

Муниципальный орган управления образованием
Управление образованием городского округа Красноуфимск

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Дворец творчества»

Согласовано:
Педагогическим советом
Протокол № 4 от 21.06.2024 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Эстрадный танец»
Возраст обучающихся: 6-15 лет
Срок реализации программы – 3 года

Составитель:
Корнилова Ольга Владимировна,
педагог дополнительного образования

Красноуфимск
2024г.

Раздел 1. Основные характеристики

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы: художественная.

Актуальность программы: Дополнительная общеразвивающая программа «Эстрадный танец» (далее программа) разработана в соответствии с документами:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
3. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р);
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
5. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
7. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области № 932-Д от 10.08.2023г. «О внесении изменений в регламент проведения независимой оценки качества (общественной экспертизы) дополнительных общеобразовательных программ, утвержденный приказом Министерством образования и молодежной политики Свердловской области от 20.04.2022 N 392-Д».
8. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 25.08 2023 г. N 963-Д «О внесении изменений в Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 29.06.2023 г. N 785-Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных общеразвивающих программ» в соответствии с социальным сертификатом»;
9. Методические рекомендации «Разработка дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в образовательных организациях» (утверждены приказом ГАНУО СО «Дворец молодежи» от 26.10.2023г. №1104-д;
10. Муниципальная программа Городского округа Красноуфимск «Развитие системы образования в городском округе Красноуфимск до 2028

года» (Постановление администрации ГО Красноуфимск № 1243 от 27.12.2022г.»

11. Устав МАУДО «Дворец творчества» утвержден Приказом № 197 Муниципального органа управления образованием Управление образованием городского округа от 02.07.2023 г.

12. Положение о дополнительных общеразвивающих программах МАУДО «Дворец творчества», утверждено приказом №37-ОД от 27.08.2024 г.

В ГО Красноуфимск есть детские коллективы, в которых занимаются хореографией дети дошкольного и школьного возраста. Однако увеличивается количество родителей, заинтересованных в развитии личности ребёнка. В связи с этим занятия детей хореографией они рассматривают как способ становления образовательных интересов и развития детей. Занятия эстрадным танцем улучшают душевное состояние ребенка, формируют характер, наделяя его лучшими качествами: упорством, терпением, дисциплинированностью, чувством ответственности, умением преодолевать трудности.

Программа разработана с учётом потребности населения городского округа Красноуфимск и в соответствии с социальным заказом, направлена на организацию полноценного досуга обучающихся.

Отличительная особенность программы. Программа основана на интеграции разных стилей и направлений (эстрадный танец, современный танец, стилизованный танец).

Адресат программы: обучающиеся 6-15 лет.

Программа не предполагает конкурсного отбора, рассчитана на сопровождение всех категорий обучающихся. Программа предусматривает для обучающихся возможность выбора и построения индивидуальной образовательной траектории. Число обучающихся, одновременно находящихся в учебной группе составляет от 12-ти до 20-ти человек.

Начинать заниматься эстрадным танцем можно с детьми старшего дошкольного возраста, к этому времени у детей сформирован опорно-двигательный аппарат, развита координация, процессы памяти и внимания носят познавательный характер, дети в этом возрасте занимаются хореографией осознанно.

Особое значение для подростка в этом возрасте имеет возможность самовыражения и самореализации. Занятия в учреждении дополнительного образования служат активному самовыражению подростков и учитывают их интересы и потребности.

У большинства подростков, занимающихся хореографией, появляется желание связать свою дальнейшую жизнь с танцевальным искусством. Но не всем это удается. Профессия хореограф – несомненно, творческая, требующая эстетического восприятия окружающего и умения перекладывать мысли в танцевальные движения. Основной задачей хореографа является умение связать действия как группы человек, так и сольного исполнителя, в понятный для зрителя образ.

Режим занятий:

Продолжительность одного академического часа – 45 минут.

Перерыв между учебными занятиями – 10 минут.

Общее количество в неделю – 3 часа.

Занятие проводятся три раза в неделю – по 45 минут

Срок освоения программы:

Объем программы – 216 часов.

Программа рассчитана на 3 года обучения

1 год обучения - 108 часов

2 год обучения - 108 часов

Особенности организации образовательного процесса

Форма реализации программы: Разноуровневая программа. Форма обучения: очная.

Стартовый уровень: предусматривает формирование знаний об истории возникновения и происхождения русского народного танца, терминологии, используемой в области хореографии, темпе музыки, динамических оттенках музыки; развитие координации, формирование осанки и физических данных (шаг, гибкость) у обучающихся, освоение простых танцевальных движений.

Базовый уровень: предусматривает формирование знаний об истории возникновения и развития современного танца, экзерсисе в классическом танце; правилах культуры поведения на сцене и за кулисами; продолжается работа над выработкой правильности и чистоты исполнения танцевальных движений, закреплением освоения хореографической грамоты; больше внимания уделяется развитию устойчивости, силы ног, координацией движений; начинается работа над техническим исполнением упражнений в ускоренном темпе и развитием танцевальности.

Базовый уровень: предусматривает закрепление знаний; развитие пластичности и выразительности рук, корпуса, танцевальных поз, совершенствование исполнительской техники у обучающихся; координации движений за счет усложнения танцевальных связок; развитие артистичности, манерности. Освоение техники поворотов, создание танцевальных комбинаций на готовый музыкальный материал, знакомство с большими прыжками.

Форма обучения: групповая

Перечень видов занятий: В основном занятия по программе проходят в виде учебных занятий, которые состоят из теоретической и практической работы обучающихся, концертов, выступлений на благотворительных концертах и конкурсных мероприятий.

Перечень подведения форм, подведения итогов реализации общеразвивающей программы: викторина, практическое задание, концерт, выступление.

2.2 Цель и задачи общеразвивающей программы

Цель программы: формирование у обучающихся творческих способностей в процессе обучения искусству хореографии.

обучающие:

-познакомить с основами эстрадного и классического танца; историей возникновения и развития танца, характере музыкальных произведений; правилами поведения на сцене и за кулисами.

-развивающие:

- развить двигательные и музыкальные способности, художественно-образное мышление
- сформировать активную жизненную позицию ребенка путем развития его мотивационно-познавательной сферы,

воспитательные:

- воспитывать эстетический вкус средствами эстрадного танца;
- воспитывать доброжелательные и дружеские отношения обучающихся в коллективе; трудолюбие, активность, ответственность;
- развивать у обучающихся мотивацию на творчество через постановочную деятельность;
- создавать комфортную обстановку, «ситуацию успеха» для обучающихся.

