


Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
Центр детского творчества Нижнеомовского района

Принята на заседании
Педагогического совета
Протокол № 1
от 31 августа 2022 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МБОУ ДО ЦДТ
Нижнеомовского района

 Л.В. Разумова
Приказ от 09.09.2022 г. № 89



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
художественной направленности
«В мире Танца»**

Возраст учащихся: от 7 до 10 лет
Срок реализации: 3 года

г. Нижний Ломов
2022 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «В мире Танца» по своей направленности является художественной, по степени авторства – модифицированной, по уровню освоения – базовой.

Программа разработана с учетом действующих **нормативно-правовых актов** в области образования РФ и нормативными актами учреждения:

- Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- «Порядком организации и осуществление образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», утверждённый приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 года №196;
- СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно - эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Концепцией развития дополнительного образования детей от 4 сентября 2014 г. № 1726-р;
- Устава и Положения о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования Центра детского творчества Нижнеломовского района.

- Положения о промежуточной аттестации и аттестации по завершению программы.

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям. Укрепление психического и физического здоровья, получение общего эстетического,

морального и физического развития в системе дополнительного образования детей большая роль принадлежит танцу. Ребенок, занимаясь танцем, развивает грацию движения, силу, выносливость, гибкость. Продуманные и целенаправленные занятия несут в себе художественное воспитание. При изучении законов движений в соответствии с требованиями пластики и внешней выразительности у ребенка формируется эстетический вкус, развиваются художественные способности.

Данная программа актуальна для ребенка, так как придает ему чувство уверенности, повышает его самооценку посредством умения правильно и красиво танцевать.

Новизна программы заключается в рассмотрении хореографического коллектива как малой социальной группы, которая при правильном процессе обучения и воспитания, может оказать важное, благоприятное воздействие на развитие личности детей.

Педагогическая целесообразность программы определена тем, что ориентирует на приобщение каждого ребенка к танцевально - музыкальной культуре, на формирование у каждого учащегося стремления к здоровому образу жизни.

Цель программы – развитие художественно–творческих способностей учащихся средствами хореографического искусства.

Основными **задачами** педагогической деятельности данной программы являются:

Образовательные:

- обучить основам хореографического искусства;
- сформировать практические умения и навыки;
- дать определенные теоретические знания;
- научить владеть собственным телом, используя заложенные в ребенке способности;
- научить правильно двигаться под музыку, передавая ее особенности: ритм, темп, смысл, характер.

- дать необходимые знания актерского мастерства;
- научить самостоятельно пользоваться полученными практическими навыками и теоретическими знаниями.

2. Воспитательные:

- сформировать нравственную культуру;
- воспитать чувство коллективизма, взаимопомощи, единства;
- воспитать трудолюбие, дисциплину, внутреннюю организованность и чувство ответственности;
- воспитать любовь к искусству и гармоничное восприятие мира;
- сформировать эстетический вкус.
- воспитывать стремление к здоровому образу жизни.

3. Развивающие:

- развить координацию движений, чувство ритма, эмоциональность, образное мышление, память;
- развить гибкость, пластичность;
- развить физическую выносливость и активность;
- развить творческую инициативу и потенциал каждого обучающегося.

Отличительные особенности программы. Программа разработана на основе изучения опыта ведущих хореографов города Пензы – заслуженных работников культуры РФ Л.А. Алексеевой, И.К. Крюковой; изучения психолого-педагогической теории поэтапного формирования знаний, умений и действий А.Я. Гальперина; личного исполнительского опыта, разработана на основе программы «Танец – путь познания себя» педагога дополнительного образования Акаевой Екатерины Владимировны.

Ожидаемые результаты и способы определения их результативности

По итогам освоения программы обучающийся будет знать:

- различные виды и стили современного танца и основных создателей хореографического авангарда;
- основные правила исполнения упражнений у станка;
- способы импровизационного поиска движения;

- способы распределения веса во время движения;
- основные подходы в техниках работы с дыханием;
- основные ритмы движения;
- принципы и способы организации пространства, их воздействие на восприятие движения;
- основные скорости движения;
- особенности создания хореографического образа в зависимости от жанра произведения (драматический, комический, лирический);

Обучающийся будет уметь:

- правильно выполнять упражнения у станка;
- выполнять движения у станка и на середине зала в ускоренном темпе;
- находить индивидуальную лексику движения;
- чувствовать вес тела и отдельных его частей и возможности использования веса во время движения;
- следовать за партнером, прислушиваться к его реакции, не управлять партнером без его согласия;
- связывать дыхание с движением;
- оперировать временными характеристиками движения; скорость, ритм, продолжительность;
- осознавать себя в пространстве, использовать законы пространственного восприятия, изменять и варьировать движения в пространстве;
- варьировать энергией движения и оперировать способами ее протекания;
- создавать образ и характер персонажей в заданном жанре (драматический, комический, лирический).

Иметь представление:

- об основных направлениях и этапах развития современной хореографии;
- о тенденциях развития современного танца.

Механизм оценки реализации программы

Вводный контроль проводится в течение первых двух недель сентября, когда осуществляется запись детей в детские объединения и имеет своей целью выявление исходного уровня подготовки учащихся.

Текущий (тематический) контроль проводится по окончании изучения темы или раздела программы с целью проверки их усвоения и систематизации знаний учащихся; уровня их подготовленности к занятиям, повышения ответственности и заинтересованности учащихся в усвоении материала.

Промежуточный контроль осуществляется по итогам полугодий с целью определения успешности усвоения учащимися программного материала и уровня развития способностей за данный период обучения

Диагностика охватывает предметные, метапредметные, личностные результаты (*самостоятельность, социальная и творческая активность, старание и прилежание*) и качества исполнительской деятельности – творческого продукта – танца.

Возраст обучающихся – 7-10 лет. Программа предназначена для обучающихся, не имеющих медицинских противопоказаний для занятий хореографией. Набор детей производится в начале учебного года.

