



Управление образования Администрации города Иванова  
Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
Центра гражданского и патриотического воспитания «Высота»

Согласовано с  
Методическим советом  
Протокол № 2  
от 17.07.2023 г.

Утверждаю  
Директор  
 А. В. Ладихина  
Приказ № 70/1-од  
от 18.07.2023 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

направленность художественная

название программы «В мире танца: галактика - Dance»

Уровень: базовый

Возраст обучающихся: 7 -17 лет

Срок реализации: 4 года

Автор-составитель:  
педагог дополнительного образования  
высшей квалификационной категории  
Соловьева Тамара Викторовна

г. Иваново, 2023

## СТРУКТУРА ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

<b>1. «Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы»:</b>	
1.1. Пояснительная записка .....	3
1.2. Цель и задачи программы .....	7
1.3. Содержание программы:	
1.3.1. Учебно-тематический план .....	8
1.3.2. Содержание учебно-тематического плана .....	13
1.4. Планируемые результаты .....	31
<b>2. «Комплекс организационно-педагогических условий»:</b>	
2.1. Условия реализации программы .....	32
2.2. Формы аттестации обучающихся.....	33
2.3. Оценочные материалы.....	33
2.4. Методические материалы .....	34
2.5. Календарный учебный график.....	
2.6. Список литературы.....	
<b>3. «Воспитание» (рабочая программа воспитания) образцового хореографического коллектива «Без границ...».....</b>	
3.1. Цель и задачи воспитательной работы	
3.2. Приоритетные направления деятельности	
3.3. Формы и методы воспитательной работы	
3.4. Планируемые результаты воспитательной работы	
3.5. Календарный план воспитательной работы	

# **1. «Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы»**

## **1.1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «В мире танца: галактика - Dance» разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

1. Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 г.;
2. Концепцией развития дополнительного образования до 2030 года (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р);
3. Стратегией развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р г.);
4. Постановлением Главного государственного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4 3648-20. Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
5. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 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» (вместе с СанПиН 1.2.3685-21 «Санитарные правила и нормы...»);
6. Письмом Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);

7. Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 года № 629);

8. Федеральным законом от 31 июля 2020 г. N 304-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" по вопросам воспитания обучающихся".

**Направленность программы:** художественная.

**Уровень освоения:** базовый.

Данная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа реализуется с 2017 года и направлена на развитие технических и творческих способностей обучающихся через занятия хореографией.

**Актуальность программы.** Свыше 90% современных обучающихся и подростков имеют различные патологические отклонения в физическом развитии. Разнообразные движения и действия, выполняемые под музыку в танцевальном ритме, соблюдая рисунок в разных направлениях танца, оказывают на детей оздоровительное воздействие. Занятия формируют у обучающихся такие качества, как ответственность, целеустремлённость, трудолюбие. Тем самым обучение детей по данной программе способствует гармоничному развитию личности в физическом и духовно-нравственном направлении.

**Педагогическая целесообразность программы** состоит в том, что занятия хореографией оказывают сильнейшее и непосредственное воздействие на эмоционально – волевую сферу обучающихся, развивая важные качества личности: волю, настойчивость, умение контролировать свои эмоции. Кроме того, занятия танцами развивают креативность, формируют творческую личность, способную к самостоятельному и неординарному мышлению, самовыражению.

**Отличительной особенностью программы** является то, что она основывается на постепенном развитии природных способностей детей, строгой последовательности в овладении лексикой танцевального искусства,

техническими приемами, систематичностью и регулярностью занятий, целенаправленностью учебного процесса.

### **Краткая история объединения:**

В 2001 году на базе МБОУ «Средняя школа № 56» был основан ансамбль танца «Сюрприз». В 2006 году ансамбль «Сюрприз» отметил 5-летний юбилей. В 2011 году хореографический коллектив продемонстрировал свои достижения на 10-летнем юбилее. В 2016 году ансамблю танца «Сюрприз» исполнилось 15 лет. В 2017 году ансамбль танца «Сюрприз» был переименован в ансамбль танца «Без границ». В мае 2022 года коллективу было присвоено звание «Образцовый ансамбль танца».

Образцовый хореографический ансамбль танца «Без границ» обладатель специальных призов за творческий и оригинальный подход к танцевальному искусству, за артистизм и за высокое исполнительское мастерство. Участники коллектива неоднократно становились лауреатами на международных, всероссийских, межрегиональных, областных, городских конкурсах и фестивалях. Ансамбль принимает участие в мероприятиях, организованных школой МБОУ «Средняя школа № 56», МБУ ДО ДДТ № 3 и другими организациями. Его выступления являются украшением праздников: «День учителя», «День пожилого человека», «День семьи», «День города», «Неделя добра», «Масленица». Обучающиеся принимают участие в благотворительных акциях и выступают на праздниках в школе в течение всего учебного года: 1 сентября, 23 февраля, 8 марта, день начальной школы, выпускные экзамены, неделя иностранного языка, 9 мая, последний звонок.

### **Краткая характеристика программы:**

#### **Адресат программы:**

Данная программа рассчитана на детей в возрасте 7-17 лет.

Этот возрастной период характеризуется бурным ростом ребенка и физиологической перестройкой всего организма. Для подростка это самый трудный, переломный возраст во всех отношениях. У него возникает чувство тревоги, повышенная возбудимость, резкая смена настроения, быстрая

утомляемость, обидчивость. Он болезненно воспринимает критику. Педагогу нужно быть осторожным и деликатным в своих высказываниях, не подчеркивать значение результата и не сомневаться в возможностях ребенка. Еще большее значение приобретает индивидуальный подход.

Дети данного возраста стремятся быть самостоятельными, начинают осознавать себя как личность. Теперь они не будут безоговорочно слушаться, и слепо доверяться педагогу. Подростков все больше привлекают личностные качества педагога, ум, характер, профессионализм. Педагогу важно завоевать уважение детей, стать авторитетом.

Этот возраст отличается активностью, восприимчивостью, стремлением к действию, выполнению задания. Если у ребёнка уже есть опыт занятий танцами, то ему легче дается разучивание движений, а если ребенок только начинает заниматься, то настойчивость, работоспособность помогают ему быстро нагнать сверстников. Дети занимаются с увлечением и настойчивостью, занятия проводятся более углубленно. С этого возраста можно уже требовать от детей точности исполнения. Большое внимание уделяется технике исполнения.

В содержание занятий входят те же разделы, что и раньше, но в более полном виде. Изменяется степень сложности учебного материала, дозировка физических нагрузок. Расширяется объём работы над тренировочными движениями, которые изучаются у станка, на середине, в партере. Более разнообразными становятся движения рук, а также комбинированные движения, предполагающие координацию ног, рук, головы, корпуса.

Для подростков становятся чуждыми конкретные приземленные образы, характеры, сюжеты. Это учитывается при формировании репертуара. Обучающиеся могут уже внести свои предложения по репертуару, а также участвовать в постановочной работе.

**По направлению – хореография.**

**По форме реализации** – групповая. Состав групп – постоянный. Набор в группу – свободный, по желанию. Также необходима справка от врача о том, что у ребенка нет противопоказаний заниматься танцами.

**По возрасту** – от 7 до 17 лет.

**По сроку реализации** – 4 года

**База** – МБОУ «СШ № 56».

**Количество часов занятий по программе:**

- второй год обучения: 6 часов в неделю (3 раза по 2 часа), количество часов в год – 270.
- третий год обучения: 6 часов в неделю (3 раза по 2 часа), количество часов в год – 270.
- четвертый год обучения: 6 часов в неделю (3 раза по 2 часа), количество часов в год – 270.
- пятый год обучения: 6 часов в неделю (3 раза по 2 часа), количество часов в год – 270.

**Продолжительность одного часа** – 45 минут.

**Форма обучения** – очная.

## **1.2 Цель и задачи программы**

**Цель программы базового уровня:** формирование значимых качеств личности обучающегося посредством совершенствования двигательной культуры, роста хореографического мастерства.

**Задачи:**

***Предметные:***

- дать базовые знания по профилю в области хореографии;
- формировать необходимые исполнительские знания, умения и навыки;
- прививать интерес к искусству танца, танцевальной культуре.

***Метапредметные:***

- развить технические способности в хореографической деятельности, навыки самоорганизации, планирования и контроля;

- развить художественно-эстетический вкус, выразительность и музыкальность исполнения;
- развить творческие способности, сформировать устойчивую мотивацию.

**Личностные:**

- воспитывать настойчивость, целеустремлённость, работоспособность, самообладание;
- воспитать чувство коллективизма, умение выстраивать конструктивные взаимоотношения с окружающими;
- воспитывать важные личностные качества (ответственность, отзывчивость, доброту, чуткость и взаимопонимание);
- формировать мотивацию на ведение здорового образа жизни.