2.3. Содержание дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

Учебный план

| № п\п | Название раздела | Количество часов | | | Форма контроля |
|-------|---|------------------|-------|-------|-----------------------|
| | | 1 год | 2 год | 3 год | |
| 1. | Вводное занятие. | 1/1 | 1/1 | 1/1 | Вводная диагностика |
| 2. | Разминка. Кросс. Партер | 3/12 | 4/20 | 3/25 | Анализ. |
| 3. | Элементы классического танца. Постановочная деятельность. Репетиционный период. | 4 /17 | 5/17 | 3/15 | Анализ. Викторина. |
| 4. | Элементы эстрадного и современного танца. Постановочная деятельность. Проект «Летняя рапсодия». Репетиционный период. | 4/36 | 4/20 | 3/25 | Практическое задание. |
| 5. | Элементы народного | 4/23 | 4/17 | 3/12 | Практическое |

| | | | | | |
|----|---|--------|--------|-------|-------------------------------------|
| | танца. Постановочная деятельность. Репетиционный период. | | | | задание. |
| 6. | «Импровизация» | - | 2/8 | 2/9 | Наблюдение. |
| 7. | Концертная деятельность | 1/2 | 1/4 | 1/5 | Концерт, выступление. Анализ. |
| | Итого: | 17 /91 | 21/ 87 | 15/91 | |

1 год обучения

| № п\п | Наименование темы | Количество часов | | | Формы промежуточной аттестации |
|---|--|------------------|--------|----------|--|
| | | общее | теория | практика | |
| 1. | Вводное занятие. | 2 | 1 | 1 | Инструктаж по Т.Б. Вводная диагностика. |
| 2. Разминка. Кросс. Партер 15 часов | | | | | |
| 2.1 | Постановка корпуса, позиции рук, ног. | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 2.2 | Творчество современных танцоров . | 2 | 0,5 | 1,5 | Наблюдение. |
| 2.3 | Творчество современных коллективов. | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 2.4 | Кросс: Махи ногами вперед. Махи ногами в сторону. | 2 | 0,5 | 1,5 | Наблюдение. |
| 2.5 | Кросс: Кик по диагонали. | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 2.6 | Кросс: «Глисад в сторону». | 2 | 0,5 | 1,5 | Наблюдение. |
| 2.7 | Кросс: «Ножницы». | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 2.8 | Прыжок жете (Jete.) | 2 | 0,5 | 1,5 | Наблюдение. |
| Окт. 2.9 | Система упражнений стрейчинга (растяжки) на занятиях эстрадного танца. | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 2.10 | Партерная гимнастика. | 2 | 0,5 | 1,5 | Анализ. |
| 3. «Элементы классического танца», «Постановочная работа», «Репетиционный период» 21 час | | | | | |
| 3.1 | «Основы классического танца». История возникновения и развития балета. Постановка корпуса. Позиции рук, ног. | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 3.2 | Знакомство с балетом | 2 | 0,5 | 1,5 | Наблюдение. |

| | | | | | |
|---|--|---|-----|-----|--------------------|
| | «Приключение Чиполлино». Перевод рук из позиции в позицию. | | | | |
| 3.3 | Знакомство с балетом «Золушка». «Пор де бра» | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 3.4 | Положение корпуса: en fase. Точки в зале. | 2 | 0,5 | 1,5 | Наблюдение. |
| 3.5 | «Деми-плие», гранд - плие» по 1, 2,5 позициям. | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 3.6 | Баттмант тандю крестом по 1 позиции. | 2 | 0,5 | 1,5 | Наблюдение. |
| 3.7 | Баттмант тандю жете крестом по 1 позиции. | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| Нояб. 3.8 | Пассе девлюппе. | 2 | 0,5 | 1,5 | Наблюдение. |
| 3.9 | Релеве. | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 3.10 | Глиссад по диагонали. (Glisad) | 2 | 0,5 | 1,5 | Наблюдение. |
| 3.11 | Прыжки: жете. | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 3.12 | Па-де ша. | 2 | 0,5 | 1,5 | Наблюдение. |
| 3.13 | Арабеск 1,2. | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 3.14 | Соте по 1,2,5 позиции. | 2 | 0,5 | 1,5 | Викторина. Анализ. |
| «ЭСТРАДНЫЙ ТАНЕЦ», «Постановочная деятельность», «Репетиционный период» 40 часов | | | | | |
| 4.1 | Элементы эстрадного танца. Направление: хип-хоп. «Кач» | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 4.2 | Базовые шаги в хип-хопе «Степ» | 2 | 0,5 | 1,5 | Наблюдение. |
| Дек. 4.3 | Ви степ, ту степ. | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 4.4 | Базовое движение «Кролик Роджер» | 2 | 0,5 | 1,5 | Наблюдение. |
| 4.5 | Базовое движение «Кролик Роджер» | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 4.6 | Кик. | 2 | 0,5 | 1,5 | Наблюдение. |
| 4.7 | Кик энд слайд. | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 4.8 | Танцевальная связка в стиле хип – хопа. | 2 | 0,5 | 1,5 | Наблюдение. |
| 4.9 | Степ ап. | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 4.10 | Пивот. | 2 | 0,5 | 1,5 | Наблюдение. |
| Янв. 4.11 | Мамбо. | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 4.12 | Хип лифт. | 2 | 0,5 | 1,5 | Наблюдение. |
| 4.13 | Грейт - вайт. | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 4.15 | Прыжок «Хоп». | 2 | 0,5 | 1,5 | Наблюдение. |
| 4.16 | Гранд баттмант с прыжком. (grand-battmant) | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 4.17 | Флеш-моб. «Зажги, Россия» | 2 | 0,5 | 1,5 | Наблюдение. |
| 4.18 | Танцевальные связки в флеш-моба. | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |

| | | | | | |
|---|---|---|-----|-----|---------------------|
| 4.19 | Работа над постановкой 1 блока флеш-моба. | 2 | 0,5 | 1,5 | Наблюдение. |
| 4.20 | Репетиция элементов 1 блока флеш-моба | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 4.21 | Репетиция элементов 1 блока флеш-моба | 2 | 0,5 | 1,5 | Наблюдение. |
| 4.22 | Сводная репетиция 1 блока флеш-моба. | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 4.23 | Работа над постановкой 2 блока флеш-моба. | 2 | 0,5 | 0,1 | Наблюдение. |
| 4.24 | Репетиция элементов 2 блока флеш-моба | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. Анализ. |
| 4.25 | Репетиция элементов 2 блока флеш-моба | 2 | 0,5 | 1,5 | Наблюдение. |
| 4.26 | Сводная репетиция 1 блока флеш-моба. | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 4.27 | Образ танцора. | 2 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 4.28 | Сводная репетиция флеш-моба | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 4.29 | Концертная деятельность. | 2 | 0,5 | 1,5 | Наблюдение. Анализ. |
| Элементы народного танца. 27 часов | | | | | |
| 5.1 | Знакомство с русским народным танцем | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 5.2 | Основной танцевальный шаг танца «Хоровод» | 2 | 0,5 | 1,5 | Наблюдение. |
| 5.3 | «Народный поклон на месте». | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 5.4 | «Припадание» | 2 | 0,5 | 1,5 | Наблюдение. |
| 5.5 | «Гармошка» | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 5.6 | «Рисунок» | 2 | 0,5 | 1,5 | Наблюдение. |
| 5.7 | Этюд «Хоровод» | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 5.8 | Этюд «Хоровод» | 2 | 0,5 | 1,5 | Наблюдение. |
| 5.9 | «Подскоки» | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 5.10 | «Русский шаг с каблука» | 2 | 0,5 | 1,5 | Наблюдение. |
| 5.11 | «Присядка». | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 5.12 | «Удары стопой по 6-ой и 3-й позиции» | 2 | 0,5 | 1,5 | Наблюдение. |
| 5.13 | «Тройные притопы» | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 5.14 | Этюд «Топотушки» | 2 | 0,5 | 1,5 | Наблюдение. Анализ. |
| 5.15 | Постановка танца в народном стиле. | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 5.16 | Мы-артисты! | 2 | 0,5 | 1,5 | Наблюдение. |
| 5.17 | Образ в танце. | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 5.18 | Танцевальные связи в народном танце. | 2 | 0,5 | 1,5 | Наблюдение. |
| 5.19 | Хореографические конкурсы и фестивали | 2 | 0,5 | 1,5 | Наблюдение. |
| 6.20 | Отчетный концерт «Планета детства». | 2 | 0,5 | 1,5 | Наблюдение. |
| 6.21 | Концертная деятельность. | 1 | - | 1 | Наблюдение. Анализ |

