

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Лицей № 5» Камышловского городского округа**

**ПРИНЯТО**

на заседании педагогического совета  
МАОУ «Лицей № 5»  
Протокол от «29» августа 2022 г. № 1

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор МАОУ «Лицей № 5»

 И.О. Хитчагашвили

Приказ от «30» августа 2022 г. № 118



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
«Хореография»**

Направленность: художественная  
Возраст обучающихся: 7-17 лет  
Срок реализации: 5 лет  
Автор-составитель: Макаренко Н.Л.

2022-2023г.г.

## Оглавление

|  |    |
|--|----|
| 1. Комплекс основных характеристик общеразвивающей программы .....   | 3  |
| 1.1. Пояснительная записка .....   | 3  |
| 1.2. Цель и задачи общеразвивающей программы .....   | 7  |
| 1.3. Содержание общеразвивающей программы .....  | 8  |
| 1.4. Планируемые результаты освоения обучающимися дополнительной<br>общеобразовательной (общеразвивающей) программы..... | 21 |
| 2. Комплекс организационно-педагогических условий, включая формы аттестации .....  | 22 |
| 2.1. Календарный учебный график .....  | 22 |
| 2.2. Условия реализации программы .....  | 23 |
| 2.3. Формы аттестации/ контроля и оценочные материалы .....  | 23 |
| 3. Список литературы .....   | 25 |
| 4. Приложение .....  | 27 |

# 1. Комплекс основных характеристик общеразвивающей программы

## 1.1. Пояснительная записка

**Направленность (профиль) общеразвивающей программы:** художественная.

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа художественной направленности «Хореография» составлена на основе следующих нормативно-правовых документов:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р).
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 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 просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».

**Актуальность и социальная значимость программы** ориентирована на интересы и потребности ребенка, направлена на формирование его мыслительного потенциала, на становление творческой личности, способной художественно осмыслить окружающий мир и явления жизни в искусстве. В процессе учебных занятий у школьников происходит снижение работоспособности, ухудшается внимание, память, в результате длительного поддержания статистической позы нарушается осанка, увеличивается тенденция к наклону головы. Именно поэтому сейчас чрезвычайно остро стоит проблема интеллектуальной и духовной незанятости детей, обозначенная в концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России. Данная программа развивает на занятиях объем двигательной активности, который оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечно-сосудистой и нервной системы. Движение в ритме и темпе, заданной музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведет к общему оздоровлению организма.

**Новизна** в комплексном подходе к образовательному процессу, а именно интеграции образовательных дисциплин, таких как: ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение; в возможности начать обучение с любого возраста; в доступности изучаемых дисциплин и возможности увидеть результаты; в комплексном использовании современных образовательных технологий, таких как: современная образовательная технология; технология группового и развивающего обучения; технология разноуровневой дифференциации; технология коллективно-творческой деятельности; технология личностно-ориентированного обучения; сингапурская технология и здоровьесберегающая технология.

**Целесообразность и отличительные особенности программы** в том, что главный принцип, заложенный в общеразвивающую программу – создание творческого образа в

танце на основе индивидуальности самого ребенка. В процессе обучения педагог выявляет, такие особенности учащихся как характер, темперамент, пристрастия и склонности.

Программа предполагает постепенное расширение и углубление знаний, развитие умений и навыков обучающихся путем последовательного прохождения по годам обучения с учетом возрастных и психических особенностей детей 7-17-летнего возраста.

**Адресат программы** – обучающиеся возрастом 7-17 лет.

1. 7-8 лет - детство. Созревание психических и физиологических структур головного мозга. Становление готовности к систематическому учебному труду. Стремление к гармонии в отношениях со сверстниками и взрослыми, диалоговому контакту с ними. Превосходство над ребёнком со стороны взрослого или сверстника приводят его к ощущениям собственной неполноценности. Управление эмоциями и активностью детей осуществляется через создание ситуации успеха. Дисциплинарные способы воздействия на ребёнка блокируют процессы его личностного развития. Учение и обучение – обеспечивают ведущую роль в умственном развитии детей. В работе с данной возрастной группой главная функция педагога сводится к гармонизации всех видов отношений ребёнка в процессе его умственного развития, или учение и обучение в условиях гармоничных отношений. Так достигается полнота психофизиологического развития в период детства.
2. 9–11 лет – предпододростковый период. Накопление ребёнком физических и духовных сил. Стремление утвердить себя (как результат приобретённого опыта социальных отношений). Приоритетная ценность – нравственное отношение к себе: доброта, забота, внимание. Возраст, который является самым важным для развития эстетического восприятия, творчества и формирования нравственных отношений к жизни. Благоприятный возраст для развития способностей к рефлексии. Высокая потребность в признании своей личности взрослыми, стремление к получению от них оценки своих возможностей. Задача педагога – регулярно создавать повод для этих проявлений каждому ребёнку. Например, периодическая презентация достижений детей их родителям.
3. 12–14 лет – подростковый период. Характерная особенность – личное самосознание, сознательное проявление индивидуальности. Ведущая потребность – самоутверждение. В подростковый период стабилизируются интересы детей. Основное новообразование–становление взрослости как стремление к жизни в обществе взрослых. К основным ориентирам взросления относятся:
  - социально-моральные – наличие собственных взглядов, оценок, стремление их отстаивать;
  - интеллектуально-деятельностные – освоение элементов самообразования, желание разобраться в интересующих подростка областях;
  - культурологические – потребность отразить взрослость во внешнем облике, манерах поведения.

Если в дополнительном образовании детей не созданы условия для выражения индивидуальности подростков, они прекращают занятия и вынуждены искать подходящую среду для этих проявлений. Именно этим объясняется сокращение контингента учащихся в системе дополнительного образования по достижении детьми возраста 14–15 лет. Роль педагога дополнительного образования в работе с

подростками заключается в том, чтобы регулярно осуществлять их подготовку к самопрезентации социально значимой группе людей.

4. 15–17 лет – юношеский возраст. Завершение физического и психического созревания. Социальная готовность к общественно полезному производительному труду и гражданской ответственности. В отличие от подросткового возраста, где проявление индивидуальности осуществляется благодаря самоидентификации – «кто я», в юношеском возрасте индивидуальность выражается через самопроявление – «как я влияю». Основная задача педагога дополнительного образования в работе с детьми в возрасте 15–17 лет сводится к решению противоречия между готовностью их к полноценной социальной жизни и недопущением отставания от жизни содержания и организации их образовательной деятельности.

#### **Режим занятий:**

- Продолжительность одного академического часа – 40 минут.
- Перерыв между учебными занятиями - 10 минут.
- Общее количество часов в неделю: в 1 группе - 2 часа в неделю, во 2 группе - 2 часа в неделю, в 3 группе - 2 часов в неделю, в 4 группе - 4 часов в неделю, в 5 группе – 6 часов в неделю.

#### **Объем общеразвивающей программы:**

- В 1 группе - 66 часов в год.
- Во 2 группе - 68 часов в год.
- В 3 группе - 68 часов в год.
- В 4 группе – 136 часов в год.
- В 5 группе – 204 часа в год.

#### **Срок освоения общеразвивающей программы:**

- Объем программы - 542 часа.
- Программа рассчитана на 5 лет обучения: 1 год обучения- 66 часов; 2 год обучения - 68 часов; 3 год обучения - 68 часов; 4 год обучения - 136 часов; 5 год обучения – 204 часа.

**Особенности организации образовательного процесса.** Формы реализации образовательной программы: традиционная модель реализации программы представляет собой линейную последовательность освоения содержания в течение одного или нескольких лет обучения в одной образовательной организации.

Методы и формы работы, используемые в процессе обучения, направлены на развитие компетенций 4К (критического мышления, креативности, коммуникации и кооперации) и творческих способностей обучающихся:

– творческие задания, упражнения, этюды развивают нетрадиционное, образное мышление, творческий диапазон и желание импровизировать, учат умению анализировать, оценивать, рефлексировать, а также видеть что есть, но относиться к этому, как задано;

– хореографические (пластические) тренинги (тренинги на внимание, воздействие, восприятие, дыхательная и артикуляционная гимнастика) формируют необходимые способности (выносливость, концентрация внимания, умение работать в коллективе, развитие памяти, музыкального слуха), помогают в работе с партнером и с группой, позволяют научиться слушать и слышать партнера;

– репетиционная - постановочная деятельность, сценические показы, открытые занятия, организация и проведение массовых мероприятий, а также участие в конкурсах способствуют развитию и реализации творческих способностей, снимают внутренние зажимы, помогают реализовать лидерские способности и выявить одаренных детей

**Перечень форм обучения:** очная, индивидуально-групповая, групповая, с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (при необходимости).

