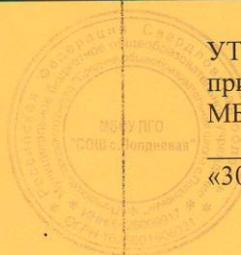


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Полевского городского округа
«Средняя общеобразовательная школа с. Полдневая»

РАССМОТРЕНО
на педагогическом совете
Протокол № 1 от 30.09.2024 г.



УТВЕРЖДЕНО
приказом директора
МБОУ ШКО «СОШ с.Полдневая»
Т.Г. Батина
«30» августа 2024 г. № 190/1

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Хореография»
Уровень программы: базовый
Возраст обучающихся: 12 – 14 лет (5-9 класс)
Срок реализации программы: 1 год

Автор-составитель:
Бубликова Марина Владимировна,
педагог дополнительного образования

Полдневая, 2024 г.

Пояснительная записка

Дополнительная образовательная программа (дополнительная общеразвивающая программа) «Хореография» разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования к структуре основной образовательной программы (утверждён приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от « 6 » октября 2009 г. № 373). Программа имеет *физкультурно - спортивную направленность* и предназначена для реализации в условиях «МБОУ ПГО СОШ с. Полдневая»

Направленность – художественная.

Программа определяет содержание и организацию образовательного процесса на ступени среднего общего образования.

Программа соответствует основным принципам государственной политики РФ в области образования, изложенным в Законе Российской Федерации “Об образовании”.

Курс дополнительного образования «Хореография» рассчитан на работу с детьми школьного возраста на основе приобщения к традиционным культурным ценностям. Он посвящён процессу овладения детьми своим телом, а также можно осуществить как эстетическое, так и физическое воспитание детей, развить у них художественный вкус, воспитать благородство манер, а танцевальные упражнения и движения укрепляют мышцы тела, вырабатывают правильную осанку, развивают ловкость, пластику и координацию движения.

Танец – это своеобразный пласт в искусстве танца, в котором по-новому соединились движения, музыка, свет и краски. Он обладает своей неповторимой спецификой, изяществом и энергетикой.

Особую роль в системе воспитания играет искусство. В этом отношении широкое поле для развития гармонического воспитания учащихся представляет хореографическое образование. Занимаясь хореографией, ребенок развивает такие «свойства» личности, как интеллигентность, креативность, адаптивность, дисциплинированность, чувство собственного достоинства, ответственность, самостоятельность. Организуется свободное время детей, они получают богатый опыт совместной деятельности, решения возникающих проблем, общения, учатся жить и работать с другими людьми, учатся познавать себя и окружающий мир. Кроме того, занятия хореографическим искусством вообще, и современным танцем в частности, помогают организовать его свободное время, приобщают к ценностям здорового образа жизни.

Мир хореографии очень разнообразен, он сочетает в себе многие виды танцев, таких как: классический, народный, джазовый, модерн и т. д. Хореография

развивает артистизм, творческую интуицию и эмоциональность, укрепляет физическую силу, формирует фигуру.

Актуальность и педагогическая целесообразность программы

Актуальность данной образовательной программы обусловлена спросом родителей и обучающихся на программы художественного развития, а также необходимостью развития физической активности, формирования установок на здоровый образ жизни подрастающего поколения. Танцы в наши дни являются одним из популярных и любимых видов деятельности многих детей. Среди множества форм художественного воспитания детей хореография занимает особое место.

В процессе занятий обучающийся получает профессиональные навыки владения своим телом, изучает основы хореографии; знакомится с историей и теорией современного и классического танца; получает возможность для самовыражения в актерской пластике; учится преодолевать физические и технико-исполнительские трудности, чем совершенствует своё мастерство и свой характер; познает способы сосуществования в коллективе.

В социальном аспекте обучающиеся учатся через партнерство воспринимать других людей, дружно существовать в коллективе, выстраивать взаимоотношения. Осваивая технику движения, ребята двигаются от удовлетворения интереса к этому виду деятельности и потребности в движении к удовлетворению творческих потребностей в самовыражении, к решению сложных технических танцевальных задач. По ходу освоения программы ребята знакомятся с историей танца, с ведущими современными исполнителями, слушают музыку, учатся различать новомодное, сиюминутное и вечное.