Оптимальная наполняемость группы 15 человек.

Форма обучения - очная.

Методы и формы организации образовательного процесса

Традиционные формы	Нетрадиционные формы
вводное занятие; изучение нового материала; формирование умений и навыков; закрепление и развитие знаний, умений и навыков; практическая работа; самостоятельная работа; комбинированное занятие; повторительно-обобщающее занятие; выступления, репетиции, постановочная работа показательное занятие,	занятие – игра; занятие – сказка; занятие – путешествие; занятие – конкурс; занятие-экскурсия, интегрированное занятие с элементами импровизации, видеопрактикум; видеосеминар; аукцион знаний; работа над творческим проектом; мастер-класс,

итоговое занятие (аттестационное)	конкурсное занятие, защита творческого проекта.
------------------------------------	--

Формы контроля

собеседование, беседа - форма входного или текущего контроля, проводится с целью выявления образовательного или творческого уровня детей, их интересов и способностей как при поступлении в объединение, так и на отдельных этапах усвоения программы;

наблюдение - метод длительного и целенаправленного изучения психических особенностей, проявляющихся в деятельности и поведении учащихся;

игры - музыкальные, театральные;

контрольные задания, упражнения – самостоятельное выполнение учащимся работы по заданию педагога, является компонентом целостного педагогического процесса, так как ему присущи воспитательная, учебная и развивающая функции;

опрос (устный, письменный) – универсальный метод получения информации;

конкурсные выступления, творческий отчет – формы промежуточного и итогового контроля, направленные на подведение итогов работы объединения, определение уровня соответствия знаний, умений и навыков учащихся предполагаемым результатам программы, на выявление уровня развития творческих способностей учащихся.

участие в конкурсах разного уровня.

Срок реализации программы: 3 года.

Всего часов по программе: 432 часа.

Режим занятий.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа. Продолжительность одного академического часа – 45 минут. Перерыв между занятиями 10 мин.

**Содержание программы по уровням обучения
в соответствии с возрастными особенностями детей**

Особенности возраста учащихся	Уровень образовательного процесса	Особенности обучения на данном уровне
<p><i>В возрасте 7-8 лет</i> дети подвижные и энергичные во всех видах деятельности. В этот период у них качественно меняются психофизиологические возможности. В этот период актуальность идеи целостного развития личности ребенка средствами хореографии возрастает, поскольку приоритетными становятся задачи достижения школьной зрелости, успешной социализации ребенка, формирования нравственно-коммуникативных навыков.</p>	ознакомительный	<p>На данном уровне танец рассматривается как возможность понять свои физические возможности, ритм и динамику своего «тела», поэтому основное внимание уделяется формированию первичных навыков осознанной работы с движением и развитию фантазии через упражнения и игры на импровизацию.</p>
<p><i>Младший школьный возраст (8-9 лет).</i> Именно в этом возрасте формируется осознанное отношение к моральным нормам, происходит развитие личностной рефлексии, самоконтроля и самооценки, произвольности познавательных процессов – внимания, восприятия, памяти.</p> <p>Основной педагогической задачей является создание нескольких взаимодополняющих пространств: учения, тренировки, пробы, игры и места для предъявления своих достижений.</p>	базовый	<p>Танец – как проекция и выражение своего видения, мировоззрения, ощущения своего «Я» через движение.</p> <p>Особое внимание уделяется правильной постановке корпуса, рук, ног и головы, развитию силы ног, гибкости суставов, эластичности мышц, укреплению физической выносливости, развитию музыкальности и выразительности.</p> <p>На базовом уровне идет процесс изучения законов движения, связанных с понятиями «пространство» и «время». Владея своим двигательным аппаратом, осознавая законы движения, пространства, времени и энергии, учащиеся будут владеть необходимыми навыками как исполнители.</p>
<p><i>В 9-10-летнем возрасте</i> у подростков заметно проявляется стремление к самостоятельности и независимости, возникает интерес к своему внутреннему миру, формируется самооценка, развиваются абстрактные формы мышления.</p> <p>На этой ступени необходимо создать условия, в которых возможно: двигаться в освоении творческой деятельности по собственной индивидуальной траектории, экспериментировать с собственным</p>	базовый	<p>Танец для ребенка раскрывается как основа создания сценического образа, отражающего настроение и характер.</p> <p>На этом уровне внимание уделяется созданию этюдов под влиянием различных стимулов. Учащиеся овладевают навыками сочинения простейших форм, в которых решаются как прикладные задачи, так и создание образов, связанных с драматургией.</p>

действием, возможность пробовать различные творческие интересы.		
--	--	--

Учебный план

№ пп	Содержание	1 год обучения		2 год обучения		3 год обучения		Форма контроля / аттестации
		теория	практика	теория	практика	теория	практика	
1	Вводное занятие	1	1	1	1	1	1	
2	История и философия танца	1	9					Викторина
3	Основы актерского мастерства			2	8			Зачет
4	Танцевально-образная импровизация					2	8	Мастер- класс
5	Акробатика				16		16	Наблюдение
6	Азбука музыкального движения	4	12					Зачет
7	Основы классического танца	3	21	2	22	2	22	Зачет
8	Основы народно- сценического танца	2	21	2	18	1	9	Зачет
9	Основы эстрадного танца	2	10	1	11	1	13	Зачет
10	Концертная деятельность	4	44	4	46	4	54	Выступлени е
11	Досуговая деятельность	2	6	2	6	2	6	
12	Подведение итогов	-	1		2		2	Открытое занятие
	ИТОГО	19	125	14	130	13	131	

Содержание программы первого года обучения.

Тема 1. Вводное занятие (2 часа)

Теория. Введение. Организация рабочего места. Инструктаж по технике безопасности.

Практика. Написание и сбор заявлений о приеме ребенка в объединение.