2 год обучения

| № п\п | Наименование темы | Количество часов | | | Формы промежуточной аттестации |
|---------------------------------------|--|------------------|--------|----------|---|
| | | общее | теория | практика | |
| 1. | Вводное занятие. | 2 | 1 | 1 | Инструктаж по Т.Б. Вводная диагностика |
| 2. Разминка. Кросс. Партер. 24 | | | | | |
| 2.1 | Постановка корпуса, позиции рук, ног. | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 2.2 | Разминка в эстрадном танце. | 2 | 0,5 | 1,5 | |
| 2.3 | Партерная гимнастика. Борис Князев – основатель партерной техники. | 1 | 0,5 | 0,5 | Викторина. Анализ. |
| 2.4 | Партерная гимнастика. Упражнения стрейч-характера («растяжки»). | 2 | 0,5 | 1,5 | Наблюдение. |
| 2.5 | Упражнения стрейч-характера («растяжки»). Растяжка передней поверхности бедра. | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 2.6 | Прием переката из положения «лежа прогнувшись» | 2 | 0,5 | 1,5 | Наблюдение. |
| 2.7 | Гибкость спины | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 2.8 | Сила тела человека в танце. Движение «Складка на подъемах» | 2 | 0,5 | 1,5 | Наблюдение. |
| 2.9 | Гибкость спины (с прогибом). | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 2.10 | Готовимся к шпагату. | 2 | 0,5 | 1,5 | Наблюдение. |
| 2.11 | Упражнение «Лягушка с волнами». Раздел разминка: упражнение «Шпагат». | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 2.12 | Упражнение «Бабочка, ромбик». Упражнение «Корзинка». «Наклон вперед сидя» - «Складка сидя» | 2 | 0,5 | 1,5 | Наблюдение. |
| 2.13 | Упражнение «Лягушка с волнами». | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 2.14 | Раздел разминка: упражнение «Шпагат». | 2 | 0,5 | 1,5 | Наблюдение. |
| 2.15 | Упражнение «Бабочка, ромбик». | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 2.16 | Упражнение «Корзинка». «Наклон вперед сидя» - «Складка сидя» | 2 | 0,5 | 1,5 | Наблюдение. |

| | | | | | |
|---|---|---|-----|-----|-------------|
| 2.17. | Раздел «Сила» упражнение «Колечко силой из лодочки» | 1 | 0.5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 2.18 | Упражнение Перекат из положения «Лёжа прогнувшись» - лодочка на животе. | 2 | 0.5 | 1.5 | Наблюдение. |
| 2.19 | «Раздел гибкость спины» Упражнение «Мостик» Упражнение «Шпагат» с возвышенности, с прогибом. | 3 | 0.5 | 2,5 | Наблюдение. |
| 2.20 | Раздел «Кросс». «Шассе». | 1 | 0.5 | 1.5 | Наблюдение. |
| 2.21 | Прыжок «Хоп». | 2 | 0.5 | 1.5 | Наблюдение. |
| 3. «Элементы классического танца», «Постановочная деятельность», «Репетиционный период» 22 часа. | | | | | |
| 3.1 | Знакомство с классическим танцем Балет П.Чайковского «Щелкунчик» | 1 | 0.5 | 1.5 | Наблюдение. |
| 3.2 | Основные положения рук, ног. Балет П. Чайковского «Спящая красавица». Известные исполнители. | 2 | 0.5 | 1.5 | Наблюдение. |
| 3.3 | Возникновение балета начало 19в. - конец 19в. «Пор де бра» | 1 | 0.5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 3.4 | «Деми-плие». «Гранд- плие». | 2 | 0.5 | 1.5 | Наблюдение. |
| 3.5 | Баттмант тандю. | 1 | 0.5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 3.6 | Баттмант тандю жете. | 2 | 0.5 | 1.5 | Наблюдение. |
| 3.7 | Рон де жамб партер. | 1 | 0.5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 3.8 | Баттмант фραπε. | 2 | 0.5 | 1.5 | Наблюдение. |
| 3.9 | Релеве лянт на 45 | 1 | 0.5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 3.10 | Гранд- баттмант. | 2 | 0.5 | 1.5 | Наблюдение. |
| 3.11 | Соте. | 1 | 0.5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 3.12 | «Экзерсис у станка». Адажио. | 2 | 0.5 | 1.5 | Наблюдение. |
| 3.13 | Позы Croisee (кроэзе), Efaee (ефасе). | 1 | 0.5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 3.14 | Па курю. | 2 | 0.5 | 1.5 | Наблюдение. |
| 3.15 | Этюд «Весенняя рапсодия» | 1 | 0.5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 3.16 | Концертная деятельность | 2 | 0.5 | 1.5 | Анализ |

**4. Элементы эстрадного и современного танца. Постановочная деятельность.
Репетиционный период. 22 часа**

| | | | | | |
|---|---|---|-----|-----|-------------|
| 4.1 | История развития джаз танца. Основных позиции рук и траекторий движений, прошлогодних комбинаций. | 1 | 0.5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 4.2 | Движения, развивающие координацию, которые задействуют движения двух центров – рук, ног. | 2 | 0.5 | 1.5 | Наблюдение. |
| 4.3 | Гранд баттмант жете в продвижении. | 1 | 0.5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 4.4 | Повторение гранд баттмант жете в продвижении. | 2 | 0.5 | 1.5 | Наблюдение. |
| 4.5 | «Перекидное жете» | 1 | 0.5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 4.6 | «учебная связка перекидное жете с жете» | 2 | 0.5 | 1.5 | Наблюдение. |
| 4.7 | «Кик» по диагонали. | 1 | 0.5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 4.8 | Боди ролл (Body roll) . | 2 | 0.5 | 1.5 | Наблюдение. |
| 4.9 | Слайд с прыжком хоп. | 1 | 0.5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 4.10 | Базовое движение «Кролик Роджер» | 2 | 0.5 | 1.5 | Наблюдение. |
| 4.11 | Изучение 1ой танцевальной связки эстрадного танца. | 1 | 0.5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 4.12 | Повторение 1- ой танцевальной связки и проучивание 2-ой связки. | 2 | 0.5 | 1.5 | Наблюдение. |
| 4.13 | Повторение танцевальных связок. | 1 | 0.5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 4.14 | Изучение 3 танцевальной связки. Сводная репетиция. | 2 | 0.5 | 1.5 | Наблюдение. |
| 4.15 | Постановочная работа на основе выученных движений. | 1 | 0.5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 4.16 | Концертная деятельность | 2 | 0.5 | 1.5 | Анализ. |
| 5. «Народный стилизованный танец» 21 часов | | | | | |
| 5.1 | Танцы народов мира. | 1 | 0.5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 5.2 | Положение корпуса, рук, ног в народной пляске | 2 | 0.5 | 1.5 | Наблюдение. |
| 5.3 | «Ковырялочка» | 1 | 0.5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 5.4 | «Веребочка» в повороте. | 2 | 0.5 | 1.5 | Наблюдение. |
| 5.5 | «Моталочка». | 1 | 0.5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 5.6 | «Моталочка» по кругу. | 2 | 0.5 | 1.5 | Наблюдение. |
| 5.7 | «Гармошка» по кругу. | 1 | 0.5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 5.8 | «Хлопушка», вращения. | 2 | 0.5 | 1.5 | Наблюдение. |
| 5.9 | Ходы: простой шаг с продвижением вперед, назад, переменный шаг вперед, назад | 1 | 0.5 | 0,5 | Наблюдение. |

