

Городской округ Ханты-Мансийск  
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ПЕРСПЕКТИВА»  
(МБУДО «ЦДО «ПЕРСПЕКТИВА»)**

Принята на заседании  
Педагогического совета  
от «02» сентября 2022 г.  
Протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ

И. о. директора

МБУДО «ЦДО «Перспектива»

А.А. Шишелякин

Приказ № 99/4

от «02» сентября 2022 г.



Дополнительная общеразвивающая программа  
художественной направленности  
**«Эстрадный танец»**

Возраст обучающихся: 5-8 лет

Срок реализации: 3 года

Автор-составитель:  
Плотникова Наталья Павловна,  
педагог дополнительного образования,  
первая квалификационная категория

г. Ханты-Мансийск, 2022

## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>1.</b>	<b>ТИТУЛЬНЫЙ ЛИСТ</b>	стр. 01
<b>2.</b>	<b>ОГЛАВЛЕНИЕ</b>	стр. 02
<b>3.</b>	<b>КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК</b>	стр. 03
<b>3.1.</b>	<b>Пояснительная записка</b>	стр. 03
<b>3.1.1.</b>	Актуальность программы	стр. 03
<b>3.1.2.</b>	Новизна программы	стр. 03
<b>3.1.3.</b>	Направленность программы	стр. 04
<b>3.1.4.</b>	Отличительные особенности программы	стр. 04
<b>3.1.5.</b>	Педагогическая целесообразность программы	стр. 04
<b>3.2.</b>	<b>Цель, задачи программы. Формы и методы, применяемые на занятиях</b>	стр. 05
<b>3.2.1.</b>	Цель программы	стр. 05
<b>3.2.2.</b>	Задачи программы	стр. 05
<b>3.2.3.</b>	Формы, применяемые на занятиях	стр. 07
<b>3.2.4.</b>	Методы, применяемые на занятиях	стр. 07
<b>3.3.</b>	<b>Основные характеристики программы</b>	стр. 07
<b>3.3.1.</b>	Тип образовательной программы	стр. 07
<b>3.3.2.</b>	Способы организации содержания образования	стр. 07
<b>3.3.3.</b>	Уровень сложности программы	стр. 07
<b>3.3.4.</b>	Объем программы (срок реализации программы)	стр. 08
<b>3.3.5.</b>	Режим занятий	стр. 08
<b>3.3.6.</b>	Возраст и условия набора обучающихся и формирования групп	стр. 08
<b>3.4.</b>	<b>Планируемые результаты</b>	стр. 08
<b>3.4.1.</b>	Планируемые результаты на каждый год обучения и по каждому модулю	стр. 08
<b>3.4.2.</b>	Общая характеристика этапов контроля, форм, способов контроля	стр. 11
<b>3.4.3.</b>	Уровни освоения программы	стр. 11
<b>3.4.4.</b>	<b>Рабочая программа воспитания МБУДО «ЦДО «Перспектива»</b>	стр. 11
<b>4.</b>	<b>КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ</b>	стр. 12
<b>4.1.</b>	<b>Кадровое обеспечение</b>	стр. 12
<b>4.2.</b>	<b>Учебный план</b>	стр. 12
<b>4.3.</b>	<b>Учебно-тематический план</b>	стр. 12
<b>4.4.</b>	<b>Содержание программы</b>	стр. 15
<b>4.5.</b>	<b>Материально-техническое оснащение программы</b>	стр. 22
<b>5.</b>	<b>ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ</b>	стр. 23
<b>5.1.</b>	<b>Методическое обеспечение программы</b>	стр. 23
<b>5.2.</b>	<b>Система оценивания и соотнесения с уровнями освоения программы</b>	стр. 25
<b>5.3.</b>	<b>Оценочные материалы (контрольно-измерительные материалы)</b>	стр. 26
<b>6.</b>	<b>СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ</b>	стр. 31
<b>7.</b>	<b>ПРИЛОЖЕНИЕ</b>	стр. 34

# КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК

## Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Эстрадный танец» предоставляет широкие возможности обучения основам танцевального искусства, дает возможность ввести детей 5-8 лет в мир хореографии, с помощью игровых технологий познакомить с хореографическими жанрами, видами и стилями. Программа поможет обучающимся творчески самовыразиться и проявить себя посредством пластики, ритмики и импровизации.

Любая хореография связана с определенной тренировкой тела. Поэтому обучение предполагает специальные тренировочные упражнения, которые дают значительную физическую нагрузку. Систематические занятия хореографией развивают пластику тела, способствуют устранению ряда физических недостатков, вырабатывают правильную и красивую осанку, координацию, постановку корпуса, что необходимо не только для занятий танцем, но и для здоровья в целом.

Хореография оказывает большое влияние и на формирование внутренней культуры человека, повышает эмоциональное и физическое здоровье, т.е. гармоничное единство тела, разума и души, помогает раскрыть внутренний мир человека, сформировать уверенность в себе, упорство и трудолюбие, помогает оценить красоту музыки и движения. Через изучение основ хореографии обучающиеся приобщаются к танцевальной и музыкальной культуре, формируется эстетический вкус. Занятия хореографией помогают детям снять психологические и мышечные зажимы, выработать чувство ритма, уверенность в себе, развить выразительность, научиться двигаться в соответствии с музыкальными образами, что необходимо для сценического выступления.

**Актуальность программы** обусловлена тем, что в настоящее время со стороны родителей и детей растет спрос на образовательные услуги в области хореографии. Эстрадный танец является наиболее популярным видом искусства, в котором каждый обучающийся получает возможность самореализоваться, исходя из индивидуальности характера, темперамента и творческой предрасположенности. Эстрадный танец – танцевальное направление, синтезировавшее в себе различные стили. Здесь присутствуют элементы классического, современного и народного танцев. Всё это, преломляясь через индивидуальность танцора, создает разнообразие эстрадного танца.

Актуальность программы так же заключается в активном использовании на учебных занятиях игровых технологий с учётом возрастных особенностей обучающихся. Детская игра - средство активного обогащения личности, поскольку обеспечивает ребенка деятельностью, развивающей его неограниченные возможности и таланты. Игра тесно связана со всеми сторонами воспитательно-образовательного процесса. Поэтому, игровые технологии, как современные образовательные технологии, активно применяются и на занятиях по хореографии.

Цель игровой технологии в образовательном процессе – *не менять ребенка и не переделывать* его, *не учить* его каким-либо специальным навыкам, а *дать возможность ребёнку «прожить»* в игре *волнующие его ситуации* при полном внимании и сопереживании взрослого.

Также программа «Эстрадный танец» разработана с учетом физических, психологических и возрастных особенностей детей и построена по принципу «от простого к сложному». Физическая нагрузка увеличивается постепенно, усложняются творческие задания, уровень сложности движений нарастает поэтапно и последовательно так же целенаправленно возрастает уровень ответственности детей. Учебно-воспитательный процесс ориентирован на личность ребенка, его индивидуальные склонности, способности и особенности, что позволяет выстроить в коллективе особую атмосферу сотрудничества, взаимодействия и заинтересованности в творческой активности каждого обучающегося.

**Новизна** дополнительной общеразвивающей программы «Эстрадный танец» заключается в том, что она является разноуровневой, интегрированной, включает в себя такие

направления хореографического искусства как: классический, народный, современный и эстрадные танцы. Кроме основных направлений программа состоит из разделов: партерная гимнастика, stretching, ритмика, постановочная и репетиционная деятельность, актерское мастерство. При реализации программы предусмотрено последовательное освоение содержания программы на разных уровнях «Стартовый уровень», «Базовый уровень».

«Стартовый» (1 год обучения – это начальный этап изучения хореографии с опорой на физическую подготовку обучающихся);

«Базовый» (2,3 года обучения – следующий этап изучения хореографии, включающий изучение основных направлений хореографического искусства, а также физической подготовкой обучающихся с большей силовой нагрузкой).

Также к новизне программы можно отнести комплексное применение игровой технологии на учебных занятиях: в начале обучения используются игровые технологии как отдельные игровые моменты, которые очень важны, особенно, в период адаптации детей в коллективе. Далее игровые технологии, как игровые моменты проникают во все виды жизнедеятельности обучающегося:

- образовательная деятельность и игра;
- творческая деятельность и игра;
- повседневная бытовая деятельность, связанная с выполнением режима дня и игра.

**Направленность программы** – художественная.

**Отличительная особенность.** Основная идея программы, отличающая её от существующих программ, заключается в том, что обучающиеся не только знакомятся с разными направлениями хореографического искусства, но и обучаются основам актёрского мастерства. Данная программа рассчитана на детей 5-8 лет, именно в этот период лучше начинать обучению актёрскому мастерству, при помощи игровых технологий. Программа предоставляет возможность обучающимся познакомиться с несколькими направлениями хореографического искусства (классический, народный, современный и эстрадный танцы, а также в игровой форме познакомится с миром актёрского мастерства). Через игру обучающиеся запоминают и осваивают танцевальные упражнения, развивают образное мышление, воображение и фантазию, пространственную координацию, творческие способности, музыкальность.

*Программа строится на следующих дидактических принципах:*

- воспитания и развития;
- доступности, соответствие возрастным и индивидуальным особенностям;
- наглядности – практический показ с объяснением того или иного упражнения;
- «от простого к сложному».

**Педагогическая целесообразность.** В основе педагогических требований к определению содержания, методики и организационных форм занятий с детьми эстрадными танцами лежит принцип воспитывающего обучения. Воспитание и обучение представляют неразрывное единство. Педагогический процесс строится таким образом, чтобы дети, приобретая знания, овладевая навыками и умениями, одновременно формировали бы свое мировоззрение, приобретали лучшие взгляды и черты характера. Занятия по танцу содействуют эстетическому воспитанию детей, оказывают положительное воздействие на их физическое развитие, способствуют росту их общей культуры, поэтому можно утверждать, что хореографическое искусство имеет богатую возможность широкого осуществления воспитательных задач, что, в свою очередь, способствует социальной адаптации обучающихся. Применяются такие формы занятий как: учебно-практическое занятие, показательное занятие, лекция, беседа, игра. При реализации программы используются различные методы: словесные методы (рассказ, объяснение, беседа), наглядные методы (показ педагога), практические методы (выполнение движений).

По программе занятия проводятся в таком темпе, который предполагает у детей определенный минимум знаний, умений навыков и сведений о хореографии в соответствии с возрастом. Работа в коллективе состоится таким образом, чтобы не нарушать целостности

педагогического процесса, учитывая тренировочные цели, задачи эстетического воспитания и конкретные перспективы коллектива.

Значительную роль в художественном воспитании детей играет сценическая практика. На основе пройденного материала программы подготавливаются концертные номера. Правильный подбор концертных номеров с учетом возрастных особенностей детей, внутреннего мира ребенка содействует творческому росту ребенка в процессе реализации его потребностей, способностей и умений в танцевальной деятельности.

### **Цель, задачи программы. Формы и методы, применяемые на занятиях**

#### **«Стартовый» уровень**

**Цель:** развитие физических, музыкальных и танцевальных способностей обучающихся при помощи основных элементов эстрадного танца с использованием игровых технологий.

Достижению поставленной цели способствует решение следующих *педагогических задач*.

#### **Образовательные задачи:**

- освоить ряд упражнений на развитие гибкости, повышение эластичности связок, укрепление мышц;
- научить приемам и упражнениям на внимание, выносливость, ориентацию в пространстве;
- освоить музыкально-подвижные игры на развитие музыкальных, артистических качеств и танцевальных способностей;
- познакомить с элементами музыкальной грамоты (характер музыки, темп, ритм, сильные и слабые доли);
- научить соотносить танцевальные движения с началом и окончанием музыкальных фраз, с характером и настроением музыки, с куплетной формой музыкального произведения;
- научить основам классического и эстрадного танца;
- научить основам групповой синхронности в танце;
- познакомить с основами актерского мастерства;
- научить основам репетиционно-постановочной работы.