**Перечень видов занятий:** беседа, практическое занятие, мастер-класс, репетиционное занятие.

**Перечень форм подведения итогов реализации дополнительной общеразвивающей программы:** творческий отчет, фестиваль, открытое занятие.

### **1.2. Цель и задачи общеразвивающей программы**

**Цель программы** – формирование и развитие творческих способностей обучающегося средствами хореографического искусства; обеспечение духовно – нравственного, гражданско – патриотического воспитания обучающихся.

В процессе обучения педагогом определены и решаются следующие **задачи**:

#### **1. Обучающиеся:**

- обучать обнаружению ошибок при выполнении учебных заданий, отбору способов их исправления;
- обучать анализу и объективной оценке результатов собственного труда, поиску возможностей и способов их улучшения;
- формировать видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;
- обучить основным понятиям, относящиеся к традициям народной танцевальной культуре;
- формировать технически правильное выполнение двигательных действий;
- формировать выполнение ритмических комбинаций на высоком уровне.

#### **2. Развивающие:**

- развитие танцевальных, музыкальных, артистических и других творческих способностей каждого обучающегося;
- развитие интереса и приобщение обучающихся к мировой танцевальной культуре;
- развивать управление эмоциями;
- формировать музыкальное восприятие, представление о выразительных средствах музыки, развитие чувства ритма,

#### **3. Воспитательные**

- побуждать к общению и взаимодействию со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- стимулировать к проявлению положительных качеств личности и управлению своими эмоциями;
- побуждать к проявлению дисциплинированности, трудолюбию и упорству в достижении целей.

### **1.3. Содержание общеразвивающей программы**

**Учебный план**

**1 год обучения**

| № п/п | Название раздела, темы  | Количество часов |        |          | Формы аттестации/ контроля                       |
|-------|---|------------------|--------|----------|--|
|       |   | Всего            | Теория | Практика |  |
| 1     | Вводное занятие. Техника безопасности   | 2                | 1      | 1        | Беседа, игра                                     |
| 2     | Азбука музыкального движения  | 3                | 1      | 2        | Наблюдение                                       |
| 2.1   | Ориентировка в пространстве   | 3                | 1      | 2        | Беседа, тренинг                                  |
| 2.2   | Элементы ритмики  | 5                | 1      | 4        | Опрос  |
| 2.3   | Тематические миниатюры, этюды   | 7                | 1      | 5        | Сценический показ                                |
| 2.4   | Игровые технологии (танцевально- музыкальные игры)                            | 4                |        | 4        | игровая программа                                |
| 3     | Основы классического танца  | 2                | 1      | 1        | Беседа, показ.                                   |
| 3.1   | Основное положение рук ног, головы и корпуса в народном и классическом танце. | 2                |        | 2        | Контрольное занятие (промежуточная аттестация)   |
| 3.2   | Растяжка и формирование танцевального шага                                    | 3                |        | 2        | Наблюдение                                       |
| 4     | Элементы русского танца «Полянка»   | 5                | 1      | 4        | Сценический показ                                |
| 5     | Элементы белорусского танца   | 4                | 1      | 3        | Сценический показ                                |
| 6     | Элементы татарского танца   | 3                | 1      | 2        | Сценический показ                                |
| 7     | История, манера, характер исполнения танцев народа Урала                      | 5                | 1      | 4        | Наблюдение                                       |
| 8     | Постановка хореографических номеров   | 4                | 1      | 3        | Наблюдение                                       |
| 8.1   | Отработка движений танцев   | 2                | 1      | 1        | Наблюдение                                       |
| 9     | Танцевальная мозаика «За волшебной дверью»                                    | 4                | 2      | 2        | Наблюдение                                       |
| 10    | Концертная деятельность   | 6                | 1      | 5        | Концерт, игровая программа (итоговая аттестация) |
| 11    | Итоговый урок   | 2                | 1      | 1        | Опрос, зачет                                     |
|       | Итого   | 66 часов         |        |          |  |

**Содержание учебного плана  
1 год обучения**

1. Вводное занятие. Техника безопасности

Теоретическая часть. Знакомство с программой занятий. Режим занятий. Правила поведения и безопасности.

Практическая часть. Игровая программа «Хореографическое зазеркалье»

## 2. Азбука музыкального движения

Теоретическая часть: что такое «хореографический язык» - приветствие и прощание - «поклон».

Практическая часть: изучение техники выполнения поклона на середине. Просмотр видеоролика «Путешествие в мир танца»

### 2.1. Ориентировка в пространстве

Теоретическая часть: роль и значение различных видов динамических оттенков.

Прослушивание музыкальных композиций: Л. Бетховен «Танец фонариков» и т.д.

Практическая часть: движение в характере, заданном музыкой. Определение динамических оттенков музыки - piano (тихо), (fortissimo) — очень громко, (forte) — громко, (mezzo forte) — умеренно громко, (mezzo piano) — тихо, (pianissimo) — очень тихо.

### 2.2. Элементы ритмики

Теоретическая часть: прослушивание музыкальных композиций: П. Мориа «Осенняя сюита», Ц, Пуни «Танец скоморохов», П. Чайковский «Времена года».

Практическая часть: определение их характера (веселый, грустный, торжественный, спокойный, озорной и т. д). Движение в характере, заданном музыкой.

### 2.3. Тематические миниатюры, этюды

«Лесное царство» танцевальные этюды.

Теоретическая часть: приобретение навыков актерского мастерства.

Практическая часть: работа над образом заданных животных: медведя, кошки, зайки и т.д., растений: цветок, дерево, ягоды и т.д. Этюды: «На полянке», «По грибы, по ягоды», «Звериная семейка». Творческие задания в группах и индивидуальные.

### 2.4. Игровые технологии (танцевально- музыкальные игры)

Практическая часть. Игра «Повтори за мной» или «Делай как я»

Все становятся в круг, ведущий в центре под музыку показывает движения, а игроки за ним повторяют. Музыка меняется, ведущий тоже. Выбирать ведущего может как учитель, так и сами дети.

Игра «Ручеёк». Игроки становятся парами одна позади другой, изображая высокие ворота. Водящий под музыку проходит под воротами, выбирая себе пару, затем становится впереди всех пар. Вновь оставшийся без пары становится водящим. Водящих может быть несколько.

## 3. Основы классического танца

Теоретическая часть: постановка корпуса - важнейший этап в занятиях классическим танцем. Правильная постановка корпуса гарантирует устойчивость, внутреннюю собранность и эстетическую восприимчивость при исполнении классических элементов.

Практическая часть: освоение постановки корпуса на середине, у станка (ноги в 1 свободной поз., руки - в подготовительной поз.). Упражнение «Арбуз».

### 3.1. Основное положение рук ног, головы в народном и классическом танце.

Теоретическая часть: освоение позиций рук классического танца на середине.

Практическая часть: проучивается в порядке - подготовительная, 1,3. В последнюю очередь- 2. Воспитание волевых качеств и трудолюбия. Упражнение «Арбуз», «Посчитай до восьми».

### 3.2. Растяжка и формирование танцевального шага

Теоретическая часть. Техника безопасности при выполнении сложных упражнений.

Практическая часть. Упражнения для улучшения подвижности голеностопного сустава и эластичности мышц голени и стопы. Упражнения для улучшения подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра. Упражнения на развитии гибкости позвоночника и формирование осанки.

### 4. Элементы русского танца «Полянка»

Теоретическая часть. История танца, особенности русского народного танца.

Практическая часть. Разучивание танца «Полянка». Изучение манеры и характера исполнения.

### 5. Элементы белорусского танца

Теоретическая часть. История танца, особенности белорусского танца.

Практическая часть. Основной ход в белорусском танце «Лявониха». Боковой ход с подбивкой (галоп). Ход с отбивкой в белорусском танце.

### 6. Элементы татарского танца

Теоретическая часть. История танца, особенности татарского танца.

Практическая часть. Разучивание новых элементов татарского танца «Елочка», «Тройной тритоп», «Голубец».

### 7. История, манера, характер исполнения танцев народа Урала.

Теоретическая часть. История происхождения народов Урала. Какие особенности этих народов и культура наследия.

Практическая часть. «Бышенька», «Синеглазовские барабушки», «Пляс в распашку»; композиция «Каслинское литье» – об уникальном ремесле уральских художников-литейщиков; танцы на уральскую тему: «Сергияны» и «Уральская кадриль».

### 8. Постановка хореографических номеров

Теоретическая часть. Обсуждение хореографических образов в танце.