| | | | | | |
|---|--|-----|-----|-----|---------------------|
| 5.10 | Поклоны на месте с продвижением вперед, назад | 2 | 0.5 | 1.5 | Наблюдение. |
| 5.11 | «Припадание» с продвижением в сторону. | 1 | 0.5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 5.12 | «Припадание» в повороте. | 2 | 0.5 | 1.5 | |
| 5.13 | Дроби. Дробная дорожка. | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 5.14 | Танцевальные связки в народном стиле. | 2 | 0,5 | 1,5 | |
| 6. «Импровизация». Репетиционный период. 10 часов. | | | | | |
| 6.1 | Тренинг актерского мастерства «Зеркало». | 2 | 0.5 | 1,5 | Наблюдение. |
| 6.2 | «Волшебный предмет» | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 6.3 | «Сиамские близнецы». Постановочная деятельность. | 2 | 0.5 | 1,5 | Наблюдение. |
| 6.4 | Игра – пантомима: «Кто живет в Африке?» | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 6.5 | «Чувство локтя» «Зеркало» | 2 | 0.5 | 1,5 | Наблюдение. |
| 6.6 | Отчетный концерт «Планета детства» | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 6.7 | Творческая работа с партнером. | 2 | 0,5 | 1,5 | Наблюдение. |
| 6.8 | Сводная репетиция | 1 | 0,5 | 0,5 | Наблюдение. |
| 7. | Концертная деятельность. | 5 | 1 | 4 | Наблюдение. Анализ. |
| | Итого | 108 | 19 | 89 | |

Содержание учебного (тематического) плана

1 год обучения

Тема 1. «Вводное занятие» 2 часа.

Теория: Цели и задачи творческого объединения на учебный год. Инструктаж по технике безопасности. Беседа: «Рождение искусства танца».

Практика: Игры на знакомство.

Тема 2. «Разминка. Кросс. Партер». 15 часов.

2.1. Постановка корпуса, позиции рук, ног.

Теория: Способы постановки корпуса, позиции рук, ног. Понятие «ровная спина».

Практика: упражнения на правильную постановку корпуса, позиции ног, рук.

2.2. Творчество современных танцоров.

Теория: Творчество современных танцоров: Егор Дружинин. Мигель. Понятие разминка. Основные элементы разминки.

Практика: Выполнение упражнений разминки.

2.3. Творчество современных коллективов.

Теория: Творчество современных коллективов. Балет А.Духовой «Тодес».

Практика: Выполнение разминки. Силовая тренировка.

2.4. Кросс: Махи ногами вперед. Махи ногами в сторону.

Теория: Понятие кросс. Способы выполнения кросса.

Практика: Выполнение махов ногами вперед, в сторону.

2.5. Кросс: Кик по диагонали.

Теория: Понятие кик. Способы выполнения.

Практика: Выполнение кик по диагонали.

2.6. Глисад в сторону».

Теория: Понятие глисад.

Практика: Выполнение «глисад в сторону». Разучивание и отработка танцевальных движений.

2.7. «Ножницы».

Теория: Понятие «ножницы».

Практика: Выполнение движения «ножницы».

ОКТ. 2.8. Прыжок жете.

Теория: Понятие жете. Способы выполнения прыжка жете.

Практика: Упражнения в выполнении прыжка жете

2.9. Система упражнений стрейчинга (растяжки) на занятиях эстрадного танца. Флекс (Flexs). Поинт (point).

Теория: Система упражнений стрейчинга (растяжки) на занятиях эстрадного танца. Понятие флекс, поинт .

Практика: Проработка положений ног – flex, point. Стрейч упражнения.

2.10. Партерная гимнастика.

Теория: Понятие партерная гимнастика. Способы выполнения партерной гимнастики.

Практика: Упражнения в выполнении партерной гимнастики.

Тема 3. «Элементы классического танца», «Постановочная работа», «Репетиционный период» 21 час.

3.1. «Основы классического танца». История возникновения и развития балета. Постановка корпуса. Позиции рук, ног.

Теория: История возникновения и развития балета. Понятие постановка корпуса. Позиции рук, ног.

Практика: Постановка корпуса в классическом танце. Основные положения рук, ног.

3.2. Знакомство с балетом «Приключение Чиполлино». Перевод рук из позиции в позицию.

Теория: Знакомство с балетом «Приключение Чиполлино». Перевод рук из позиции в позицию. Способы исполнения

Практика: Перевод рук из позиции в позицию.

3.3. Знакомство с балетом «Золушка». Понятие «пор де бра».

Теория: Знакомство с балетом «Золушка».

Практика: Выполнение движения «пор де бра».

3.4. Положение корпуса: en fase. Точки в зале.

Теория: Понятие эн фассе. Точки в зале.

Практика: Положение корпуса: en fase. Выполнение.

3.5. Деми-плие по 1, 2, 5 позиции. «Гранд - плие».

Теория: Понятие деми-плие. Понятие гранд - плие.

Практика: Выполнение движения - плие.

НОЯБ.3.6. Батмант тандю крестом по 1-ой позиции.

Теория: Понятие батмант тандю.

Практика: Экзерсис у станка. Выполнение движения.

3.7. Батмант тандю жете крестом по 1-ой позиции.

Теория: Понятие батмант тандю.

Практика: Экзерсис у станка. Выполнение движения.

3.8. Пассе девлюппе.

Теория: Понятие пасса девлюппе.

Практика: Выполнения пасса девлюппе.

3.9. Релеве.

Теория: Понятие релеве.

Практика: Выполнения релеве.

3.10. Глиссад по диагонали.

Теория: Понятие глиссад.

Практика: Выполнение глиссад. Упражнения на правильность выполнения изученных движений.

3.11. Жете.

Теория: Понятие жете.

Практика: Выполнение жете.

3.12. Па де ша.

Теория: Понятие па де ша.

Практика: Выполнение движения па де ша.

3.13. Арабеск 1,2.

Теория: Понятие арабеск 1,2.

Практика: Выполнение арабеск 1,2.

3.14. Соте.

Теория: Понятие соте.

Практика: Способы выполнения соте.

Тема 4. «Элементы эстрадного и современного танца». Проект «Летняя рапсодия». 35 часов

ДЕК.4.1. Элементы эстрадного танца. Направление: хип-хоп. «Кач».

Теория: Понятие хип-хоп, понятие «кач».

Практика: Выполнение движения под хип-хоп музыку. Разучивание и отработка танцевальных движений.

4.2. Базовые шаги в хип-хопе «Степ».

Теория: Понятие хип-хоп, «степ».

Практика: Танцевальные комбинации в стиле хип-хопа.

4.3. «Ви степ, ту степ».

Теория: Понятие «Ви степ, ту степ».

Практика: Соединение танцевальных движений в комбинацию.

4.4. Базовое движение «Кролик Роджер».

Теория: Понятие и способы исполнения движения «Кролик Роджер»

Практика: Исполнение движения в медленном темпе.

4.5. «Кролик Роджер».

Теория: Понятие базового движения «Кролик Роджер».

Практика: Повторение движения «Кролик Роджер» в медленном темпе.

Исполнение в быстром темпе движения.

4.6. Базовое движение кик.

Теория: Понятие и способы выполнения «кик».

Практика: Выполнение танцевальной комбинации из выученных движений с кик.

4.7. Кик энд слайд.

Теория: Понятие слайд.

Практика: Выполнение движения кик энд слайд.

4.8. Танцевальная связка в стиле хип – хопа.

Теория: Танцевальные связки в стиле хип-хоп на основе выученных танцевальных движений.

Практика: Выполнение танцевальной связки в стиле хип-хоп.

4.9. Степ ап.

Теория: Понятие прыжка степ ап.

Практика: Выполнение прыжка степ ап и перестроения из одного рисунка в другой.

4.10. Пивот.

Теория: Понятие пивот.