Хореография, танец – искусства, любимое детьми. Танец играет немаловажную роль в воспитании человека. Это связано с его многогранностью, которая сочетает в себе средства музыкального, пластического, спортивно-физического, эстетического и художественно-эстетического развития и образования. В процессе обучения все эти средства взаимосвязаны.

Систематические занятия хореографией развивают фигуру, способствуют устранению ряда физических недостатков, вырабатывают правильную и красивую осанку, придают внешнему облику человека собранность и элегантность. Танец – одно из средств эстетического воспитания. В танцевальном искусстве красота и совершенство формы неразрывно связаны с красотой внутреннего содержания танца. В этом единстве и заключена сила его воспитательного воздействия. Хореография предоставляет уникальные возможности телу и духу достичь творческой гармонии. Потребность в музыкально-пластических занятиях ощущается как у младших школьников, так и у старших школьников, когда психофизический аппарат ребенка не только наиболее предрасположен для данного рода занятий, но и нуждается в них. Особое значение имеет развитие координации. В любом возрасте распространенные у детей искривления фигур,

косопалость успешно исправляются и, как правило, вообще не имеют места при систематических занятиях танцами.

Цель программы:

Приобщение школьников к искусству хореографии, развитие их художественного вкуса, потребностей и интересов, имеющих общественно значимый характер, развитие музыкальных и танцевальных способностей.

Образовательная цель: приобщение детей ко всем видам танцевального искусства: от народного танца до современного танца.

Развивающая цель: воспитание единого комплекса физических и духовных качеств: гармоническое телосложение, хорошее здоровье и выносливость, артистизм и благородство.

Задачи программы:

Основными задачами программы по «Хореографии» являются:

Развивающие:

- развивать чувственно-эмоциональное, образное мышление, артистизм;
- развивать двигательные качества обучающихся и владение своим телом.

Воспитательные:

- воспитывать отношение к хореографии и танцу как к части культуры;
- воспитывать у обучающихся выдержку, самообладание, силу воли, дисциплинированность;
- обогащать музыкальный, этический, художественный опыт учеников.

Обучающие:

- обучать исполнению танцев разных жанров на уровне функциональной грамотности;
- обучать способам развития двигательных способностей организма и его расслабления;
- сформировать умения и навыки выполнения упражнений в разных направлениях танца предусмотренной данной программы.

Возраст обучающихся

Программа рассчитана на детей в возрасте от 12 до 16 лет. Количество обучающихся в группе:

1 год обучения – от 10 до 15 человек;

2 год обучения – от 10 до 15 человек;

Зачисление на обучение по программе осуществляется по желанию детей и заявлению их родителей (законных представителей). Принимаются дети, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья. Обучающиеся предоставляют заключение от врача (справка) об отсутствии противопоказаний к занятиям по хореографии (на основании Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3172-14, пункт 8.10.).

Сроки реализации программы

Дополнительная образовательная программа «Хореография» физкультурно-спортивной направленности создана для образовательных учреждений различных типов, культивирующих хореографию как средство развития эстетических, танцевальных и двигательных качеств обучающихся.

Срок обучения хореографии составляет 2 года, по истечении этого времени основной учебный материал программы является освоенным, дети овладевают основными понятиями, терминами, знаниями, умениями, которые образуют прочный фундамент для дальнейшего совершенствования своих знаний по программе с углубленным уровнем.

По программе для каждого года обучения предусмотрено 2 часа в неделю с продолжительностью 40 минут каждое занятие.

1 год обучения – 68 часов (34 недели * 2 часа в неделю);

2 год обучения – 68 часов (34 недели * 2 часа в неделю).

Формы организации образовательной деятельности и режим занятий.

Учебно-тематический план программы рассчитан на 34 учебные недели с 1 сентября по 31 мая.

Продолжительность занятия – 40 минут, согласно СанПин 2.4.4.3172- 14, утвержденного постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 (нормы для занятий художественной направленности).

Режим занятий

Занятия проводятся 2 раза в неделю:

1 год обучения – 2*40 минут;

2 год обучения – 2*40 минут.