Практическая часть. Миниатюры: кукольный мир, веселые мышки, отважные пилоты, учат в школе, цветочная поляна.

#### 8.1. Отработка движений танцев

Теоретическая часть. Техника безопасности исполнения движения.

Практическая часть. Танцевальные связки к миниатюрам.

### 9. Танцевальная мозаика «За волшебной дверью»

Теоретическая часть. Правила этого путешествия. Ход игры.

Практическая часть. Характерные танцы на эмоциональный настрой.

### 10. Концертная деятельность

Теоретическая часть. Техника безопасности при выезде на конкурсы.

Практическая часть. Танцевальные миниатюры разной направленности.

### 11. Итоговый урок

Теоретическая часть. Разъяснение и объяснение родителям о специфике урока.

Практическая часть. Открытое занятие для учащихся и родителей.(законных представителей несовершеннолетних учащихся). Демонстрация полученных знаний и умений. Анализ работы.

## 2 год обучения

| № п/п | Название раздела, темы | Количество часов |        |          | Формы аттестации/ контроля |
|-------|------------------------|------------------|--------|----------|----------------------------|
|       |                        | Всего            | Теория | Практика |                            |

|       |   |          |   |   |                               |
|-------|---|----------|---|---|-------------------------------|
| 1     | Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке при разучивании танцев. | 2        | 1 | 1 | Беседа                        |
| 2     | Движения на развитие координации. Виды шага, бега, прыжков, подскоков           | 4        | 1 | 3 | Наблюдение                    |
| 2.1   | Основные движения, понятия.   | 2        | 1 | 1 | Опрос                         |
| 3     | Работа над ритмическими рисунками (хлопки в ладоши).                            | 3        |   | 3 | Сценический показ             |
| 4     | Общеразвивающие упражнения. Ходьба с носка, на полупальцах, на пятках.          | 2        |   | 2 | Беседа                        |
| 5     | Элементы асимметричной гимнастики. Упражнения для развития тела                 | 4        | 1 | 3 | Контрольное упражнение        |
| 6     | Разучивание разминки.   | 3        |   | 3 | Наблюдение                    |
| 7     | Рисунок марша. Марш «Маша и Медведь».   | 1        |   | 1 | Опрос                         |
| 7.1   | Разучивание марша «Маша и Медведь»  | 4        | 1 | 3 | Наблюдение                    |
| 7.2   | Отработка и закрепление рисунка марша   | 2        |   | 2 | Тестирование                  |
| 8     | Изучение музыкальных размеров 2/4; 3/4; 4/4.                                    | 3        | 1 | 2 | Беседа                        |
| 9     | Основы классического танца  | 8        | 2 | 6 | Контрольные упражнения        |
| 10    | Основные движения танца «Полька».   | 7        | 1 | 6 | Опрос                         |
| 11    | Партерная гимнастика.   | 4        | 1 | 3 | Тренинги                      |
| 12    | Я – герой сказки. Любимый персонаж сказки (работа с образом под музыку).        | 3        | 1 | 2 | Тестирование                  |
| 13    | Музыкально-ритмические игры.  | 3        | 1 | 2 | Игровые программы             |
| 14    | Рисунок танца «Детские мечты» и танца «Жар-птицы».                              | 5        | 1 | 4 | Сценический показ             |
| 15    | Элементы народного танца  | 6        | 1 | 5 | Открытое занятие              |
| 16    | Итоговый урок.  | 2        | 1 | 1 | Зачёт, контрольные упражнения |
| Итого |   | 68 часов |   |   |                               |

**Содержание учебного плана  
2 год обучения**

1. Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке при разучивании танцев. Теория: техника безопасности, стили и направления хореографического искусства: классический танец, народно - сценический танец. Практика: просмотр видео «Танцевальные стили и направления».
2. Движения на развитие координации. Теоретическая часть. Объяснение о координации движения. Практическая часть. Виды шага, бега, прыжков, подскоков.
  - 2.1. Основные движения, понятия. Теоретическая часть. Терминология понятий. Практическая часть. Основные движения, переходы рук из позиции в позицию, повторение позиций ног. Паузы в движении и их использование
3. Работа над ритмическими рисунками (хлопки в ладоши). Практическая часть. Деление произведения на «вступление», «период», «фразу», «заключение», «предложение». Обучение одновременно начинать и заканчивать движения с началом и завершением музыкального произведения.
4. Общеразвивающие упражнения. Ходьба с носка, на полупальцах, на пятках. Практическая часть. Упражнения на формирование правильной осанки. Упражнения на подвижность тазобедренных суставов. Упражнения на гибкость коленных суставов.
5. Элементы асимметричной гимнастики. Теоретическая часть. Техника безопасности при выполнении танцевальных элементах. Практическая часть. Упражнения для развития тела. Упражнения на подвижность шейного отдела. Упражнения на эластичность мышц плечевого пояса. Упражнения на эластичность локтевого плеча, сустава, предплечья.
6. Разучивание разминки. Практическая часть. Разучивание основного шага, основных элементов и фигур в разминке.
7. Рисунки марша. Марш «Маша и Медведь». Практическая часть. Знакомства с рисунками марша. Разновидности рисунков марша.
  - 7.1. Разучивание марша «Маша и Медведь» Теоретическая часть. Объяснение что такое марш. И какие виды существуют. Практическая часть. Разучивание марша.
  - 7.2. Отработка и закрепление рисунка марша. Практическая часть. Отработка ритма и счета марша.
8. Изучение музыкальных размеров  $2/4$ ;  $3/4$ ;  $4/4$ . Теоретическая часть: прослушивание музыкальных композиций: Л. Минкус «Лошадки», Ф. Шуберт «Вальс». Практическая часть: определение музыкальных размеров  $2/4$ ,  $3/4$ ,  $4/4$ . Выделение акцентов (сильной доли) хлопками, притопами, наклонами, взмахами.
9. Основы классического танца. Теоретическая часть. Терминология понятийного аппарата. Практическая часть. I, II, III позиции рук. Основные правила исполнения. I, II, III, VI позиции ног. Основные правила исполнения. Позиции в паре. Основные правила. Изучение правил исполнения *demiplier*, *grandplier*. Изучение правил исполнения *battement tendu*, *demi rond de jamb*. Изучение правил исполнения *rond de jamb*, *port de bras*.
10. Основные движения танца «Полька».

Теоретическая часть. История танца. Манера исполнения.

Практическая часть. Основные движения танца «Полька». Первая фигура польки. Вторая фигура польки. Третья фигура польки. Четвертая фигура польки. Пятая фигура польки. Ориентирование на танцевальной площадке. Основные движения танца «Полька».

11. Партерная гимнастика.

Теоретическая часть. Техника безопасности исполнения сложных элементов.

Практическая часть. Общеразвивающие упражнения. Упражнения на растяжку и пластику. Упражнения на формирование правильной осанки.

12. Я – герой сказки. Любимый персонаж сказки (работа с образом под музыку).

Теория: развитие фантазии, воображения.

Практика: приобретение навыков актерского мастерства. Приобретение навыков импровизации в танце: передавать настроение, характер музыки. Творческие задания в группах и индивидуальные. Темы для импровизации в танце: «Настроение».

13. Музыкально-ритмические игры.

«Причудливый узор» рисунок танца. Теория: развитие фантазии, воображения, внимания, ориентации в пространстве, умение работать в ансамбле. Использование танцевальных рисунков на практике.

Практика: построения маршем и шагом с носка в шеренги (1,2,3,4), колонны (1,2,3,4), круги(1,2,3,4), (большие, маленькие), змейкой, звездочкой. Танцевальный материал: «Мы заводим хоровод», «Зимние узоры». Игра «Нарисуй и покажи».

14. Рисунок танца «Детские мечты» и танца «Жар-птицы».

Теоретическая часть. Обсуждение художественных образов в танцах.

Практическая часть. Танцевальные миниатюры в разных образах.

15. Элементы народного танца

Теоретическая часть. История возникновения танца.

Практическая часть. Элементы народной хореографии: гармошка, елочка. Элементы народной хореографии: ковырялочка, моталочка.

16. Итоговый урок.

Теоретическая часть. Анализ работы открытого занятия.

Практическая часть. Открытое занятие для учащихся и родителей (законных представителей несовершеннолетних учащихся) с демонстрацией полученных знаний и умений.