### 1.3. Содержание программы

#### 1.3.1. Учебно-тематический план

Учебно-тематический план **второго года** обучения (базовый уровень) программы:

№ п/п	Название раздела, тем	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1.</b>	<b>Раздел 1. «Введение в программу»</b>				
1.1	Вводное занятие. Инструктажи	2	2	-	Собеседование
	<b>Итого часов раздела</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	
<b>2</b>	<b>Раздел 2: «История развития ансамбля»</b>				
2.3	История развития ансамбля	2	2	-	Собеседование
2.4	История развития танца	3	1	2	Презентация
	<b>Итого часов раздела</b>	<b>5</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	
<b>3.</b>	<b>Раздел 3. «Музыкально-ритмическая подготовка»</b>				
3.1	Общий характер музыки	17	5	12	Собеседование
3.2	Музыка в движении	26	7	19	Собеседование
	<b>Итого часов раздела</b>	<b>43</b>	<b>12</b>	<b>31</b>	
<b>4.</b>	<b>Раздел 4. «Азбука танцевального движения»</b>				
4.1	Основные виды танцевальных шагов	6	2	4	Тестирование
4.2	Основные виды танцевальных движений	6	2	4	Тестирование
4.3	Позиции рук	15	7	8	Зачёт



4.4	Положения ног	15	7	8	Зачёт
4.5	Вращательные движения	8	3	5	Зачёт
	<b>Итого часов раздела</b>	<b>50</b>	<b>21</b>	<b>29</b>	
<b>5.</b>	<b>Раздел 5. «Общая физическая подготовка»</b>				
5.1	Упражнения на развитие мышц рук	9	3	6	Зачёт
5.2	Упражнения на развитие мышц ног	9	3	6	Зачёт
5.3	Упражнения для развития мышц спины	9	3	6	Зачёт
5.4	Упражнения для развития мышц живота	8	2	6	Зачёт
	<b>Итого часов раздела</b>	<b>35</b>	<b>11</b>	<b>24</b>	
<b>6.</b>	<b>Раздел 6. «Азбука музыкально-игрового движения»</b>				
6.1	Словесно-двигательные игры	5	2	3	Взаимооценка
6.2	Музыкально-танцевальные игры	6	2	4	Взаимооценка
6.3	Координационно-подвижные игры	8	2	6	Собеседование
	<b>Итого часов раздела</b>	<b>19</b>	<b>6</b>	<b>13</b>	
<b>7.</b>	<b>Раздел 7. «Постановочные работы»</b>				
7.1	Постановка танцевальных комбинаций	39	13	26	Оценка комбинаций
7.2	Генеральная репетиция	38	13	25	Открытое занятие
7.3	Выступление	18	-	18	Концерт
7.4	Работа над ошибками	21	9	12	Самооценка деятельности
	<b>Итого часов раздела</b>	<b>116</b>	<b>35</b>	<b>81</b>	
	<b>ИТОГО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>	<b>270</b>	<b>90</b>	<b>180</b>	

Учебно-тематический план третьего года обучения (базовый уровень) программы:

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1.</b>	<b>Раздел 1. «Введение в программу»</b>				
1.1	Вводное занятие. Инструктажи	2	2	-	Собеседование
	<b>Итого часов раздела</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	
<b>2.</b>	<b>Раздел 2. «Музыкально-ритмическая подготовка»</b>				
2.1	Общий характер музыки	17	5	12	Собеседование
2.2	Музыка в движении	25	7	18	Собеседование
	<b>Итого часов раздела</b>	<b>42</b>	<b>12</b>	<b>30</b>	
<b>3.</b>	<b>Раздел 3. «Азбука танцевального движения»</b>				
3.1	Основные виды танцевальных шагов	8	3	5	Тестирование

3.2	Основные виды танцевальных движений	9	3	6	Тестирование
3.3	Положения рук, ног	15	5	10	Зачёт
3.4	Совершенствование прыжка	10	3	7	Зачёт
3.5	Вращательные движения	8	3	5	Зачёт
	<b>Итого часов раздела</b>	<b>50</b>	<b>17</b>	<b>33</b>	
<b>4.</b>	<b>Раздел 4. «Общая физическая подготовка»</b>				
4.1	Упражнения на развитие мышц рук	9	3	6	Зачет
4.2	Упражнения на развитие мышц ног	9	3	6	Зачет
4.3	Упражнения для развития мышц спины	9	3	6	Зачет
4.4	Упражнения для развития мышц живота	8	2	6	Зачет
	<b>Итого часов раздела</b>	<b>35</b>	<b>11</b>	<b>24</b>	
<b>5.</b>	<b>Раздел 5. «Совместная азбука»</b>				
5.1	Танец в паре	7	3	4	Взаимооценка
5.2	Танец в группе	7	3	4	Взаимооценка
5.3	Координационно-подвижные игры	7	2	5	Собеседование
	<b>Итого часов раздела</b>	<b>21</b>	<b>8</b>	<b>13</b>	
<b>6.</b>	<b>Раздел 6. «Постановочные работы»</b>				
6.1	Танцевальная комбинация	41	11	30	Оценка комбинаций
6.2	Генеральная репетиция	26	6	20	Открытое занятие
6.3	Выступление	23	-	23	Концерт
6.4	Работа над ошибками	21	6	15	Самооценка деятельности
6.5	Актерское мастерство	9	3	6	Зачёт
	<b>Итого часов раздела</b>	<b>120</b>	<b>26</b>	<b>94</b>	
	<b>ИТОГО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>	<b>270</b>	<b>76</b>	<b>194</b>	

Учебно-тематический план четвертого года обучения (базовый уровень) программы:

№ п/п	Название раздела, тем	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1.</b>	<b>Раздел 1 «Введение в программу»</b>				
1.1	Вводное занятие. Инструктажи	2	2	-	Собеседование
	<b>Итого часов раздела</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	
<b>2.</b>	<b>Раздел 2 Музыкально-ритмическая подготовка</b>				
2.1	Общий характер музыки	13	4	10	Собеседование
2.2	Музыка в движении	19	6	13	Собеседование

	<b>Итого часов раздела</b>	<b>32</b>	<b>10</b>	<b>23</b>	
<b>3.</b>	<b>Раздел 3 «Азбука танцевального движения»</b>				
3.1	Основные виды танцевальных шагов	8	3	5	Тестирование
3.2	Основные виды танцевальных движений	5	2	5	Тестирование
3.3	Положения рук, ног	8	3	5	Зачет
3.4	Совершенствование прыжка	10	3	7	Зачет
3.5	Вращательные движения	5	2	5	Зачет
	<b>Итого часов раздела</b>	<b>36</b>	<b>13</b>	<b>27</b>	
<b>4.</b>	<b>Раздел 4. «Азбука народного танца»</b>				
4.1	Азбука положение рук, ног	9	6	4	
4.2	Азбука русского танца	9	3	6	Зачет
	<b>Итого часов раздела</b>	<b>18</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	Зачет
<b>5.</b>	<b>Раздел 5. «Азбука современного-танца»</b>				
5.1	Азбука положение рук, ног	9	3	6	Зачет
5.2	Раздел “Изоляция”	6	3	4	Зачет
5.3	Раздел «Упражнения для позвоночника»	6	3	4	Зачет
5.4	Раздел “Координация”	6	3	4	Зачет
5.5	Раздел “Уровни”	6	3	5	Зачет
5.6	Раздел «Кросс. Перемещение»	6	3	4	Зачет
	<b>Итого часов раздела</b>	<b>39</b>	<b>18</b>	<b>27</b>	
<b>6.</b>	<b>Раздел 6. «Совместная азбука»</b>				
6.1	Танец в паре	6	3	5	Взаимооценка
6.2	Танец в группе	6	3	5	Взаимооценка
6.3	Координационно-подвижные игры	6	2	4	Собеседование
	<b>Итого часов раздела</b>	<b>18</b>	<b>8</b>	<b>14</b>	
<b>7.</b>	<b>Раздел 7. «Постановочные работы»</b>				
7.1	Танцевальная комбинация	38	8	27	Оценка комбинаций
7.2	Генеральная репетиция	27	6	21	Открытое занятие
7.3	Выступление	22	-	22	Концерт
7.4	Работа над ошибками	15	4	11	Самооценка деятельности
7.5	Актерское мастерство	10	2	8	Зачёт
	<b>Итого часов раздела</b>	<b>109</b>	<b>20</b>	<b>89</b>	
	<b>ИТОГО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>	<b>270</b>	<b>80</b>	<b>190</b>	

Учебно-тематический план пятого года обучения (базовый уровень) программы:

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1.</b>	<b>Раздел 1. «Введение в программу»</b>				
1.1	Вводное занятие. Инструктажи	2	2	-	Собеседование

	<b>Итого часов раздела</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	
<b>2.</b>	<b>Раздел 2. «Музыкально-ритмическая подготовка»</b>				
2.1	Общий характер музыки	14	4	10	Собеседование
2.2	Музыка в движении	19	6	13	Собеседование
	<b>Итого часов раздела</b>	<b>33</b>	<b>10</b>	<b>23</b>	
<b>3.</b>	<b>Раздел 3. «Азбука танцевального движения»</b>				
3.1	Азбука танцевального движения	17	7	10	Зачет
3.2	Азбука прыжка	13	3	10	Зачет
3.3	Азбука вращения	9	1	8	Зачет
	<b>Итого часов раздела</b>	<b>39</b>	<b>11</b>	<b>28</b>	
<b>4.</b>	<b>Раздел 4. «Азбука народного танца»</b>				
4.1	Азбука народного танца	13	3	10	Зачет
4.2	Азбука украинского танца	13	3	10	Зачет
	<b>Итого часов раздела</b>	<b>26</b>	<b>6</b>	<b>20</b>	
<b>5.</b>	<b>Раздел 5. «Азбука современного танца»</b>				
5.1	Азбука современного танца	15	5	10	Зачет
5.2	Раздел “Изоляция”	6	3	3	Зачет
5.3	Раздел «Упражнения для позвоночника»	6	3	3	Зачет
5.4	Раздел “Координация”	7	2	5	Зачет
5.5	Раздел “Уровни”	7	2	5	Зачет
5.6	Раздел «Кросс. Перемещение в пространстве»	7	2	5	Зачет
	<b>Итого часов раздела</b>	<b>48</b>	<b>17</b>	<b>31</b>	
<b>6.</b>	<b>Раздел 6. «Совместная азбука»</b>				
6.1	Танец в паре	7	2	5	Взаимооценка
6.2	Танец в группе	7	2	5	Взаимооценка
	<b>Итого часов раздела</b>	<b>14</b>	<b>4</b>	<b>10</b>	
<b>7.</b>	<b>Раздел 7. «Постановочные работы»</b>				
7.1	Танцевальная комбинация	35	11	24	Оценка комбинаций
7.2	Генеральная репетиция	28	6	22	Открытое занятие
7.3	Выступление	22	-	20	Концерт
7.4	Работа над ошибками	16	5	11	Самооценка деятельности
7.5	Актерское мастерство	7	2	5	Зачёт
	<b>Итого часов раздела</b>	<b>106</b>	<b>24</b>	<b>82</b>	
	<b>ИТОГО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>	<b>270</b>	<b>74</b>	<b>196</b>	

### 1.3.2. Содержание учебно-тематического плана

#### 2 года обучения (базовый уровень):

#### Раздел 1 «Введение программу»:

##### 1.1. Вводное занятие. Инструктажи:

*Теория:* инструктаж по технике безопасности, пожарной безопасности, антитеррористической безопасности, правила поведения на занятиях.