Практика: Выполнение пивот на месте в медленном и быстром темпе, в продвижении.

4.11. Мамбо.

Теория: Понятие мамбо.

Практика: Основное положение ног. Исполнение под медленную музыку.

4.12. Хип лифт.

Теория: Понятие хип лифт. Поднятие бедра.

Практика: Выполнение хип лифт.

4.13. Грейт-вайт.

Теория: Понятие грейт-вайт.

Практика: Выполнения грейт –вайт в медленном темпе.

4.14. Прыжок хоп.

Теория: Понятие «хоп».

Практика: Выполнения прыжка «хоп».

4.15. Гранд баттмант с прыжком.

Теория: Понятие гранд баттмант.

Практика: Выполнение гранд баттмант с прыжком вперед.

4.16. Постановочная работа на основе выученных движений.

Флеш-моб.

Теория: Понятие флеш-моб. Способы выразительности исполнения.

Практика: Самостоятельная работа по постановке флеш-моба. Выбор музыки.

4.17. Работа над постановкой.

Теория: Способы выразительного исполнения.

Практика: Выполнение движений в постановке флеш-моб.

4.18. Постановочная работа.

Теория: Понятие синхронного исполнения.

Практика: Работа над синхронным исполнением движений.

4.19. Сводная репетиция.

Теория: Понятие рисунок в танце.

Практика: Упражнения на перестроение в танце

4.20. Постановочная работа.

Теория: Постановочная работа.

Практика: Совершенствование исполнительского мастерства.

4.21. Постановочная работа.

Теория: Постановочная работа.

Практика: Упражнения на работу с партнером.

4.22. Сводная репетиция.

Теория: Сводная репетиция.

Практика: Упражнения на координацию движений в танце.

4.23. Концертная деятельность.

Теория: Правила поведения во время концерта и за кулисами.

Практика: исполнение концертных номеров

Тема 5. «Русский народный танец», «Постановочная деятельность», «Репетиционный период» 27 часов

1.1. Знакомство с русским народным танцем.

Теория: История развития русского народного танца.

Практика: Позиции рук, ног в народном танце. Постановка корпуса.

1.2. Основной танцевальный шаг танца «Хоровод»

Теория: Понятие «Хоровод», «плавная поступь».

Практика: Танцевальный ход с носка, переменный шаг.

1.3. «Народный поклон на месте».

Теория: Основные положения рук в народном танце.

Практика: Раскрывание рук вперед, в сторону, из положения на поясе, в характере народного танца.

1.4. «Припадание».

Теория: Понятие «Припадание». Способы отслеживания положения корпуса

Практика: Подготовительные движения к припаданию. Постепенный наклон корпуса в правую или в левую сторону.

1.5. «Гармошка».

Теория: Понятие «Гармошка».

Практика: Выполнение гармошки.

1.6. Постановка этюда «Хоровод». Отработка движений народного танца.

Теория: Понятие «рисунок в танце; замкнутый круг, цепочка, воротца».

Практика: Выполнение движений для «правильной» спины.

1.7. Этюд «Хоровод».

Теория: Способы постановки этюда.

Практика: Выполнение выразительности исполнения и донесения характера и точной манеры исполнения народного танца. Самостоятельная работа по постановке этюда «Хоровод».

1.8. «Подскоки».

Теория: Понятие «Подскоки». Ведущая роль мальчиков в парном танце.

Правила исполнения в хороводных и парных танцев.

Практика: Выполнение подскоков.

1.9. «Русский шаг с каблука»

Теория: Понятие характерное мужское движение «русский шаг с каблука».

Практика: Исполнение шага в медленном темпе.

1.10. «Мужская присядка».

Теория: Понятие «Мужская присядка». Правила исполнения.

Практика: Исполнение «присядки» в медленном темпе.

1.11. «Удары стопой по 6-ой и 3-й позиции»

Теория: Понятие удар стопы.

Практика: Выполнение ударов стопы в медленном темпе.

1.12. «Тройные притопы».

Теория: Понятие тройные притопы.

Практика: Выполнение тройных притопов в медленном темпе.

1.13. Этюд «Топотушки».

Теория: Способы постановки этюда.

Практика: Постановка этюда «Топотушки». Отработка движений народного танца. Самостоятельная постановка этюда «Топотушки».

1.14. Постановка танца в народном стиле.

Теория: Понятие «рисунок танца». Правила поведения на сцене.

Практика: Отработка танцевальных связок в народном стиле.

1.15. «Мы – артисты».

Теория: Понятие – артист. Кто он?

Практика: Упражнения на четкость выполнения танцевального репертуара.

1.16. Образ в танце.

Теория: Понятие образ. Приемы синхронного исполнения движений.

Практика: Упражнения на передачу народного образа с помощью мимики, жеста, движения.

1.17. Танцевальные связи в народном танце.

Теория: Роль народного костюма в танце.

Практика: выполнения танцевальных связок в народном танце.

1.18. Флеш-моб. «Зажги, Россия»

Теория: Понятие линия, шахматный порядок, кулисы, задник.

Практика: Выполнение танцевальных комбинаций флеш-моба.

1.19. Хореографические конкурсы и фестивали.

Теория: Правила поведения на конкурсах и фестивалях. Приемы синхронного исполнения танцевального репертуара.

Практика: Отработка танцевальных номеров.

1.20. Образ танцора.

Теория: Правила поведения на сцене, за кулисами, в зрительном зале.

Внешний облик танцора.

Практика: Упражнения на отработку освоенных танцевальных движений и концертного репертуара.

1.21. Отчетный концерт «Планета детства».

Практика: Концертное выступление.

1.22. Танцевальные связки в танце.

Практика: Выполнение танцевальных движений.

1.23. Концертная деятельность.

2 год обучения

Тема 1. «Вводное занятие» 2 часа.

СЕН.Теория: Понятие о нормах поведения на занятиях и во «Дворце творчества». Инструктаж по технике безопасности. Беседа: Полезно, вкусно, вредно (полезные и вредные для здоровья продукты).

Практика: Игры на знакомство.

Тема 2. «Разминка. Кросс. Партер». 15 часов.

2.1. Постановка корпуса, позиции рук, ног.

Теория: Способы постановки корпуса, позиции рук, ног. Понятие «ровная спина».

Практика: Упражнения на правильную постановку корпуса, позиции ног, рук.

2.2. Разминка в эстрадном танце.

Теория: Понятие разминка.

Практика: Выполнения движений разминки.

2.3. Партерная гимнастика. Борис Князев – основатель партерной техники.

Теория: Партерная гимнастика. Творчество Бориса Князева.

Практика: Способы выполнения движений в партерной технике.

2.4. Базовый шаг. Роул степ (шаг назад).

Теория: Понятие базового шага «роул степ».

Практика: Выполнение базового шага «роул степ».

2.5. Партерная гимнастика. Упражнения стрейч-характера ("растяжка").

Теория: Понятие уровни.

Практика: Упражнения стрейч-характера ("растяжка").

2.6. Упражнения стрейч-характера ("растяжки"). Растяжка передней поверхности бедра.

Теория: Повторение понятия «стрейч».

Практика: Выполнение упражнений в технике партерной гимнастики.

2.7. Прием переката из положения «лежа прогнувшись».

Теория: Способы выполнения переката из положения «лежа прогнувшись».

Практика: Упражнения для мобильности позвоночного столбца. Игры на командообразование.

2.8. Гибкость спины.

Теория: Понятие гибкость спины.

Практика: Упражнения для укрепления спины.

2.9. Сила тела человека в танце.

Теория: Правила исполнения движения «полуприсед, наклон вперед прогнувшись, руки вперед» столбик + плие. Понятие подъем.