### 3 год обучения

| № п/п | Название раздела, темы  | Количество часов |        |          | Формы аттестации/ контроля   |
|-------|---|------------------|--------|----------|------------------------------|
|       |   | Всего            | Теория | Практика |                              |
| 1     | Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке при разучивании танцев. | 2                | 1      | 1        | Беседа, викторина            |
| 2     | Элементы асимметричной гимнастики.  | 2                |        | 1        | Анализ выполнения упражнений |
| 3     | Разучивание разминки на середине зала.  | 3                |        | 3        | Опрос                        |
| 3.1   | Упражнения на развитие  | 2                |        | 2        | Наблюдение                   |

|       |   |          |   |   |                                |
|-------|---|----------|---|---|--------------------------------|
|       | координации.  |          |   |   |                                |
| 3.2   | Перестроение для танцев. Рисунок танца.                                 | 4        | 1 | 3 | Контрольные упражнения         |
| 4     | Основы классического танца  | 8        | 2 | 6 | Творческие практические показы |
| 5     | Прослушивание и разбор музыкальных произведений.                        | 3        | 1 | 2 | Музыкальная викторина          |
| 6     | Партерная гимнастика.   | 4        | 1 | 3 | Наблюдение                     |
| 7     | Музыкально-ритмические игры «Коршун и курица», «Охранник в музее».      | 2        |   | 2 | Творческие практические показы |
| 8     | Народный танец  | 8        | 2 | 6 | Опрос                          |
| 8.1   | Понятие «линия танца». Построение «линии», «змейка», «круг», «шахматы». | 3        |   | 3 | Беседа, зачет                  |
| 8.2   | Танец «Мечтатели». Разучивание комбинаций в русском народном характере. | 4        | 1 | 3 | Сценические показы             |
| 9     | Музыкальная композиция и размеры  | 3        |   | 3 | Тестирование                   |
| 10    | Танцевальная композиция «Мечтатели».                                    | 4        | 1 | 3 | Наблюдение                     |
| 11    | Партерная гимнастика.   | 6        |   | 6 | Наблюдение                     |
| 12    | Движения по линии танца. Перестроения для танцев.                       | 3        | 1 | 2 | Тестирование                   |
| 13    | Традиции русского народа в своеобразии движений.                        | 5        | 1 | 4 | Сообщение на тему «Традиции»   |
| 14    | Итоговый урок   | 2        | 1 | 1 | Зачёт                          |
| Итого |   | 68 часов |   |   |                                |

### Содержание учебного плана 3 год обучения

1. Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке при разучивании танцев. Теоретическая часть. Правила техники безопасности на занятиях. Требования к занятиям.  
Практическая часть. игры на сплоченность , коллективообразование: «Снежный ком», «Агенты 007»
2. Элементы асимметричной гимнастики.  
Практическая часть. Ходьба. Виды ходьбы. Основные понятия. Позиции в паре. Основные положения рук, ног в паре.
3. Разучивание разминки на середине зала.  
Практическая часть. Упражнения на развитие координации.

### 3.1. Упражнения на развитие координации.

Практическая часть. Упражнения, входящие в классический экзерсис. Манера исполнения классического танца. Чистота и строгость линий. Воспитание волевых качеств и трудолюбия.

### 3.2. Перестроение для танцев. Рисунок танца.

Теоретическая часть. Что такое рисунок танца. Виды рисунков.

Практическая часть. Простой рисунок, сложный рисунок, симметричный рисунок

### 4. Основы классического танца

Теоретическая часть. История классического танца.

Практическая часть. Позиции рук. Основные правила. Позиции ног. Основные правила.

Позиции в паре. Основные правила. Общеразвивающие упражнения. Позиции рук в классическом танце. I, II, III позиции и подготовительное положение рук. Основные правила исполнения. I, II, III, V, VI позиции ног. Основные правила исполнения. Изучение правил исполнения I и I port de bras. Повторение правил исполнения demi plie, grand plie.

### 5. Прослушивание и разбор музыкальных произведений.

Теоретическая часть. Прослушивание музыкальных композиций: П. Мориа «Осенняя сюита», С. Рахманинов «Гусары», Ц. Пуни «Танец скоморохов», П. Чайковский «Времена года».

Практическая часть. определение их характера (веселый, грустный, торжественный, спокойный, озорной и т. д). Движение в характере, заданном музыкой.

### 6. Партерная гимнастика.

Теоретическая часть. Формирование волевых навыков и трудолюбия.

Практическая часть. Освоение комплексов упражнений на выработку подвижности и эластичности стопы, разработки подъема, на выработку силы мышц ног, отточенности движения. Упражнения: «Нарисуй фигуру», «Тупой - острый», «Карандаш», «Ножницы».

### 7. Музыкально-ритмические игры.

Практическая часть. Игры «Коршун и курица», «Охранник в музее».

### 8. Народный танец

Теоретическая часть. История народного танца. Истоки танца.

Практическая часть. Позиции ног, рук в народно-сценической хореографии. Притопы и выстукивания в русской народной хореографии. Элементы народной хореографии: гармошка, елочка. Элементы народной хореографии: ковырялочка, моталочка.

#### 8.1. Понятие «линия танца». Построение «линии», «змейка», «круг», «шахматы».

Практическая часть.

#### 8.2. Танец «Мечтатели». Разучивание комбинаций в русском народном характере.

Теоретическая часть. Русский образ девочки и мальчика.

Практическая часть. Русские комбинации с использованием предмета.

### 9. Музыкальная композиция и размеры

Практическая часть. Повторение музыкальных размеров 2/4; 3/4; 4/4. Позиции ног, рук.

Импровизация под музыку с отражением ее характера. Прослушивание народных музыкальных композиций. Просмотр видеозаписи танцев России.

### 10. Танцевальная композиция «Мечтатели».

Теоретическая часть. Сюжет о хореографическом номере.

Практическая часть. Разучивание танцевальных элементов.

Рисунок танца «Мечтатели».

11. Партерная гимнастика.

Практическая часть. Общеразвивающие упражнения: перекаты стопы, подъем на носок, шаг на пятках.

12. Движения по линии танца. Перестроения для танцев.

Теоретическая часть. Разновидности линий. Виды перестроения.

Практическая часть. Разнообразные перестроения в разнообразные линии танца.

13. Традиции русского народа в своеобразии движений.

Теоретическая часть. История о традициях.

Практическая часть. Танцевальные элементы в русском народном характере. Рисунок русской народной танцевальной зарисовки «Ангелы». Соединение танцевальных элементов в композицию «Ангелы».

14. Итоговый урок

Теоретическая часть. Анализ работы.

Практическая часть. Открытое занятие для учащихся и родителей (законных представителей несовершеннолетних учащихся) с демонстрацией полученных знаний и умений.

**4 год обучения**

| № п/п | Название раздела, темы                            | Количество часов |        |          | Формы аттестации/ контроля   |
|-------|---|------------------|--------|----------|------------------------------|
|       |   | Всего            | Теория | Практика |                              |
| 1     | Вводное занятие. Правила техники безопасности     | 2                | 2      |          | Беседа                       |
| 2     | Партерный экзерсис                                | 12               | 1      | 11       | Наблюдение                   |
| 3     | Азбука Классического танца                        | 15               | 2      | 13       | Опрос                        |
| 4     | Элементы Историко-бытового, Бального танца        | 12               | 1      | 11       | Контрольные упражнения       |
| 5     | Элементы народного танца (стилизация)             | 16               | 3      | 13       | Тестирование                 |
| 6     | Эстрадные, Современные танцы                      | 13               | 1      | 12       | Зачет                        |
| 7     | Этюды, ритмические и образные танцы(импровизация) | 14               |        | 14       | Творческий контрольный показ |
| 8     | Комбинированные танцевальные комбинации           | 18               |        | 18       | Наблюдение                   |
| 9     | Постановочная и репетиционная работа              | 15               | 1      | 14       | Практический показ, опрос    |
| 10    | Концертная деятельность                           | 17               |        | 17       | Сценический показ            |
| 11    | Открытые уроки                                    | 2                | 1      | 1        | Зачёт                        |
| Итого |   | 136 часов        |        |          |                              |

## Содержание учебного плана 4 год обучения

### 1. Вводное занятие. Правила техники безопасности

Теоретическая часть. Знакомство с творческим объединением, режимом работы, основными видами деятельности по программе. Правила техники безопасности на занятиях.

### 2. Партерный экзерсис

Теоретическая часть. Что такое выворотность ног, зачем она нужна, как её разработать. Формирование волевых навыков и трудолюбия.