## **Раздел 2 «История развития ансамбля»:**

### **2.1. История развития ансамбля:**

*Теория:* знакомство: цели и задачи, форма занятий, внешний вид

*Практика:* беседа о возникновении и развитии танца.

### **2.2. История развития танца:**

*Теория:* знакомство с терминами хореографии.

## **Раздел 3 «Музыкально-ритмическая подготовка»:**

### **3.1. Общий характер музыки:**

*Теория:* характер (веселый - грустный), жанр (песня-марш-танец) музыки. Понятие ритма, темпа. Строение музыкальной речи, метроритм. Динамические оттенки (громко - тихо).

*Практика:* освоение характера и жанра музыки, ритма и темпа музыки через музыкальные игры и упражнения. Освоение элементов танцев в динамике.

### **3.2. Музыка в движении:**

*Теория:* ритм и важность ритма в танце.

*Практика:* танцевальные упражнения на развитие чувства ритма.

## **Раздел 4 «Азбука танцевального движения»:**

### **4.1 Основные виды танцевальных шагов:**

*Теория:* правило исполнения шагов, бега, прыжков.

*Практика:* освоение основных видов танцевальных движений с начало на середине, а затем по кругу, диагонали: различные виды шагов: бодрый шаг, тихий шаг, скользящий шаг, приставной шаг, быстрый шаг, высокий шаг; различные виды бега, подскоков и прыжков: лёгкий бег, стремительный бег, лёгкие прыжки, пружинные прыжки, прыжки с одной ноги на другую, с двух ног на одну и др.

### **4.2. Основные виды танцевальных движений:**

*Теория:* танцевальная хореография. Знакомство с танцевальными стилями. *Практика:* изучение движений на середине, а потом по кругу или

по диагонали: притопы, шаги с притопом, шаги с подскоками, шаги польки, шассе, танцевальные этюды.

### **4.3 Позиции рук:**

*Теория:* терминология, правильное исполнение позиции рук 1,2,3, положение и движение головы.

*Практика:* постановка корпуса лицом к палке: позиции ног I, II, III, выв. позиции.

1. Позиции рук: подготовительное положение, I, II, III (вначале изучаются на середине зала при неполной выворотности ног.

2. Demi – plies: I, II, III, V, IV позиции.

3. Battements tendus в сторону, вперёд, назад(сначала на 4 т 4/4, позже на 1 т. 4/4) :а) по I позиции; б) demi – plies по I позиции.; д) passe par terre по I позиции.

4. Понятие направлений en dehors en dedans .

5. Relevés на п/п по I, II позициям с вытянутых ног и с demi – plie.

### **ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА.**

1. Позиции рук: подготовительное положение, I, II, III.

2. Поклон по I позиции.

3. Demi – plies по I, II, III, V, IV позиция en face.

4. Battements tendus в сторону, вперёд, назад: а) по I позиции;

б) demi – plies по I позиции.

5. I port de bras.

Движение рук по позициям: упражнения для рук с различным характером музыки.

### **4.4 Положения ног:**

*Теория:* правильное исполнение позиции ног 1,2,3,6.

*Практика:* положения и движения ног (опорная нога, свободная нога, полупальцы).

-с различным характером музыки и с движением рук по позициям.

1. Demi rond de jambe par terre en dehors en dedans.

2. Rond de jambe par terre en dehors en dedans с остановкой по  $\frac{1}{4}$  круга.

3. Battements releves lents на 45 градусов в сторону, вперёд, назад как подготовка к battements tendus jetes.

4. Положение ноги sur le cou – de – pied основное и условное спереди и сзади.

#### ***4.5. Вращательные движения:***

*Теория:* правильное положение головы, корпуса, рук.

*Практика:* вращения на месте, с точкой впереди себя, по 6 позиции, в последствии изучения по прямой.

### **Раздел 5. «Общая физическая подготовка»:**

#### ***5.1. Упражнения на развитие мышц рук:***

*Теория:* беседа-объяснение техники выполнения упражнений.

*Практика:* комплекс силовых упражнений на развитие мышц рук.

#### ***5.2. Упражнения на развитие мышц ног:***

*Теория:* беседа-объяснение техники выполнения упражнений

*Практика:* комплекс силовых упражнений на развитие мышц ног, упражнения на растяжку мышц ног.

#### ***5.3. Упражнения на развитие мышц спины:***

*Теория:* беседа-объяснение техники выполнения упражнений.

*Практика:* -Силовые упражнения; упражнения на выносливость. Упражнения на развитие гибкости спины.

#### ***5.4. Упражнения для мышц живота:***

*Теория:* беседа-объяснение техники выполнения упражнений.

*Практика:* комплекс упражнений на развитие мышц живота (мышцы верхнего, нижнего пресса, косых мышц и т.д.).

### **Раздел 6 «Азбука музыкально – игрового движения»:**

#### ***6.1. Словесно-двигательные игры:***

*Теория:* беседа-объяснение техники выполнения словесно-двигательных игр.

*Практика:* исполнение хлопков и притопов в такт музыки (с изменением темпа и ритма).

### **6.2. Музыкально-танцевальные игры:**

*Теория:* объяснение техники выполнения музыкально-танцевальной игры.

*Практика:* выполнение комбинаций на различные образы.

### **6.3. Координационно-подвижные игры:**

*Теория:* беседа-объяснение техники выполнения игры.

*Практика:* выстраивание простых рисунков танца в игровой манере.

## **Раздел 7 «Постановочные работы»:**

### **7.1. Танцевальная комбинация:**

*Теория:* объяснение правильного выполнения: перехода, рисунка танца, движения, понятия синхронность, координацией движений.

*Практика:* разработка танцевальных комбинаций, разучивание и отработка танцевальных композиций.

### **7.2. Генеральная репетиция:**

*Теория:* объяснение правильного поведения на сцене.

*Практика:* отработка сложных танцевальных элементов, выработка синхронности, легкость в движениях, выход на сцену и уход. Проверка танцевальных номеров в костюмах.

### **7.3. Выступление:**

*Практика:* открытые уроки. Праздничные или тематические концерты.

- открытый урок для родителей и гостей.
- отчетный концерт.
- праздничный концерт «8 марта», «День учителя», «День победы» и т.д.

### **7.4. Работа над ошибками:**

*Теория:* обсуждение выступления или концерта ( поведение: во время выступления, после выступления; эмоциональный настрой; синхронность в движениях, переходах; внешний вид костюма и аксессуаров).



*Практика:* просмотр фото и видео - записей своего выступления и других коллективов.

## **Содержание учебно-тематического плана 3 года обучения (базовый уровень):**

### **Раздел 1 «Введение программу»:**

#### ***1.1. Вводное занятие. Инструктажи:***

*Теория:* инструктаж по технике безопасности, пожарной безопасности, антитеррористической безопасности, правила поведения на занятиях.

### **Раздел 2. Музыкально-ритмическая подготовка:**

#### ***2.1. Общий характер музыки:***

*Теория:* объяснение структуры музыкального произведения.

*Практика:* освоение характера и жанра музыки, ритма и темпа музыки через музыкальные игры и упражнения. Освоение элементов танцев в динамике.

#### ***2.2. Музыка в движении:***

*Теория:* ритм и важность ритма в танце.

*Практика:* танцевальные упражнения на развитие чувства ритма.

### **Раздел 3 «Азбука танцевального движения»:**

#### ***3.1 Основные виды танцевальных шагов:***

*Теория:* правило исполнение шагов, бега, прыжков.

*Практика:* освоение основных видов танцевальных движений с начало на середине, а затем по кругу, диагонали: различные виды шагов: бодрый шаг, тихий шаг, скользящий шаг, приставной шаг, быстрый шаг, высокий шаг; различные виды бега, подскоков и прыжков: лёгкий бег, стремительный бег, лёгкие прыжки, пружинные прыжки, прыжки с одной ноги на другую, с двух ног на одну и др.

#### ***3.2. Основные виды танцевальных движений:***

*Теория:* танцевальная хореография. Знакомство с танцевальными стилями.

*Практика:* изучение движений на середине, а потом по кругу или по диагонали: притопы, шаги с притопом, шаги с подскоками, шаги польки, шассе, танцевальные этюды.

### ***3.3 Положения рук и ног:***

*Теория:* терминология, правильное исполнение позиции рук 1,2,3, положение и движение головы.

*Практика:* движение рук по позициям: упражнения для рук с различным характером музыки.

1. Grand plies по I, II, III и V позициям.

2. Battements tendus на 1 т. 2/4:

3. Battements tendus jetes в сторону, вперёд, назад: а) по I и V позициям;

4. Rond de jambe par terre en dehors en dedans:

а) par le pied во II позиции;

5. Положение ноги sur le cou – de – pied основное и условное спереди и сзади.

6. Releves на п/п по I, II позициям с вытянутых ног и с demi – plie.

### ***3.4 Совершенствование прыжка:***

*Теория:* терминология, правильное исполнение позиции ног 1,2,3,6.

*Практика:* положения и движения ног (опорная нога, свободная нога, полупальцы). -с различным характером музыки и с движением рук по позициям.

1. Трамплинные прыжки по VI, I, II позициям.

2. Temps saute по I, II на середине, V позиции лицом к палке.

3. Changement de pied по V позиции лицом к палке.

### ***3.5. Вращательные движения:***

*Теория:* правильное положение головы, корпуса, рук.

*Практика:* вращения на месте, с точкой впереди себя, по 6 позиции, в последствии изучения по прямой.

## **Раздел 4 «Общая физическая подготовка»:**

### ***4.1. Упражнения на развитие мышц рук:***

*Теория:* беседа-объяснение техники выполнения упражнений.

*Практика:* комплекс силовых упражнений на развитие мышц рук.

#### **4.2. Упражнения на развитие мышц ног:**

*Теория:* беседа-объяснение техники выполнения упражнений.

*Практика:* комплекс силовых упражнений на развитие мышц ног, упражнения на растяжку мышц ног.

#### **4.3. Упражнения на развитие мышц спины:**

*Теория:* беседа-объяснение техники выполнения упражнений.

*Практика:* силовые упражнения; упражнения на выносливость.

-упражнения на развитие гибкости спины.

#### **4.4. Упражнения для мышц живота:**

*Теория:* беседа-объяснение техники выполнения упражнений.