#### **Развивающие задачи:**

- развивать любознательность и познавательный интерес к хореографии;
- формировать потребность в новом знании;
- развивать воображение и фантазию;
- развивать внимание, наблюдательность, память;
- развивать наглядно-образное и ассоциативное мышление;
- развивать эмоциональную сферу личности;
- развивать чувство ритма, музыкальную и моторную память;
- развивать растяжку мышц и связок, прыгучесть, гибкость, основы координации движений;
- развивать способность понимать и передавать танцевальными движениями настроение и характер музыки;
- формировать актерские способности.

#### **Воспитательные задачи:**

- воспитывать основы здорового образа жизни (правила гигиены, режим);
- воспитывать дружелюбие, жизнерадостность;
- воспитывать основы силы воли, дисциплины, ответственности;
- воспитывать чувство коллективизма;

- формировать уважение к мнению собеседника;
- формировать продуктивное восприятие мнения других людей в обучении, в жизни.

### **«Базовый» уровень**

**Цель:** формирование и развитие творческих способностей, обучающихся к созданию и воплощению сюжетно-танцевального образа, воспитание у них танцевально-сценической культуры средствами изучения синтеза эстрадного и современного танца, обучение технике различных направлений хореографического искусства.

Достижению поставленной цели способствует решение следующих *педагогических задач*.

#### **Образовательные задачи:**

- познакомить с историей хореографии (жанры, стили, костюмы танца, творчество известных танцоров и балетмейстеров);
- научить основам музыкальной грамоты (динамичные оттенки музыки, сильные и слабые доли, куплетная форма);
- научить базовым элементам классического танца;
- научить базовым элементам эстрадного танца;
- научить синхронному выполнению танцевальных движений при групповом исполнении танца;
- научить технике исполнения различных направлений хореографии;
- научить танцевать на сцене в условиях ограниченного пространства;
- сформировать способность к импровизации на основе творческих заданий;
- научить основам актёрского мастерства.

#### **Развивающие задачи:**

- развивать познавательный интерес к хореографическому искусству;
- формировать навыки самостоятельного поиска необходимой информации;
- формировать навыки ориентирования в осваиваемой системе знаний и умений;
- развивать ассоциативно-образное, аналитическое, пространственное мышление;
- развивать и совершенствовать моторику, мышечную память;
- развивать чувство равновесия, координацию движений;
- развивать музыкальный слух, чувство ритма, сценическую пластику;
- развивать чувство ансамбля в хореографических композициях;
- развивать артистические способности (способность к перевоплощению, выражению чувств в танце, созданию художественного образа средствами хореографии, эмоциональность);
- развивать выносливость, способность к многократному повторению движений;
- корректировать отклонения физического развития, укреплять мышечный аппарат.

#### **Воспитательные задачи:**

- воспитание эстетического восприятия;
- воспитывать продуктивное взаимодействие в коллективе;
- формировать адекватное восприятие оценки своей деятельности со стороны других людей;
- воспитывать стремление к взаимоподдержке и взаимопомощи;
- воспитывать и поддерживать патриотические чувства;
- воспитывать потребность в здоровом образе жизни;
- формировать соматическую культуру (правильная осанка, красивая походка, точные жесты);
- формировать личностные качества обучающихся (воля, настойчивость, ответственность, работоспособность, самодисциплина, аккуратность, трудолюбие, самостоятельность, скромность, чувство собственного достоинства);
- воспитывать толерантность к другим типам танцевальной культуры;

- формировать ситуацию успеха;
- формировать танцевально-сценический этикет и культуру поведения за кулисами, в зрительном зале, на сцене.

*Форма обучения очная с возможностью применения, дистанционных образовательных технологий, электронного обучения* согласно Приказа Минобрнауки РФ от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

#### **Формы, применяемые на занятии:**

- *индивидуальная работа* (ребенку дается творческое задание с учетом его возможностей);
- *фронтальная работа* (деятельность педагога со всей группой детей одновременно при объяснении нового материала);
- *групповая работа* (разделение обучающихся на группы для выполнения определенной работы).

*Формы занятий:* практическое занятие, теоретическое занятие, беседа, репетиционное занятие, игра, открытое занятие, концерт.

#### **Методы, применяемые на занятиях (обучения):**

- *словесные:* рассказ, беседа, объяснение, убеждение, поощрение;
- *игровые:* музыкально-дидактические, подвижные, сюжетные, несюжетные с пением, инсценировки и др.;
- *наглядные:* демонстрация образцов, показ педагогом приемов исполнения, примеры готовых образцов, работа по образцам;
- *практические:* тренировочные упражнения;
- *аналитические:* наблюдение, сравнение, анкетирование, самоконтроль, самоанализ, опрос.

*Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:*

- *объяснительно-иллюстративные* (методы обучения, при использовании которых, дети воспринимают и усваивают готовую информацию);
- *репродуктивные методы обучения* (обучающиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности);
- *частично-поисковые методы обучения* (участие детей в коллективном поиске, решение поставленной задачи совместно с педагогом);
- *исследовательские методы обучения* (овладение детьми методами научного познания, самостоятельной творческой работы).

#### **Основные характеристики программы**

Художественная направленность дополнительной общеразвивающей программы «Эстрадного танца» определяет её основные характеристики:

**Тип общеразвивающей программы** – модифицированная.

Данная программа представляет собой систему поэтапного обучения детей основам хореографического искусства, способствуя обеспечению непрерывности образования по хореографии. Программа опирается на многолетний опыт педагогов – хореографов по классическому танцу: А.Я. Вагановой, Н. П. Базаровой и В. П. Мей, Л.Д Блок; методических пособий Т. Барышниковой, Т. И. Васильевой; методика обучения по современному джазовому танцу опирается на опыт В. Никитина, Е. Шевцова.

**Способ организации содержания образования программы** – интегрированная.

#### **Уровень сложности программы**

Программа «Эстрадного танца» дифференцируется на уровни:

- «**Стартовый**» 1 год обучения.
- «**Базовый**» 2-3 года обучения.

## **Объём программы (срок реализации программы)**

Срок реализации программы 3 года.

- 1 год обучения по 204 часа.
- 2 год обучения по 204 часа.
- 3 год обучения по 204 часа.

Организация учебно-тренировочного процесса по данной программе предусматривается в течение календарного года (34 учебных недель).

### **Режим занятий:**

- 1 год обучения: 2 академических часа по 30 мин. 3 раза в неделю.
- 2 год обучения: 2 академических часа по 30 (40) мин. 3 раза в неделю.
- 3 год обучения: 2 академических часа по 30 (40) мин. 3 раза в неделю.

## **Возраст и условия набора обучающихся и формирования групп**

Программа рассчитана на обучение детей в возрасте от 5 - 8 лет.

- 1 год обучения 5-6 лет.
- 2 год обучения 6-7 лет.
- 3 год обучения 7-8 лет.

### *Условия набора обучающихся:*

Формирование танцевальных групп производится в начале учебного года на бесплатной основе. В объединение принимаются дети с 5 лет как без специальной физической и танцевальной подготовки, так и с развитыми физическими, музыкальными, танцевальными данными.

### *Условия формирования групп:*

Количество обучающихся в группах 10-15 человек, разновозрастные. Возможно снижения количества детей в группе в зависимости от уровня освоения программы, так же допускается дополнительный набор обучающихся на второй год обучения на основании документа, подтверждающего, что обучающийся ранее занимался хореографическим направлением. Согласно данному документу обучающийся проходит контрольный просмотр, который определяет теоретические и практические знания в области хореографического направления.

## **Планируемые результаты**

### **«Стартовый» уровень**

### **Предметные результаты**

*К концу первого года обучения обучающиеся будут знать:*

- музыкальные игры;
- элементы музыкальной грамоты (характер музыки, темп, ритм);
- основные жанры музыки;
- элементы классического танца (позиции рук и ног, постановка корпуса, экзерсис у станка);
- элементы и движения эстрадного танца;
- основы актёрского мастерства (изображение животных, птиц, сказочных героев);
- правила гигиены, диеты и режим дня танцора.

*Обучающиеся будут уметь:*

- двигаться в такт музыке;
- начинать и заканчивать движение вместе с музыкой;
- показывать образы птиц и животных в разных эмоциональных состояниях;
- изображать любимых сказочных героев;
- участвовать в играх на развитие внимания и танцевальных способностей;



- стоять у станка в 1, 2, 3, 5, 6 позиции, выполнять основные классические движения;
- выполнять хореографические этюды, комбинации на основе освоенных танцевальных движений;
- выполнять простые эстрадные танцевальные движения (позиции рук и ног, постановка корпуса, шаги);
- выполнять простейшие танцевальные построения и перестроения;
- выступать на сцене с простейшими танцами и хореографическими постановками.

### **Метапредметные результаты**

*У обучающихся будут сформированы действия:*

- определять цель учебной деятельности с помощью педагога;
- осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности;
- анализировать результатов учебной деятельности с помощью педагога.
- анализировать причины успеха/неуспеха;
- проявлять уважение к мнению собеседника;
- осуществлять способы деятельности, применяемые при решении проблем в реальных жизненных ситуациях

### **Личностные результаты**

*У обучающихся будут развиты:*

- основы наглядно-образного и ассоциативного мышления;
- внимание, память, наблюдательность;
- основы пространственной ориентации;
- координация простых движений, основы моторной памяти;
- выраженная общая и мелкая моторика, растяжка, прыгучесть, гибкость;
- основы чувства ритма, музыкального слуха, музыкальной памяти;
- дружелюбие, жизнерадостность, позитивное групповое взаимодействие;
- любознательность, познавательная активность;
- воображение и фантазия;
- основы силы воли, дисциплинированности, ответственности;
- основы здорового образа жизни;
- общая культура поведения.

### **«Базовый» уровень**

#### **Предметные результаты**

*К концу обучения, обучающиеся будут знать:*

- краткую историю хореографии (жанры, стили, костюмы танца, творчество известных танцоров и балетмейстеров);
- элементы музыкальной грамоты (динамичные оттенки музыки, сильные и слабые доли, куплетная форма);
- названия базовых элементов классического экзерсиса на французском языке;
- названия базовых элементов эстрадного танца;
- эстрадно-сценический станок;
- элементы и движения классического танца у станка и на середине;
- значение вступительных и заключительных аккордов в упражнениях;
- основы и приёмы актёрского мастерства;
- основные жанры и виды эстрадного танца, стилизованного русского и народного танца;
- основные движения и связки эстрадного танца.

*Обучающиеся будут уметь:*

- выполнять базовые элементы классического экзерсиса;
- выполнять основные элементы и связки эстрадного танца;
- синхронно выполнять танцевальные движения при групповом исполнении танца;
- владеть техникой исполнения различных современных танцевальных стилей и направлений;
- ориентироваться в пространстве сцены;
- создавать художественный образ (сценический танцевальный костюм, грим, аксессуары);
- импровизировать на основе творческих заданий;
- владеть основами актёрского мастерства;
- исполнять танцевальные композиции, предусмотренные репертуарным планом;
- самостоятельно составлять и исполнять танцевальные комбинации и этюды на пройденном материале по заданию педагога;
- выполнять тематическую проектно-исследовательскую деятельность.

### **Метапредметные результаты**

*У обучающихся будут сформированы действия:*

- умение слышать, чувствовать музыку и выражать в движении ее характер;
- совершенствование исполнительской техники современного и эстрадного танцев;
- умение развивать физические данные: гибкость, шаг, выворотность, вытянутость и силу ног, подъем, растяжку, и т.д.;
- умение развивать суставно-двигательный и связочный аппарат;
- самостоятельный поиск и коррекция ошибок;
- адекватное восприятие чужой оценки своей деятельности;
- самостоятельный поиск необходимой информации;
- ориентирование в осваиваемой системе знаний и умений;
- способность к анализу нового знания, сравнение с уже известным;
- продуктивное взаимодействие в коллективе.