Практическая часть. Упражнения на выворотность: «бабочка», «угол», «лягушка», «шнур», «выворотная складочка», «складочка с оттягиванием носка», «паучок», «ноги вверх». Наклоны туловища вперед из положения стоя. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Наклоны туловища вперед из положения сидя с ногами вместе, отдельно. Упражнения для туловища в горизонтальной плоскости. освоение комплексов упражнений на выработку подвижности и эластичности стопы, разработки подъема, на выработку силы мышц ног, отточенности движения. Упражнения: «Батманы», «Стрела», «Краски».

### 3. Азбука Классического танца

Теоретическая часть. Понятие *aplomb*. Понятие *Epaulement*. Позы *croisee* и *efface* (вперед, назад). Положение ноги *surlecou-pied*. Понятие направлений *endehors* et *endedans*.

Практическая часть. Отработка правильной постановки корпуса, устойчивости. Понятие *Epaulement*. Положение тела, определяемое поворотом плеча. Позы *croisee* и *efface* ). Поза *croisee* вперед. Положение — *epaulement croise*, пятая позиция, правая нога впереди. Поза *croisee* назад. Исходное положение — *epaulement croise*. Поза *effacee* вперед. Положение — *epaulement efface*, пятая позиция, правая нога впереди. Поза *effacee* назад. Исходное положение — *epaulement efface*, правая нога впереди. Понятия *endehors* и *endedans*. *Demi raud de jambe par terre en dehors et endedans*. *Preparation* для *rond de jambe par terre en dehors et en dedans*. *Rond de jambe par terre en dehors et en dedans*. У станка и на середине.

### 4. Элементы Историко-бытового, Бального танца

Теоретическая часть. Знакомство с видами историко-бытового танца, с его особенностями и манерой исполнения. Австрийский танец «Вальс», знакомство с видами историко-бытового танца, с его особенностями и манерой исполнения. Французский танец «Менуэт».

Практическая часть. Разучивание основного шага, основных элементов и фигур танца «Вальс». Исследовательская деятельность по теме: «Вальс, вальс, вальс...» - иллюстрированный реферат, доклад о происхождении и распространении танца «Вальс». Разучивание основного шага, основных элементов и фигур танца «Менуэт».

### 5. Элементы народного танца (стилизация)

Теоретическая часть. В русских танцах имеется значительное количество танцевальных ходов: простых, дробных, с подскоками и т. д. Некоторые из них широко распространены, другие характерны только для той или иной области.

Практическая часть. Простой бытовой шаг. Переменный ход на всю ступню. Это легкие последовательные удары носком и пяткой каждой ноги, со сменой ног и

кратковременным перетаптыванием. Переменный ход с первым шагом на каблук. Сценический переменный ход. Шаркающий ход. Девичий плавный ход с одной ноги (воронежский ход). Ход с подскоками и ударами носком свободной ноги позади опорной. «Ковырялочка» простая, в пол; простая, с броском ноги на 45 градусов и небольшим отскоком на опорной ноге; «ковырялочка» на 90 градусов с активной работой корпуса и ноги; в чередовании с одинарными, двойными и тройными притопами

#### 6. Эстрадные, Современные танцы

Теоретическая часть. Особенности пластики, стиля и манеры исполнения модерн джаз-танца. Техника isolation – основа модерн джаз-танца. Параллелизм и оппозиция. Level. Виды levels: стоя, сидя, на корточках, сидя на ягодицах, стоя на ягодицах, стоя на коленях, лежа. Акробатические levels – шпагат, стойка на руках и т.д. В простых сочетаниях даются всевозможные движения изолируемых центров.

Практическая часть. Изучение основного положения корпуса, необходимого для джаз танца: положение коллапс. Отличия модерн джаз-танца от классического танца. Изучение основных позиций рук. Изучения isolation на различных levels. Isolation головы (стоя, сидя): наклоны (вперед, назад, в сторону), повороты (в сторону), «маятник», круг.

#### 7. Этюды, ритмические и образные танцы(импровизация)

Практическая часть. Танцевальные этюды «Этюд мячом», «Морская азбука», «Платочек», «В мечтах» и т.д. 5.4.«Танцевальный орнамент». Использование танцевальных рисунков на практике. Построения шагом с носка, бегом, галопом, подскоками в круги (1,2,3,4), (большие, маленькие), корзинку, звездочки, расчески, тоннель. Танцевальный материал: «Воздушная кукуруза», «Калинка», «Русские узоры», «Танец троллей».

#### 8. Комбинированные танцевальные комбинации

Практическая часть. Освоение навыков группировки, внутренней собранности. Формирование волевых навыков, спортивного характера. Комбинации упражнений «Кувырок» (вперед), «Кувырок» (назад), «Березка», «Складка», «Рондад», «Разножка в повороте», «Веребочка», «Шпагаты». Этюд «Акробатический».

#### 9. Постановочная и репетиционная работа

Теоретическая часть. Техника безопасности при исполнении номеров.

Практическая часть. Различные миниатюры в разных направлениях.

#### 10. Концертная деятельность

Практическая часть. Выезд на конкурсные мероприятия.

#### 11. Открытые уроки

Теоретическая часть. Беседа с родителями. Анализ работы

Практическая часть. Открытое занятие для учащихся и родителей (законных представителей несовершеннолетних учащихся) с демонстраций полученных знаний и умений.

### 5 год обучения

| № п/п | Название раздела, темы                        | Количество часов |        |          | Формы аттестации/ контроля |
|-------|---|------------------|--------|----------|----------------------------|
|       |   | Всего            | Теория | Практика |                            |
| 1     | Вводное занятие. Правила техники безопасности | 1                | 1      |          | Беседа                     |
| 2     | Комбинации на середине                        | 29               | 2      | 27       | Наблюдение                 |

|       |                                      |          |   |    |                                   |
|-------|--------------------------------------|----------|---|----|-----------------------------------|
| 3     | Техника изоляции                     | 16       | 4 | 12 | Опрос                             |
| 4     | Смена уровней                        | 18       | 1 | 17 | Творческое задание                |
| 5     | Прыжки                               | 16       | 3 | 13 | Зачет                             |
| 6     | Вращение                             | 20       | 1 | 19 | Тестирование                      |
| 7     | Партерная гимнастика                 | 18       |   | 18 | Наблюдение                        |
| 8     | Шаги                                 | 16       |   | 16 | Контрольные упражнения            |
| 9     | Кроссы                               | 17       | 1 | 16 | Опрос                             |
| 10    | Постановочная и репетиционная работа | 27       |   | 27 | Практический показ, анализ работы |
| 11    | Концертная деятельность              | 24       |   | 24 | Сценический показ                 |
| 12    | Открытые уроки                       | 2        | 1 | 1  | Зачёт                             |
| Итого |                                      | 204 часа |   |    |                                   |

### Содержание учебного плана 5 год обучения

1. Вводное занятие. Правила техники безопасности  
Теоретическая часть. Знакомство с режимом работы, основными видами деятельности по программе. Правила техники безопасности на занятиях.
2. Комбинации на середине  
Теоретическая часть. Adagio на середине. Это упражнение на середине зала, состоящее из комбинации различных поз, наклонов и перегибов корпуса, поворотов, вращений и других движений в спокойном темпе, задача которого - выработка устойчивости, выразительности, музыкальности, чувства позы, гармонии и плавности  
Практическая часть. Упражнения на середине зала начинают с маленького adagio, не загружая его большим количеством поз и положений. В маленьком adagio новые движения сочетают с уже пройденными, как, например, с туром lent, с port de bras-préparation и т. д. Большое adagio исполняют перед allegro, оно значительно сложнее. В большом adagio необходимо уделять внимание художественной координации движений. Переходы из одного положения в другое окрашиваются свободными движениями корпуса, головы и особенно рук, это развивает танцевальность.
3. Техника изоляции  
Теоретическая часть. Isolation – изоляция (обособленные движения отдельных частей тела). Изучение isolation грудной клетки (сидя и стоя), accents (в сторону, вперед, назад). Верх корпуса (стоя)  
Практическая часть. 1. Twist плеч. 2. Полукруг и круг (поочередно каждым плечом). 3. Полукруг и круг (одновременно оба плеча в оппозиции). 4. «Восьмерка» . Accents (из стороны в сторону, дубль). Крест (с возвращением в центр). Contract-release.
4. Смена уровней  
Теоретическая часть. Терминология об уровнях в хореографии  
Практическая часть. Партер, середина, воздух.
5. Прыжки

Теоретическая часть. Pasassemble — собранный прыжок. Опорные и простые (неопорные) прыжки. Четыре фазы неопорных прыжков: подготовка к толчку, толчок одной или двумя ногами, полет и приземление

Практическая часть. Подготовка к выполнению pasassemble. Повторение и закрепление положения вытянутых в воздухе ног разбор и заучивание, комбинации с другими элементами. Отработка простых прыжков. Подбивные прыжки.