*Практика:* комплекс упражнений на развитие мышц живота (мышцы верхнего, нижнего пресса, косых мышц и т.д.).

### **Раздел 5 «Совместная азбука»**

#### **5.1. Танец в паре:**

*Теория:* беседа-объяснение техники выполнения движения, страховка

*Практика:* исполнение движения. Разучивание силовых упражнений.

#### **5.2. Танец в группе:**

*Теория:* объяснение техники выполнения движения, страховка.

*Практика:* исполнение движения. Разучивание силовых упражнений.

#### **5.3. Координационно-подвижные игры:**

*Теория:* беседа-объяснение техники выполнения игры.

*Практика:* выстраивание простых рисунков танца в игровой манере.

### **Раздел 6 «Постановочные работы»:**

#### **6.1. Детская танцевальная комбинация:**

*Теория:* объяснение правильного выполнения: перехода, рисунка танца, движения, понятия синхронность, координацией движений.

*Практика:* разработка танцевальных комбинаций, разучивание и отработка танцевальных композиций.

### **6.2. Генеральная репетиция:**

*Теория:* объяснение правильного поведения на сцене.

*Практика:* отработка сложных танцевальных элементов, выработка синхронности, легкость в движениях, выход на сцену и уход. Проверка танцевальных номеров в костюмах.

### **6.3. Выступление:**

*Практика:* открытые уроки. Праздничные или тематические концерты.

- открытый урок для родителей и гостей.
- отчетный концерт.
- праздничный концерт «8 марта», «День учителя», «День победы» и т.д.

### **6.4. Работа над ошибками:**

*Теория:* обсуждение выступления или концерта. (поведение: во время выступления, после выступления; эмоциональный настрой; синхронность в движениях, переходах; внешний вид костюма и аксессуаров).

*Практика:* просмотр фото и видео - записей своего выступления и других коллективов.

### **6.5. Актерское мастерство:**

*Теория:* объяснение правильного исполнения, выражения движения.

*Практика:* исполнение движений в образе.

## **Содержание учебно-тематического плана 4 года обучения**

### **(базовый уровень):**

#### **Раздел 1 «Введение программу»:**

##### **1.1. Вводное занятие. Инструктажи:**

*Теория:* инструктаж по технике безопасности, пожарной безопасности, антитеррористической безопасности, правила поведения на занятиях

#### **Раздел 2 «Музыкально-ритмическая подготовка»:**

##### **2.1. Общий характер музыки:**

*Теория:* характер (веселый - грустный), жанр (песня-марш-танец) музыки. Понятие ритма, темпа. Строение музыкальной речи, метроритм. Динамические оттенки (громко - тихо).

*Практика:* освоение характера и жанра музыки, ритма и темпа музыки через музыкальные игры и упражнения. Освоение элементов танцев в динамике.

## **2.2. Музыка в движении:**

*Теория:* ритм и важность ритма в танце.

*Практика:* танцевальные упражнения на развитие чувства ритма.

## **Раздел 3 «Азбука танцевального движения»:**

### **3.1 Основные виды танцевальных шагов:**

*Теория:* правило исполнения шагов, бега, прыжков.

*Практика:* освоение основных видов танцевальных движений с начало на середине, а затем по кругу, диагонали: различные виды шагов: бодрый шаг, тихий шаг, скользящий шаг, приставной шаг, быстрый шаг, высокий шаг; различные виды бега, подскоков и прыжков: лёгкий бег, стремительный бег, лёгкие прыжки, пружинные прыжки, прыжки с одной ноги на другую, с двух ног на одну и др.

### **3.2. Основные виды танцевальных движений:**

*Теория:* танцевальная хореография. Знакомство с танцевальными стилями.

*Практика:* изучение движений на середине, а потом по кругу или по диагонали: притопы, шаги с притопом, шаги с подскоками, шаги польки, шассе, танцевальные этюды.

### **3.3 Положения рук и ног:**

*Теория:* терминология, правильное исполнение позиции рук 1,2,3, положение и движение головы. правильное исполнение позиции ног 1,2,3,5

*Практика:*

1. Поклон с переходом по IV позиции.

2. Grand plies по IV позиции en face, позднее epaulement.

3. Battements tendus:

а) demi – plie по II и IV позициям без перехода и с переходом на опорную ногу;

б) battements soutenus.

4. Battements tendus jetes в сторону, вперед, назад:

а) с I и V позиций;

б) с demi – plies в I и V позиций.

5. Rond de jambe par terre en dehors en dedans на 1 т. 4/4 слитно.

6. Demi rond de jambe par terre en dehors en dedans на plie.

### **3.4. Совершенствование прыжка:**

*Теория:* терминология, правильное исполнение позиции рук 1,2,3, положение и движение головы. Правильное исполнение позиции ног 1,2,3,5

*Практика:* Pas echange по II позиции на середине лицом к станку. Pas assemble лицом к станку.

### **3.5. Вращательные движения:**

*Теория:* правильное положение головы, корпуса, рук.

*Практика:* вращения на месте, с точкой впереди себя, по 6, 4 позиции, в последствии изучения по прямой, по кругу.

## **Раздел 4 «Азбука народного танца»:**

### **4.1 Азбука положения рук и ног:**

*Теория:* терминология, правильное исполнение позиции рук 1,2,3, положение и движение головы. правильное исполнение позиции ног 1,2,3,5

*Практика:* Demi и grand plie по I, II, III, V позициям: а) с акцентом вниз; б) с акцентом вверх.

2. Battements tendus: а) с переходом Р.Н. с носка на каблук; б) с подъемом пятки О.Н.; в) с plie момент перевода ноги на каблук.

3. Battements tendus jetes: а) основной вид; б) с demi-plie в момент броска;

4. Каблучные упражнения: а) основной вид; б) с разворотом бедра и удара подушечкой Р.Н.; в) бросок прямой ногой с сокращенной стопой.

5. Подготовка к flic – flas: а) основной вид; б) с переступанием.

### **4.2. Азбука русского танца:**

*Теория:* терминология, правильное исполнение позиции рук, положение и движение головы. Правильное исполнение позиции ног.

*Практика:*

1. Положение ног, рук, позы.
2. Поклоны.
3. Ходы: бытовой с притопом, переменный, девичий плавный ход, дробный ход, шаркающий шаг.
4. Припадание.
5. Ковырялочки.
6. Моталочки.
7. Дробные ходы.
8. Вращения.
9. Присядки: на каблук по II позиции, «мяч», «ползунок».
10. Хлопушки.

## **Раздел 5 «Азбука современного танца»:**

### **5.1. Азбука положения рук и ног:**

*Теория;* терминология, правильное исполнение позиции рук, положение и движение головы. правильное исполнение позиции ног 1,2,3,5.

*Практика:*

1. Положение ног, рук, позы.
2. Поклоны.

### **5.2. «Изоляция»:**

*Теория:* терминология, правильное исполнение позиции рук, положение и движение головы. правильное исполнение позиции ног.

*Практика:* 1. Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, sundari. Движения исполняются вперёд-назад и из стороны в сторону, диагонально, крестом и квадратом.

2. Плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмёрка», твист, шейк.

3. Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперёд-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты. Начинать кресты и квадраты с разных точек.

### **5.3. «Упражнения для позвоночника»:**

*Теория:* терминология, правильное исполнение позиции рук, положение и движение головы. правильное исполнение позиции ног.

*Практика* 1. Flat back вперёд, назад и в сторону, полукруги и круги торсом. Deep body bend. Twist и спираль.

### **5.4. «Координация»:**

*Теория:* терминология, правильное исполнение позиции рук, положение и движение головы. правильное исполнение позиции ног.

*Практика:*

1. Свинговое раскачивание двух центров.
2. Параллель и оппозиция двух центров.

### **5.5. «Уровни»:**

*Теория:* терминология, правильное исполнение позиции рук, положение и движение головы. правильное исполнение позиции ног.

*Практика:*

1. Основные уровни: “стоя, “сидя, “лёжа”.
2. Упражнения стрэч-характера в различных положениях.
3. Переходы из уровня в уровень, смена положения на 8 счёта.

### **5.6. «Кросс. Перемещение в пространстве»:**

*Теория:* терминология, правильное исполнение позиции рук, положение и движение головы. правильное исполнение позиции ног.

*Практика:*

1. Шаги с трамплинным сгибанием колен при передвижении из стороны в сторону и вперёд-назад.
2. Шаги по квадрату.
3. Шаги с мультипликацией.
4. Основные шаги афро-танца.



### ***Тема 5.7. «Комбинация или импровизация»:***

*Теория:* терминология, правильное исполнение позиции рук, положение и движение головы. правильное исполнение позиции ног.

*Практика:* Комбинации на 64 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней и т.д. Танцевальные комбинации в стиле различных направлений современного эстрадного танца.

## **Раздел 6. Совместная азбука**

### ***6.1. Танец в паре:***

*Теория:* беседа-объяснение техники выполнения движения, страховка.

*Практика:* исполнение движения. Разучивание силовых упражнений.

### ***6.2. Танец в группе:***

*Теория:* объяснение техники выполнения движения, страховка.

*Практика:* исполнение движения. Разучивание силовых упражнений.

### ***6.3. Координационно-подвижные игры:***

*Теория:* беседа-объяснение техники выполнения игры.

*Практика:* выстраивание простых рисунков танца в игровой манере.

## **Раздел 7 «Постановочные работы»**

### ***7.1. Танцевальная комбинация:***

*Теория:* объяснение правильного выполнения: перехода, рисунка танца, движения, понятия синхронность, координацией движений.

*Практика:* разработка танцевальных комбинаций, разучивание и отработка танцевальных композиций.

### ***7.2. Генеральная репетиция:***

*Теория:* объяснение правильного поведения на сцене.

*Практика:* отработка сложных танцевальных элементов, выработка синхронности, легкость в движениях, выход на сцену и уход. Проверка танцевальных номеров в костюмах.

### ***7.3. Выступление:***

*Практика:* открытые уроки. Праздничные или тематические концерты.  
- открытый урок для родителей и гостей.

- отчетный концерт.
- праздничный концерт «8 марта», «День учителя», «День победы» и т.д.