Планируемые результаты образовательной программы:

1 год обучения

Обучающиеся должны знать:

- понятия, виды хореографии, краткие сведения из истории танца;
- понятия о двигательных способностях человека;
- разные стили и характер танцев;
- позиции ног и рук, правила постановки тела;
- правила соединения различных частей танца, их последовательность.

Обучающиеся должны уметь:

- правильно выполнить упражнения разминки;
- слушать музыку и делать её краткий анализ;
- разучивать частями (связки) танцы;
- уметь подбирать движения под определенный вид музыки;

- выполнять правильные позиции рук и ног, постановку корпуса.

Обучающиеся должны иметь опыт выступлений на внутри школьных мероприятиях и городских фестивалях и конкурсах.

Основная форма контроля: опрос, наблюдение, показательные выступления.

2 год обучения

Обучающиеся должны знать:

- краткие сведения из истории танца по разным направлениям танца;
- особенности выполнения упражнений определенных направлений танца;
- разные стили и характер танцев;
- сведения о последовательности выполняемых элементов;
- общую структуру и композицию танца;
- позиции ног и рук, правила постановки тела.

Обучающиеся должны уметь:

- соединять части (связки) танца и демонстрировать их;
- выполнять упражнения с большим разнообразием ритмического рисунка, в различном темпе;
- ориентироваться в музыкальном сопровождении танца.

Обучающиеся должны иметь опыт выступлений на внутришкольных мероприятиях и городских фестивалях и конкурсах.

Основная форма контроля: опрос, наблюдение, показательные выступления.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения внеурочной деятельности

Программа «Хореография» ориентирована на формирование гармонически развитой личности.

К числу планируемых результатов освоения курса основной образовательной программы отнесены:

- личностные результаты - активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей.
- метапредметные результаты - обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления; анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения; видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека; управление эмоциями; технически правильное выполнение двигательных действий.
- предметные результаты - выполнение ритмических комбинаций, развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о

выразительных средствах музыки), развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.

Методы:

- словесный (объяснение, замечание);
- наглядный (личный показ педагога, видеоматериалы, просмотр выступлений детских танцевальных коллективов);
- практический (объяснение и показ педагогом движений, поз, переходов, рисунков танца с последующим повторением учениками; разучивание по частям; временное упрощение заданий, соединение отдельных комбинаций в фигуры танца)

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ
Учебный тематический план
1 год обучения

№	Раздел, тема	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Теория	Практика	Всего	
1	Инструктаж по ТБ. Беседы об искусстве танца: взгляд в историю.	2	-	2	Педагогическое наблюдение
2	Основные элементы классического танца	2	11	13	Педагогическое наблюдение
3	Актерское мастерство танцора	2	4	6	Педагогическое наблюдение
4	Основные акробатические движения	1	5	6	Педагогическое наблюдение
5	Импровизация движений на музыкальные темы.	1	4	5	Педагогическое наблюдение
6	Современный танец modern	3	18	21	Педагогическое наблюдение
7	Постановка танцевальных композиций.	2	13	15	Педагогическое наблюдение
	Итого	13	55	68	Педагогическое наблюдение

Учебный тематический план

2 год обучения

№	Раздел, тема	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Теория	Практика	Всего	
1	Инструктаж по ТБ. Беседы об искусстве танца.	1	-	1	Педагогическое наблюдение
2	Актерское мастерство танцора	2	4	6	Педагогическое наблюдение
3	Акробатические движения	1	5	6	Педагогическое наблюдение
4	Импровизация движений на музыкальные темы.	1	4	5	Педагогическое наблюдение
5	Современный танец modern	3	26	29	Педагогическое наблюдение
6	Постановка танцевальных композиций.	4	17	21	Педагогическое наблюдение
	Итого	12	56	68	Педагогическое наблюдение

Содержание учебного тематического плана 1 года обучения

Беседы об искусстве танца:

Основы сценической культуры. Внешний вид на уроках танца. История и развитие танцевального искусства.

Известные хореографы-постановщики 20 века. Дж. Баланчин, Р. Пети, Дж. Ноймайер, К. Макмиллан, М. Бежар, И. Килиан, Т. Тарп, Б. Эйфман.

Основные элементы классического танца.