Практика: Упражнение «Сед на подъемах».

2.10. Движение «Складка на подъемах».

Теория: Понятие выносливость. Упражнения на выносливость.

Практика: Выполнения движения «Складка на подъемах».

2.11. Гибкость спины (с прогибом).

Теория: Понятие гибкость спины.

Практика: Выполнение движения «прогиб с резиной». Упражнения «Коробочка».

2.12. Готовимся к шпагату.

Теория: Понятие шпагат, стрелочка, выпад.

Практика: Подготовительные упражнения к шпагату: «Стрелочка», «выпады».

2.13. Упражнение «Бабочка, ромбик». Упражнение «Корзинка». «Наклон вперед сидя» - «Складка сидя»

Теория: Правила исполнения.

Практика: Выполнение упражнений «бабочка, ромбик», «корзинки», «складки сидя».

2.14. Упражнение Перекат из положения «Лёжа прогнувшись» - лодочка на животе.

Теория: Правила исполнения перекатов.

Практика: Выполнения переката из положения «Лёжа прогнувшись» - лодочка на животе.

2.15. «Лягушка с волнами». «Шпагат».

Теория: Правила исполнения движений.

Практика: Выполнение упражнения «Лягушка с волнами». «Шпагат».

2.16. Раздел «Сила» упражнение «Колечко силой из лодочки».

Теория: Понятие сила.

Практика: Способы выполнения упражнения «колечко» с силой из лодочки.

2.17. «Раздел гибкость спины». Упражнение «Мостик». Упражнение шпагат с возвышенности, с прогибом.

Теория: Понятие мостик.

Практика: Выполнения упражнения «Мостик». «Шпагат» начальное обучение на полу без «йога –кубика».

2.18. Раздел «Кросс».

Теория: Понятие «Кросс». Повторение 1-го года обучения.

Практика: Выполнение упражнений по диагонали.

2.19. «Шассе».

Теория: Понятие «Шассе».

Практика: Выполнения шассе в медленном и быстром темпе.

2.20. Прыжок «Хоп».

Теория: Понятие прыжок хоп.

Практика: Разучивание в медленном темпе прыжка «хоп». Соединение в танцевальную связку.

Тема 3. «Элементы эстрадного и современного танца» 19 часов.

3.1. История развития джаз танца. Основные позиции рук и траекторий движений, прошлогодних комбинаций.

Теория: История развития джаз танца.

Практика: Выполнение основных позиций рук и траекторий движений, прошлогодних комбинаций.

3.2. Движения, развивающие координацию, которые задействуют движения двух центров – рук, ног.

Теория: Понятие центр, координация.

Практика: Разучивание движений двух центров – рук, ног.

3.3. Гранд баттмант жете в продвижении.

Теория: Гранд баттмант жете

Практика: Выполнения гранд - баттмант жете.

3.4. Гранд баттмант жете в продвижении.

Теория: Гранд баттмант жете в продвижении

Практика: Повторение гранд баттмант жете в продвижении. Выполнение в быстром темпе.

3.5. «Перекидное жете»

Теория: Понятие перекидное жете.

Практика: Выполнение перекидного жете в продвижении.

3.6. «Учебная связка перекидное жете с жете»

Теория : Понятие перекидное жете с жете

Практика: Выполнение перекидное жете с жете»

3.7. «Кик» по диагонали.

Теория: Понятие кик.

Практика: Выполнение кик в медленном темпе в продвижении.

3.8. Боди ролл.

Теория: Понятие «Боди ролл».

Практика: Выполнения вперед, в сторону, назад.

3.9. Слайд с прыжком хоп.

Теория: Понятие «Слайд».

Практика: Выполнение «Слайд с прыжком хоп».

3.10. Базовое движение «Кролик Роджер»

Теория: Понятие и способы исполнения движения «Кролик Роджер»

Практика: Выполнение движения в медленном темпе.

3.10. Изучение 1ой танцевальной связки эстрадного танца.

Теория: Способы выразительного исполнения и донесения характера и точной манеры танца.

Практика: Выполнение 1-ой танцевальной связки.

3.11. Повторение 1-ой танцевальной связки и разучивание 2-ой связки.

Работа над синхронным исполнением.

Теория: Правила исполнения танцевальных связок.

Практика: Выполнение танцевальных связок.

3.12. Повторение танцевальных связок.

Теория: Самостоятельная работа.

Практика: Выполнение и отработка отдельных танцевальных связок.

Тема 4 . «Элементы классического танца», «Постановочная деятельность», «Репетиционный период» 24 часа.

4.1. Знакомство с классическим танцем. Балет П. Чайковского «Щелкунчик».

Теория: Понятие классический танец.

Идеи добра и зла в балете П. Чайковского «Щелкунчик».

Практика: Постановка корпуса в классическом танце.

4.2. Основные положения рук, ног. Балет П. Чайковского «Спящая красавица». Известные исполнители.

Теория: Идеи добра и зла в балете П. Чайковского «Спящая красавица».

Практика: Позиции рук, ног в классическом танце.

4.3. Возникновение балета начало 19в. и конец 19в. «Пор де бра».

Теория: Возникновение балета начало 19в. и конец 19в. Понятие пор де бра.

Практика: Подготовка к пор де бра по позициям.

4.4. Экзерсис «деми-плие», «гранд-плие».

Теория: Понятие деми-плие, «гранд-плие».

Практика: Экзерсис у станка.

4.5. Экзерсис «баттмант тандю».

Теория: Понятие баттмант тандю.

Практика: Экзерсис у станка. Упражнения на отработку движений.

4.6. Баттмант тандю жете.

Теория: Понятие баттмант тандю жете.

Практика: Экзерсис у станка.

4.7. Рон де жамб партер.

Теория: Понятие рон де жамб партер.

Практика: Экзерсис у станка.

4.8. Экзерсис «баттмант фраппе».

Теория: Понятие баттмант фраппе. Экзерсис у станка.

Практика: Экзерсис у станка.

4.9. Релеве лянт на 45.

Теория: Понятие релеве лянт.

Практика: Экзерсис у станка.

4.10 Экзерсис «гранд- баттмант».

Теория: Понятие гранд баттмант.

Практика: Экзерсис у станка.

4.12. Соте.

Теория: Понятие соте.

Практика: Экзерсис у станка.

4.13 «Экзерсис у станка» Адажио.

Теория: Понятие адажио.

Практика: Экзерсис у станка.

4.14 Позы кроэзе, ефассе. (Croisee, Efaee) .

Теория: Понятие кроэзе, эфассе.

Практика: Выполнение движений.

4.15 Па курю.

Теория: Понятие «па курю».

Практика: Выполнение движения «па курю» с отпускание на одно колено.

4.16 Этюд "Весенняя рапсодия»

Теория: Весна-время чудес.

Практика: Постановка этюда «Весенняя рапсодия».

4.17 Концертная деятельность.

Теория: правила техники безопасности во время выступления.

Практика: Выступление.

Тема 5. «Народный стилизованный танец» 19 часов.

5.1. Танцы народов мира.

Теория: История народного танца

Практика: Видео презентации «Белорусский танец», «Башкирский танец», «Татарский танец»

5.2. Положение корпуса, рук, ног в народной пляске.

Теория: История возникновения стилизованного танца и развитие танцев народов мира.

Практика: Подготовительные движения рук из подготовительной позиции. Упражнения на раскрытие рук через 1-ю позицию во 2-ю и закрытие на талию.

5.3. «Ковырялочка».

Теория: Понятие, способы исполнения «ковырялочка».

Практика: Исполнение «ковырялочка» у станка.

5.4. «Веревочка» на месте.

Теория: Понятие «веревочка».