#### **7.4. Работа над ошибками:**

*Теория:* обсуждение выступления или концерта. (поведение во время выступления, после выступления; эмоциональный настрой; синхронность в движениях, переходах; внешний вид костюма и аксессуаров).

*Практика:* просмотр фото и видео - записей своего выступления и других коллективов.

#### **7.5. Актерское мастерство:**

*Теория:* объяснение правильного исполнения, выражения движения.

*Практика:* исполнение движений в образе.

### **Содержание УТП 5 года обучения (базовый уровень):**

#### **Раздел 1 «Введение программу»:**

##### **1.1. Вводное занятие. Инструктажи:**

*Теория:* инструктаж по технике безопасности, пожарной безопасности, антитеррористической безопасности, правила поведения на занятиях

#### **Раздел 2 «Музыкально-ритмическая подготовка»**

##### **2.1. Общий характер музыки:**

*Теория:* понятие ритма, темпа. Строеение музыкальной речи, метроритм. Динамические оттенки.

*Практика:* освоение характера и жанра музыки, ритма и темпа музыки через музыкальные игры и упражнения. Освоение элементов танцев в динамике.

##### **2.2. Музыка в движении:**

*Теория:* ритм и важность ритма в танце.

*Практика:* танцевальные упражнения на развитие чувства ритма.

#### **Раздел 3 «Азбука танцевального движения»:**

##### **3.1 Положения рук и ног:**

*Теория:* терминология, правильное исполнение позиции рук 1,2,3, положение и движение головы. правильное исполнение позиции ног 1,2,3,5.

*Практика:*

1. Позы: ecartee вперёд и назад носком в пол.
2. III port de bras.
3. Battements fondus носком в пол, позже на 45 градусов.
4. Battements frappes и double frappes на 45 градусов.
5. Battement developpe в сторону.
6. Grand battements jetes в сторону, вперёд, назад с V позиции.
7. Releves на п/п по V позиции с вытянутых ног и с demi – plie.

**3.2. Совершенствование прыжка:**

*Теория:* терминология, правильное исполнение позиции рук 1,2,3, положение и движение головы. правильное исполнение позиции ног.

*Практика:* 1. Pas assemble в сторону на середине зала.

2. Petits changement de pieds en tournant на  $\frac{1}{4}$ ,  $\frac{1}{2}$ .
3. Sissonne simple en face.
4. Pas glissade в сторону.
5. Pas balance.
6. Pas de basque вперёд (сценическая форма).

**3.3. Вращательные движения:**

*Теория:* правильное положение головы, корпуса, рук.

*Практика:* вращения на месте, с точкой впереди себя по 4, 5 позиции, в последствии изучения по прямой, по кругу.

**Раздел 4 «Азбука народного танца»****4.1 Азбука положения рук и ног:**

*Теория:* терминология, правильное исполнение позиции рук 1,2,3, положение и движение головы. правильное исполнение позиции ног 1,2,3,5.

*Практика:* 1. Подготовка к flic – flac:

- а) основной вид;
- б) с ударом подушечкой Р.Н. в III позицию;
- в) с переступанием.

2. Характерный *ronde de iambe* и *ronde de pied*: а) до стороны; б) полный *ronde*; в) с *plie*.

3. Выстукивания:

а) поочередные удары всей стопой; б) двойные удары; в) двойные с подскоком; г) с переносом Р.Н. из положения III поз. спереди в положение III поз. сзади и с разворотом в невыворотное положение; д) «русский ключ» – простой.

#### **4.2. Азбука украинского танца:**

*Теория:* терминология, правильное исполнение позиции рук, положение и движение головы. правильное исполнение позиции ног 1,2,3,5.

*Практика:*

Положения ног, рук, корпуса. Позы.

2. “Бегунец”.

3. “Голубцы”.

4. “Выхиястник”.

5. “Верёвочка”.

6. “Тынок”.

### **Раздел 5 «Азбука современного танца»:**

#### **5.1. Азбука положения рук и ног:**

*Теория:* терминология, правильное исполнение позиции рук, положение и движение головы. правильное исполнение позиции ног 1,2,3,5.

*Практика:*

1. Положение ног, рук, позы.

2. Поклоны.

#### **5.2. «Изоляция»:**

*Теория:* терминология, правильное исполнение позиции рук, положение и движение головы. правильное исполнение позиции ног.

*Практика:*

1. Пелвис: крест, квадрат, круги, полукруги, «восьмёрка» *shimmi*, *Ielly roll*.

2. Движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции и их варианты.

3. Ноги: движения изолированных ареалов (стопа, голеностоп). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение. Исполнение всех движений как по параллельным, так и по выворотным позициям. Ротация бедра, исполнение движений выворотной и не выворотной ногой.

### **5.3. Раздел «Упражнения для позвоночника»:**

*Теория:* терминология, правильное исполнение позиции рук, положение и движение головы. правильное исполнение позиции ног.

*Практика:*

1. Contraction, release, high release. Положение arch, low back, curve и body roll (“волна” передняя, задняя, боковая).

### **5.4. «Координация»:**

*Теория;* терминология, правильное исполнение позиции рук, положение и движение головы. правильное исполнение позиции ног

*Практика:*

1. Принцип управления “импульсивные цепочки”.
2. Координация движений рук и ног, без передвижения.

### **5.6. «Уровни»:**

*Теория;* терминология, правильное исполнение позиции рук, положение и движение головы. правильное исполнение позиции ног.

*Практика:*

1. Переходы из уровня в уровень, смена положения на 4, 2 счёта.
2. Упражнения на contraction и release в положении «сидя».
3. Движения изолированных центров.

### **5.6. «Кросс. Перемещение в пространстве»:**

*Теория;* терминология, правильное исполнение позиции рук, положение и движение головы. правильное исполнение позиции ног.

*Практика:*

1. Основные шаги афро-танца.
2. Трёхшаговые повороты и полуповороты на двух ногах.
3. Триплеты с продвижением вперёд, назад и по кругу.
4. Прыжки: hop, jump, leap.

### **5.6. Раздел «Комбинация или импровизация»:**

*Теория:* терминология, правильное исполнение позиции рук, положение и движение головы. правильное исполнение позиции ног.

*Практика:* комбинации на 32 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней и т.д. Танцевальные комбинации в стиле различных направлений современного эстрадного танца.

### **Раздел 6 «Совместная азбука»**

#### **6.1. Танец в паре:**

*Теория:* беседа-объяснение техники выполнения движения, страховка.

*Практика:* Исполнение движения. Разучивание силовых упражнений.

#### **6.2. Танец в группе:**

*Теория:* объяснение техники выполнения движения, страховка.

*Практика:* исполнение движения. Разучивание силовых упражнений.

### **Раздел 7 «Постановочные работы»:**

#### **7.1. Танцевальная комбинация:**

*Теория:* объяснение правильного выполнения: перехода, рисунка танца, движения, понятия синхронность, координацией движений.

*Практика:* разработка танцевальных комбинаций, разучивание и отработка танцевальных композиций.

#### **7.2. Генеральная репетиция:**

*Теория:* объяснение правильного поведения на сцене.

*Практика:* отработка сложных танцевальных элементов, выработка синхронности, легкость в движениях, выход на сцену и уход. Проверка танцевальных номеров в костюмах.

#### **7.3. Выступление:**

*Практика:* Открытые занятия. Праздничные или тематические концерты. Открытый урок для родителей и гостей. Отчетный концерт. Праздничный концерт «8 марта», «День учителя», «День победы» и т.д.

#### **7.4. Работа над ошибками:**

*Теория:* обсуждение выступления или концерта. (поведение во время выступления, после выступления; эмоциональный настрой; синхронность в движениях, переходах; внешний вид костюма и аксессуаров).

*Практика:* просмотр фото и видео - записей своего выступления и других коллективов.

#### **7.5. Актерское мастерство:**

*Теория:* объяснение правильного исполнения, выражения движения.

*Практика:* исполнение движений в образе.

### **1.4. Планируемые результаты**

#### **Результаты программы базового уровня освоения программы:**

##### ***Предметные:***

- владеют базовыми знаниями по профилю в области хореографии;
- сформированы необходимые исполнительские знания, умения и навыки;
- проявляют интерес к искусству танца, танцевальной культуре.

##### ***Метапредметные:***

- развиты технические способности в хореографической деятельности, навыки самоорганизации, планирования и контроля;
- развит художественно-эстетический вкус, выразительность и музыкальность исполнения;
- развиты творческие способности, сформирована устойчивая мотивация.

##### ***Личностные:***

- воспитана настойчивость, целеустремленность, работоспособность, самообладание;

- воспитано чувство коллективизма, умение выстраивать конструктивные взаимоотношения с окружающими;
- воспитаны важные личностные качества (ответственность, отзывчивость, доброта, чуткость и взаимопонимание);
- сформирована мотивация на ведение здорового образа жизни.

## **2. «Комплекс организационно-педагогических условий»**

### **2.1. Условия реализации программы**

Объединение работает на базе МБОУ «Средняя школа № 56».

Материально-технические условия:

- специально оборудованный класс (зеркало, станок);
- музыкальный центр, компьютер.

В классе для занятий соблюдены все санитарно-гигиенические нормы и требования.

Информационное обеспечение:

- стенды «Победы ансамбля», «Техника безопасности», «Наши фотографии»;
- аудио, CD-диски, видео (записи наших выступлений и других ансамблей), интернет источники (сайты по хореографии)

2 раза в год проводятся инструктажи: по технике безопасности, по противопожарной безопасности, по антитеррористическим мероприятиям, правилам поведения в объединении и на территории учреждения. В течение года осуществляется контроль за выполнением всех правил.

Необходимым условием реализации программы является посещение педагогом курсов повышения квалификации, а также самообразование: посещение занятий коллег по профилю, методических объединений, участие в работе мастер-классов.

Занятия проводит педагог дополнительного образования высшей квалификационной категории Соловьева Тамара Викторовна.

### **2.2. Формы аттестации обучающихся**



Для обучающихся объединения предусмотрена обязательная для проведения промежуточная и итоговая аттестация по «Методике определения результатов образовательной деятельности», которая включает в себя оценку уровня теоретической и практической подготовки, оценку уровня развития и воспитанности обучающихся.