Урок состоит:

1. Разминка на середине для отдельных групп мышц и подвижности суставов:

наклоны головы вперёд, назад и в стороны, повороты головы вправо-влево, круговые движения головой по полукругу, подъём плеч вверх-вниз, круговые движения плечами вперёд-назад с одновременным выполнением рук или ног (с усложнением), работа грудной клетки вперёд-назад (контракция), квадрат грудной клетки, круговые движения бёдер вправо-влево, «восьмёрка», полукруг, releve по I. II. VI позициям, подъём согнутой в колене ноги, прыжки по VI позиции, с поджатыми «разножки», из demi- plie в «звезду», stretch (стрейч) растягивание: в сторону, через бок, flat back (флэт бэк– плоская стена), наклоны: flat back и наклон к ноге: вперёд и назад, отжимание, roll (ролл – скручивание): вперёд с flat back и в сторону с demi- plie (деми плие – маленькое приседание).

2. Экзерсис на полу (parter)

Экзерсис на полу направлен на расширение технических способностей учащихся.

Экзерсис выработан на основе многочисленных методик гимнастических упражнений.

-упражнения, сидя на полу

-лёжа на спине

-лёжа на боку

-лёжа на животе

-упражнения, стоя на коленях

-упражнения парами

3. Экзерсис на середине зала

- позиции рук и ног;
- batman tandu;
- batman jete;
- demi-plie, grand plie;
- grand-plie;

4. Понятия точки зала.

5. Координация рук и ног в исполнении движений на середине;

6. Растяжка.

Актерское мастерство танцора

1.Создаем характеры:

- пешеходов: старушку с собачкой на поводке, миллионера, которому жмут ботинки, прохожего с больным зубом, человека, по неосторожности пнувшего коробку, в которой лежал кирпич, маму с «кучей» разбегающихся детей.
- ситуации из жизни: повар готовит обед, хирург оперирует, зубной врач выдергивает зуб, хозяйка чистит рыбу, шофер чинит автомобиль.

2. Мимика лица:

- возьмите зеркало. Найдите подвижные части лица: брови и лоб, глаза, губы и щеки, язык, нос (ноздри). По очереди двигайте, к примеру, только бровями. Поднимите их, как можно выше, затем опустите, как можно ниже. Поднимите по очереди: одну, потом другую бровь. Потом сделайте несколько разных движений с глазами, губами. 3-5 минут разминки дадут вам ощущение подвижности своего лица. Вы почувствуете, что даже говорить вам стало легче (при условии, что вы перед этим хорошо размяли губ и язык).
- пусть каждый учащийся принесет с собой из дома небольшое зеркальце. Садитесь поудобнее и начинайте изображать эмоции. Вся группа пусть делает это одновременно по команде лидера. Задача лидера – смотреть, кто как изображает, и корректировать мимику. Например, кому-то надо выше поднять брови, или прищурить глаза и т.д. Выражение лица каждого ребенка может обсуждать вся группа, вместе легко приходит к правильному выводу.

Основные акробатические движения.

1.Выполнение акробатических упражнений:

- перекаты и кувырки;
- мостик с положения стоя;
- упражнение Колесо на две и на одну руку;
- упражнение Рондад;
- стойка на полу и складки с разными подходами и выходами.

Импровизация движений на музыкальные темы.

Использование материала урока в своей интерпретации. Создание танцевального образа под предложенную музыку. Групповая и индивидуальная импровизации (умение работать в группе, доверяя окружающим). Поиск новых движений и элементов.

Современный танец modern.

1. Позиции рук и ног в современном танце (параллельные, несимметричные):

Позиции рук:

- I руки согнуты в локтях, близко к диафрагме, локти в сторону;
- II руки в сторону, ладони вниз;
- III руки вверх, ладони «смотрят» друг на друга

Позиции ног:

- I пятки вместе, носки врозь;
- II параллельная и выворотная;
- IV параллельная
- VI параллельная.