### **Личностные результаты**

*У обучающихся будут развиты:*

- ассоциативно-образное, аналитическое, пространственное мышление;
- направленное устойчивое внимание, долговременная память;
- чувство равновесия, координация движений;
- развитая моторика, музыкальная и мышечная память;
- музыкальный слух, чувство ритма, сценическая пластика;
- развитое чувство ансамбля в хореографических композициях;
- развитые артистические способности к перевоплощению, выражению чувств в танце, (созданию художественного образа средствами хореографии);
- развитая выносливость, способность к многократному повторению движений;
- усиленный мышечный аппарат, гибкость, улучшенная осанка;
- правильная осанка, красивая походка, точные жесты как элементы соматической культуры;
- положительные личностные качества (воля, настойчивость, ответственность, работоспособность, самодисциплина, аккуратность, трудолюбие, самостоятельность, скромность, чувство собственного достоинства);
- танцевально-сценический этикет и культура поведения за кулисами, в зрительном зале, на сцене.

## **Общая характеристика этапов контроля, форм, способов контроля.**

### Этапы контроля:

*Текущий контроль* успеваемости направлен на поддержание учебной дисциплины, на выявление отношения обучающегося к изучаемому предмету, на повышение уровня освоения текущего учебного материала. Текущий контроль осуществляется педагогом, регулярно (по мере прохождения учебного материала) в рамках расписания занятий (наблюдение, опрос, взаимоконтроль, самоконтроль, практикум.)

*Промежуточная аттестация за первое полугодие за год обучения* определяет успешность развития обучающегося и усвоение им дополнительной общеразвивающей программы на определённом этапе обучения (контрольное задание, наблюдение, контрольный опрос, открытое занятие, концерт)

*Итоговая аттестация за второе полугодие за год обучения* проводится в конце учебного года, определяет успешность усвоения дополнительной общеразвивающей программы согласно, ожидаемых результатов текущего года обучения (контрольное задание, наблюдение, тестирование, контрольный опрос, открытое занятие, отчетный концерт).

*Итоговая аттестация за весь период обучения* определяет успешность усвоения дополнительной общеразвивающей программы по итогам всего периода обучения (контрольное задание, наблюдение, тестирование, контрольный опрос, открытое занятие, отчетный концерт).

**Уровень освоения дополнительной общеразвивающей программы** предполагает три вида оценки: *высокий, средний, низкий*. Основные принципы данной формы отслеживания результата: систематичность; простота; доступность для детей и родителей, наличие элементов самоанализа; наглядность. Оценки выставляются в соответствии с уровнем освоения дополнительной общеразвивающей программы по итогам промежуточной аттестации за первое полугодие за год обучения, по итоговой аттестации за второе полугодие за год обучения, по итоговой аттестации за весь период обучения.

### **Рабочая программа воспитания МБУДО «ЦДО «Перспектива»**

Рабочая программа воспитания МБУДО «ЦДО «Перспектива» к дополнительной общеразвивающей программе является обязательной, самостоятельной, утверждается и вводится в действие приказом директора МБУДО «ЦДО «Перспектива». В рабочей программе воспитания МБУДО «ЦДО «Перспектива» отражены: особенностями организуемого в Учреждении воспитательного процесса; цели и задачи воспитания; виды, формы и содержание деятельности; основные направления самоанализа воспитательной работы. Воспитательная работа с обучающимися Учреждения ведется в соответствии с рабочей программой воспитания МБУДО «ЦДО «Перспектива». Педагоги дополнительного образования каждый учебный год составляют **календарный план воспитательной работы** своего объединения, реализуемой дополнительной общеразвивающей программы. На основе календарных планов воспитательной работы объединения формируется календарный план воспитательной работы Учреждения (МБУДО «ЦДО «Перспектива»).

**КОМПЛЕКС  
ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ**

**Кадровое обеспечение**

Образование: Высшее профессиональное образование.

Квалификация: Художественный руководитель хореографического коллектива, преподаватель. Категория: 1 квалификационная категория.

**Учебный план**

№ п/п	Разделы программа	Часовая нагрузка по годам обучения			Формы аттестации
		1	2	3	
1.	Введение в программу	2	2	2	теоретический зачет
2.	Хореографическая подготовка	42	42	32	практический зачет
3.	Ритмика	30	20	-	теоретический и практический зачет
4.	Основы классического танца	40	40	24	теоретический и практический зачет
5.	Основы народного танца. Стилизация.	-	-	26	практический зачет
6.	Основы современного танца	-	-	20	теоретический и практический зачет
7.	Эстрадный танец	30	20	30	практический зачет
8.	Репетиционно - постановочная деятельность	30	40	40	теоретический и практический зачет
9.	Основы актерского мастерства	20	30	20	теоретический и практический зачет
10.	Концертная деятельность	10	10	10	отчетный концерт
<b>Итого</b>		<b>204</b>	<b>204</b>	<b>204</b>	

**Учебно-тематический план  
1 год обучения**

№ п/п	Наименование тем и разделов	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
<b>I. Введение в программу</b>				
1.1	Вводное занятие. Беседа о технике безопасности	2	1	1
<b>ИТОГО</b>		<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
<b>II. Хореографическая подготовка</b>				
2.1	Игровой stretching	22	-	22
2.2	Физический тренинг в картинках	20	2	18
<b>ИТОГО</b>		<b>42</b>	<b>2</b>	<b>40</b>
<b>III. Ритмика</b>				
3.1	Музыкально-ритмичные упражнения	10	1	9
3.2	Танцевальные шаги	4	-	4
3.3	Простые прыжки	4	-	4
3.4	Танцевальный бег	4	1	3
3.5	Музыкально-ритмичные игры	8	1	7

		<b>ИТОГО</b>	<b>30</b>	<b>3</b>	<b>27</b>
<b>IV. Основы классического танца</b>					
4.1	Экзерсис у станка		20	2	18
4.2	Экзерсис на середине зала		20	2	18
		<b>ИТОГО</b>	<b>40</b>	<b>4</b>	<b>36</b>
<b>V. Эстрадный танец</b>					
5.1	Элементы эстрадного танца		30	2	28
		<b>ИТОГО</b>	<b>30</b>	<b>2</b>	<b>28</b>
<b>VI. Репетиционно-постановочная деятельность</b>					
6.1	Постановочная работа		20	2	18
6.2	Репетиционная работа		10	-	10
		<b>ИТОГО</b>	<b>30</b>	<b>2</b>	<b>28</b>
<b>VII. Основы актерского мастерства</b>					
7.1	Танцевальная образная импровизация		10	2	8
7.2	Развитие внимания и памяти		10	2	8
		<b>ИТОГО</b>	<b>20</b>	<b>4</b>	<b>16</b>
<b>VIII. Концертная деятельность</b>					
8.1	Сценическая практика		6	-	6
8.2	Промежуточная аттестация		2	1	1
8.3	Итоговая аттестация		2	1	1
		<b>ИТОГО</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>8</b>
		<b>ИТОГО за период обучения</b>	<b>204</b>	<b>20</b>	<b>184</b>

**2 год обучения**

№ п/п	Наименование тем и разделов	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
<b>I. Введение в программу</b>				
1.1	Вводное занятие. Беседа о технике безопасности	2	1	1
		<b>ИТОГО</b>	<b>2</b>	<b>1</b>
<b>II. Хореографическая подготовка</b>				
2.1	Физический тренинг в картинках	22	-	22
2.2	Партерная гимнастика	20	-	20
		<b>ИТОГО</b>	<b>42</b>	<b>42</b>
<b>III. Ритмика</b>				
3.1	Музыкально-ритмичные упражнения	10	1	9
3.2	Музыкально-ритмичные игры	10	1	9
		<b>ИТОГО</b>	<b>20</b>	<b>2</b>
<b>IV. Основы классического танца</b>				
4.1	Экзерсис у станка	20	2	18
4.2	Экзерсис на середине зала	20	2	18
		<b>ИТОГО</b>	<b>40</b>	<b>4</b>
<b>V. Эстрадный танец</b>				
5.1	Элементы эстрадного танца	20	2	18
		<b>ИТОГО</b>	<b>20</b>	<b>2</b>
<b>VI. Репетиционно-постановочная деятельность</b>				
6.1	Постановочная работа	30	2	28
6.2	Репетиционная работа	10	-	10
		<b>ИТОГО</b>	<b>40</b>	<b>2</b>
<b>VII. Основы актерского мастерства</b>				
7.1	Танцевальная образная импровизация	14	-	14

7.2	Развитие внимания и памяти	16	-	16
<b>ИТОГО</b>		<b>30</b>	<b>-</b>	<b>30</b>
<b>VIII. Концертная деятельность</b>				
8.1	Сценическая практика	6	-	6
8.2	Промежуточная аттестация	2	1	1
8.3	Итоговая аттестация	2	1	1
<b>ИТОГО</b>		<b>10</b>	<b>2</b>	<b>8</b>
<b>ИТОГО за период обучения</b>		<b>204</b>	<b>13</b>	<b>191</b>

### 3 год обучения

№ п/п	Наименование тем и разделов	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
<b>I. Введение в программу</b>				
1.1	Вводное занятие. Беседа о технике безопасности	2	1	1
<b>ИТОГО</b>		<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
<b>II. Хореографическая подготовка</b>				
2.1	Партерная гимнастика	16	-	16
2.2	Растяжки и шпагаты	16	-	16
<b>ИТОГО</b>		<b>32</b>	<b>-</b>	<b>32</b>
<b>III. Основы классического танца</b>				
3.1	Экзерсис у станка	12	2	10
3.2	Экзерсис на середине зала	12	2	10
<b>ИТОГО</b>		<b>24</b>	<b>4</b>	<b>20</b>
<b>IV. Основы народного танца. Стилизация</b>				
4.1	Элементы русского народного танца	14	2	12
4.2	Рисунки танца	12	2	10
<b>ИТОГО</b>		<b>26</b>	<b>4</b>	<b>22</b>
<b>V. Основы современного танца</b>				
5.1	Contemporary dance	20	2	18
<b>ИТОГО</b>		<b>20</b>	<b>2</b>	<b>18</b>
<b>VI. Эстрадный танец</b>				
6.1	Элементы эстрадного танца	30	2	28
<b>ИТОГО</b>		<b>30</b>	<b>2</b>	<b>28</b>
<b>VII. Репетиционно-постановочная деятельность</b>				
7.1	Постановочная работа	20	2	18
7.2	Репетиционная работа	20	-	20
<b>ИТОГО</b>		<b>40</b>	<b>2</b>	<b>38</b>
<b>VIII. Основы актерского мастерства</b>				
8.1	Танцевальная образная импровизация	10	-	10
8.2	Развитие внимания и памяти	10	-	10
<b>ИТОГО</b>		<b>20</b>	<b>-</b>	<b>20</b>
<b>IX. Концертная деятельность</b>				
9.1	Сценическая практика	6	-	6
9.2	Промежуточная аттестация	2	1	1
9.3	Итоговая аттестация	2	1	1
<b>ИТОГО</b>		<b>10</b>	<b>2</b>	<b>8</b>
<b>ИТОГО за период обучения</b>		<b>204</b>	<b>17</b>	<b>187</b>

## Содержание

### 1 год обучения

#### I. Введение в программу

##### 1.1 Вводное занятие. Беседа о технике безопасности

**Теория:** Знакомства друг с другом (обучающихся и педагога). План работы 1-года обучения. Расписание занятий. Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения на занятиях в хореографическом зале.