Сроки проведения промежуточной аттестации – первое полугодие учебного года (декабрь), во втором полугодии учебного года (май) проводится итоговая аттестация.

Формы аттестации обучающихся: открытый урок, концерт, зачёт, тестирование, собеседование, взаимооценка и самооценка деятельности, презентация, оценка комбинаций.

### **2.3. Оценочные материалы**

Разработан и применяется в качестве оценочного материала пакет диагностических методик, позволяющих определить достижения обучающихся в соответствии с планируемыми результатами программы: предметными, метапредметными и личностными.

Предметные результаты деятельности:

- Методика «Взаимосвязь самосознания, функции субъекта жизнедеятельности и системы «Я – мир» (оценка результатов обучения, взаимодействия в коллективе, оценка формирования мировоззрения, мышления, морально-нравственного сознания, здорового и безопасного образа жизни, оценка самоконтроля, самооценки в учебной и познавательной деятельности, культуры общения со взрослыми и сверстниками).

Формы применения методики педагогом:

- тестирование.

Предметные результаты деятельности:

Педагогическая диагностика: уровень актуальных знаний и навыков, необходимых для реализации программы (входная диагностика и диагностика итоговая – перевод на следующий год обучения).

Метапредметные результаты деятельности:

1. Методики для обучающихся младшего школьного возраста:
  - Методика «Лесенка» автор В. Г. Щур;
  - Тест дивергентного мышления Вильямса.
2. Методика определения коммуникативной толерантности (В. Бойко);
3. Тест по определению развития волевых качеств.

Личностные результаты деятельности:

1. Методика для изучения социализированности личности обучающегося (автор Рожков);
2. Уровень воспитанности обучающихся (методика Н. П. Капустина).

#### **2.4. Методические материалы**

Программа общекультурного базового уровня имеет следующие этапы: ознакомительный, основной, итоговый.

На ознакомительном этапе предполагается освоение новых танцевальных, вращательных движений, изучение танцевальных элементов, исполнение более сложных, чем на первом году, танцевальных композиций, совершенствуются навыки актёрского мастерства.

На основном этапе происходит закрепление изученного и усложнение материала по партерной гимнастике, освоение новых видов танцев – современного, народного, усложняются танцевальные комбинации, техники взаимодействия в паре, в группе, совершенствуется актёрское мастерство.

Итоговый этап не означает окончание танцевальной деятельности, но подразумевает определённую степень мастерства, способность обучающегося импровизировать в танце, найти свой образ и качественно исполнять движения.

Формы занятий:

В зависимости от педагогических задач можно выделить следующие формы занятий по хореографии:

*Обучающее занятие.* Основная задача данного вида занятия – освоение отдельных элементов и соединений. Одновременно с этим решаются задачи

физического развития, воспитания музыкальности, выразительности. Обучающее занятие присуще в основном подготовительному периоду тренировки. Характерными особенностями его является использование раздельного метода проведения упражнений с многократным повторением их и расчленением соединений на отдельные компоненты, выполнение ряда подготовительных упражнений, подводящих к «генеральному» движению. В многолетней подготовке данный вид урока находит наибольшее применение на этапах начальной, специальной и углубленно-специальной подготовки при освоении новых композиций.

*Тренировочное занятие.* Главная задача этого вида занятия – подготовка организма к предстоящей работе, а также сохранение достигнутого уровня танцевального мастерства. Такое занятие можно применять как отдельный вид тренировочного занятия. В последнем случае подбор и дозировка упражнений направлены на решение задач специально-двигательной подготовки, совершенствования выразительности, музыкальности, пластики движений. По сравнению с обучающим занятием тренировочное является более узко –направленным, насыщается элементами обязательной программы (танца).

*Контрольное занятие.* Задача этого вида занятия – подведение итогов освоения очередного раздела хореографической подготовки. Например, его можно провести после освоения элементов классического танца или другого раздела программы. После занятия проводится обсуждение о правильности исполнения, осуществляется работа над ошибками и недостатками.

*Занятие – закрепление.* В период непосредственной подготовки к конкурсам выполняется стабильный комплекс упражнений, цель которого – разогреть организм и снять излишней психологической напряженности (возбуждения или, наоборот, заторможенности). Этому способствуют привычные упражнения, которые по мере усвоения могут выполняться самостоятельно.

*Показательное занятие.* Как правило, показательные занятия проходят после контрольных, когда учтены все ошибки и недостатки в движениях и комбинациях.

Формы организации деятельности могут быть групповыми и индивидуальными.

Структура занятия по хореографии является классической: подготовительная, основная, заключительная части.

В подготовительной части занятия формируется мотивация и ставится цель, решаются задачи организации занимающихся, мобилизации их к предстоящей работе, подготовки к выполнению упражнений основной части занятия. Средствами, которыми решаются указанные задачи, являются: разновидности ходьбы и бега, различные танцевальные соединения на основе народных танцев, общеразвивающие упражнения. Такие упражнения способствуют мобилизации внимания, подготавливают суставно-мышечный аппарат, сердечно – сосудистую и дыхательную системы для последующей работы. Для проведения упражнений применяются различные методы: в движении, игровой (например, в виде музыкальной игры).

Основной является та часть занятия, в которой решаются главные задачи. Решение поставленных задач достигается применением большого арсенала разнообразных движений: элементов классического танца, элементов народных танцев, элементов современного танца, элементов свободной пластики, акробатических и обще развивающих, игровых упражнений. Однако в большинстве случаев применяются смешанные варианты, где в различных сочетаниях чередуются всевозможные средства хореографической подготовки.

В заключительной части занятия снижается нагрузка с помощью специально подобранных упражнений: на расслабление, на растягивание. В заключительной части подводятся итоги, происходит процесс рефлексии.

Основные направления деятельности:

**1. Классический танец.** Классический танец является основой основ изучения хореографического искусства. Он воспитывает навык правильной осанки, гармонично развивая всё тело, раскрепощая движение. Включение классического тренажа в занятие способствует развитию опорно-двигательного аппарата, уравнивая право- и левостороннее развитие всех мышц корпуса и конечностей, развитию сложной координации движений, расширению двигательного диапазона, тренировке дыхательной и сердечно-сосудистой системы, повышая тем самым жизненную активность организма. Таким образом, классический танец решает задачи физического, интеллектуального, нравственного развития обучающихся.

Благодаря определенным законам классического танца – выворотности ног, крепкой спине, координации движений, определенной работе головы и рук, корпусу придаётся организованный, волевой вид, тело приобретает внутреннюю силу и способно выполнять невероятно разнообразные движения, используя при этом почти все двигательные возможности, заложенные в человеке природой.

Занятия по классическому танцу состоят из 2-х частей: упражнения у станка (экзерсис), направленные на гармоничное развитие тела танцующего. Те же упражнения в танцевальном варианте переносятся на середину зала, затем идут упражнения прыжкового характера (аллегро), упражнения – вращения (туры), общий класс заканчивается упражнениями на растяжку и гибкость.

Кроме всех прочих преимуществ, классика обладает еще одним очень важным – математической точностью и логичностью линий.

**Народный танец.** Этот вид танца незаменим в плане воспитания у танцоров навыков сценического образа, актерского мастерства, передачи характера, свойственного каждому танцу в отдельности.

Обучение народному танцу совершенствует координацию движений, способствует дальнейшему укреплению мышечного аппарата (развивая те группы мышц, которые мало участвуют в процессе классического тренажа).

Народный танец даёт возможность обучающимся овладеть разнообразием стилей и манерой исполнения танцев различных народов, в значительной степени расширяет и обогащает их исполнительские возможности, формируя качества и навыки, которые не могут быть развиты за счет обучения только классическому танцу.

Анализируя характер движений, пространственное построение танца, его ритмический рисунок, особенности костюма, обучающиеся могут пополнить свои знания по географии, истории, музыкальной культуре, этнографии разных народов.

**Современный танец.** Данный вид танца с его стремительными ритмами, необычными и сложными положениями тела хорошо тренирует выносливость, вестибулярный аппарат, систему дыхания и сердце. Кроме того, современные танцы наиболее привлекательны для старшеклассников.

**Пост-модерн и джаз** являются более прогрессивными видами пластики по сравнению с классикой, и несут в себе более глубокий потенциал с точки зрения развития возможностей человеческого тела как средства художественной и духовной выразительности. В этих направлениях танца, в отличие от классики, богаче лексика, свободнее пластика, отсутствуют присущие классике последовательность упражнений, консерватизм.

Основные принципы техники джаз танца:

1. Использование в танце позы коллапса.
2. Активное передвижение исполнителя в пространстве как по горизонтали, так и по вертикали.

3. Изолированные движения различных частей тела.

4. Использование ритмически сложных и синкопированных движений.

5. Полиритмия танца.

6. Комбинирование и взаимопроникновение музыки и танца.

7. Индивидуальные импровизации в общем танце.

8. Функционализм танца.

**Структура занятия по джаз танцу:**

1. Разогрев.
2. Изоляция.
3. Партер.
4. Адажио.
5. Кросс (шаги, прыжки, вращения).
6. Комбинация.

Занятия джаз танцем начинают с освоения изолированных движений, после чего переходят к их координации. Постепенно в занятия вводятся танцевальные комбинации.

Хореографическая деятельность включает выполнение следующих заданий:

- музыкально –ритмические упражнения на освоение, закрепление музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения;
- построения, перестроения;
- упражнения с предметами;
- задания на танцевальное и игровое творчество;
- непосредственно танцевальные движения;
- тренировочные упражнения;
- творческие задания.

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

Обычно педагог показывает и объясняет движения, проделывает их совместно с детьми сначала в медленном темпе, со счётом вслух, без

музыкального сопровождения; затем с музыкой – в спокойном темпе, пока они не будут усвоены обучающимися.

На последнем занятии повторяются и закрепляются эти движения, постепенно совершенствуя их и сочетая с элементами танца.

Параллельно с отработыванием движений ног, рук и корпуса, идет работа над выразительностью мимики лица, выражением глаз. Чувствуя и пропуская через себя образ, который дети воплощают в танце, они с большим удовольствием работают над артистичностью исполнения танца.

Если на первых годах обучения преобладает подражательный характер усвоения программы, то на третьем и последующих годах начинает преобладать поисковый, коммуникативный характер.