#### 6. Вращение

Теоретическая часть. Вращения: «юла, вертушка»; быстрое вращение на полу; вращения по диагонали.

Практическая часть. Отработка различных вращений: «юла, вертушка»; быстрое вращение на полу; вращения по диагонали.

#### 7. Партерная гимнастика

Теоретическая часть. Разучивание и отработка комплекса упражнений для мышц спины.

Практическая часть. Разучивание и отработка комплекса упражнений для мышц спины: «мостик бедрами», «собака и птица», «планка на боку», выпады, «сарпасана», поясничные скручивания, поза младенца, удержание ног в статике.

#### 8. Шаги

Практическая часть. Разучивание и отработка комплекса упражнений на развитие танцевального шага.

#### 9. Кроссы

Теоретическая часть. Объяснение постановки зала, как передвигаться. Точка зала.

Практическая часть.

#### 10. Постановочная и репетиционная работа

Практическая часть. Белорусский народный танец «Лявониha», «Крыжачок» и полька. Медленный женский ход. Ход назад с остановкой на третьем шаге. «Вереvочка» простая и двойная. «Тынок» (перескок с ноги на ногу). «Выхилиястник» с «угинанием». «Похидвильный» (поочередные удлиненные прыжки вперед). Цыганский танец. Татарский танец. Основные положения рук, корпуса, головы; основные движения, ходы и проходки.

#### 11. Концертная деятельность

Практическая часть. Конкурсный выезд

#### 12. Открытые уроки

Теоретическая часть. Анализ работы с родителями.

Практическая часть. Открытое занятие для учащихся и родителей (законных представителей несовершеннолетних учащихся) с демонстраций полученных знаний и умений.

### **1.4. Планируемые результаты освоения обучающимися дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы**

Ожидаемые (прогнозируемые) результаты освоения образовательной программы в целом, формулируются на основе компетентного подхода и соотносятся с заявленными целью и задачами обучения, развития, воспитания, а также уровнем освоения программы.

*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 на высоком уровне, формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки, развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.

## 2. Комплекс организационно-педагогических условий, включая формы аттестации

### 2.1. Календарный учебный график

#### Календарный учебный график основного общего образования на 2022/23 учебный год

##### Основные характеристики образовательного процесса:

- Количество учебных недель: 34.  
Количество учебных дней: 204.
- Недель в I полугодии: 15.
- Недель во II полугодии: 19.
- Начало учебного года: 2 сентября.
- Каникулы: 29 октября по 8 ноября 2022 года (9 календарных дней); 30 декабря по 8 января 2023 года (10 календарных дней); 25 марта по 2 апреля 2023 года.
- Выходные дни: воскресенье и праздничные дни (1 сентября, 23 февраля, 8 марта, 1 мая, 9 мая).
- Окончание учебного года: 27 мая

##### Условные обозначения:

- каникулы 
- праздничные и выходные дни 

|           | Сентябрь |    |    |    |    | Октябрь |   |    |    |    | Ноябрь  |    |    |    |    |    |
|-----------|----------|----|----|----|----|---------|---|----|----|----|---------|----|----|----|----|----|
| <b>Пн</b> |          | 5  | 12 | 19 | 26 |         | 3 | 10 | 17 | 24 | 31      |    | 7  | 14 | 21 | 28 |
| <b>Вт</b> |          | 6  | 13 | 20 | 27 |         | 4 | 11 | 18 | 25 | 1       | 8  | 15 | 22 | 29 |    |
| <b>Ср</b> |          | 7  | 14 | 21 | 28 |         | 5 | 12 | 19 | 26 | 2       | 9  | 16 | 23 | 30 |    |
| <b>Чт</b> | 1        | 8  | 15 | 22 | 29 |         | 6 | 13 | 20 | 27 | 3       | 10 | 17 | 24 |    |    |
| <b>Пт</b> | 2        | 9  | 16 | 23 | 30 |         | 7 | 14 | 21 | 28 | 4       | 11 | 18 | 25 |    |    |
| <b>Сб</b> | 3        | 10 | 17 | 24 |    | 1       | 8 | 15 | 22 | 29 | 5       | 12 | 19 | 26 |    |    |
| <b>Вс</b> | 4        | 11 | 18 | 25 |    | 2       | 9 | 16 | 23 | 30 | 6       | 13 | 20 | 27 |    |    |
|           | Декабрь  |    |    |    |    | Январь  |   |    |    |    | Февраль |    |    |    |    |    |
| <b>Пн</b> |          | 5  | 12 | 19 | 26 |         | 2 | 9  | 16 | 23 | 30      |    | 6  | 13 | 20 | 27 |
| <b>Вт</b> |          | 6  | 13 | 20 | 27 |         | 3 | 10 | 17 | 24 | 31      |    | 7  | 14 | 21 | 28 |
| <b>Ср</b> |          | 7  | 14 | 21 | 28 |         | 4 | 11 | 18 | 25 | 1       | 8  | 15 | 22 |    |    |
| <b>Чт</b> | 1        | 8  | 15 | 22 | 29 |         | 5 | 12 | 19 | 26 | 2       | 9  | 16 | 23 |    |    |
| <b>Пт</b> | 2        | 9  | 16 | 23 | 30 |         | 6 | 13 | 20 | 27 | 3       | 10 | 17 | 24 |    |    |
| <b>Сб</b> | 3        | 10 | 17 | 24 | 31 |         | 7 | 14 | 21 | 28 | 4       | 11 | 18 | 25 |    |    |
| <b>Вс</b> | 4        | 11 | 18 | 25 |    | 1       | 8 | 15 | 22 | 29 | 5       | 12 | 19 | 26 |    |    |
|           | Март     |    |    |    |    | Апрель  |   |    |    |    | Май     |    |    |    |    |    |
| <b>Пн</b> |          | 6  | 13 | 20 | 27 |         | 3 | 10 | 17 | 24 | 1       | 8  | 15 | 22 | 29 |    |
| <b>Вт</b> |          | 7  | 14 | 21 | 28 |         | 4 | 11 | 18 | 25 | 2       | 9  | 16 | 23 | 30 |    |
| <b>Ср</b> | 1        | 8  | 15 | 22 | 29 |         | 5 | 12 | 19 | 26 | 3       | 10 | 17 | 24 | 31 |    |
| <b>Чт</b> | 2        | 9  | 16 | 23 | 30 |         | 6 | 13 | 20 | 27 | 4       | 11 | 18 | 25 |    |    |

|           |             |    |    |    |    |             |   |    |    |    |               |   |    |    |    |    |  |
|-----------|-------------|----|----|----|----|-------------|---|----|----|----|---------------|---|----|----|----|----|--|
| <b>Пт</b> | 3           | 10 | 17 | 24 | 31 |             | 7 | 14 | 21 | 28 |               | 5 | 12 | 19 | 26 |    |  |
| <b>Сб</b> | 4           | 11 | 18 | 25 |    | 1           | 8 | 15 | 22 | 29 |               | 6 | 13 | 20 | 27 |    |  |
| <b>Вс</b> | 5           | 12 | 19 | 26 |    | 2           | 9 | 16 | 23 | 30 |               | 7 | 14 | 21 | 28 |    |  |
|           | <b>Июнь</b> |    |    |    |    | <b>Июль</b> |   |    |    |    | <b>Август</b> |   |    |    |    |    |  |
| <b>Пн</b> |             | 5  | 12 | 19 | 26 |             | 3 | 10 | 17 | 24 | 31            |   | 7  | 14 | 21 | 28 |  |
| <b>Вт</b> |             | 6  | 13 | 20 | 27 |             | 4 | 11 | 18 | 25 |               | 1 | 8  | 15 | 22 | 29 |  |
| <b>Ср</b> |             | 7  | 14 | 21 | 28 |             | 5 | 12 | 19 | 26 |               | 2 | 9  | 16 | 23 | 30 |  |
| <b>Чт</b> | 1           | 8  | 15 | 22 | 29 |             | 6 | 13 | 20 | 27 |               | 3 | 10 | 17 | 24 | 31 |  |
| <b>Пт</b> | 2           | 9  | 16 | 23 | 30 |             | 7 | 14 | 21 | 28 |               | 4 | 11 | 18 | 25 |    |  |
| <b>Сб</b> | 3           | 10 | 17 | 24 |    | 1           | 8 | 15 | 22 | 29 |               | 5 | 12 | 19 | 26 |    |  |
| <b>Вс</b> | 4           | 11 | 18 | 25 |    | 2           | 9 | 16 | 23 | 30 |               | 6 | 13 | 20 | 27 |    |  |

## 2.2. Условия реализации программы

Кадровое обеспечение. программу реализуют педагоги дополнительного образования, имеющие высшее образование или среднее профессиональное образование

Для успешной реализации Программы необходимы следующие средства обучения:

- необходимое число учебных часов;
- светлый и просторный зал;
- деревянный настил пола в зале;
- зеркальная стена;
- станки;
- аудиоаппаратура;
- осветительная аппаратура;
- специальная тренировочная одежда и обувь для учащихся (спортивные купальники, трико, балетные тапочки, танцевальная обувь);
- сценические костюмы.