Практика: Выполнение движения веревочки на месте. Исполнение медленном темпе.

5.5. «Моталочка».

Теория: Понятие «Моталочка».

Практика: Выполнение «моталочки» на месте.

5.6. «Моталочка» по кругу.

Теория: Понятие «моталочка», «ковырялочка», «веревочка».

Практика: Исполнение движения моталочки по кругу. Соединение движения моталочки с веревочкой, ковырялочкой.

5.7. «Гармошка» по кругу.

Теория: Понятие «гармошка».

Практика: Выполнение одновременных поворотов обеих стоп из свободной позиции в 1-ю открытую и обратно, с продвижением в сторону.

5.8. «Хлопушка», вращения».

Теория: Понятие «Мужская хлопушка». Правила исполнения хлопушки.

Понятие «вращения». Способы выполнения в медленном темпе.

Практика: Исполнение в медленном темпе.

5.9. Ходы: простой шаг с продвижением вперед, назад, переменный шаг вперед, назад.

Теория: Понятие «плавная поступь». Танцевальный ход с носка, переменный шаг. Усвоение стиля и манеры исполнения русского народного танца.

Практика: Исполнение танцевального хода с носка.

5.10. Поклоны на месте, с продвижением вперед, назад.

Теория: Характер исполнения поклона в народном танце. Усвоение стиля и манеры исполнения русского народного танца.

Практика: Выполнение поклонов на месте, с продвижением вперед, назад.

5.11. «Припадание» с продвижением в сторону.

Теория: Понятие «припадание».

Практика: Выполнение подготовительных движений к «припаданию».

5.12. «Припадание» в повороте.

Теория:

Практика: Исполнение припадания в медленном и быстром темпе под русскую народную музыку.

5.13. Дроби. Дробная дорожка.

Теория: Понятие дроби, дробная дорожка. Усвоение стиля и манеры исполнения русского народного танца.

Практика: Выполнение дроби и дробной дорожки.

Мелкая непрерывная дробь с одинарным ударом каблука. способы исполнения.

Тема 6. Импровизация –10 часов.

6.1. Тренинг актерского мастерства «Зеркало».

Теория: Способы повторения движений с максимальной точностью выполнения.

Практика: Повторение движений с максимальной точностью выполнения.

6.2. «Волшебный предмет». Постановочная деятельность.

Теория: Тренинг актерского мастерства «Волшебный предмет». Способ передачи неживого образа в танце.

Практика: Исполнение танцевальных связок.

6.3.«Сиа́мские близнецы».

Теория: Тренинг актерского мастерства. «Сиа́мские близнецы»

Практика: Способ исполнения "Сиа́мских близнецов"

6.4. Игра – пантомима: «Кто живет в Африке»?

Теория: Понятие пантомимы. Принципы её исполнения. Основные принципы дыхания. Выделение различных групп мышц. Понятие о линиях корпуса.

Практика: Выполнение упражнений на передачу живого образа в танце.

6.5. «Чувство локтя», «Зеркало».

Теория: Понятие импровизация. Применение навыков расслабления

Практика: Упражнения на применение навыков расслабления.

6.6. Отчетный концерт «Планета детства».

Практика: Концертное выступление.

6.7.Творческая работа с партнером.

Теория: Способы работы в паре

Практика: Работа в паре «чувство плеча», «чувство локтя».

1.8.Сводная репетиция.

Теория: Понятие совершенствование исполнительского мастерства.

Практика: Исполнение танцевальных номеров.

6.9. Конкурс «Жемчужина танцпола».

Практика: Концертное выступление.

2.4. Планируемые результаты

Предметные:

Сформированы знания (представления) о:

- термины, определяющие характер музыкальных произведений;
- термины классического танца;
- термины современных танцев;
- новые направления, виды хореографии и музыки;
- историю развития танца (современного и классического);
- жанры музыкальных произведений.

Метапредметные:

Сформированы умения:

- сформирована мотивация к занятиям современным танцем;
- сформированы основы художественно-образного мышления, активной жизненной позиции ребенка путем развития его мотивационно-познавательной сферы;
- сформированы навыки здорового и безопасного образа жизни;
- развиты навыки самоконтроля и самостоятельности;
- сформирован навык творческого общения в коллективе;
- формировать спортивную, стройную фигуру.
- развивать чувство ритма, артистизма, такта.
- развивать музыкально-двигательные способности.

Личностные:

Сформированы основы:

- эстетического вкуса средствами современного эстрадного танца;
- доброжелательных и дружеских отношений обучающихся в коллективе;
- трудолюбия, активности, целеустремленности, ответственности
- двигательных и музыкальных способностей,
- сформирована правильная осанка.

3. Организационно – педагогические условия
3.1. Календарный учебный график на 2024 – 2025 уч.год

| | |
|---|---|
| Начало учебного года | 01 сентября 2024 г. |
| Окончание учебного года | 31 мая 2025г. |
| Продолжительность учебного года | 37 учебных недель |
| Начало занятий | 08.00 |
| Окончание занятий | 20.00 |
| Периодичность контроля успеваемости обучающихся | Входной контроль осуществляется в период с 01 сентября по 10 сентября. Промежуточная аттестация осуществляется в период с 21 по 31 декабря (за 1 полугодие). Итоговая аттестация осуществляется в период 23 – 31 мая. |
| Праздничные нерабочие дни | 04.11.2024 г., с 01 по 08.01.2025 г., 23.02.2025 г., 08.03.2025 г., 01.05.2025 г., 09.05.2025 г., 10.05.2025 г. |

3.2. Условия организации программы

Материально-техническое обеспечение

Занятия проводятся в специально оборудованном хореографическом зале (в соответствии СанПиН 2.4. 3648-20 ООДОД- хореографическом зале, площадь не менее 68 м кв;

- балетные станки и зеркала по периметру зала;
- гимнастические коврики;
- гимнастический инвентарь: ленты, планки, обручи;
- танцевальная обувь: балетки;
- сценические костюмы;
- музыкальный центр, акустическая система;
- медиатека произведений различных музыкальных жанров.

Кадровое обеспечение

Реализация программы обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими среднее профессиональное образование или высшее образование, соответствующее направленности дополнительной общеразвивающей программы.

Методические материалы

Программа составлена на основе программ «Современный танец» авторов Серебренниковой Татьяны Владимировны; Заторской Ирины Богдановны; по эстраднему танцу «Мир эстрадной хореографии», автор - Мамадалиева Марина Анатольевна; Школа классического танца автор - Костровицкая В, Писарев А.

Формы обучения:

- фронтальная* (опрос, повторение изученного, уточнение сложных комбинаций всей группой);
- групповая* (занятия с группами обучающихся);
- в парах* (работа с партнерами);
- индивидуально-групповая* (свободная импровизация);
- студийная* (творческая деятельность всех участников студии).

Основной вид занятий - учебное занятие. Используются и такие формы, как практическое занятие (постановочная деятельность, репетиционная работа), концертная деятельность.

Теоретическая работа по программе предусматривает:

- беседы о правилах по технике безопасности, истории возникновения и развития танца, характере музыкальных произведений; темпе музыки; динамических оттенках музыки; позах в классическом танце; здоровом образе жизни; знакомстве со сценой и культуре поведения на сцене и за кулисами.

Практическая работа: разминка в начале каждого занятия, которая направлена на разогрев всех мышц; кросс по диагонали, который нацелен на координацию движений в пространстве; экзерсис основа любой хореографической подготовки, развиваются физические качества, необходимые для профессионального выполнения движений практически любой танцевальной техники (выворотность, эластичность и силу мышц ног и спины, правильную постановку корпуса, рук и головы, устойчивость, координацию движений); партер (упражнения на полу); постановочная работа (изучение танцевальных движений, разводка номера, исполнение движений и хореографических постановок).