**Практика:** Игры на знакомство «Снежный ком», «У тебя, у меня», «Ты + Я». Разучивание поклона.

#### II. Хореографическая подготовка

##### 2.1 Игровой stretching

**Практика:** Занятия проводятся в виде сюжетно-ролевой или тематической игры. Широко используется метод аналогии с животным и растительным миром. Методика предполагаемых упражнений основана на растяжке мышц тела, подобранных с учетом пропорциональной занятости всех групп мышц. Игровой stretching повышает двигательную активность, выносливость, координацию, снижает эмоционально-психическое напряжение.

##### 2.2 Физический тренинг в картинках

**Теория:** Понятие «растяжка», «натянутая стопа». Важность растяжек.

**Практика:** Выполнение упражнений, на развитие выворотности стопы, танцевального шага, силы ног, подвижности и укрепление связок голеностопного сустава, выворотности и подвижности коленного и тазобедренного суставов, развитие эластичности мышц бедра, развитие гибкости, укрепление мышц спины, подвижности плечевых суставов, укрепление мышц брюшного пресса, развитие гибкости позвоночника, развитие устойчивости. Подготовка к поперечному и продольным шпагатам.

#### III. Ритмика

##### 3.1 Музыкально-ритмичные упражнения

**Теория:** Ознакомить со средствами музыкальной выразительности, характер музыки, темп, ритм. Понятия шеренга, колонна, круг.

**Практика:** Определение характера музыки и передача ее в движении, определение сильной доли. Выполнение упражнений в заданном ритме. Пружинящие шаги, переменные притопы. Перестроения по рисункам танца.

##### 3.2 Танцевальные шаги

**Практика:** Танцевальный шаг с носка. Шаги на носках и пятках. Шаг с высоким подъемом колена. Подскок. Шаг «боковой галоп». Шаг «полька».

##### 3.3 Простые прыжки

**Практика:** Простой прыжок из шестой позиции на двух ногах. Прыжок поочередно на правой и левой ноге. Прыжок с высоким подъемом колен. Прыжок с поджатыми ногами назад.

##### 3.4 Танцевальный бег

**Теория:** Изучит положение тела при беге. Наклон корпуса. Положение плеч, кисти рук, пальцы рук.

**Практика:** Простой бег. Бег с высоким подъемом колена. Бег с захлестом пяток назад.

##### 3.5 Музыкально-ритмические игры.

**Теория:** Обсуждение и введение в теоретический курс музыкальной грамоты. Общее представление о чувстве ритма. Слушание и анализ музыки, определение темпа и характера, понятие такт и за такт, определение танцевального жанра, музыкальная длительность. Три жанра музыки (марш, песня, танец.). Понятие «игра», правила игры.

**Практика:** «птички», «карусель», «дискотека», «тук-тук», «воздушный шар», «сороконожки», «морская фигура замри», «тара-та-та», «крокодильчики и паучки».

## IV. Основы классического танца

### 4.1 Экзерсис у станка

**Теория:** Понятия: «классический станок», «выворотные ноги» отличие от «не выворотных», «рабочая и опорная нога». Проучить правильное положение у станка. Выучить правильное положение кисти (пальцев рук). Объяснять французские термины и их перевод.

**Практика:** Demi plie из первой позиции ног. Grand plie из первой позиции ног. Battement tendu из первой позиции ног в сторону, вперёд, назад. Releve из первой позиции ног. Прыжок temps sauté по I, II и V позициям.

### 4.2 Экзерсис на середине зала

**Теория:** Объяснение понятий и правильности исполнения упражнений «demi plie», «battement tendu», «relevé» на середине зала.

**Практика:** Позиции рук: подготовительное положение, I, II, III. 1-я форма port de bras. Demi plie по I и II позициям. Battement tendu по I позиции крестом. Releve по VI, I и II. Прыжок temps sauté по I, II и V позициям.

## V. Эстрадный танец

### 5.1 Элементы эстрадного танца

**Теория:** Роль танцев в современной культуре, их связь с другими искусствами. Характер эстрадных танцев, необходимость слаженности движений, ритмичность, точность. Танец-игра, его особенности и характер. Детские эстрадные танцы, их простота, весёлость, органичность движений.

**Практика:** Изучение простейших движений эстрадных танцев: приставные шаги, повороты, различные махи руками, выпады и т.д. на усмотрение педагога.

## VI. Репетиционно-постановочная деятельность

### 6.1 Постановочная работа

**Теория:** Знакомство с музыкальным материалом. История постановки. Рассказ о характере танца. Требования к выполнению танцевальных упражнений.

**Практика:** Разучивание танцевального номера. Разучивание отдельных танцевальных элементов. Соединение движений в танцевальные комбинации.

### 6.2 Репетиционная работа

**Практика:** Отработка синхронности в исполнении, четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений. Работа над техникой танца, выразительностью и эмоциональностью исполнения.

## VII. Основы актерского мастерства

### 7.1 Танцевально образная импровизация

**Теория:** Понятие «импровизация», «игра».

**Практика:** «Цапля», «Море волнуется».

### 7.2. Развитие внимания и памяти

**Теория:** Понятие «пространство».

**Практика:** Упражнения на развитие внимания: "Поймать хлопок", "ловим бабочку", "Следим за мухой". Упражнения на развитие памяти: "Грузим корабль", "Как я прожил день".

## VIII. Концертная деятельность

### 8.1 Сценическая практика

**Практика:** Понятия: сцена, концерт, программа, исполнитель, финал, занавес, кулисы, задник. Применение полученных знаний умений и навыков на практике. Выступление на сценических площадках. Привитие сценической культуры (внешний вид, поведение на сцене и за кулисами). Развитие «сценической» смелости. Поддержание танца в концертном состоянии. Участие в ежегодных концертах (новогодний и отчетный).

### 8.2 Промежуточная аттестация

**Теория:** Опрос по основным понятиям.



**Практика:** Открытое занятие для родителей. Подведение итогов.

### **8.3 Итоговая аттестация.**

**Теория:** Опрос по основным понятиям.

**Практика:** Закрепление элементов танца. Демонстрация изученного материала для родителей воспитанников. Подведение итогов за год.

## **Содержание 2 год обучения**

### **I. Введение в программу**

#### **1.1 Вводное занятие. Беседа о технике безопасности**

**Теория:** Знакомства друг с другом (обучающихся и педагога). План работы 2 года обучения. Расписание занятий. Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения на занятиях в хореографическом зале.

**Практика:** Игры на знакомство «Снежный ком», «У тебя, у меня», «Ты + Я». Разучивание поклона.

### **II. Хореографическая подготовка**

#### **2.1 Физический тренинг в картинках**

**Теория:** Понятие «растяжка», «натянутая стопа». Важность растяжек.

**Практика:** Выполнение упражнений, на развитие выворотности стопы, танцевального шага, силы ног, подвижности и укрепление связок голеностопного сустава, выворотности и подвижности коленного и тазобедренного суставов, развитие эластичности мышц бедра, развитие гибкости, укрепление мышц спины, подвижности плечевых суставов, укрепление мышц брюшного пресса, развитие гибкости позвоночника, развитие устойчивости. Подготовка к поперечному и продольным шпагатам.

#### **2.2 Партерная гимнастика**

**Теория:** Понятия: «Группировка», «Максимально округлить спину».

**Практика:** Кувырки и перекаты в партере. Перекат простой, перекал с выбрасыванием ног за голову назад, перекал с выбрасыванием в широкую позицию. Упражнение «Шалтай – болтай» (перекалы на ковре в партере). Упражнение «Кувырок через плечо» (выполняется в партере на ковре), кувырок вперед и назад из положения поперечный шпагат.

### **III. Ритмика**

#### **3.1 Музыкально-ритмичные упражнения**

**Теория:** Ознакомить со средствами музыкальной выразительности, характер музыки, темп, ритм. Понятия шеренга, колонна, круг.

**Практика:** Определение характера музыки и передача ее в движении, определение сильной доли. Выполнение упражнений в заданном ритме. Пружинящие шаги, переменные притопы. Перестроения по рисункам танца.

#### **3.2 Музыкально-ритмические игры.**

**Теория:** Обсуждение и введение в теоретический курс музыкальной грамоты. Общее представление о чувстве ритма. Слушание и анализ музыки, определение темпа и характера, понятие такт и за такт, определение танцевального жанра, музыкальная длительность. Три жанра музыки (марш, песня, танец.). Понятие «игра», правила игры.

**Практика:** «птички», «карусель», «дискотека», «тук-тук», «воздушный шар», «сороконожки», «морская фигура замри», «тара-та-та», «крокодильчики и паучки».

### **IV. Основы классического танца**

#### **4.1 Экзерсис у станка**

**Теория:** Понятия «demi plie», «grand plie», «battement tendu», «battements tendus jete», «rond de jambe par terre», «en dehors, en dedans», «Sur le cou de pied», «battements releve lent», «grand battements jete», «releve».

**Практика:** Demi plie по I и II позициях. Grand plie по I и II позициях. Battement tendu по I позиции крестом. Battements tendus jete по I позиции крестом.

Preparation к rond de jambe par terre (en dehors, en dedans). Положение ноги sur le cou de pied: «условное» спереди, сзади, «обхватное». Battements releve lent на 45о лицом к станку по I позиции. Grand battements jete на 90о лицом к станку по I позиции во всех направлениях. Releve лицом к станку по VI, I и II.

#### **4.2 Экзерсис на середине зала**

**Теория:** Объяснение правильности исполнения упражнений.

**Практика:** I, II форма port de bras. Demi plie по I и II. Battement tendu по I позиции крестом. Releve по VI, I и II. I, II, III arabesques носком в пол. Пряжки: Pas echappe; temps sauté по I, II и V позициям.

### **V. Эстрадный танец**

#### **5.1 Элементы эстрадного танца**

**Теория:** Роль танцев в современной культуре, их связь с другими искусствами. Характер эстрадных танцев, необходимость слаженности движений, ритмичность, точность. Танец-игра, его особенности и характер. Детские эстрадные танцы, их простота, весёлость, органичность движений.

**Практика:** Изучение простейших движений эстрадных танцев: приставные шаги, повороты, различные махи руками, выпады и т.д. на усмотрение педагога.

### **VI. Репетиционно-постановочная деятельность**

#### **6.1 Постановочная работа**

**Теория:** Знакомство с музыкальным материалом. История постановки. Рассказ о характере танца. Требования к выполнению танцевальных упражнений.

**Практика:** Разучивание отдельных танцевальных элементов. Соединение движений в танцевальные комбинации.

#### **6.2 Репетиционная работа**

**Практика:** Отработка синхронности в исполнении, четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений. Работа над техникой танца, выразительностью и эмоциональностью исполнения.

### **VII. Основы актерского мастерства**

#### **7.1 Танцевально образная импровизация**

**Теория:** Понятие «импровизация», «актерское мастерство»

**Практика:** Игры: «Цапля», «Зеркало», «Дирижер», «Море волнуется».

#### **7.2. Развитие внимания и памяти**

**Теория:** Понятие «пространство», «партнер»

**Практика:** Упражнения на развитие внимания: "Поймать хлопок", "ловим бабочку", "Следим за мухой". Упражнения на развитие чувства партнёра: "Зеркало", "Найти партнёра глазами", "Тише едешь - дальше будешь". Упражнения на развитие чувства пространства: "Броуновское движение" в разных темпах и с разным весом. Упражнения на развитие памяти: "Грузим корабль", "Как я прожил день".

### **VIII. Концертная деятельность**

#### **8.1 Сценическая практика**

**Практик:** Применение полученных знаний умений и навыков на практике. Выступление на сценических площадках. Привитие сценической культуры (внешний вид, поведение на сцене и за кулисами). Развитие «сценической» смелости. Поддержание танца в концертном состоянии. Участие в ежегодных концертах (новогодний и отчетный).