## 2.3. Формы аттестации/ контроля и оценочные материалы

В рамках текущего контроля успеваемости, педагог наблюдает за тем, как проходит овладение теоретическими и техническими навыками и приемами, как происходит применение этих приемов в учебном процессе.

Контрольно-оценочная деятельность в рамках промежуточной и итоговой аттестации осуществляется с использованием оценочных материалов. Оценочные процедуры освоения программы в рамках данной образовательной программы осуществляются в ходе, промежуточной и итоговой аттестации, представляют собой совокупность регламентированных процедур, организационную форму процесса оценивания, посредством которого преподавателем производится оценка освоения обучающимися образовательной программы.

Оценка уровня знаний по теоретической подготовке проводится по предмету в форме опроса обучающихся.

Оценка уровня знаний по практической подготовке: промежуточная аттестация по предмету проводится в форме контрольного занятия с привлечением родителей

(законных представителей), на котором анализируется работа учащегося по степени освоения программы.

Для оценивания результатов практической подготовки учащегося применяется следующая система:

- ✓ **Высокий уровень:** Высокая двигательная активность учащегося и способность быстро запоминать продемонстрированные элементы, хорошая координация при выполнении задания, слитность элементов движений, музыкальный слух и такт. Яркое и артистичное исполнение. Выразительность и легкость в воспроизведении движений.
- ✓ **Средний уровень:** Запоминание и воспроизведение элементов движений учащимся не всегда точное. Показ упражнений в музыку с незначительными ошибками в темпе движений (опоздание, либо ускорение) и музыкальном такте. Внимание слегка рассеянное в связи с взволнованностью и несобранностью перед исполнением.
- ✓ **Низкий уровень:** Повторение за педагогом элементов движений, но отсутствие у учащегося самостоятельного показа. При повторении за педагогом движения вялые, малоподвижные, не скоординированные, наблюдается некоторая скованность, заторможенность действий, слабое реагирование на звучание танцевальной музыки.

Итоговая аттестация освоения программы «Подготовка концертных номеров» включает в себя все предметы практической подготовки учащегося и является общим итогом по освоению программы «От классики до современности». Итоговой аттестацией является публичное сценическое исполнение поставленных концертных номеров.

### 3. Список литературы

1. Барышникова, Т. Албука хореографии [Текст] / Т. Барышникова. – М.: Айрис-пресс, 2000. – 266 с.
2. Бекина, С. И. Музыка и движение [Текст]: упражнения, игры и пляски для детей 6-7 лет / Бекина С. И., Ломова Т. П., Соковнина Е. Н. – М.: Просвещение, 1983. – 207с.
3. Ваганова, А. Я. Основы классического танца [Текст] / А. Я.Ваганова. –С.-Пб.: Лань, 2000. – 158с.
4. Ковалько, В. И. Школа физкультминуток: 1-4 классы [Текс] / В.И. Ковалько. – М.: ВАКО, 2009. – 272с.
5. Лифиц, И. В. Ритмика [Текст]: учеб.пособ. для студ.сред. и высш.пед.учеб.зав. / И.В. Лифиц – М.: Академия, 1999. – 223 с.
6. Пуртова, Т.В. Учите детей танцевать [Текст] / Т.В. Пуртова, А.Н. Беликова, О.В. Кветная: учеб.пособ. для студ. учреждений сред. проф. обр. – М.: ВЛАДОС, 2008. – 256 с.: ил.
7. Пустовойтова, М.Б. Ритмика для детей [Текст]: учебно-методическое пособие / М.Б. Пустовойтова. – М.: ВЛАДОС, 2008. – 184с.
8. Франио, Г. Пособие по ритмике: для 2 класса музыкальной школы [Текст] /Г. Франио. – М.: Музыка, 2005. – 152с.
9. Зимина А. Н. Музыкально-ритмические движения // Зимина А. Н. Основы музыкального воспитания и развития детей младшего возраста: учебник для вузов / А.Н.Зимина. – М., 2000. – С. 124-155.
10. Чибрикова-Луговская А. Ритмика [Текст] /А. Чибрикова-Луговская // Дошкольное воспитание. – 2003. – № 12. – С. 112-117.

#### Литература для обучающихся и родителей

1. Барышникова, Т.А, Албука хореографии [Текст]: учеб.- метод. пособие /Т.А. Барышникова.– Санкт-Петербург: ВЛАДОС, 2013. – 128с., 21 см. – 2000 экз. 125
2. Васильева, Т.К. Секрет танца. [Текст]: учеб.- метод. пособие /Т.К.Васильева. – СанктПетербург: Диамант, 2016– 180с. ; 21 см. – 1000 экз.
3. Бурмистрова, И., Силаева К. Школа танца для юных. [Текст]: учеб.- метод. пособие / И. Бурмистрова , К.Силаева.– Москва: Искусство, 2016г.- 210с.; 21 см. – 1000 экз.
4. Козлов, В.В. Физическое воспитание детей в учрежденияхдополнительного образования: Акробатика. [Текст]: учеб.- метод. пособие / Козлов В.В. – М.: ВЛАДОС 2013.- 64 с.; 21 см. – 10 000 экз. ISBN 5-691- 00798-X
5. Коренева, Т.Ф. Музыкальные ритмопластические спектакли для детей дошкольного и младшего школьного возраста. [Текст]: учеб.- метод. пособие / Т. Ф Корнеева .- М: ВЛАДОС 2015.– 136с,149 с. ; 28см. – 10 000 экз. 1,2 часть.
6. Миллер, Э., Блэкмэн, К. Упражнения на растяжку. [Текст]: учеб.- метод. пособие / Э. Миллер , К. Блэкмэн - М: Москва, 2016.– 100. ; 21 см. – 2 000 экз.
7. Михайлова М. А., Воронина Н. В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. [Текст]: учеб.- метод. пособие / М.А. Михайлова, Н. В. Воронина - М: Ярославль, 2017.– 340с. ; 21 см. – 2000 экз.
8. Попова Е. Г. Общеразвивающие упражнения в гимнастике. [Текст]: книга для учителей / Е. Г. Попова - М: Искусство, 2017.– 240с. ; 21 см. – 1000 экз.

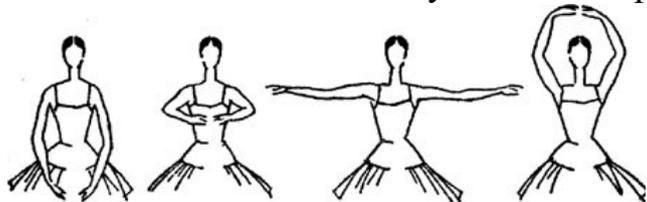


**1. Тест**

1. Определи позицию ног: обе ступни, соприкасаются внутренними сторонами стоп

- А) 1
- Б) 3
- В) 6

2. Обведи подготовительную позицию рук



3. Что означает положение головы «ан фас»

- А) Прямо
- Б) Вполоборота
- В) Боком

4. Общепринятое французское название для движения ног, которое по-русски обозначается словом “приседание”.

- А) Plie (Плие)
- Б) Battement tendu (Батман тандю)
- В) Arabesques (Арабеск)

5. От чего зависит ритмический рисунок и темп танца

- А) От характера музыки
- Б) От инструментов, которые звучат в мелодии.
- В) От названия мелодии

**2. Тест**

1. Соотнесите иллюстрацию с эмоционально – образным содержанием прослушанного произведения.