Главным приёмом в работе над танцем является развитие самостоятельности и инициативы у ребят, подчёркивание их индивидуальности. Обучающимся предлагается составлять небольшие танцевальные композиции, вносить элементы импровизации, способствуя развитию творческой активности.

Организация творческой деятельности позволяет педагогу увидеть характер в ребёнке, выявить движения его души, найти индивидуальный подход к нему с учётом пола, возраста, потребности, в данного рода деятельности, выявить и развить его творческий потенциал.

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

Методы обучения: наглядно-образные, практические и словесные.

Из методов наглядного обучения используются:

- метод иллюстраций – выражается в применении наглядных материалов (просмотров видеороликов), работа с различными источниками информации



(книга, интернет). С целью развития эмоциональности, выразительности в исполнительской деятельности, творческих способностей и актёрского мастерства используется просмотр видеоматериалов занятий и концертов с последующим их анализом и обсуждением с участниками объединения.

Метод иллюстраций направлен также на развитие наблюдательности, познавательной активности, зрительной памяти, повышение внимания и обеспечивает лучшее восприятие и понимание материала.

- метод демонстрации – направлен на овладение практическими навыками и заключается в демонстрации правильности выполнения движений, упражнений.

- практический метод – выполнение заданий, связанных с обработкой практических навыков. Он направлен на усвоение теоретического материала и формирование практических навыков по хореографии, значимых качеств личности. В деятельности активно используется игровой метод, например, в виде музыкальной игры.

- словесные методы – объяснение, рассказ, беседа. Теоретическая часть даётся по ходу занятий в соответствии с содержанием нового материала (историческая справка, сведения о жизни и творчестве выдающихся танцоров, характере музыкальных произведений в сочетании с танцевальными движениями, этике поведения и сценической культуре).

Словесные методы обучения кроме того направлены на развитие речи, мышления, умения выражать свои мысли, на обеспечение обратной связи, выявление знаний и умений.

#### Дидактическое обеспечение

В процессе работы по настоящей Программе используются информационно-методические материалы:

- подборка информационной и справочной литературы;
- наглядные пособия (карточки с описанием основных понятий и изображением основных позиций рук, ног; положение рук, ног, корпуса);

- диагностические методики для определения уровня знаний, умений и творческих способностей детей.

В педагогической деятельности применяются информационные технологии, технология здоровьесберегающего обучения, игровые технологии.

Информационно-коммуникационные технологии подразумевают работу с интернет технологиями (путешествие по сети интернет с посещением танцевальных сайтов, поиск специальной литературы и необходимой информации по хореографии, создание электронных презентаций и т.д.), а также использование обучающих видео –программ (видео пособие «Азбука классического танца» и др.)

В нашей деятельности мы придерживаемся девиза «не навреди». Применяя технология здоровьесберегающего обучения ставятся следующие задачи:

- организация работы с наибольшим эффектом для сохранения и укрепления здоровья;

- создание условий ощущения радости у в процессе обучения;

- формирование мотивации на здоровый образ жизни, привитие основ здоровьесбережения.

Занятия проводятся с соблюдением санитарно-гигиенических норм и правил. На занятиях используются эмоциональные разрядки, упражнения на расслабление мышц и восстановление дыхания. Проявляется уважительное отношение к индивидуальным особенностям личности ребенка. Все замечания по ходу занятия делаются в спокойной, требовательной, но доброжелательной форме с обязательными элементами поощрения и похвалы даже самых незначительных успехов обучающегося. Педагогом оказывается помощь в разработке режима дня, индивидуального маршрута образовательной деятельности.

Игровые технологии.

На занятиях для повышения общего уровня развития физических качеств танцора, а также расширения круга его двигательных навыков и умений, наряду со специальными упражнениями широко используются игры, основным содержанием которых является содействие развитию силы, физических способностей (гибкости, растяжек, пластичности, координации). Благодаря игре и образному заданию можно преодолеть болевые ощущения при формировании гибкости в спине и суставах, растяжках, для приобретения высокого и легкого танцевального шага. Еще одна важная роль образных игр при подготовке к концертной деятельности является создание неповторимого эмоционального фона. При помощи танцевальных этюдов на заданную тему раскрывается тот образ, который необходим для поставленного хореографического произведения или танцевального номера. Одной из форм, позволяющей осуществлять психологическую готовность к выступлениям на сцене, является применение музыкальных этюдов в форме игры, где в условиях показа закрепляются и совершенствуются разучиваемые упражнения. Такие игры помогают ребенку легче перенести нервное напряжение. Кроме того, в совместной работе над танцем ребенок сталкивается с проблемой межличностного общения, общения в группе, паре. В ходе включаемых в занятие игр вырабатывается психологическое соответствие партнеров коллективу, которое важно в условиях массовых и сольных выступлений. Правильно построенная система подготовки, в том числе и с применением образно-игровых форм, помогает подвести обучающихся к достижению в нужный момент наилучшей танцевально-физической формы, когда ощущается прилив сил, высокая работоспособность и налицо очень хорошее восстановление даже, после максимальных нагрузок.

В воспитательной деятельности применяются методы убеждения, поощрения, стимулирования и мотивации.

Основные средства воспитания – это рассказ, беседа, демонстрация, упражнения, требования, приучение, пример, объяснения, убеждения,

соревнования, поощрение, наставления, коррекция и т. Д. – реализуемых в процессе передачи однозначных знаний и опыта поведения, что способствует выработке умений и навыков.

В деятельности коллектива принимают участие родители. Они помогают в организации выездных концертов, устраивают праздники, участвуют в пошиве костюмов и т. Д. Родители приглашаются на открытые занятия, отчетные концерты. На родительских собраниях решаются важные вопросы коллектива.

Формы индивидуальной работы: консультирование, помощь в практической деятельности, беседы.

Формы групповой работы: тематические мероприятия, праздничные мероприятия, посещение концертных программ.

Для достижения цели образовательной программы необходимо опираться на следующие основные принципы:

- *наглядность* – демонстрация упражнений педагогом, образный рассказ, имитация движений;
- *доступность* – обучение от простого к сложному, от известного к неизвестному;
- *систематичность* – регулярность занятий с постепенным увеличением количества упражнений, усложнением способов их выполнения;
- *индивидуальный подход* – учет особенностей восприятия каждого ребенка;
- *увлеченность* – каждый должен в полной мере участвовать в работе;
- *сознательность* – понимание выполняемых действий, активность.

## 2.5. Календарный учебный график на 2023-2024 учебный год

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов в год	Режим занятий
2 г/о	15.09.2023	31.08.2023	45	135	270	3 раза в неделю по 2 часа

3 г/о	01.09.2023	31.08.2023	45	135	270	3 раза в неделю по 2 часа
4 г/о	01.09.2023	31.08.2023	45	135	270	3 раза в неделю по 2 часа
5 г/о	01.09.2023	31.08.2023	45	135	270	3 раза в неделю по 2 часа

## 2.5. Список литературы

### Список литературы для педагога:

1. Академия танца. Репертуар концертмейстера. –М.: Отдельное издание, 2015.
2. Александрова Н.А., Голубева В.А. Танец Модерн. Пособие для начинающих. - СПб: «Лань», 2011.
3. Базарова Н.П., Мей В.П. Азбука классического танца.- СПб: «Лань», 2006.
4. Березкина Л. В. Развитие творческих способностей детей художественными средствами современной хореографии // Молодой ученый. — 2013. — №8. — С. 373-378.
5. Богданов Г. Хореографическое образование.- М., 2001
6. Боттомер П. Урок танца. – М.: Эксмо-Пресс, 2003
7. Бухвостова Л.В., Щекотихина С.А. Мастерство хореографа. - Орел: ОГИИК, 2004.
8. Ваганова А. Я. Основы классического танца. С-Пб: «Лань», 2000
9. Вашкевич Н.Н. История хореографии всех веков и народов. - СПб: «Планета музыки», 2021, с.189.
10. Гиглаури В.Т. Программа по искусству движения для детей, занимающихся хореографией, танцем или другими видами и направлениями

движенческого и пластического искусства. Материал с курсовой подготовки Нижний Новгород: «Арт-сфера», 2008.

11. Есаулов И.Г. Устойчивость и координация в хореографии. - СПб: «Планета музыки», 2021, с.160.

12. Зайфферт Д. Педагогика и психология танца. - М.: ЛитРес, 2021, с. 129

13. Закиров А.З. На пути к выразительному движению. –М.: «Отдельное издание, 2020.

14. Костровицкая В.С., Писарев А.А. Школа классического танца. - Санкт-Петербург: Искусство, 2001.

11. Лях В. И., Зданевич А. А. Физическая культура, 11 кл, Методическое пособие. Базовый уровень / В. И. Лях, А. А. Зданевич; под общ. ред. В. И. Ляха. — 7-е изд. — М.: Просвещение, 2010. (Анатомо-физиологические особенности)

12. Меднис Н.В. Ткаченко С.Г. Введение в классический танец. - СПб: «Планета музыки», 2021, с. 60.

13. Мельдаль К. Поэтика и практика хореографии.- М.-«Кабинетный учёный», 2015

14. Митрохина Л.В. Основы актерского мастерства в хореографии. - Орел: ОГИИК, 2001.

15. Мориц В.Э., Тарасов Н.И., Чекрыгин Н.И. Методика классического тренажа.- М.: Лит Рес, 2021, с.225

16. Никитин В.Ю. Композиция урока и методика преподавания Модерн-Джаз Танца. – М.: «Один из лучших», 2006.

18. Никитин В.Ю. Мастерство хореографа в современном танце. - СПб: «Планета музыки», 2021, с. 520.

19. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Этапы развития. Метод. Техника. М., 2004 г.

20. Никитин В.Ю. О некоторых особенностях композиций в современном танце. Дополнительное образование и воспитание. М. 2007, №5

21. Никитин В.Ю. Теория и практика формирования художественно-творческого мышления балетмейстера в современной хореографии. М., 2006
22. Пинаева Е.А. Классический танец. – Москва, 2006.
23. Сапогов А.А. Школа музыкально-хореографического искусства. - СПб: «Планета музыки», 2021, с.264
24. Сборник программ общеобразовательных школ (классов) с хореографическим направлением /Научный руководитель Н.М. Лаврухина./Под ред. О.А. Петрашевича. - Мн. - Национальный институт образования, 2005
25. Фоменко И.М. Основы народно-сценического танца. - Орел: ОГИИК, 2002.