#### **8.2 Промежуточная аттестация**

**Теория:** Опрос по основным понятиям.

**Практика:** Открытое занятие для родителей. Подведение итогов.

#### **8.3 Итоговая аттестация.**

**Теория:** Опрос по основным понятиям.

**Практика:** Закрепление элементов танца. Демонстрация изученного материала для родителей воспитанников. Подведение итогов за год.

## **Содержание 3 год обучения**

### **I. Введение в программу**

#### **1.1 Вводное занятие. Беседа о технике безопасности**

**Теория:** Знакомства друг с другом (обучающихся и педагога). План работы 3 года обучения. Расписание занятий. Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения на занятиях в хореографическом зале.

**Практика:** Игры на знакомство «Снежный ком», «У тебя, у меня», «Ты + Я». Разучивание поклона.

### **II. Хореографическая подготовка**

#### **2.1 Партерная гимнастика**

**Теория:** Понятие «растяжка», «натянута стопа». Важность растяжек.

**Практика:** Выполнение упражнений, на развитие выворотности стопы, танцевального шага, силы ног, подвижности и укрепление связок голеностопного сустава, выворотности и подвижности коленного и тазобедренного суставов, развитие эластичности мышц бедра, развитие гибкости, укрепление мышц спины, подвижности плечевых суставов, укрепление мышц брюшного пресса, развитие гибкости позвоночника, развитие устойчивости. Подготовка к поперечному и продольным шпагатам.

#### **2.2 Растяжки и шпагаты**

**Теория:** Методика выполнения упражнений.

**Практика:** Шпагаты: поперечный, продольный. Упражнение «лягушка» на животе, спине. Упражнение «бабочка».

### **III. Основы классического танца**

#### **3.1 Экзерсис у станка**

**Теория:** Понятия «demi plie», «grand plie», «battement tendu», «battements tendus jete», «rond de jambe par terre», «en dehors, en dedans», «Sur le cou de pied», «battements fondu», «battements frappe», «battements releve lent», «grand battements jete», «releve».

**Практика:** Demi plie по I и II, V позициях. Grand plie по I и II, V позициях.

Battement tendu по I позиции крестом. Battement tendu с passé par terre. Battement tendu c pour le pieds. Battements tendus jete по I позиции крестом. Battement tendu jete pique. Preparation к rond de jambe par terre (en dehors, en dedans). Preparation к rond de jambe par terre в первой складке en dehors, en dedans. Demi rond de jambe par terre. Положение ноги sur le cou de pied: «условное» спереди, сзади, «обхватное». Battements fondu. Battements frappe по I позиции. Battements releve lent на 45о по I позиции. Battement developpe. Grand battements jete на 90о по I позиции. Releve по VI, I и II позициях. Pas de bourree. Перегибы корпуса.

#### **3.2 Экзерсис на середине зала**

**Теория:** Объяснение правильности исполнения упражнений.

**Практика:** I ,II форма port de bras. Demi plie по I, II, Vпозициях. Battement tendu по I позиции крестом. Battement tendu jete. Pas echarpe. I, II, III arabesques носком в пол. Pas balance. Pas вальса. Pas польки (вперед, назад, из стороны в сторону). Прыжки: Pas echarpe. Changement de pieds. Pas jete.

### **IV. Основы народного танца. Стилизация**

#### **4.1 Элементы русского народного танца**

**Теория:** Русские народные танцы. Стилизация. Техника исполнения.

**Практика:** «Ковырялочка»; «Елочка»; «Гармошка», «Перескоки», «Веревочка»; «Моталочка»; «Молоточки».

#### **4.2 Рисунки танца**

**Теория:** Знакомство с понятиями: свободное размещение по площадке, круг, колонна линия, цепочка.

**Практика:** Круг», «Колона», «Линия», «Диагональ», «Звездочка», «Улитка».

### **V. Основы современного танца**

#### **5.1 Модерн**

**Теория:** Повторение техник 2 года обучение. Терминология.

**Практика:** Разогрев. Изоляция. Упражнения для позвоночника. Уровни. Передвижение в пространстве. Комбинация или импровизация.

#### **5.2 Contemporary dance**

**Теория:** Повторение техник 2 года обучение. Терминология.

**Практика:** слайды, перекаты, перевороты. Партерные кроссы, кроссы на шагах. Координация 2-х центров, координация рук. Изучение основных видов движений с опорой на руки: вертикальная стойка на двух руках с поддержкой (с помощью партнера), вертикальная стойка на двух руках у стены, динамический баланс на двух руках, динамический баланс на одной руке.

Позы Изучение основных поз современного танца. Diagonal level, level T – поза с ногой, открытой в сторону, и наклоном корпуса. Tilt – поза с ногой, открытой в сторону, и наклоном корпуса. Parallel arabesque – поза, в которой корпус и рабочая нога образуют горизонтальную линию. Arabesque, attitude – особенности исполнения. Движение через пространство по параллельным и выворотным позициям.

### **VI. Эстрадный танец**

#### **6.1 Элементы эстрадного танца**

**Теория:** Роль танцев в современной культуре, их связь с другими искусствами. Характер эстрадных танцев, необходимость слаженности движений, ритмичность, точность. Танец-игра, его особенности и характер. Детские эстрадные танцы, их простота, весёлость, органичность движений.

**Практика:** Изучение простейших движений эстрадных танцев: приставные шаги, повороты, различные махи руками, выпады и т.д. на усмотрение педагога.

### **VII. Репетиционно-постановочная деятельность**

#### **7.1 Постановочная работа**

**Теория:** Знакомство с музыкальным материалом. История постановки. Рассказ о характере танца. Требования к выполнению танцевальных упражнений.

**Практика:** Разучивание отдельных танцевальных элементов, соединение движений в танцевальные комбинации. Изучение рисунка постановки. Выстраивание танцевальных композиций, построенных на изученных танцевальных движениях, в законченную форму-танец.

#### **7.2 Репетиционная работа**

**Практика:** Отработка синхронности в исполнении, четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений. Работа над техникой танца, выразительностью и эмоциональностью исполнения.

### **VIII. Основы актерского мастерства**

#### **8.1 Танцевальная образная импровизация**

**Теория:** Повторение понятий «импровизация» и «актерское мастерство».

**Практика:** Музыкальные игры: «Поезд», «Ищи свой цвет», «Парная пляска» и др. Игра «Угадай движение». Импровизированные движения на заданную тему: «На рынке», «В лесу»,

«Клоуны», «Жонглеры», «Кузнецы». «Ритмическая эстафета» (музыкальная игра). Игры с музыкальным сопровождением: «Не потеряй пушинку», «Игра воображаемым мячом», «Гладить кошку» и т.д.

## **8.2 Развитие внимания и памяти**

**Теория:** Понятие «пространство», «партнер»

**Практика:** Упражнения на развитие внимания: "Поймать хлопок", "ловим бабочку", "Следим за мухой". Упражнения на развитие чувства партнёра: "Зеркало", "Найти партнёра глазами", Тише едешь - дальше будешь". Упражнения на развитие чувства пространства: "Броуновское движение" в разных темпах и с разным весом. Упражнения на развитие памяти: "Грузим корабль", "Как я прожил день" и др. Упражнения на развитие воображения: "Крокодил", игра в "ассоциации", "Игра в снежки"; "Игра в мяч" и др. Упражнения на развитие эмоциональной памяти: "Я в воде", "Я в снегу", "Иду по песку, по траве, по камням, по стеклу", "Жарко-холодно", "Я в пещере", "Я на чердаке", "Я в лесу".

## **IX. Концертная деятельность**

### **9.1 Сценическая практика**

**Практик:** Применение полученных знаний умений и навыков на практике. Выступление на сценических площадках. Привитие сценической культуры (внешний вид, поведение на сцене и за кулисами). Развитие «сценической» смелости. Поддержание танца в концертном состоянии. Участие в ежегодных концертах (новогодний и отчетный).

### **9.2 Промежуточная аттестация**

**Теория:** Опрос по основным понятиям.

**Практика:** Открытое занятие для родителей. Подведение итогов.

### **9.3 Итоговая аттестация.**

**Теория:** Опрос по основным понятиям.

**Практика:** Закрепление элементов танца. Демонстрация изученного материала для родителей воспитанников. Подведение итогов за год.

### Материально-техническое оснащение программы

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование средства обучения</b>	<b>Единица измерения</b>	<b>Количество</b>
1.	Хореографический зал	Кол-во	1
2.	Раздевалки для мальчиков и девочек	Кол-во	2
3.	Стул для педагога	шт.	1
4.	Стол для педагога	шт.	1
5.	Шкафы и стеллажи для хранения дидактических пособий и учебных материалов	шт.	1
6.	Зеркальная стена	шт. 1м./2м.	6
7.	Хореографический станок	шт. 3м.	10
8.	Компьютер	шт.	1
9.	Аудио колонка	шт.	1
10.	Мультимедиа-проектор	шт.	1
11.	Гимнастические коврики	шт.	20
12.	Скакалки	шт.	20
13.	Блоки для йоги	шт.	20

## ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

### Методическое обеспечение программы Методические дидактические материалы

№ п/п	Наименование средства обучения	Единица измерения	Количество
<b>1. Методическое сопровождение</b>			
<b>Методическое описание:</b>			
1.1	Психолого-физиологические характеристики обучающихся разного возраста.	Шт.	1
1.2	Игра – как инструмент выявления лидера в детском коллективе.	Шт.	1
1.4	Музыкальное сопровождение учебных занятий в танцевальном коллективе.	Шт.	1
<b>Методическая разработка:</b>			
1.5	Игровой stretching	Шт.	1
1.6	Растяжка в хореографии для детей 6-10 лет.	Шт.	1
1.7	Диагностика индивидуальности обучающегося	шт.	1
1.8	Конспект родительского собрания: «Поощрение и наказание»	шт.	1
1.9	Игры на знакомство.	Шт.	1
<b>Методическое пособие:</b>			
1.10	Ритмика и танец для детей 6-7 лет.	Шт.	1
<b>2. Информационная база</b>			
<b>Учебная литература</b>			
2.1	Музыкально- хореографическое искусство в системе эстетического нравственного воспитания. М.С. Боголюбская.	Шт.	1
2.2	«Основы классического танца». А.Я. Ваганова	шт.	1
2.3	«Азбука классического танца». Н. П.Базарова, В. П. Мей.	Шт.	1
2.4	Классический танец. Т.Б. Нарская.	Шт.	1
2.5	Современный танец. «Модерн-джаз танец. История. Методика. Практика. В. Ю. Никитин.	Шт.	1
2.6	Основы характерного танца. А.В. Лопухов, А.В. Ширяев, А. И. Бочаров.	Шт.	1
2.7	От замысла к сюжету. Р.С. Зарипов, Е.Р. Валяева.	Шт.	1
2.8	Народно- сценический танец и методика его преподавания. И.Э. Бриске.	Шт.	1
<b>Аудио диски</b>			
2.9	Классика для малышей. Москва, 2018	шт.	1
2.10	Классический танец. Экзерсис на середине. 2020	шт.	1
2.11	Детский танец. ВИТО, 2019	шт.	1
2.12	Мелодии из советских мультфильмов. «РИТМ»2015	шт.	1
2.13	Современный танец. Звуки Африки. Афро- джаз. Москва,2020	шт.	1
2.14	Джаз для детей. Kids. 2000	шт.	1
2.15	Ритмика для детей. 2020	шт.	1
<b>Видео и DVD диски</b>			
2.16	Пособие по «Классическому танцу» первый год	шт.	1