Тема 2-8. Подготовительные упражнения

Правила исполнения подготовительных упражнений.

Практическая часть: постепенный разогрев мышц: упражнения для шеи, плеч, рук и кистей, ног и стоп, ходьба с носка, на полупальцах, на пятках, с высоким подниманием колена, лёгкий бег, разнообразные танцевальные шаги.

Гимнастика: Правила исполнения гимнастических упражнений. Критерии хорошего исполнения упражнений.

Практическая часть: упражнения на развитие танцевального шага, выворотности ног и стоп; гибкости позвоночника, спины, рук, боковых мышц корпуса. Упражнения для исправления осанки.

Тема 2. «История и философия танца» (10 часов)

Теория. Философия танца.

Практика. История танца от древности до современности. Танцы древних культур. Культура родного края.

Тема 3. Азбука музыкального движения (16 часов)

Теория. Маршировка в темпе музыки (шаги на месте, вокруг себя, вправо, влево, по кругу) в ритмичном темпе (быстро, медленно, умеренно). Перестроение из колонны в шеренгу и обратно, из одного круга в два, продвижение по внешнему и внутреннему кругу. Танцевальные шаги (с носка на пятку). Танцевальные шаги в образах.

Практика. Практическое выполнение упражнений учащимися.

Тема 4. Основы классического танца (24 часа)

Теория. «Что такое классический танец? История его возникновения и развития».

Правила постановки корпуса, рук, ног и головы. Техника элементов классического танца.

Просмотр видео балета «Щелкунчик».

Практика. Изучение поклона, позиций рук и ног, постановка корпуса и головы.

- Выполнение упражнений:
- demi-plie по I, II и V позициям;
- grand- plie по I, II и V позициям;
- battement tendu I, II и V позициям;

- battement tendu jete I, II и V позициям;
- rond de jambe par terre (2 такта $\frac{3}{4}$ на движение);
- подготовительное и I por de bras;
- перегибы назад, наклоны вперед по V позиции.

Тема 5. Основы народно-сценического танца (23 часа)

Теория. Беседа на тему: «Русский танец». Русские танцы и костюмы, связь между характером танца, образом жизни народа и окружающей средой. Техника исполнения элементов русского народного танца. Просмотр видеозаписей русских танцев из репертуара ансамбля им. И. Моисеева.

Практика. Изучение русского поклона, позиций рук и ног, постановка корпуса и головы в русском народном танце. Основные ходы (шаг с носка, марш, переменный русский ход, проходка с отставанием ноги, пружинистый ход с выносом ноги, ход в полуприседании, проскальзывание на одной ноге на низких полупальцах с одновременным подъемом другой согнутой ноги в прямом положении) и рисунки (круг, ручеек, колонны, диагональ) в русском народном танце. Упражнения с притопами и хлопками. Галоп в повороте. Трамплинные прыжки, подскоки в повороте.

Выполнение упражнений:

- «Елочка» или «Гармошка»; «Ковырялочка»;
- «Метелочка»; «Молоточек»;
- «Веребочка»; Припадание (на месте и с продвижением);
- Русский ключ, полключача.

Тема 6. «Основы эстрадного танца» (12 часов)

Теория. «Истоки и история развития эстрадного танца». Особенности эстрадного танца.

Практика. Позиции рук, простейшая композиции. Работа рук, тела, головы, корпуса, в разных направлениях эстрадного танца, движения по диагонали.

Тема 7. «Постановочно-репетиционная и концертная деятельность» (48 часов)

Теория. Правила и порядок выполнения основных эстрадных движений. Эмоциональные особенности каждого образа, правила и порядок выполнения танцевальных движений.

Практика. Репетиционная работа – отработка танцевальных элементов для выступлений.

Тема 8. «Досуговая деятельность» (8 часов)

Теория. Танцевальный калейдоскоп. Встречи с интересными людьми – деятелями искусства.

Практика. Просмотр спектаклей или концерта по расписанию занятий, выпадающих в каникулярное время: осенью и весной. Обсуждение просмотра.

Тема 9. Подведение итогов (1 час)

Практика.

Открытое

практическое

занятие.

Учебно-тематический план первого года обучения.

№ пп	Содержание	теория	практика	Всего	Форма контроля / аттестации
	Вводное занятие – 2 часа				
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	1	1	2	Беседа, заполнение заявления
	История и философия танца – 10 часов				
2.1.	Философия танца.	1	1	2	Беседа
2.2.	История танца от древности до современности.		2	2	Опрос
2.3.	Танцы древних культур.		2	2	Беседа
2.4.	Культура родного края.		4	4	Обзор
3	Азбука музыкального движения – 16 часов				
3.1.	Маршировка в темпе музыки (шаги на месте, вокруг себя, вправо, влево, по кругу) в ритмичном темпе (быстро, медленно, умеренно).	1	3	4	Практика
3.2.	Перестроение из колонны в шеренгу и обратно, из одного круга в два, продвижение по внешнему и внутреннему кругу.	1	3	4	
3.3.	Танцевальные шаги (с носка на пятку).	1	3	4	Практика
3.4.	Танцевальные шаги в образах.	1	3	4	
4	Основы классического танца – 24 часа				
4.1.	«Что такое классический танец?»	1	1	2	Беседа
4.2.	История его возникновения и развития».	1	1	2	Викторина
4.3.	Правила постановки корпуса, рук, ног и головы.	1	1	2	Беседа
4.4.	Техника элементов классического танца.		2	2	Презентация
4.5.	Просмотр видео балета «Щелкунчик».		2	2	
4.6.	Изучение поклона, позиций рук и ног, постановка корпуса и головы.		2	2	
4.7.	Выполнение упражнений: • demi-plie по I, II и V позициям; • grand- plie по I, II и V позициям;		2	2	
4.8.	Выполнение упражнений: • battement tendu I, II и V позициям;		2	2	
4.9.	Выполнение упражнений: • battement tendu jete I, II и V позициям;		2	2	
4.10.	Выполнение упражнений: • rond de jambe par terre (2 такта ¾ на движение);		2	2	
4.11.	Выполнение упражнений: • подготовительное и I por de bras;		2	2	
4.12.	Выполнение упражнений: • перегибы назад, наклоны вперед по V позиции.		2	2	
	Основы народно-сценического танца – 23 часа				
5.1.	«Русский танец».	1		1	