2. Основные положения на полу (par terre):

- изучение понятий stretch (растягивание, протяжение) и contraction (сжатие, сокращение);
- понятия release и relax;
- различные перекаты и перевороты на полу;
- swing (качание, размах) как одно из движений ног;
- положение table top;
- различные виды растяжек (в положении сидя, ноги перед собой, стопы

и колени вытянуты, полностью положить корпус на ноги; такое же упражнение, но ноги в «лягушке», руки вытянуты перед собой в пол; ноги широко раскрыты в стороны, наклоны корпуса поочередно к правой ноге, к левой ноге и вперёд);

- упражнения для мышц живота (лёжа на спине, руки за голову, подъём ног на 90° и опускание в медленном темпе).

3. Экзерсис на середине зала:

- поочередная работа головой, плечами, верхней частью корпуса (грудная клетка), бёдрами и руками;
- понятия roll up (развёртывание корпуса снизу наверх) и roll down (такое же движение, но сверху вниз);
- работа головы (различные наклоны и вращения);
- понятия point (вытягивание стопы) и flex (сокращение стопы);
- понятие arch (арка, дуга);
- различные swing руками и ногами.

4. Кросс. Передвижение в пространстве.

- шаги: flat step; catch step; шаг «ча-ча-ча»; латин урок; шаги в модерн-джаз манере; шаги в рок – манере;
- прыжки: jump; leap; hop; с 2-х ног на 1;
- вращения: corkscrew; four chaine; повороты на одной ноге; повороты по кругу; повороты на различном уровне.

5. Комбинации движений.

Постановка танцевальных композиций.

- изучение движений танцевального номера;
- отработка движений танцевального номера;
- соединение движений в комбинации;
- разводка комбинаций танцевального номера в сценический рисунок;
- репетиционная работа.

Упражнения непременно исполняются в сопровождении музыкального инструмента и здесь важно следить за музыкальностью исполнения движений. Следование чёткой ритмической основе каждого упражнения способствует развитию музыкальности и внутренней организованности. Каждое упражнение

имеет свои методические требования, они простые, но важно добиваться абсолютной точности их выполнения.

Все упражнения за редким исключением исполняются по 4 раза подряд. Не рекомендуется уменьшать эту нагрузку, её можно только увеличивать, но исходя из возможностей детей – их физической подготовленности, природных данных и степени концентрации внимания.

Желательно постепенно добиться непрерывности исполнения упражнений, что не должно привести к перегрузкам, т.к. упражнения следуют друг за другом с учётом смены нагрузки на различные группы мышц, при этом напряжение мышц сменяется расслаблением их.

Содержание учебного тематического плана

2 года обучения

Содержание программы:

Беседы об искусстве танца. Российский современный танец сегодня. Куда пойти учиться?

Рассказ о том, какое место занимает современный танец в России, его специфика и особенность. Беседы о том, как принимают российский современный танец сегодня, актуальность и аутентичность российского современного танца. Профессиональные танцевальные труппы в России: театр «Провинциальные танцы», Антон Адасинский «Дерево», Танцевальная компания «Канон-Данс», Александр Пепеляев, Елена Слободчикова. Профессиональное образование в области танца: училища и институты культуры, гуманитарные университеты и академии. Развитие современного танца в наши дни. Конкурсы, фестивали, семинары и мастер-классы по современной хореографии.

Актерское мастерство танцора:

1. Создание характера:

- объекты (походку, голос, манеру поведения): разозленный кот, голодный поросенок, ленивый пингвин, говорящий попугай, гордый задира-петух, злая собака, трусливый заяц, страус, ночная сова, красавец-павлин.

2. Мимика лица:

Маски лица:

- страх
- злость

- любовь (влюбленность)
- радость
- раскаяние, угрызение совести
- плач
- раздумье, размышление
- равнодушие
- боль
- сонливость

Запомните, как выглядит ваше лицо в зеркале, когда вы изображаете эти маски. При игре на сцене, вы должны произвести в своей памяти все маски правильно, выразительно. Запомните движения мышц своего лица. Изобразите их при игре так, как изображали перед зеркалом. Потом уже вы будете делать это непроизвольно.

Акробатические движения.

Повтор ранее проученных движений, сочетания их в комбинации, работа в парах и усложнение ранее выученных движений.

Импровизация движений на музыкальные темы.

Использование материала урока в своей интерпретации. Создание танцевального образа под предложенную музыку. Групповая и индивидуальная импровизации (умение работать в группе, доверяя окружающим). Поиск новых движений и элементов.