	обучения. Ханты-Мансийск, 2007		
2.17	Классический танец. Балет «Ромео и Джульетта» Москва, 2011	шт.	1
2.18	Звезды русского балета. 1,2 тома. Москва, 2000	шт.	1
2.19	Классическое наследие. Балет «Щелкунчик», «Лебединое озеро». СПб, 2000	шт.	1
2.20	Классический танец 1-3 год обучения. Пермь, 2017	шт.	1
2.21	Образцы народной хореографии. Государственный академический ансамбль народного танца им. Игоря Моисеева. Москва, 2005	шт.	1
2.22	Характерный народный танец. Харьков, 2016	шт.	1
2.23	Игровой stretching. Харьков, 2016	шт.	1
2.24	Растяжка в хореографии. Харьков, 2015		
2.25	Рисунки и схемы танцев. Харьков, 2016	шт.	1
2.26	Ритмика и танец. Харьков, 2016	шт.	1
2.27	Методика преподавания джаз- танца. Новосибирск 2016	шт.	1
2.28	Методика преподавания современного танца. 1-2 год обучения. Новосибирск 2016	шт.	1
2.29	Методика преподавания современного танца. 3-4 год обучения. Новосибирск 2017	шт.	1
<b>3. Дидактические материалы к программе</b>			
3.1	Физический тренинг в картинках.	Комплект	1
3.2	Тесты «Теоретические знания по классическому танцу».	Шт.	1
3.3	Словарь терминов по классическому и современному танцу.	Шт.	1
3.4	Памятка: «Правила поведения в хореографическом зале и на занятии».	Шт.	1
3.5	Памятка: «Техника безопасности на занятиях хореографии».	Шт.	1
3.6	Памятка для родителей: «Как общаться с детьми разных темпераментов».	Шт.	1
3.7	Памятка для родителей: «Правильное питание»	шт.	1
3.8	Презентация: «Постановка корпуса, позиции рук и ног»	шт.	1



### Система оценивания и соотнесения с уровнями освоения программы

№ п/п	Ф.И.О	Года обучения						Итоговая аттестация за весь период обучения
		1 год		2 год		3 год		
		Промежуточная аттестация	Итоговая аттестация	Промежуточная аттестация	Итоговая аттестация	Промежуточная аттестация	Итоговая аттестация	
1.		3	2	3	2	3	3	3
2.		2						
3.		3						
4.		1						
5.		2						
6.		3						
7.		1						
8.		2						
9.		3						
10.		3						
11.		2						
12.		3						
Показатель уровней	высокий	00%						
	средний	00%						
	низкий	00%						

В таблицу заносятся числовые показатели, которые соответствуют определённому уровню освоения учебного материала где: 3-высокий уровень; 2-средний уровень; 1-низкий уровень.

Итоговая аттестация за весь период обучения определяется с помощью оценочных материалов (контрольно-измерительные материалы) по каждому обучающемуся.

Показатель уровней (высокий, средний, низкий) по итогам промежуточной аттестации за первое полугодие за год обучения, итоговая аттестация за второе полугодие за год обучения, итоговой аттестации за весь период обучения определяется с помощью оценочных материалов (контрольно-измерительные материалы) по каждому обучающемуся и вычисляется путем сложения всех оценок каждого уровня и деления на количество обучающихся в группе.

Все результаты обучающихся по прохождению промежуточной аттестации за первое полугодие за год обучения, итоговой аттестации за второе полугодие за год обучения, итоговой аттестации за весь период обучения заносятся в таблицу системы оценивания дополнительной общеразвивающей программы. Педагог систематически отслеживает достигнутые результаты, анализирует и планирует дальнейшую работу как по группе в целом, так и индивидуально с каждым обучающимся.

**Оценочные материалы (контрольно-измерительные материалы)**

**1 год обучения**

№	Параметры	Уровни			Форма проверки
		Высокий (3)	Средний (2)	Низкий (1)	
1.	Хореографическая подготовка	Владеет хореографической подготовкой, терпелив и работоспособен.	Старается развивать хореографические данные, проявляет терпение и работоспособность.	Проявляет низкий уровень работоспособности, не работает над развитием танцевального шага, гибкости, выворотности.	Контрольное задание
2.	Практические умения и навыки по основным разделам программы	Ребенок овладел практически всеми умениями и навыками, по основным разделам программы.	Объем усвоенных умений и навыков составляет более ½.	Ребенок овладел менее чем ½ предусмотренных умений и навыков.	Контрольное задание
3.	Музыкально-ритмические способности	Ребенок овладел музыкально - ритмическими способностями, хорошо координирует и исполняет танцевальные элементы под музыку.	Ребенок старается развивать музыкально-ритмические способности, проявляет терпение и работоспособность.	Ребенок проявляет низкий уровень работоспособности не работает над развитием музыкально-ритмических способностей.	Контрольное задание
4.	Творческие навыки	Выполняет практические задания с элементами творчества.	Выполняет в основном задания на основе образца.	Ребенок в состоянии выполнить лишь простейшие практические задания педагога.	Контрольное задание
5.	Сценическая культура	Знает правила поведения на сценической площадке, всегда аккуратен во внешнем виде, бережное отношение к костюмам.	Старается соблюдать правила поведения на сценической площадке, старается быть аккуратным во внешнем виде и бережно относится к костюмам.	Ребенок не соблюдает правила поведения на сценической площадке, не аккуратен во внешнем виде и небрежно относится к костюмам.	Наблюдение
6.	Теоретические знания по классическому танцу	Усвоил практически весь объем знаний по основным разделам программы.	Объем усвоенных знаний составляет более ½.	Ребенок овладел менее чем ½ объема знаний по основным разделам программы.	Тестирование, контрольный опрос.
7.	Воспитательные навыки	Принимает активное участие в коллективных работах, всегда находит контакт с другими детьми, не конфликтен, соблюдает правила поведения на занятиях.	Принимает участие в коллективных работах, находит контакт с другими детьми, не конфликтен, старается соблюдать правила поведения на занятиях	Ребенок не принимает участие в коллективных работах, с трудом находит контакт с другими детьми, конфликтен нарушает правила поведения на занятиях.	Наблюдение

**2 год обучения**

№	Параметры	Уровни			Форма проверки
		Высокий (3)	Средний (2)	Низкий (1)	
1.	Хореографическая подготовка	Владеет хореографической подготовкой, терпелив и работоспособен.	Старается развивать хореографические данные, проявляет терпение и работоспособность.	Проявляет низкий уровень работоспособности, не работает над развитием танцевального шага, гибкости, выворотности.	Контрольное задание
2.	Практические умения и навыки по основным разделам программы	Ребенок овладел практически всеми умениями и навыками, по основным разделам программы.	Объем усвоенных умений и навыков составляет более ½.	Ребенок овладел менее чем ½ предусмотренных умений и навыков.	Контрольное задание
3.	Творческие навыки	Выполняет практические задания с элементами творчества.	Выполняет в основном задания на основе образца.	Ребенок в состоянии выполнить лишь простейшие практические задания педагога.	Контрольное задание
4.	Сценическая культура	Знает правила поведения на сценической площадке, всегда аккуратен во внешнем виде, бережное отношение к костюмам.	Старается соблюдать правила поведения на сценической площадке, старается быть аккуратным во внешнем виде и бережно относится к костюмам.	Ребенок не соблюдает правила поведения на сценической площадке, не аккуратен во внешнем виде и небрежно относится к костюмам.	Наблюдение
5.	Теоретические знания по классическому и эстраднему танцам	Усвоил практически весь объем знаний по основным разделам программы.	Объем усвоенных знаний составляет более ½.	Ребенок овладел менее чем ½ объема знаний по основным разделам программы.	Тестирование, контрольный опрос.
6.	Воспитательные навыки	Принимает активное участие в коллективных работах, всегда находит контакт с другими детьми, не конфликтен, соблюдает правила поведения на занятиях.	Принимает участие в коллективных работах, находит контакт с другими детьми, не конфликтен, старается соблюдать правила поведения на занятиях	Ребенок не принимает участие в коллективных работах, с трудом находит контакт с другими детьми, конфликтен нарушает правила поведения на занятиях.	Наблюдение

**3 год обучения**

№	Параметры	Уровни			Форма проверки
		Высокий (3)	Средний (2)	Низкий (1)	
1.	Хореографическая подготовка	Владеет хореографической подготовкой, терпелив и работоспособен.	Старается развивать хореографические данные, проявляет терпение и работоспособность.	Проявляет низкий уровень работоспособности, не работает над развитием танцевального шага, гибкости, выворотности.	Контрольное задание
2.	Практические умения и навыки по основным разделам программы	Ребенок овладел практически всеми умениями и навыками, по основным разделам программы.	Объем усвоенных умений и навыков составляет более ½.	Ребенок овладел менее чем ½ предусмотренных умений и навыков.	Контрольное задание
3.	Творческие навыки	Выполняет практические задания с элементами творчества.	Выполняет в основном задания на основе образца.	Ребенок в состоянии выполнить лишь простейшие практические задания педагога.	Контрольное задание
4.	Сценическая культура	Знает правила поведения на сценической площадке, всегда аккуратен во внешнем виде, бережное отношение к костюмам.	Старается соблюдать правила поведения на сценической площадке, старается быть аккуратным во внешнем виде и бережно относится к костюмам.	Ребенок не соблюдает правила поведения на сценической площадке, не аккуратен во внешнем виде и небрежно относится к костюмам.	Наблюдение
5.	Теоретические знания по классическому и эстраднему танцам	Усвоил практически весь объем знаний по основным разделам программы.	Объем усвоенных знаний составляет более ½.	Ребенок овладел менее чем ½ объема знаний по основным разделам программы.	Тестирование, контрольный опрос.
6.	Воспитательные навыки	Принимает активное участие в коллективных работах, всегда находит контакт с другими детьми, не конфликтен, соблюдает правила поведения на занятиях.	Принимает участие в коллективных работах, находит контакт с другими детьми, не конфликтен, старается соблюдать правила поведения на занятиях	Ребенок не принимает участие в коллективных работах, с трудом находит контакт с другими детьми, конфликтен нарушает правила поведения на занятиях.	Наблюдение

**Весь период обучения**

№	Параметры	Уровни			Форма проверки
		Высокий (3)	Средний (2)	Низкий (1)	
1.	Хореографическая подготовка	Ребенок владеет хореографической подготовкой, терпелив и работоспособен.	Ребенок старается развивать хореографические данные, проявляет терпение и работоспособность.	Ребенок проявляет низкий уровень работоспособности не работает над развитием танцевального шага, гибкости, выворотности.	Контрольное задание
2.	Ритмика	Ребенок овладел музыкально-ритмическими способностями, хорошо координирует и исполняет танцевальные элементы под музыку.	Ребенок старается развивать музыкально-ритмические способности, проявляет терпение и работоспособность.	ребенок проявляет низкий уровень работоспособности не работает над развитием музыкально-ритмических способностей.	Контрольное задание
3.	Основы классического танца	Ребенок овладел практически всеми умениями и навыками классического танца.	Объем усвоенных умений и навыков составляет более ½.	Ребенок овладел менее чем ½ предусмотренных умений и навыков.	Контрольное задание
4.	Основы народного танца	Ребенок овладел практически всеми умениями и навыками народного танца.	Объем усвоенных умений и навыков составляет более ½.	Ребенок овладел менее чем ½ предусмотренных умений и навыков.	Контрольное задание
5.	Основы современного танца	Ребенок овладел практически всеми умениями и навыками современного танца.	Объем усвоенных умений и навыков составляет более ½.	Ребенок овладел менее чем ½ предусмотренных умений и навыков.	Контрольное задание
6.	Эстрадный танец	Ребенок овладел практически всеми умениями и навыками эстрадного танца.	Объем усвоенных умений и навыков составляет более ½.	Ребенок овладел менее чем ½ предусмотренных умений и навыков.	Контрольное задание