5.2.	Русские танцы и костюмы.	1		1	
5.3.	Связь между характером танца, образом жизни народа и окружающей средой		1	1	
5.4.	Техника исполнения элементов русского народного танца.		1	1	
5.5.	Особенности русских танцев. Анализ видеозаписей русских танцев из репертуара ансамбля им. И. Моисеева.		1	1	
5.6.	Изучение русского поклона, позиций рук и ног, постановка корпуса и головы в русском народном танце.		2	2	
5.7.	Основные ходы и рисунки в русском народном танце.		4	4	
5.8.	Упражнения с притопами и хлопками.		4	4	
5.9.	Галоп в повороте.		4	4	
5.10.	Трамплинные прыжки, подскоки в повороте.		4	4	
6	Основы эстрадного танца – 12 часов				
6.1.	«Истоки и история развития эстрадного танца».	1	1	2	Презентация
6.2.	Особенности эстрадного танца.	1	1	2	Тест
6.3.	Позиции рук, простейшие композиции.		2	2	
6.4.	Работа рук, тела, головы, корпуса, в разных направлениях эстрадного танца, движения по диагонали.		6	6	
7	Постановочно-репетиционная и концертная деятельность – 48 часов				
7.1.	Правила и порядок выполнения основных эстрадных движений.	2		2	
7.2.	Эмоциональные особенности каждого образа, правила и порядок выполнения танцевальных движений.	2		2	
7.3.	Репетиционная работа – отработка танцевальных элементов для выступлений: Здравствуй, осень С днем учителя Ура, каникулы! Новогоднее представление. Рождественский перезвон. А ну-ка, парни. Весенняя капель. Отчетный концерт, посвященный международному дню танца. Через года, через века... Помните. Конкурсные выступления.				
7.4.					
7.5.					
7.6.			4	4	
7.7.			4	4	
7.8.			4	4	
7.9.			4	4	
7.10.			4	4	
7.11.			4	4	
7.12.			4	4	
7.13.			4	4	
7.14.			4	4	
			8	8	
8	Досуговая деятельность – 8 часов				
8.1.	Танцевальный калейдоскоп.	1	1	2	
8.2.	Встречи с интересными людьми – деятелями искусства.	1	1	2	Круглый стол
8.3.	Просмотр спектакля. Обсуждение.		4	4	
9	Подведение итогов – 1 час				
	Подведение итогов		1	1	Открытое занятие
	ИТОГО	19	125	144	

По окончании первого года обучения, обучающиеся будут:

Знать:

- иметь первоначальные представления о танце, его истории;
- правила исполнения движений на развитие суставно-мышечного аппарата;
- понятия «классический, народно-сценический, эстрадный танцы»;
- правила постановки корпуса и головы в классическом и русском народном танцах;
- позиции рук и ног в классическом и русском народном танцах;
- элементы классического, народно-сценического, эстрадного танцев.

Уметь:

- выполнять простые упражнения на развитие гибкости корпуса, спины, ног;
- выполнять простые упражнения и комбинации классического и народно-сценического, эстрадного танцев;
- развивать силу и выносливость путем повторения пройденных движений в увеличенном количестве и более быстром темпе;
- делать построение и перестроение в колонну, в круг, диагональ, свободное размещение по классу.

Приобретут навыки:

- исполнения элементов классического, народно-сценического, эстрадного танцев.
- работы в коллективе;
- терпения, выносливости.

Содержание программы второго года обучения.

Тема 1. Вводное занятие (2 часа)

Теория. Введение. Организация рабочего места. Инструктаж по технике безопасности.

Практика. Написание и сбор заявлений о приеме ребенка в объединение.

Тема 2-8. Подготовительные упражнения

Правила исполнения подготовительных упражнений.

Практическая часть: постепенный разогрев мышц: упражнения для шеи, плеч, рук и кистей, ног и стоп, ходьба с носка, на полупальцах, на пятках, с высоким подниманием колена, лёгкий бег, разнообразные танцевальные шаги.

Гимнастика: Правила исполнения гимнастических упражнений. Критерии хорошего исполнения упражнений.

Практическая часть: упражнения на развитие танцевального шага, выворотности ног и стоп; гибкости позвоночника, спины, рук, боковых мышц корпуса. Упражнения для исправления осанки.

Тема 2. «Основы актерского мастерства» (10 часов)

Теория. «Элементы актерского мастерства».

Практика. Тренинг «Искусство переживания и искусство представления».

Театрализованные игры: «Фотография»; «Зеркало»; «Домашний спектакль».

Тема 3. Акробатика (16 часов)

Практика. Практическое выполнение упражнений учащимися: прыжки в шпагат, в кольцо, махи ногами (вперед, в стороны, назад), кувырок вперед, назад, разновидности «Колесо» (на 2 руках, на 1 руке, с колена, на локтях), «рандат», стойка на руках, «березка», плавные перекаты через «березку», перевороты (на руках, на локтях), «Рыбка».

Тема 4. Основы классического танца (24 часа)

Теория. Беседа на тему «Русские балерины 19 века». Техника элементов классического танца. Просмотр видео балета «Лебединое озеро».

Практика. повторение изученного материала на первом году обучения.