Современный танец modern.

Повтор ранее проученных движений, сочетания их в комбинации, увеличение темпа и количества. Усложнение растяжек.

1. Изучение основных уровней: «лежа», «сидя», «стоя». Переходы с уровня на уровень.

2. Экзерсис на середине зала.

- понятия: bounce (качание корпуса вверх-вниз), drop (падение расслабленного торса).
- положения корпуса: параллельно полу вперёд, по диагонали, со смещённым центром тяжести;
- изучение положений ног: параллельные, выворотные и комбинированные позиции;

- положение flat back.

3. Разминка.

Работа ног в параллельных и выворотных позициях: demi plié, полу пальцы, выпады в сторону, назад и вперёд.

4. Изучение учебных комбинаций на середине зала – demi plié, battement tendu и battement tendu jete, rond de jambe par terre на середине зала.

5. Построение простейших танцевальных комбинаций.

Постановка танцевальных композиций.

- изучение движений танцевального номера;
- отработка движений танцевального номера;
- соединение движений в комбинации;
- разводка комбинаций танцевального номера в сценический рисунок;
- репетиционная работа.

Упражнения непременно исполняются в сопровождении музыкального инструмента и здесь важно следить за музыкальностью исполнения движений. Следование чёткой ритмической основе каждого упражнения способствует развитию музыкальности и внутренней организованности. Каждое упражнение имеет свои методические требования, они простые, но важно добиваться абсолютной точности их выполнения.

Все упражнения за редким исключением исполняются по 4 раза подряд. Не рекомендуется уменьшать эту нагрузку, её можно только увеличивать, но исходя из возможностей детей – их физической подготовленности, природных данных и степени концентрации внимания.

Желательно постепенно добиться непрерывности исполнения упражнений, что не должно привести к перегрузкам, т.к. упражнения следуют друг за другом с учётом смены нагрузки на различные группы мышц, при этом напряжение мышц сменяется расслаблением их.

Примерный календарный (тематический) план

Календарный тематический план, соответствующий содержанию учебного плана программы, представлен в Приложении № 1.

Формы контроля и оценочные материалы

Эффективности занятий оценивается педагогом в соответствии с программой, исходя из того, освоил ли ученик за учебной год все то, что должен был освоить. В повседневных занятиях самостоятельная отработка учениками танцевальных движений позволяет педагогу оценить насколько понятен учебный материал, внести соответствующие изменения.

Важным параметром успешного обучения является устойчивый интерес к занятиям, который проявляется в регулярном посещении занятий каждым учеником, стабильном составе групп. Эти показатели постоянно анализируются педагогом и позволяют ему корректировать свою работу.

Оценка достижений ребенка производится по усмотрению педагога и направлена на поддержку достижений и развитие познавательного интереса. Первый год обучения достижений обучающегося во внеурочной деятельности оценивается в конце учебного года в виде открытого урока или выступлением учащихся, форма оценки осуществляется в виде выдачи грамот, удостоверяющих достижения обучающихся и являющихся составляющими их портфолио.

Второй, третий и четвертый год обучения форма оценки достижений обучающегося во внеурочной деятельности может оцениваться в конце учебного года в виде контрольного урока и выступлением учащихся: как по пяти бальной шкале (отметки «1» - плохо и «2» - неудовлетворительно не выставляются); так и выдачей грамот, медалей, удостоверяющих достижения обучающихся.

Формы представления результатов:

- проведение открытых уроков для родителей;
- участие в праздничных программах, концертах;
- проведение итоговых занятий в виде открытого урока;
- участие в конкурсах, в фестивалях.

Организационно-педагогические условия реализации программы.

Для достижения цели и задач образовательная программа предусматривается в рамках учебно-воспитательного процесса проведение следующих видов занятий: теоретические и практические занятия, индивидуально-групповая работа, творческие занятия импровизации, открытые занятия, коллективно-творческие занятия, отчетные концерты, участие в конкурсах и фестивалях.