7.	Репетиционно-постановочная работа	Всегда исправляет ошибки, прислушивается к советам педагога.	Стремится исправить указанные ошибки прислушивается к советам педагога.	Не прислушивается к советам педагога, в редких случаях исправляет ошибки.	Наблюдение
8.	Основы актерского мастерства	Выполняет практические задания с элементами творчества.	Выполняет в основном задания на основе образца.	Ребенок в состоянии выполнить лишь простейшие практические задания педагога.	Контрольное задание
9.	Сценическая культура	Ребенок знает правила поведения на сценической площадке, всегда аккуратен во внешнем виде, бережное отношение к костюмам.	Ребенок старается соблюдать правила поведения на сценической площадке, старается быть аккуратным во внешнем виде и бережно относится к костюмам.	Ребенок не соблюдает правила поведения на сценической площадке, не аккуратен во внешнем виде и небрежно относится к костюмам.	Наблюдение
10.	Теоретические знания по классическому и современному танцам	Ребенок усвоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период.	Объем усвоенных знаний составляет более ½.	Ребенок овладел менее чем ½ объема знаний, предусмотренных программой.	Наблюдение, тестирование, контрольный опрос.
11.	Воспитательные навыки	Принимает активное участие в коллективных работах, всегда находит контакт с другими детьми, не конфликтен, соблюдает правила поведения на занятиях.	Принимает участие в коллективных работах, находит контакт с другими детьми, не конфликтен, старается соблюдать правила поведения на занятиях.	Не принимает участие в коллективных работах, с трудом находит контакт с другими детьми, конфликтен нарушает правила поведения на занятиях.	Наблюдение

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Дополнительная общеразвивающая программа «Эстрадный танец», разработана в соответствии с нормативными документами:

- Конституцией Российской Федерации (с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020);
- Концепцией дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р;
- Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной Распоряжением Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р;
- Государственной программой Российской Федерации «Развитие образования», утвержденной Постановлением Правительства РФ от 26 декабря 2017 года № 1642 (ред. от 09.05.2022);
- Федеральным Законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 16.04.2022);
- Федеральным законом от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
- Федеральным законом Российской Федерации от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации» (ред. от 11.06.2021);
- Федеральным проектом «Успех каждого ребёнка», утвержденный президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 года № 16);
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (с изменениями от 30.09.2020);
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (рзд.VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»);
- Письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г. № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);
- Письмом Министерства просвещения Российской Федерации от 31.01.2022 г. № ДГ-245/06 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»);
- Письмом Министерства просвещения Российской Федерации от 07.05.2020 г. № ВБ-976/04 «О реализации внеурочной деятельности, программы воспитания и социализации и дополнительных общеобразовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий»;
- Письмом Министерства просвещения Российской Федерации от 04.08.2020 г. ДГ-1249/06 «О внедрении примерной программы воспитания»;
- Уставом муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр дополнительного образования «Перспектива»;

– Программой развития муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр дополнительного образования «Перспектива» на 2021-2026 годы «Воспитательный эффект инновационного менеджмента организации дополнительного образования детей и взрослых в условиях цифровизации образования».

Литературный материал по классическому, народному и современному танцам:

1. Базарова Н. Классический танец. Учебное пособие. - М.: Искусство, 2018.
2. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. Первые три года обучения. - Л.-М. Искусство, 2020.
3. Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Рольф, 2018.
4. Бочаров А., Лопухов Д., Ширяев Л. Основы характерного танца. – М. – Л.: Искусство, 2010.
5. Ваганова А.Я. Основы классического танца. - С.-П.: Изд. 6-ое, 2020.
6. Васильева Т.И. Балетная осанка: Методическое пособие. – М.: Высшая школа изящных искусств. 2015.
7. Голованов В.П. Методика и технология работы педагога дополнительного образования. - М.: Валдос, 2010.
8. Давыдов В. Проблемы развивающего обучения. – М., 2009.
9. Зацепина К., Климов А., Рихтер К., Толстая Н., Фарманянц Е. Народно-сценический танец. – М.: Искусство, 2011.
10. Ионе Е.А. Образовательная программа «История балета». - В сб.: Образовательные программы дополнительного образования детей. Методическое пособие для образовательных учреждений. Приложение к журналу «Дополнительное образование и воспитание» № 4, 2011.
11. Журавин М.Л. Гимнастика. – М.: Академия, 2019.
12. Костровицкая В. 100 уроков классического танца (с 1-го по 8-ой классы). - Л.: Искусство, 2010.
13. Костровицкая В. Классический танец. Слитные движения. Под ред. А.Вагановой, - М.: Советская Россия, 2010.
14. Надеждина Н. Русские танцы. – М.: Госкультпросветиздат, 2009.
15. «Пяти Па». Журнал о балете для детей. М.: «Студия «Антре», 2002-2013.
16. Селевко Г.К. Энциклопедия образовательных технологий. М.: НИИ школьных технологий, 20015.
17. Студия «Антре». Журнал о балете для детей. М.: «Студия «Антре», 2003-2013.
18. Судакова М.В. «Современный танец». Хабаровск 2002.

Литературный материал по педагогике, методике преподавания и дополнительный материал, используемый в программе:

19. Анисимов В.В, Грохольская О.Г, Никандров Н.Д. Общие основы педагогики: учебник для вузов. – М.: Просвещение, 2006. – 574 с.
20. Балетмейстер и коллектив: учебное пособие / Л.В. Бухвостова, Н.И. Заикин, С.А. Щекотихина. – Орел, 2007.
21. Байкова Л.А, Гребенкина Л.К, Еремкина О.В и др. Методика воспитательной работы: учеб.пособие для студ.; под ред. Слостенина В.А.-М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 144с.
22. Захаров Р.В. Записки балетмейстера. – М.: Искусство, 1976. - 350с.
23. Никитин В. Композиция урока и методика преподавания модерн-джаз танца. – М.: Один из лучших, 2006
24. Новерр Ж.Ж. Письма о танце/ Пер. с фр.под ред. А.А. Гвоздева. 2-е изд., испр. – СПб.: Издательство «Лань»; «Издательство ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2007. – 384 с.: ил. – (Мир культуры, истории и философии).



25. Панферов В.И. Мастерство хореографа: учеб. пособие / В.И. Панферов; Челяб. гос. акад. культуры и искусств – Челябинск, Издательство ООО «Полиграф-Мастер», 2009.
26. Слуцкий В.И. Элементарная педагогика. Книга для учителя. – М.: Просвещение, 1992 – 157 с.
27. Степанов Е.Н. Планирование воспитательной работы в классе. – М.: ТЦ «Сфера», 2001. – 128с.
28. Торгашов В.Н. Теория и история хореографического искусства. Учебное пособие. – Орел: Орловский государственный институт искусств и культуры, 2004. – 240 с.

## ПРИЛОЖЕНИЕ

### Приложение 1

#### Словарь терминов по классическому и современному танцу

**ALLONGE, ARRONDIE** – положение округленной или удлиненной руки.

**ARABESQUE** – поза классического танца, при которой нога отводится назад «носком в пол» на 45°, 60° или на 90°, положение торса, рук и головы зависит от формы арабеска.

**ARCH** – арка, прогиб торса назад.

**ASSEMBLE** – прыжок с одной ноги на две выполняется с отведением ноги в заданном направлении и собиранием ног во время прыжка вместе.

**ATTITUDE** – положение ноги, оторванной от пола и согнутой в колене под тупым углом.

**BATTEMENT AVELOPPE** – противоположное *battement develop* движение, «рабочая» нога из открытого положения через *passé* опускается в заданную позицию.

**BATTEMENT DEVELOPPE** – вынимание ноги вперед, назад или в сторону скольжением «рабочей» ноги по опорной.

**BATTEMENT FONDU** – движение, состоящее из одновременного сгибания коленей, в конце которого «рабочая» нога приходит в положение *sur le coup -de-pied* спереди или сзади опорной ноги, а затем следует одновременное вытягивание коленей и «рабочая» нога открывается вперед, в сторону или назад.

**BATTEMENT FRAPPE** – движение, состоящее из быстрого, энергичного сгибания и разгибания ноги, стопа приводится в положение *sur le coup-de-pied* в момент сгибания и открывается носком в пол или на высоту 45° в момент разгибания вперед, в сторону или назад.

**BATTEMENT RELEVE LENT** – плавный подъем вытянутой ноги через скольжение по полу на 90° вперед, в сторону или назад.

**BATTEMENT RETIRE** – перенос через скольжение «рабочей» ноги по опорной, через *passé* из V позиции впереди в V позицию сзади.

**BATTEMENT TENDU** – движение ноги, которая скольльзящим движением отводится на носок вперед, назад или в сторону. В модерн-джаз танце выполняется так же по параллельным позициям.

**BATTEMENT TENDU JETE** – отличается от *battement tendu* активным выбрасыванием ноги в воздух на высоту.

**BODY ROLL** [боди ролл] – группа наклонов торса, связанная с поочередным перемещением центра корпуса в боковой или фронтальной плоскости (синоним «волна»).

**BOUNCE** [баунс] – трамплинное покачивание вверх-вниз, происходит за счет сгибания и разгибания коленей.

**BRUCH** [браш] – скольжение или мазок всей стопой по полу перед открытием ноги в воздух или при закрытии в позицию.

**CAMEL WALK** – «верблюжья ходьба». При этом шаге колено «рабочей» ноги поднимается вверх, одновременно опорная нога сгибается. Акцент направлен вниз.

**CONTRACTION** [контракшн] – сжатие, уменьшение объема корпуса и округление позвоночника, начинается в центре таза, постепенно захватывая весь позвоночник, выполняется на выдохе.

**CORKSCREW TURN** [корскру повороты] – «штопорные» повороты, при которых исполнитель повышает или понижает уровень вращения.

**COUPE** – быстрая подмена одной ноги другой, служащая толчком для прыжка или другого движения.

**CURVE** [кёрф] – изгиб верхней части позвоночника (до «солнечного сплетения») вперед или в сторону.

**DEEP BODY BEND** [диип боди бэнд] – наклон торсом вперед ниже 90°, сохраняя прямую линию торса и рук.

**DEEP CONTRACTION** [диип контракшн] – сильное сжатие в центр тела, в котором участвуют все сочленения, т.е. в это движение включаются руки, ноги и голова.

**DEGAGE** – перенос тяжести корпуса с одной ноги на другую по второй позиции (вправо, влево) и по четвертой позиции ног (вперед, назад), может выполняться как с *demi-plie*, так и на вытянутых ногах. Синоним *shift*.

**DEMI-PLIE** – полуприседание, при котором пятки не отрываются от пола.

**DEMI – ROND** – полукруг носком ноги по полу вперед и в сторону, или назад и в сторону.

**DROP** [дроп] – падение расслабленного торса вперед или в сторону.

**ECARTE** – поза классического танца (*a la seconde*), развернутая по диагонали вперед или назад, корпус чуть отклонен от поднятой ноги.

**EMBOITE** – последовательные переходы с ноги на ногу на полупальцах, пальцах и с прыжком. Прыжки *emboite* – поочередное выбрасывание согнутых в коленях ног вперед или на 45°.

**EN DEDANS** – направление движения или поворота к себе, вовнутрь.

**EN DEHORS** – направление движения или поворота от себя или наружу.

**LEAP** [лиип] – прыжок с одной ноги на другую с продвижением вперед или в сторону.

**LOCOMOTOR** [локомотор] – круговое движение согнутых в локтях рук вдоль торса.

**LOW BACK** [лоубэк] – округление позвоночника в пояснично-грудном отделе.

**PAS BALANCE** – па, состоящее из комбинации *tombe* и *pas de bourree*. Выполняется с продвижением из стороны в сторону, реже – вперед-назад.

**PAS CHASSE** – связующее движение с продвижением во всех направлениях, при исполнении которого одна нога «догоняет» другую в высшей точке прыжка.

**PAS DE BOURREE** – связующий шаг, состоящий из чередования переступаний с одной ноги на другую с окончанием на *demi-plie*. Синоним *step pas de bourree*. В модерн-джаз танце во время *pas de bourree* положение *sur le cou-de-pied* не фиксируется.