Выполнение упражнений:

- demi-plie, grand- plie по IV позициям с плавным переходом на заднюю ногу;
- battement tendu I, II и V крестом;
- battement tendu jete I, II и V крестом;
- rond de jambe par terre с поднятием ноги на 45градусов;
- положение passe;
- retire;

- перегибы назад, наклоны вперед по I и II позициям;
- II форма *por de bras*;
- положение корпуса *epaulement*;
- позы «Арабеск» (I, II, III, IV)
- адажио на середине;
- прыжок *pas echarpe* во II позиции.

Тема 5. Основы народно-сценического танца (20 часов)

Теория. Знакомство с особенностями стиля и характера русских, украинских, татарских, польских, итальянских танцев. Несложные танцевальные комбинации и этюды на пройденном материале.

Практика. Элементы танца. 1) Поочередное раскрытие рук (приглашение). Муз. разм. 2/4, 4/4. Движение рук с платком из подготовительного положения в 1-е положение и в 4-ю и 5-ю позицию. 2) Бытовой шаг с притопом. Шаркающий шаг: а) каблуком по полу; б) полупальцами по полу; 3) Переменный шаг: а) с притопом и продвижением вперед и назад. «Девичий ход» с переступаниями. 4) Боковое «припадание»: 13 а) с двойным ударом полупальцами сзади опорной ноги; б) с двойным ударом полупальцами спереди опорной ноги. 5) Поочередное выбрасывание ног перед собой или крест – накрест на носок или ребро каблука. На месте и с отходом назад. 6) «Моталочка» в прямом положении на полупальцах и с акцентом на всей стопе. 7) «Веревочка»: а) с двойным ударом полупальцами; б) простая с поочередными переступаниями. 8) «Ковырялочка» с подскоками. 9) «Ключ» простой на подскоках. 10) Дробные движения: а) простая дробь на месте; б) простая дробь полупальцами на месте; в) дробная дорожка каблуками и полупальцами на месте и с продвижением вперед; 11) Прыжки с обеих ног (обе ноги согнуты в коленях назад).

Тема 6. «Основы эстрадного танца» (12 часов)

Теория. Музыка в танце: стиль и манера исполнения. Техника исполнения элементов эстрадного танца.

Практика. Позиции рук, простейшая композиции. Работа рук, тела, головы, корпуса, в разных направлениях эстрадного танца, движения по диагонали.

Тема 7. «Постановочно-репетиционная и концертная деятельность» (50 часов)

Теория. Правила и порядок выполнения основных эстрадных движений. Эмоциональные особенности каждого образа, правила и порядок выполнения танцевальных движений.

Практика. Репетиционная работа – отработка танцевальных элементов для выступлений.

Тема 8. «Досуговая деятельность» (8 часов)

Теория. Танцевальный калейдоскоп. Встречи с интересными людьми – деятелями искусства.

Практика. Просмотр спектаклей или концерта по расписанию занятий, выпадающих в каникулярное время: осенью и весной. Обсуждение просмотра.

Тема 9. Подведение итогов (2 часа)

Практика. Открытое практическое занятие.

Учебно-тематический план второго года обучения.

№ пп	Содержание	теория	практика	Всего	Форма контроля / аттестации
	Вводное занятие – 2 часа				
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	1	1	2	Беседа, заполнение заявления
	Основы актерского мастерства – 10 часов				
2.1.	Беседа на тему «Элементы актерского мастерства».	2		2	Беседа
2.2.	Тренинг «Искусство переживания и искусство представления».		2	2	Тренинг
2.3.	Театрализованные игры: Фотография»		2	2	Тренинг
2.4.	Театрализованные игры: «Зеркало»		2	2	Тренинг
2.5.	Театрализованные игры: «Домашний спектакль».		2	2	Тренинг
3	Акробатика – 16 часов				
3.1.	Практическое выполнение упражнений учащимися: прыжки в шпагат, в кольцо, махи ногами (вперед, в стороны, назад), кувырок вперед, назад, разновидности «Колесо» (на 2 руках, на 1 руке, с колена, на локтях), «рандат», стойка на руках, «березка», плавные перекаты через «березку», перевороты (на руках, на локтях), «Рыбка».		2	2	
3.2.			2	2	
3.3.			2	2	
3.4.			2	2	
3.5.			2	2	
3.6.			2	2	
3.7.			2	2	
3.8.			2	2	
4	Основы классического танца – 24 часа				
4.1.	«Русские балерины 19 века».	2		2	Беседа
4.2.	Техника элементов классического танца.		2	2	Презентация
4.3.	«Русский классический балет и его традиции на примере балета «Лебединое озеро»		2	2	Занятие-путешествие
4.4.	Выполнение упражнений: • demi-plie, grand- plie по IV позициям с плавным переходом на заднюю ногу;		2	2	
4.5.	• battement tendu I, II и V крестом;		2	2	
4.6.	• battement tendu jete I, II и V крестом;		2	2	