Образовательный процесс органично сочетает в себе тренировочные упражнения, уроки классического и современного танца, трюки и элементы акробатики. Большую роль на занятиях играет индивидуальный подход к каждому ребенку, учитываются его природные хореографические данные, особенности характера. Основным педагогическим условием успешного обучения являются задания постепенно нарастающей сложности. Новые движения, упражнения основываются на ранее изученных. С постепенным усложнением и увеличением двигательных умений и навыков в процессе практической деятельности нарастает объем и интенсивность нагрузок, обеспечивающих развитие двигательных качеств обучающихся.

Общим для каждого года обучения является принцип движения от простого к сложному, что предполагает постепенное:

- увеличение физической нагрузки и объемов излагаемого материала;
- усложнение рисунка движений рук и ног, композиций разучиваемых номеров;
- усложнение творческих заданий.

Последовательность изложения тем и количество времени корректируется календарным планом и может быть изменено в зависимости от индивидуальных способностей детей, темы года, участия в конкурсах, фестивалях и концертах

Материально – технические условия реализации программы

- танцевальный класс, удовлетворяющее санитарно-гигиеническим нормам, оснащенное зеркалами и станками.
- видеоносители: материалы, демонстрирующие результаты обучения по программе и опыт работы других хореографических коллективов.
- материально-техническое обеспечение (коврики, мячи, обручи и т.п.)
- аудиомэгнитофон и аудионосители для проведения занятий медиасредства (аудио и видеосредства).

Список литературы

Нормативно-правовая база

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Концепция развития дополнительного образования детей (утв. Распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р.
3. Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».
5. Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006 № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».
6. Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)).
7. Приказ Департамента образования города Москвы от 17.12.2014 № 922 «О мерах по развитию дополнительного образования детей в 2014–2015 учебном году» (в ред. от 7 августа 2015 года № 1308, от 8 сентября 2015 года № 2074, от 30 августа 2016 г. № 1035).

Список литературы для педагогов

1. Бродский Ю. С. Духовная сущность человека. Духовное воспитание, как вектор восхождения ребёнка к собственно человеку. – Екатеринбург: Уральский госпедуниверситет, 1998.
2. Ваганова А. Я. Основы классического танца. – Л.: Лань, 2003.
3. Балет: Энциклопедия. – М.: Советская энциклопедия, 1981.
4. Кулагина И. Ю., Колюцкий В. Н. Возрастная психология. – М., 2001.
5. Нарская Т. Б. Воспитание творческой личности средствами хореографии. – Челябинск, 1993.
6. Безрукова В. С. Педагогика. – Екатеринбург: Издание II, 1994.

7. Мельников В. М. Психология. – М.: Физкультура и спорт, 1987.
8. Никитин В. Ю. Модерн-джаз танец. – М.: Один из лучших, 2004.
- Базарова Н.П., Мей В. Азбука классического танца. Учебно-методическое пособие. – Л.: Искусство, 1983 г.
9. Ваганова А.Я. Основы классического танца. - Ленинград- Москва: Искусство, 1963.
10. Заболотская М.А. Хореография. Изд-во Искусство, С.-Петербург, 1998г.
11. Захаров Р.В. Сочинение танца. - М. 1989г.
12. Захаров Р.В. Сочинение танца. - М., 1989.
13. Ткаченко Т.С. Народный танец. – М., 1975. Электронные образовательные ресурсы
14. Игумнова И.Н. Дополнительная образовательная программа «Современный танец». <http://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe-obrazovanie/library/dopolnitelnayaobrazovatel'naya-programma-sovremennyu-tanec>

Календарно-тематический план (1 г.о.)

№	Тема	Кол-во часов по теме
1	<p>Инструктаж по ТБ. Беседы об искусстве танца. Техника безопасности и правила поведения в учреждениях и на занятиях. Известные хореографы-постановщики 20 века. Дж. Баланчин, Р. Пети, Дж. Ноймайер, К. Макмиллан, М. Бежар, И. Килиан, Т. Тарп, Б. Эйфман.</p>	(2)
2	<p>Основные элементы классического танца. Беседы об искусстве танца: возникновение балета и новаторы классической хореографии. Основные элементы классического танца</p>	(13)
3	<p>Актерское мастерство танцора Создание определенного характера при помощи своего тела.</p>	(6)
4	<p>Основные акробатические движения. 1.Выполнение акробатических упражнений (колесо, рондад, перевороты, перекаты и стойки)</p>	(6)
5	<p>Импровизация движений на музыкальные темы. Использование материала урока в своей интерпретации. Создание танцевального образа под предложенную музыку. Групповая и индивидуальная импровизации (умение работать в группе, доверяя окружающим). Поиск новых движений и элементов.</p>	(5)
6	<p>Современный танец modern. 1. Позиции рук и ног в современном танце (параллельные, несимметричные, выворотные, невыворотные); 2. Основные положения на полу (par terre) - изучение понятий stretch (растягивание, протяжение) и contraction (сжатие, сокращение); - понятия release и relax; - различные перекаты и перевороты на полу;</p>	(21)