**PAS DE CHAT** – прыжок, имитирующий прыжок кошки. Согнутые в коленях ноги отбрасываются назад.

**PAS FAILLI** – связующий шаг, состоящий из проведения свободной ноги через проходящее *demi-plie* I позиции вперед или назад, затем на ногу передается тяжесть корпуса с некоторым отклонением от вертикальной оси.

**PASSE** – проходящее движение, которое является связующим при переводе ноги из одного положения в другое, может выполняться по первой позиции на полу (*passé par terre*), либо на 45° или 90°.

**PIQUE** – легкий укол кончиками пальцев «рабочей» ноги об пол и подъем ноги на заданную высоту.

**PIROUETTE** – вращение исполнителя на одной ноге *en dehors* или *en dedans*, вторая нога в положении *sur le cou-de-pied*.

**PLIE-RELEVE** – положение ног на полупальцах с согнутыми коленями.

**POINT** [поинт] – вытянутое положение стопы.

**PRANCE** [пранс] – движение для развития подвижности стопы, состоящее из быстрой смены положения «на полупальцах» и *point*.

**PREPARATION** – подготовительное движение, выполняемое перед началом упражнения.

**PRESS-POSITION** [пресс-позишн] – позиция рук, при которой согнутые в локтях руки ладонями касаются бедер спереди или сбоку.

**RELEASE** [релиз] – расширение объема торса, которое происходит на вдохе.

**RELEVE** – подъем на полупальцы.

**RENVERSE** – резкое перегибание корпуса в основном из позы *attitude croise*, сопровождающееся *pas de bouree en tournant*.

**ROLL DOWN** [ролл даун] – спиральный наклон вниз-вперед, начиная от головы.

**ROLL UP** [ролл ап] – обратное движение, связанное с постепенным раскручиванием и выпрямлением торса в исходную позицию.

- RONDE DE JAMBE PAR TERRE** – круг вытянутой ногой, касаясь пальцами пола.
- ROUDE DE JAMBE EN L'AIR** – круговое движение нижней части ноги (голеностопом) при фиксированном бедре, отведенном в сторону на высоту 45° или 90°.
- SAUTE** – прыжок классического танца с двух ног на две ноги по I, II, IV и V позициям.
- SHIMMI** [шимми] – спиральное, закручивающееся движение тазом вправо и влево.
- SIDE STRETCH** [сайд стрэтч] – боковое растяжение торса, наклон торса вправо или влево.
- SISSON OUVERTE** – прыжок с отлетом вперед, назад или в сторону, при приземлении одна нога остается открытой в воздухе на заданной высоте или в заданном положении.
- STONE -HAND** – положение кисти, пальцы сжаты в кулак.
- SOUTENU EN TOURNANT** – поворот на двух ногах, начинающийся с втягивания «рабочей» ноги в пятую позицию.
- SQUARE** [сквэра] – четыре шага по квадрату: вперед – в сторону – назад – в сторону.
- STEP BALL CHANGE** [стэп бол лченч] – связующий шаг, состоящий из шага в сторону или вперед и двух переступаний на полупальцах (синоним *step pas de bouree*).
- SUR LE COU-DE-PIED** – положение вытянутой ступни «работающей» ноги на щиколотке опорной ноги спереди или сзади.
- SUNDARI** [зундари] – движение головы, заключающееся в смещении шейных позвонков вправо-влево и вперед-назад.
- SWING** – раскачивание любой частью тела (рукой, ногой, головой, торсом) в особом джазовом ритме.
- THRUST** [фраст] – резкий рывок грудной клеткой или тазом вперед, в сторону или назад.
- TILT** [тилт] – угол, поза, при которой торс отклоняется в сторону или вперед от вертикального положения, «рабочая» нога может быть открыта в противоположном направлении на 90° и выше.
- TOMBE** – падение, перенос тяжести корпуса на открытую ногу вперед, в сторону или назад на *demi-plie*
- TOUCH** – приставной шаг или шаг на полупальцы без переноса тяжести корпуса.

## Партерная гимнастика

### 1. Упражнение «Утюжки»

И.П. – лежа на спине, руки вдоль тела, ноги в шестой позиции. Работа стоп к себе и от себя.

*(Развивает подвижность голеностопного сустава, эластичность мышц голени и стопы)*

### 2. Лягушка

И. П. – лежа на спине, согнуть колени и соединить стопы. Техника исполнения: на счет раз-два-три-четыре раскрыть ноги, стараясь достать коленями пол, на пять-шесть зафиксировать положение. На счет семь-восемь вернуться в исходное положение.

*(Разрабатывает выворотность, подвижность тазобедренного сустава, эластичность мышц бедра)*

### 3. Циркуль

И. П. – лежа на спине, развести обе ноги в стороны, затем вернуть в исходное положение.

*(Способствует коррекции O – образных ног)*

### 4. Складочка

И.П. – сидя ноги вытянуты вперед. Наклоны к ногам. Корпус прижимается к ногам, колени не отрываются от пола.

*(Улучшает гибкость позвоночника, растягивает межпозвоночные диски, повышает эластичность мышц бедра)*

### 5. Махи ногами

И.П. – Упор на локти, ноги вытянуты вперед. Махи на 90 градусов поочередно каждой ногой.

*(Укрепляет мышцы бедра)*

### 6. Поднятие ноги с опусканием в сторону

И.П. – Упор на локти, ноги вытянуты вперед. Поднять ногу на 90 градусов, опустить ее в сторону, опять поднять на 90 градусов, и опустить в исходное положение. Затем другой ногой

*(Развивает выворотность, растягивает паховую мышцу, укрепляет мышцы голени и бедра)*

### 7. Стрела

И.П. – Упор на локти, ноги вытянуты вперед. Обе ноги поднять на 45 градусов и медленно опустить в исходное положение.

*(Способствует укреплению мышц пресса)*

### 8. Уголок

И.П. – лежа на спине, руки в стороны. Рывком подымаем корпус вверх, ноги отрываются от пола согнутые в коленях на 90 градусов. Затем вернуться в исходное положение.

*(Укрепляет мышцы брюшного пресса, и мышцы спины.)*

### **9. Забрасываем ноги за голову**

И.П. – лежа на спине, руки вдоль тела, поднимаем ноги и касаемся носками пола за головой. Затем возвращаемся в исходное положение  
*(Улучшает гибкость позвоночника, укрепляем мышцы живота)*

### **10. Корзинка**

И.П. – лежа на животе, опираемся на ладони, локти вытянуты руки раскрыты в стороны. Сгибаем ноги в коленях и ногами пытаемся достать до головы.  
*(Способствует гибкости позвоночника)*

### **11. Батман наверх**

И.П. – стоя на колени нога выводится назад на носок. Делаем батман наверх, затем возвращаем ногу в исходное положение. Повторить все с другой ноги.  
*(Развивает силу ног, ягодичную мышцу, эластичность мышц бедра.)*

### **12. Березка**

И.П. – стоя на лопатках, руки на локтях упираются под спину.  
*(Развивает устойчивость, укрепляет позвоночник и мышцы ног)*

### **13. Разножка**

И.П. – стоя на лопатках, руки упираются под спину. Обе ноги разводим в сторону, затем возвращаем в исходную позицию.  
*(Улучшает устойчивость, выворотность, шпагат и танцевальный шаг)*

### **14. Мостик**

И.П. – лежа на спине, опираемся на согнутые ноги и руки.  
*(Развивает гибкость и подвижность плечевого сустава)*

### **15. Ножницы**

И.П. – Сидя, ноги поднять на 45 градусов. Поочередно скрещивать ноги. *(Укрепляет все группы мышц ног, живота, приучает к ощущению вытянутости ног)*

### **16. Лягушка на животе**

И.п. – лечь на живот. Руки согнутые в локтях. Бедра отвести, колени согнуть, стопы касаются друг друга подошвенной частью. Спину максимально прогнуть назад, удерживая стопы и бедра на полу. Вначале, сделать «Маленькую лягушку» - немного согнув колени. Затем делаем «Большую лягушку» - Сгибаем колени, подтягивая стопы как можно больше к себе.

### **17. Шпагат**

И.П. – с положения упора на колено, вытягиваем ногу вперед.  
*(Развивает балетный шаг, подколенную мышцу и мышцу бедра)*

### **18. Поперечный шпагат**

И.П. – с положения продольного шпагата, разворачиваем ноги в поперечный.  
*(Развивает выворотность и балетный шаг)*

### **19. Солнышко**

И.П. – сидя на полу обе ноги вперед. Разводим ноги в стороны, корпус ложиться вперед, ноги сдвигаются сзади. Затем все наоборот.

*(Придает эластичность мышцам ног, развивает выворотность и балетный шаг)*

### **20. Пряжки**

Трамплинный, поджатый, разножка.

### **ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ В ЗАЛЕ И НА УЧЕБНОМ ЗАНЯТИИ**

1. На занятие и перемене запрещается бегать по залу, трогать аппаратуру без разрешения учителя, выражаться нецензурными словами.

2. Нельзя портить школьное имущество. Сидеть на подоконниках и классических станках. Трогать зеркала. **Аккуратно относитесь к своим и чужим вещам!**

3. На занятиях не разрешается жевать жевательную резинку (и не только ее), пользоваться мобильными телефонами, слушать плеер и пользоваться другими, отвлекающими от занятий предметами;

4. **Не опаздывайте на занятия!** Если вы опоздали, то вы должны дождаться, когда закончит звучать музыка, постучаться, извиниться и спросить разрешения войти в зал.

5. **Не пропускайте занятия без уважительной причины!** Пропуск без уважительной причины является прогулом!

Освобождение от занятия возможно только при наличии справки от врача или записки от родителей.

6. **Соблюдайте чистоту во всех помещениях**, мусор выбрасывают только в мусорные корзины. Не оставляйте мусор после себя!

Перед уходом проверь, все ли свои вещи ты забрал и не оставил ли личные вещи или мусор.

7. Во время занятий:

- нельзя шуметь, отвлекаться самому и отвлекать товарищей посторонними разговорами, играми и другими, не относящимися к занятиям, делами. На занятиях обучающийся обязан внимательно слушать и выполнять все инструкции преподавателя.
- запрещается выходить из зала без разрешения учителя. Если во время занятий вам необходимо выйти из зала, то вы должны получить разрешение учителя.

Обучающийся вправе покинуть зал только после того, как преподаватель объявит о перерыве или об окончании занятия.

**Хочешь что-то спросить – подними руку!**

### **ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ НА ЗАНЯТИЯХ ХОРЕОГРАФИИ**

1. На занятие приходите в специальной одежде, не сковывающей движения и удобной обуви.

2. На занятии снимать с себя все украшения, за которые можно зацепиться и пораниться.

3. Нельзя пользоваться электросетью, не трогать розетки и провода.

4. Не начинать занятия без предварительной подготовки.

5. Выполнять упражнения соизмеримо со своими возможностями.

6. Контролировать свои действия на протяжении всего занятия, особенно когда изучаете новые и сложные по технике движения.

7. Контролировать свои движения при монотонной длительной работе, можно расслабиться и получить травму.

8. Нельзя толкать занимающихся с вами (даже в шутку).

9. При беговых движениях соблюдайте следующие правила:

- не бегать против движения
- не стоять на рабочем месте
- не обгонять

11. Во время прыжков обратить внимание на место приземления.

12. Нельзя проходить перед двигающимся, надо обходить его сзади.

13. Не начинать движения с продвижением, когда в месте вашей остановки находится другой человек.



14. Чтобы не получить травму при приземлении во время прыжков, научитесь правильно приземляться.

**И всегда помните о трех «НЕ»**

**Не разговаривать (работают ноги, руки и голова, но не язык).**

**Не думать и не произносить «не умею», «не могу», «не буду», «не получится».**

**Не пить холодную воду сразу после занятия.**