4.7.	• rond de jambe par terre с поднятием ноги на 45градусов;		2	2	
4.8.	• положение passe; • retire;		2	2	
4.9.	• перегибы назад, наклоны вперед		2	2	
4.10.	• по I и II позициям; • II форма por de bras;		2	2	
4.11.	• положение корпуса ераulement; • позы «Арабеск» (I,II,III,IV)		2	2	
4.12.	• адажио на середине; • прыжок ras echarpe во II позиции.		2	2	
	Основы народно-сценического танца – 20 часов				
5.1.	Знакомство с особенностями стиля и характера русских, украинских, танцев.	1	1	2	Презентация
5.2.	Знакомство с особенностями стиля и характера татарских, польских, итальянских танцев.		2	2	Презентация
5.3.	Сходство и различие танцев культур России	1	1	2	Обсуждение
5.4.	Несложные танцевальные комбинации и этюды на пройденном материале.		2	2	Презентация
5.5.	Элементы танца. Поочередное раскрытие рук (приглашение). Бытовой шаг с притопом.		2	2	
5.6.	Шаркающий шаг: Переменный шаг. «Девичий ход» с переступаниями.		2	2	
5.7.	Боковое «припадание». Поочередное выбрасывание ног перед собой или крест – накрест на носок или ребро каблука.		2	2	
5.8.	«Моталочка» в прямом положении на полупальцах и с акцентом на всей стопе. «Веревочка»		2	2	
5.9.	«Ковырялочка» с подскоками. «Ключ» простой на подскоках.		2	2	
5.10.	Дробные движения: Прыжки с обеих ног (обе ноги согнуты в коленях назад).		2	2	
6	Основы эстрадного танца – 12 часов				
6.1.	Музыка в танце: стиль и манера исполнения.	1	1	2	Доклад
6.2.	Техника исполнения элементов эстрадного танца.		2	2	Рассказ
6.3.	Позиции рук, простейшие композиции.		2	2	
6.4.	Работа рук, тела, головы, корпуса, в разных направлениях эстрадного танца, движения по диагонали.		6	6	
7	Постановочно-репетиционная и концертная деятельность – 50 часов				
7.1.	Правила и порядок выполнения основных эстрадных движений.	2		2	Презентация
7.2.	Эмоциональные особенности каждого образа, правила и порядок выполнения танцевальных движений.	2		2	

7.3.	Репетиционная работа – отработка				
7.4.	танцевальных элементов для				
7.5.	выступлений:				
7.6.	Осенний блюз.		4	4	
7.7.	С днем учителя		4	4	
7.8.	О маме.		4	4	
7.9.	Новогоднее представление.		4	4	
7.10.	Рождество.		4	4	
7.11.	С днем защитника Отечества.		4	4	
7.12.	Весна!		4	4	
7.13.	Отчетный концерт, посвященный		4	4	
	международному дню танца.				
7.14.	Опаленные строки...		4	4	
	Конкурсные выступления.		10	10	
8	Досуговая деятельность – 8 часов				
8.1.	Танцевальный калейдоскоп.	1	1	2	Проект
8.2.	Встречи с интересными людьми –	1	1	2	Экскурсия
8.3.	деятелями искусства.				
	Просмотр спектакля. Обсуждение.		4	4	
9	Подведение итогов – 2 часа				
	Подведение итогов		2	2	Открытое занятие
	ИТОГО	14	130	144	

По окончании второго года обучения, обучающиеся будут:

Знать:

- правила выполнения элементов классического экзерсиса, классического и народно-сценического танца;
- правила перестановки позиций, движения и знание понятия «крест» в классическом танце;
- элементы эстрадного танца;
- элементы акробатики;
- основы актерского мастерства.

Уметь:

- выполнять движения классического, народно - сценического танца и эстрадного танца.
- выполнять простые акробатические элементы;
- вживаться в образ.

Приобретут навыки:

- выполнения упражнения на развитие связок и подвижности в тазобедренном суставе, на развитие гибкости позвоночника, выворотность ног, растяжку;
- координации движений рук, ног и головы;
- чувства свободы в танцевальных элементах.

Содержание программы третьего года обучения.

Тема 1. Вводное занятие (2 часа)

Теория. Введение. Организация рабочего места. Инструктаж по технике безопасности.

Практика. Написание и сбор заявлений о приеме ребенка в объединение.

Тема 2. «Танцевально-образная импровизация» (10 часов)

Теория. Общая характеристика образного танца. Хореографический текст.

Практика. Образы природы в танце. Сочинение образного этюда. Рисуем музыку. Найти в музыке образы насекомых. Хореографическая зарисовка обитателей водного мира и птиц. Танцуем сказку «Теремок

Тема 3-8. Подготовительные упражнения

Правила исполнения подготовительных упражнений.

Практическая часть: постепенный разогрев мышц: упражнения для шеи, плеч, рук и кистей, ног и стоп, ходьба с носка, на полупальцах, на пятках, с высоким подниманием колена, лёгкий бег, разнообразные танцевальные шаги.

Гимнастика: Правила исполнения гимнастических упражнений. Критерии хорошего исполнения упражнений.

Практическая часть: упражнения на развитие танцевального шага, выворотности ног и стоп; гибкости позвоночника, спины, рук, боковых мышц корпуса. Упражнения для исправления осанки.

Тема 3. Акробатика (16 часов)

Практика. Техника исполнения акробатических упражнений.

Повторение пройденного материала, разновидности «Колесо» (в паре), стойка на локтях с раскрыванием ног в шпагат, «волна», переворот назад с выходом в шпагат, перекат через «краб», «бочка», партер: вертушка, кувырок стелящийся, перекат через спину в паре, переворот в паре через стойку на руках, поддержки (парные, групповые).

Тема 4. Основы классического танца (24 часа)

Теория. Техника элементов классического танца. Просмотр видео балета «Спящая красавица».

Практика. повторение изученного материала на первом и втором годах обучения.

Практическая часть: Выполнение упражнений:

- demi-plie, grand- plie с переменной корпуса;
- battement tendu с passe par terre;
- battement tendu jete pigue;
- rond de jambe par terre с сочетанием por de bras;
- battement fondu (носком в пол);

- battement fondu plie-releve (на воздух);
- battement frappe крестом (носком в пол);
- адажио; прыжки pas chasse, pas jete.

Тема 5. Основы народно-сценического танца (10 часов)

Теория. Характер женских танцев.. Народные костюмы и музыка. Дробные движения русского танца

Практика. Отработка элементов танца.

Тема 6. «Основы эстрадного танца» (14 часов)

Теория. Техника исполнения элементов эстрадного танца. Просмотр видео «Танцы «Шоу-балета «Экситон». Приемы пластики и импровизации.

Практика. Позиции рук, простейшая композиции. Работа рук, тела, головы, корпуса, в разных направлениях эстрадного танца, движения по диагонали.