**Образ мелодии**

1 мелодия 2 мелодия 3 мелодия



2. Укажите темп мелодии:



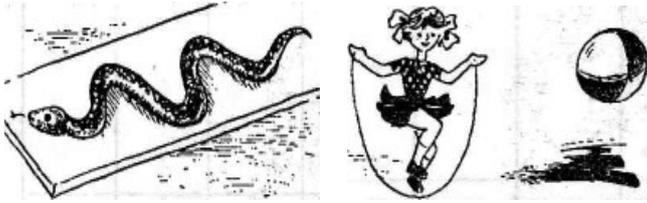
Быстрый темп



Медленный темп

**Темп мелодии**

1 мелодия 2 мелодия 3 мелодия



### 3. Творческий блок.

Я думаю, что танец складывается (получается, состоит) \_\_\_\_\_

---

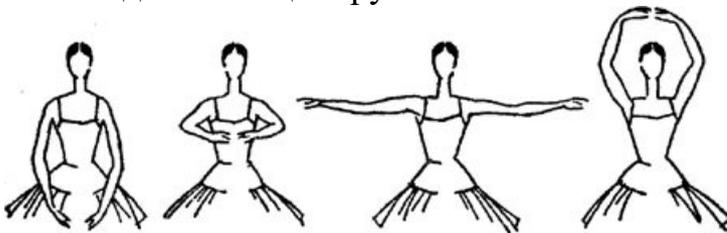
### Тест

1. Определи позицию ног: ступни, плотно прилегая, закрывают друг друга. Пятка одной ноги соприкасается с носком другой.

- А) 2
  - Б) 5
  - В) 6
2. Физические упражнения направленные на развитие эластичности всех мышц, связок и суставов.

- А) Вращения
- Б) Прыжки
- В) Растяжка

3. Обведи 3 позицию рук



4. Герой какого классического балета изображен на рисунке



- А) «Щелкунчик»
- Б) «Жизель»
- В) «Лебединое озеро»

5. Вставь слово: При этом ..... не только организует движения танцующих людей, но и обладает значительной эмоциональной силой воздействия, играет огромную роль в создании художественного образа.

- А) Темп

Б) Ритм

В) Костюм

6. Из чего складывается танец (подчеркни нужное) \_\_\_\_\_ музыка \_\_\_\_\_ ритм \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ характер \_\_\_\_\_ настроение \_\_\_\_\_ движения \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ костюм \_\_\_\_\_ фантазия \_\_\_\_\_

### 3. Творческий блок

Сочините сюжет танца

---

Нарисуй костюм к танцу

#### 1. Тест

1.



Название элемента экзерсиса

А) Батман фραπε

Б) Пор де бра вперед

В) Сюр ле ку де пье (основное положение ноги на щиколотке впереди)

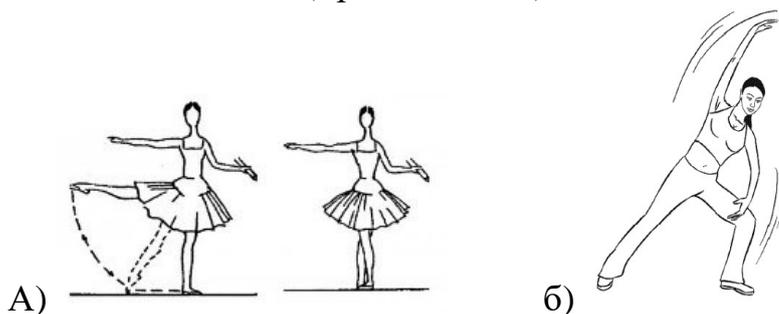
2. Музыкальный размер (м/р)

А) Определяет количество долей в одном такте.

Б) Определяет длительность всей мелодии.

В) Определяет длительность одного музыкального такта.

3. Grand battement (Гранд батман)



4. Экзерсис у опоры или на середине

А) Комплекс упражнений для расслабления.

Б) Комплекс тренировочных упражнений в балете, способствующих развитию мышц, связок, воспитанию координации движений.

В) Комплекс танцевальных движений.

5. Танец, который воспроизводит специфику национального самосознания

А) Классический бает

Б) Джаз-танец

В) Народный танец

6. Древнейшей формой народного танца в России является

- А) танец-песня
- Б) кадрили
- В) хоровод

7. В каком году открылась первая в России профессиональная балетная школа «Собственная её величества танцевальная школа», ныне «Академия русского балета» им. А.Я. Вагановой.

- А) 1738
- Б) 1932
- В) 2000

## 2.

1) Опишите основы танцевальной импровизации \_\_\_\_\_

---

2) Дайте определение: батман

---

## 3. Творческий блок

Чтобы научиться красиво и правильно танцевать необходимо знать \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ ,  
уметь \_\_\_\_\_

---

### 1. Тест

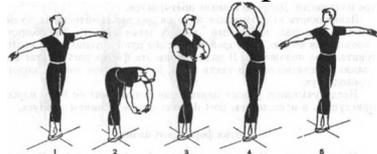
1. В танцевальную композицию входят: драматургия (содержание), музыка, текст (движения, позы, жесты, мимика), рисунок (...), всевозможные ракурсы.

- А) Начало танца.
- Б) Перемещение танцующих по сценической площадке.
- В) Финал танца.

2. Плавно медленно на счет 1-4 1-8 поднимание ноги вперед, в сторону или назад и выше.

- А) Battement frappe (Батман фрэпэ)
- Б) Battement developpe (Батман девлюпе)
- В) Battement releve lent (Релевелянт)

3. Укажите вид port de bras (пордебра):



- А) 2
- Б) 3
- В) 1

4. Кто основал систему пластического танца.

- А) Айседора Дункан
- Б) Агриппина Ваганова

В) Анна Павлова

5. Укажите в каком веке танцевали танец аристократов – «Менует».

А) XVII в.

Б) XV в.

В) XIX в.

6. Укажите группу акробатических упражнений.

А) Акробатические прыжки

Б) Балансирования

В) Бросковые упражнения

7. Костюм какой национальности изображен на рисунке:



А) Молдавский

Б) Венгерский

В) Русский

8. Какой вид хореографического искусства отражает танцевальные стили различных исторических эпох, сохраняет в современном искусстве картины и образцы танцевальной культуры прошлого.

А) Бальный танец

Б) Историко-бытовой танец

В) Народный танец

**2.**

1) Дай определение «народный» - это \_\_\_\_\_

2) Определите вид танца и разбейте танцы на группы:

«Полонез», «Танго», «Полька-янка», «Вальс», «Чардаш», «Калинка», «Ча-ча-ча», «Толкачки», «Минуэт», «Джайв».

**3. Творческий блок**

Напишите краткое сочинение на тему «Я в мире танца»

---

**1. Тест**

1. Какой вид arabesques изображен на рисунке:



А) I

Б) II

В) III

2. Какое движение классического танца развивает силу верхней части ноги, легкость и подвижность нижней части ноги.

А) Rond de jambe en l'air (ронд де жамб ан лер)

Б) Battement developpe (батман девлюпе)

В) Grand battement jete (гранд батман жете)

3. Термин в классическом танце, означающий высокий прыжок.

А) Баланс

Б) Аллегро

В) Элевация

4. Танец четырех исполнителей, классический квартет.

А) Pas de deux [па дэ дэ]

Б) Pas de trios [па дэ трук]

В) Pas de quatre [па дэ катр]

5. Традиционный музыкально-танцевальный стиль, происходящий

из Андалусии (Испания), слияние музыкального сопровождения (токе), пения (канте)

и танца (байле). Танцы и песни фламенко, как правило,

сопровождаются гитарой и перкуссией: ритмическим битьем в ладоши (пальмас), игрой на перкусионном ящике (кахон); иногда — кастаньетами.

А) Пасадобль

Б) Фламенко

В) Хота

6. Кто стал основателем гастрольных выступлений русских артистов балета и оперы «Русские сезоны» (1908-1929 гг) за границей.

А) Сергей Дягилев

Б) Михаил Барышников

В) Александр Бенуа

7. Сцена из какого балета изображена на рисунке:



А) Призрак розы

Б) Лебединое озеро

В) Жизель

8. Современный танцевальный стиль, объединяющий основы танцевальных методик, взятых из западного (классический танец, джаз-модерн) и восточного (цигун, тай цзи цюань, йога) искусства движения.

А) Contemporary (контемпори) танец

Б) Джаз танец

В) Tribal (трайбл) танец

9. Какое движение изображено на рисунке:



А) attitude effacee

Б) Экарте

В) attitude croisee

10. Передача в исполнении наиболее типичных особенностей композиции, своеобразия лексики, взаимоотношений танцующих, отличительных качеств национального костюма, правил обращения с ним.

- А) Манера танца
- Б) Стилль танца
- В) Лексика танца

**2.**

1) Дай определение трех упражнений из приведенной классификации по выбору



2). Закончи фразу: экзерсис помогает формировать и развивать \_\_\_\_\_

**3. Творческий блок**

Составьте рисунок танца «Хоровод» на музыку русской народной хороводной песни «Во поле берёзонька стояла...».