26. Хамфри Д. Искусство сочинять танец. - М.: Арт Гид, 2019, с. 192

#### **Список литературы для обучающихся и родителей**

1. Барышникова, Т. К. Азбука хореографии / Т. К. Барышникова. – М.: Айрис-Пресс, 2019, с. 262
2. Бейнс С. Терпсихора в кроссовках. М: Арт Гид, 2018, с. 312
3. Бежар Морис. Мгновение в жизни другого (мемуары). М.: «Балет», 2007.
4. Блэйер Ф. «Айседора. Портрет женщины и актрисы». Смоленск: «Русич», 2011.
5. Вашкевич Н.Н. История хореографии всех веков и народов.- СПб: «Планета музыки», 2021, с.189.

6. Пинаева Е.А. Классический танец. – Москва, 2006.

7. Сироткина И.Е. Танец: опыт понимания.- М.: «Бослен», 2020

8. Шереметьевская Н. Танец на эстраде. М.: Искусство, 2010.

#### **Интернет-источники:**

1. Всё для хореографов и танцоров. <https://www.horeograf.com/>
2. Сборники по хореографии и танцам-  
<http://nsportal.ru/blog/obshcheobrazovatel'naya-tematika/all/2012/09/23/nuzhnye-knigi-po-khoreografii-i-tantsam>

3. Хореографу в помощь- <https://dancehelp.ru/>
4. Сайт по хореографии - [https://vk.com/horeograf\\_club](https://vk.com/horeograf_club)
5. Хореография для всех - <https://horeografiya.com/>
6. Сайт МБУ ДО ЦГПВ «Высота» – <http://vysota.ivedu.ru>

### **3. «Воспитание» (рабочая программа воспитания)**

Рабочая программа воспитания объединения образцового хореографического коллектива «Без границ...» предназначена для всех обучающихся в возрасте 7-17 лет. Реализация цели и задач данной программы воспитания осуществляется в рамках следующих модулей воспитательной работы: «Учебное занятие», «Детское объединение», «Воспитательная среда», «Работа с родителями», «Безопасность». Мероприятия в объединении по каждому модулю отражены в календарном плане воспитательной работы.

#### **3.1. Цель и задачи воспитательной работы**

**Цель рабочей программы воспитания** – духовно-нравственное, эстетическое развитие обучающихся через комплекс воспитательных мероприятий.

#### **Задачи рабочей программы воспитания:**

- воспитать чувство товарищества, чувство личной ответственности;
- воспитать нравственные качества по отношению к окружающим (доброжелательность, толерантность и т.д.);
- приобщить обучающихся к художественно-эстетической культуре средствами хореографического искусства;
- осуществить средствами хореографии профилактику и коррекцию здоровья обучающихся;
- сформировать способности работать в команде и индивидуально;
- сформировать волю и дисциплинированность в творческой деятельности.

#### **3.2. Приоритетные направления деятельности**



Ценностными основами воспитательной работы служат уважение к личности обучающегося, сохранение его психического и нравственного благополучия, ценностных ориентаций, личностное развитие и профессиональное становление.

Основными направлениями деятельности воспитательной работы являются:

- *гражданско-правовое и патриотическое воспитание*, направленное на формирование гражданственности, правовой культуры, чувства патриотизма; развитие социально значимых качеств личности и самостоятельного опыта общественной деятельности;
- *духовно-нравственное и культурно-эстетическое воспитание*, обеспечивающее развитие нравственных качеств личности, антикоррупционного мировоззрения, культуры поведения, бережного отношения к культурному наследию; эстетическое воспитание, развитие творческого потенциала личности и опыта самостоятельной творческой деятельности; развитие толерантности, взаимного уважения и уважения к старшим;
- *воспитание здорового образа жизни и экологической культуры*, направленное на развитие физической культуры личности, воспитание здорового и безопасного образа жизни, формирование экологической культуры личности.

### **3.3. Формы и методы воспитательной работы**

*Формы воспитательной работы.*

Наиболее часто применяемыми формами воспитательной работы являются: учебное и практическое занятия, проведение праздничных мероприятий, фестиваль - конкурс, концерт.

Содержание учебного материала обеспечивает интеллектуальное развитие обучающихся, позволяет им усвоить информацию имеющую воспитательное значение, получить опыт деятельности, в которой формируются, проявляются и утверждаются ценностные, нравственные ориентации.

Учебные занятия объединяют теоретическую и практическую части.

На занятиях обучающиеся изучают биографию известных творческих коллективов, танцоров и хореографов, различные стили и направления хореографии. Специальное время на занятиях уделяется на расширение творческого кругозора и импровизации. Обучающиеся учатся не только исполнять хореографические номера, оценивать уровень исполнения но и вникать в смысл произведения.

Концертные и конкурсные выступления активизируют обучающихся, повышают ответственность за исполнение выученных произведений, формируют психологическую устойчивость личности ребенка, способствуют закреплению ситуации успеха, развивают рефлексивные и коммуникативные умения, благоприятно воздействуют на эмоциональную сферу обучающихся.

#### *Методы воспитательной работы*

В воспитательной работе используются методы прямого и косвенного педагогического влияния на обучающихся. Методы прямого педагогического влияния применяются в конкретных или искусственно создаваемых ситуациях, когда педагог сразу может скорректировать поведение обучающегося, или его отношение к происходящему. Например, повторение по образцу, приучение, требование, конструктивная критика, соревнование, поощрение и др. Наиболее стимулирующим мотивацию обучающихся методом педагогического влияния является поощрение – это одобрение, похвала, благодарность, предоставление почетных или особых прав, награждение. Использование метода соревнования способствует формированию качеств конкурентоспособной личности, накопление опыта социально и профессионально-полезного поведения. Методы косвенного педагогического влияния предполагают создание такой ситуации в организации деятельности (учебной и внеучебной), при которой у обучающегося формируется соответствующая установка на самосовершенствование, на выработку определенной позиции в системе его отношений с обществом, преподавателями, другими обучающимися.

Например, методы убеждения, стимулирования, внушения, выражения доверия, осуждения. При проведении воспитательных мероприятий используется сочетание методов прямого и косвенного педагогического влияния.

### 3.4. Планируемые результаты воспитательной работы

Результаты рабочей программы воспитания:

- обучающиеся активно включены в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- оказывают помощь членам коллектива, умеют находить с ними общий язык и общие интересы.
- проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.

### 3.5. Календарный план воспитательной работы Образцового хореографического коллектива «Без границ...» на 2023 – 2024 учебный год

№	Наименование мероприятия, события	Форма проведения	Сроки проведения	Ответственные
<b>МОДУЛЬ «Учебное занятие»</b>				
1	Учебные занятия по программе	Учебное, практическое занятие	1 г/о – с 15.09.2023 – 31.08.2024 2 и 3 г/о – с 01.09.2023 – 31.08.2024	Т.В. Соловьева
2	Хореографические конкурсы и фестивали, участие в концертных программах:	Конкурс, фестиваль, концерт	В течение года	
3	Посещение мастер-классов	Лекция, беседа, часы общения, мастер-классы и другое	В течение года	
<b>МОДУЛЬ «Детское объединение»</b>				

2	Отчетный концерт	Концерт	Май	
<b>МОДУЛЬ «Воспитательная среда»</b>				
1	Концерты ко «Дню знаний»	Концерт	01.09.23	
2	Концерты ко «Дню учителя»	Концерт	05.10.23	
3	Массовые мероприятия ко Дню основания хореографического коллектива «Без границ...» (массовые игры, чаепития, развлекательные мероприятия)	Культурно-событийное мероприятие . Беседа, часы общения, мастер-классы и другое	16.11.23	
4	Открытое занятие для родителей.	Культурно-событийное мероприятие	29.11.23 16.03.24	
5	Участие в Новогодних концертах и мероприятиях	Культурно-событийное мероприятие Концерт. Игры	декабрь-январь	
6	Проведение «Дня именинника» в коллективе	Культурно-событийное мероприятие Игры	01.03.24	
7	Концерты к «8 марта»	Концерт	07-11.03.24	
8	Участие в школьном конкурсе «Таланты»	Концерт. Культурно-событийное мероприятие	10-21.04.24	
9	Участие в акции «Ты нам нужен»	Концерт. Культурно-событийное мероприятие	апрель	
10	Концерт для ветеранов ко «Дню победы»	Концерт	08.05.24	
11	Отчётный концерт ансамбля	Концерт	20.05.24	
12	Участие в праздничных мероприятиях ко «Дню города»	Культурно-событийное мероприятие	май	
13	Участие в мероприятиях МБУ ДО ЦГПВ «Высота»	Концерт.	В течение года	
14	Посещение открытых занятий и концертов различных коллективов	Культурно-событийное мероприятие	В течение года	
15	Концертная деятельность	Концерт	В течение года	
16	Участие в городских, всероссийских, международных	Фестиваль. Конкурс.	В течение года	

	конкурсах и фестивалях			
17	Беседы с детьми о здоровом образе жизни, правилах поведения, проведение инструктажей по технике безопасности	Беседа	В течение года	
<b>МОДУЛЬ «Работа с родителями»</b>				
1	Родительские собрания	Беседа	Сентябрь, май	
2	Традиционная концертная программа, посвященная Дню матери	Концерт	Ноябрь	
<b>МОДУЛЬ «Безопасность»</b>				
1	Вводный инструктаж	Беседа	Сентябрь 2023 Март 2024	
2	Плановый инструктаж по технике безопасности	Беседа	01.09.23 (02.09.23) 01.03.23 (02.03.23)	
3	Внеплановые инструктажи по технике безопасности	Беседа	В течение года	
4	Проверка готовности зала к занятиям		Ежедневно	
5	Обучение педагога по медицине		1 раз в год	
6	Обучение педагога по технике безопасности		1 раз в год	
7	Применение здоровьесберегающих технологий		Ежедневно	
8	Оформление педагогом стендов по безопасности		В течение года	