Тема 7. «Постановочно-репетиционная и концертная деятельность» (58часов)

Теория. Правила и порядок выполнения основных эстрадных движений. Эмоциональные особенности каждого образа, правила и порядок выполнения танцевальных движений.

Практика. Репетиционная работа – отработка танцевальных элементов для выступлений.

Тема 8. «Досуговая деятельность» (8 часов)

Теория. Танцевальный калейдоскоп. Встречи с интересными людьми –деятелями искусства.

Практика. Просмотр спектаклей или концерта по расписанию занятий, выпадающих в каникулярное время: осенью и весной. Обсуждение просмотра.

Тема 9. Подведение итогов (2 часа)

Практика. Открытое практическое занятие.

Учебно-тематический план третьего года обучения.

№ пп	Содержание	теория	практика	Всего	Форма контроля / аттестации
	Вводное занятие – 2 часа				
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	1	1	2	Беседа, заполнение заявления
	Танцевально-образная импровизация – 10 часов				
2.1.	Общая характеристика образного танца.	2		2	Доклад
2.2.	Хореографический текст.		2	2	
2.3.	Образы природы в танце. Сочинение образного этюда.		2	2	Творческое задание
2.4.	Рисуем музыку. Найти в музыке образы насекомых. Хореографическая зарисовка обитателей водного мира и птиц.		2	2	Тренинг
2.5.	Танцуем сказку «Теремок		2	2	
3	Акробатика – 16 часов				

	Практическое выполнение упражнений учащимися:				
3.1.	разновидности «Колесо» (в паре),		2	2	
3.2.	стойка на локтях с раскрытием ног в		2	2	
3.3.	шпагат,		2	2	
3.4.	«волна», переворот назад с выходом в		2	2	
3.5.	шпагат, пережат через «краб», «бочка»,		2	2	
3.6.	партер: вертушка, кувырок стелющийся,		2	2	
3.7.	пережат через спину в паре, переворот в		2	2	
3.8.	паре через стойку на руках, поддержки (парные, групповые).		2	2	
4	Основы классического танца – 24 часа				
4.1.	Техника элементов классического танца.	2		2	Презентация
4.2.	Основы классического танца на основе балета «Спящая красавица».		2	2	
4.3.	• demi-plie, grand- plie с переменной корпуса;		2	2	
4.4.	• battement tendu с passe par terre;		2	2	
4.5.	• battement tendu jete pique;		2	2	
4.6.	• rond de jambe par		2	2	
4.7.	• terre с сочетанием por de bras;		2	2	
4.8.	• battement fondu (носком в пол);		2	2	
4.9.	• battement fondu plie-releve (на воздух);		2	2	
4.10.	• battement frappe крестом (носком в пол);		2	2	
4.11.	• адажио;		2	2	
4.12.	• прыжки pas chasse, pas jete.		2	2	
	Основы народно-сценического танца – 10 часов				
5.1.	Характер женских танцев.	1	1	2	Опрос
5.2.	Народные костюмы и музыка		2	2	Проект
5.3.	Дробные движения русского танца		2	2	Доклад
5.4.	Отработка элементов танца.		4	4	
6	Основы эстрадного танца – 14 часов				
6.1.	Техника исполнения элементов эстрадного танца.		2	2	Рассказ
6.2.	Основы эстрадного танца на основе танцев «Шоу-балета «Экситон».	1	1	2	
6.3.	Приемы пластики и импровизации.		2	2	Презентация
6.4.	Позиции рук, простейшие композиции.		2	2	
6.5.	Работа рук, тела, головы, корпуса, в разных направлениях эстрадного танца, движения по диагонали.		6	6	
7	Постановочно-репетиционная и концертная деятельность – 58 часов				
7.1.	Правила и порядок выполнения основных эстрадных движений.	2		2	
7.2.	Эмоциональные особенности каждого образа, правила и порядок выполнения танцевальных движений.	2		2	
7.3.	Репетиционная работа – отработка				

7.4.	танцевальных элементов для				
7.5.	выступлений:				
7.6.	Осенний блюз.		4	4	
7.7.	С днем учителя		4	4	
7.8.	О маме.		4	4	
7.9.	Новогоднее представление.		4	4	
7.10.	Рождество.		4	4	
7.11.	С днем защитника Отечества.		4	4	
7.12.	Весна!		4	4	
7.13.	Отчетный концерт, посвященный		4	4	
	международному дню танца.				
7.14.	Опаленные строки...		4	4	
	Конкурсные выступления.		18	18	
8	Досуговая деятельность – 8 часов				
8.1.	Танцевальный калейдоскоп.	1	1	2	Исследовани е
8.2.	Встречи с интересными людьми – деятелями искусства.	1	1	2	Экскурсия
8.3.	Просмотр спектакля. Обсуждение.		4	4	
9	Подведение итогов – 2 часа				
	Подведение итогов		2	2	Открытое занятие
	ИТОГО	13	131	144	

По окончании третьего года обучения, обучающиеся будут:

Знать:

- правила исполнения более сложных элементов классического, народно-сценического, эстрадного танцев, акробатики;
- принцип создания групповых композиций;

Уметь:

- выполнять более сложные элементы классического, народно-сценического, эстрадного танцев, акробатики;
- делать групповые композиции;
- создавать собственные танцевальные композиции;
- работать над хореографическими образами;
- различать на слух танцевальные ритмы.

Приобретут навыки:

- работать в группе: желание и способность оказывать практическую помощь младшим участникам коллектива;
- передачи характера и настроения музыки в танце;
- театрально-сценического мастерства.

Материально-техническое обеспечение программы:

- просторное помещение, оборудованное зеркалами;
- паркетное или другое специальное покрытие;
- каждый ребенок должен иметь обязательную одежду и обувь для занятия;
- музыкальный центр;
- аудиотека;
- видеоматериалы:
 - - презентации;
 - - концерты танцевальных коллективов и ансамблей;
 - - танцевальные телепередачи;
 - - видео уроки.