	<ul style="list-style-type: none"> - swing (качание, размах) как одно из движений ног; - положение table top; - различные виды растяжек (в положении сидя, ноги перед собой, стопы и колени вытянуты, полностью положить корпус на ноги; такое же упражнение, но ноги в «лягушке», руки вытянуты перед собой в пол; ноги широко раскрыты в стороны, наклоны корпуса поочерёдно к правой ноге, к левой ноге и вперёд); - упражнения для мышц живота (лёжа на спине, руки за голову, подъём ног на 90° и опускание в медленном темпе). <p>2. Экзерсис на середине зала:</p> <ul style="list-style-type: none"> – поочерёдная работа головой, плечами, верхней частью корпуса (грудная клетка), бёдрами и руками; - понятия roll up (развёртывание корпуса снизу наверх) и roll down (такое же движение, но сверху вниз); - работа головы (различные наклоны и вращения); - понятия point (вытягивание стопы) и flex (сокращение стопы); - понятие arch (арка, дуга); - различные swing руками и ногами. <p>3. Координация и изоляция движений.</p> <p>4. Передвижения в пространстве.</p> <p>5. Комбинации движений.</p>	
7	<p>Постановка танцевальных композиций.</p> <ul style="list-style-type: none"> - изучение движений танцевального номера; - отработка движений танцевального номера; - соединение движений в комбинации; - разводка комбинаций танцевального номера в сценический рисунок; - репетиционная работа. 	(15)
	Итого	68

Календарно-тематический план (2 г.о.)

№	Тема	Кол-во часов по теме
1	<p>Инструктаж по ТБ. Беседы об искусстве танца. Техника безопасности и правила поведения в учреждениях и на занятиях Рассказ о том, какое место занимает современный танец в России, его специфика и особенность.</p>	(1)
2	<p>Актерское мастерство танцора Создание определенного характера при помощи своего тела.</p>	(6)
3	<p>Основные акробатические движения. 1.Выполнение изученных акробатических упражнений в различных связках и выполнением различной амплитудой выполнения.</p>	(6)
4	<p>Импровизация движений на музыкальные темы. Использование материала урока в своей интерпретации. Создание танцевального образа под предложенную музыку. Групповая и индивидуальная импровизации (умение работать в группе, доверяя окружающим). Поиск новых движений и элементов.</p>	(5)
5	<p>Современный танец modern. Изучение основных уровней: «лежа», «сидя», «стоя». Переходы с уровня на уровень. 2.Экзерсис на середине зала. - понятия: bounce (качание корпуса вверх-вниз), drop (падение расслабленного торса). - положения корпуса: параллельно полу вперед, по диагонали, со смещённым центром тяжести; - изучение положений ног: параллельные, выворотные и комбинированные позиции; - положение flat back. 3. Разминка. Работа ног в параллельных и выворотных позициях: demi plié,</p>	(29)

	<p>полу пальцы, выпады в сторону, назад и вперёд.</p> <p>4. Изучение учебных комбинаций на середине зала – demi plié, battement tendu и battement tendu jete, rond de jambe par terre на середине зала.</p> <p>5. Построение простейших танцевальных комбинаций.</p>	
6	<p>Постановка танцевальных композиций.</p> <ul style="list-style-type: none"> - изучение движений танцевального номера; - отработка движений танцевального номера; - соединение движений в комбинации; - разводка комбинаций танцевального номера в сценический рисунок; - репетиционная работа. 	(21)
	Итого	68

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176582781996954633309689447090513787464982389947

Владелец Батина Тамара Георгиевна

Действителен с 05.03.2024 по 05.03.2025