Организационно-методические основы преподавания

Принципы построения программы:

Личностная ориентация содержания программы, предполагающая развитие творческих способностей учащихся, индивидуализацию их образования с учетом интересов и склонностей.

Гуманизация и культуросообразность отражения в содержании программы на каждом уровне обучения всех аспектов человеческой культуры, обеспечивающих физическое, интеллектуальное, духовно- нравственное и коммуникативное образование учащихся.

Приоритет сохранения здоровья учащихся, в том числе за счет приведения содержания программы в соответствие с возрастными особенностями учащихся, усиление в содержании программы деятельностного компонента.

Профилирование дифференциации содержания программы как условие выбора учащимися уровня и направленности дальнейшего изучения.

Ведущие образовательные технологии, применяемые в программе

Дифференциация обучения по программе осуществляется по интересам детей (интерес к определенному виду танца: джаз, модерн и постмодерн и желание исполнять концертный номер, построенной на определенном танцевальном виде) и по их индивидуальным особенностям: группа хореографов – постановщиков танца, группа хореографов – репетиторов по танцам; танцевальная группа – исполнители современного танца.

Технология проблемно - развивающего обучения, которая направлена на развитие художественно-творческого мышления юного хореографа и исполнителя, включает в себя:

- проблемную ситуацию и сознание некоего «поля напряженности», которое заставляет искать пути решения проблемы;
- созревание, инкубация некой идеи, замысла; выдвижение определенной задачи, ее формулирование и решение; процесс мышления становится сознательным.
- поисковая фаза, желание воплотить задуманное с помощью, импровизации и поиска движений, выражение в зримой форме своих внутренних ощущений.
- анализ всех форм решений, контроль созданного творческого произведения.

Игровые технологии обладают средствами, активизирующими деятельность учащихся. Музыкальная игра – это активная деятельность, направленная на выполнение музыкально-ритмических задач. Игра повышает настроение, развивает координационные способности, физические качества, помогает лучше воспринимать материал, повышает функциональные возможности организма. Музыкальные игры и игровые упражнения развивают музыкальную память, чувство ритма; способствуют совершенствованию и закреплению полученных двигательных умений и навыков в согласовании движений с музыкой, а также помогают лучше воспринимать материал.

Здоровьесберегающие образовательные технологии, целью которых является воспитание у учащихся культуры здоровья, формирование у них представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни. На занятия, как правило, принимаются дети, отличающиеся друг от друга по физическим данным, поэтому необходимо учитывать при организации и проведении занятий физиологические и психические особенности учащихся, следить за соответствием нагрузки физическому развитию детей, соблюдать принципы индивидуальности и постепенности.

Технология коллективно – творческой деятельности используется в подготовке и проведении как основных досуговых дел, так и отчетных концертов студии. Выполнение практических и творческих заданий осуществляется советом дела и творческими группами, в состав которых вместе с учащимися входят и родители.

Способы, приемы и техники обучения основам современного танца
Техника Марты Грехэм. Основой этой техники служат contraction (сжатие) и release (освобождение). Комплекс упражнений системы «Модерн» помогает исполнителю справиться с трудностями перевоплощения в современном танце. Он направлен на укрепление мышц, связок и суставов, что способствует полному физическому и пластическому развитию мышечного аппарата учащегося, которое необходимо для исполнения разнообразных «па», элементов, комбинаций в сложных современных ритмах: рок, брейк,

джаз, кантри, блюз, стрит и другое. Кроме того, вырабатывается правильное дыхание, которое снимает утомление организма, особенно, при длительных перегрузках. Упражнения составлены с учетом распределения нагрузок на позвоночник, колено-голеностопный сустав.

Прием «Импровизация» - один из важнейших инструментов современной хореографии.

Импровизацию можно рассматривать как средство обучения танцу, как способ поиска нового, развития творческих способностей, творческой фантазии, воображения, ассоциативного мышления и ритмопластической свободы. Импровизация в танце – это танец, рождающийся во время исполнения, это мгновенное воплощение музыкального ритма средствами пластики тела, мимики и эмоциональной окраски.

Список литературы:

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. – Л., 1983
2. Бабенкова Е.А. Как помочь детям стать здоровыми.– М.: Астрель, 2003
3. Барышникова Т. Азбука хореографии – М., 2000
4. Бурцева Г.В. Принципы композиции современного танцевального жанра. – Барнаул, Изд-во АлГАКИ, 2006
5. Ваганова А. Основы классического танца. – СПб.,2002
6. Волошина Л.Н. Играйте на здоровье: программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет. – М.: АРКТИ,2004г.
7. Джазовые танцы./ Авт.-сост. Е.В. Диниц. – М.: АСТ, 2002.
8. Гиршон А. Е. Импровизация и хореография. Электронный ресурс.– <http://girshon.ru/>
9. Демешко Ю. Н. Значение концертной деятельности в творческой жизни детского хореографического коллектива
10. Ерохина О.В. Школа танцев для детей. – Ростов на Дону: Феникс, 2003
11. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей.– М.: Гном-Пресс, 2000г.
12. Левин М.В. Гимнастика в хореографической школе. – М., 2001
- 13.Леонов Б. Музыкальное ритмическое движение. – Минск, 1971
- 14.Лисицкая Т.А. Хореография в гимнастике. – Ростов-на-Дону: Феникс, 1993.
- 15.Никитин В.Ю. Мастерство хореографа в современном танце. – СПб, Изд-во «Планета музыки», 2018.
- 16.Панферов В. Основы композиции танца. – Челябинск: ЧГАКИ, 200.1
- 17.Пасютинская В. Волшебный мир танца. – М., 2005
- 18.Полетков С.С. Основы современного танца. – Ростов- на - Дону, 2005
- 19.Прутова Т.В., Беликова А.М., Кветная О.В. Учите детей танцевать. – М.,2003