Большое место в образовательном процессе для обучающихся дошкольного и младшего школьного возраста занимает игра (психологическая потребность осмысления новых знаний через игры). На занятиях используются музыкально-ритмические, коммуникативные игры («Назови своё имя», «Кошки-мышки», «Липучки-приставучки», «У медведя во бору», «Третий лишний» и другие).

Программой предусмотрено посещение и участие в конкурсах, фестивалях современного танца с целью обогащения опыта обучающихся, дальнейшей мотивации на занятия современным танцем.

3.3. Формы аттестации и оценочные материалы

Периодичность и порядок текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по программе осуществляется согласно календарного учебного графика.

Формы контроля:

Входной (определяет уровень подготовленности обучающихся в области хореографии при поступлении в объединение).

Текущий (контрольное задание, устный опрос, наблюдение, хореографическая постановка и др.).

Итоговый (отчётный концерт).

Периодичность и порядок текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся определяется педагогом самостоятельно.

Методы диагностики: используется методика диагностики музыкальных и танцевальных способностей у обучающихся Богатырева С.М.

4. Список литературы для педагогов

- 1.Браиловская Л. В Самоучитель по танцам. Ростов н/Дону: Феникс,2003г.
2. Захаров Р. Сочинение танца. Москва: «Искусство»1983г.
3. Захарова, О. Ю. Русский бал XVIII - начала XX века. Танцы, костюмы, символика / О.Ю. Захарова. - М.: Центрполиграф, 2014. - 349 с.
- 4.Костровицкая В. Писарев А. Школа классического танца. Ленинград: Издательство Искусство, 1968г.
5. Поталицина О. Джазовый - танец. Барнаул,2004г.
6. Пуртова Т. Беликова А. Учите детей танцевать. Москва: Гуманитарное изд. центр «ВЛАДОС»2003г.
7. Руднева С. Фиш Э. Музыкальное движение. Ритмика. Москва.1987г.
8. Школа танцев для детей. Ленинград 2009г.
- 9.П.А. Пестов. Уроки классического танца – Москва, 1999г. 2. Т.
10. РобертГе. 5 минут растяжки – Минск, 1999г.
11. Н.А. Вихрева. Экзерсис на полу – Москва, 2004г.

Нормативные документы:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
3. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р);
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;
5. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
7. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области № 932-Д от 10.08.2023г. «О внесении изменений в регламент проведения независимой оценки качества (общественной экспертизы) дополнительных общеобразовательных программ, утвержденный приказом Министерством образования и молодежной политики Свердловской области от 20.04.2022 N 392-Д».
8. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 25.08 2023 г. N 963-Д «О внесении изменений в Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 29.06.2023 г. N 785-Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация

дополнительных общеразвивающих программ» в соответствии с социальным сертификатом»;

9. Методические рекомендации «Разработка дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в образовательных организациях» (утверждены приказом ГАНОУ СО «Дворец молодежи» от 26.10.2023г. №1104-д;

10. Муниципальная программа Городского округа Красноуфимск «Развитие системы образования в городском округе Красноуфимск до 2028 года» (Постановление администрации ГО Красноуфимск № 1243 от 27.12.2022г.)»

11. Устав МАУДО «Дворец творчества» утвержден Приказом № 197 Муниципального органа управления образованием Управление образованием городского округа от 02.07.2023 г.

12. Положение о дополнительных общеразвивающих программах МАУДО «Дворец творчества», утверждено приказом №37-ОД от 27.08.2024 г.

Словарь

1. **Аутпозиции** – это позиции классической школы танца. Исполняя их, мы все же не будем ставить своей целью стремление добиться стопроцентно выворотного положения ног, оставляя эту задачу занятиям по классическому танцу.

используются следующие позиции:

- I позиция – пятки сомкнуты вместе, носочки разведены и направлены в разные стороны – *I поз*;
- II позиция – ноги расположены на расстоянии одной стопы друг от друга, пяточки направлены друг к другу, носочки разведены в разные стороны – *II поз*;
- III позиция – пятка одной ноги приставлена к середине стопы другой ноги, носки разведены в стороны (впереди может быть правая или левая нога) – *III поз*;
- IV позиция – одна нога находится впереди другой на расстоянии одной стопы, носки разведены в стороны. Носок ноги, стоящей впереди, находится напротив пятки ноги, стоящей сзади (впереди может быть правая или левая нога) – *IV поз*;
- V позиция – пятка одной ноги приставлена к носку другой. Носки разведены в противоположные стороны (впереди может быть правая или левая нога) – *V поз*;
- «стойка» – устойчивое позиция ног при незначительном выворотном положении, шире второй позиции - «стойка».

2. **Параллельные позиции** – это позиции, при которых ноги расположены прямо и параллельно.

используются следующие позиции:

- 1 параллельная позиция – обе ноги поставлены рядом прямо и параллельно, соприкасаясь друг с другом внутренними сторонами (в бальных танцах при этой позиции носки ног могут быть чуть разведены – не точная параллель) – *1 пар.поз*;
 - 2 параллельная позиция – обе ноги прямо и параллельно, расположены на уровне косточек тазобедренного сустава (приблизительно на расстоянии стопы друг от друга) – *2 пар.поз*;
 - 4 параллельная позиция – ноги расположены по одной линии друг перед другом на расстоянии одной стопы (впереди может быть правая или левая нога) – *4 пар.поз*.
3. **Инпозиции** – это позиции, при которых одна или обе ноги направлены носочком к противоположной ноге.
- Инпозиция. Из «стойки» разверните левую ногу так, чтобы стопа оказалась направлена носочком к пятке правой ноги, и составила перпендикуляр. При этом пелвис остается в прежнем положении, а корпус разворачивается направо. В этом случае – это инпозиция вправо – *инпоз. (пр.)*. Правая нога направлена к пятке левой ноги, корпус развернут налево – инпозиция влево – *инпоз. (л.)*
 - Инпозиция в *demi-plié*. *Инпоз. (пр.)* – правая нога располагается на всей стопе, левая нога – на подушечке. *Инпоз. (л.)* – левая нога располагается на всей стопе, правая нога – на подушечке.
 - Инпозиция с движением пелвиса. *Инпоз. (пр.)спелвис* – левая нога на всей стопе (не точный перпендикуляр к правой ноге), колено выпрямлено; правая нога – на ней вес тела, согнута в колене, стопа на подушечке; пелвис максимально выдвинут в правую сторону; корпус развернут направо, при этом двумя плечами отклониться назад. *Инпоз. (л.)спелвис* – правая нога на всей стопе (не точный перпендикуляр к левой ноге), колено выпрямлено; левая нога – на ней вес тела, согнута в колене, стопа на подушечке; пелвис максимально выдвинут в левую сторону; корпус развернут налево, при этом двумя плечами отклониться назад.

Опорной ногой называется та нога, на которой сосредоточен вес тела и служащая опорой.

Рабочей ногой называется нога, которая выполняет движение в то время, когда вес тела находится на опорной ноге.

Положения ног и некоторые основные движения

Point (*поинт*) – это положение ноги, при котором стопа вытянута.

Flex(*флекс*) – сокращенная стопа.

Demi-plié (*деми-плие*) – полуприседание. При выходе в это положение колени должны быть направлены в ту же сторону, что и стопы. Пяточки от пола не отрываются, за исключением выполнения *demi-plié* в положении *relevé*.

Grandplié(*гран плие*) – полное (глубокое) приседание. При выходе в это положение колени должны быть направлены в ту же сторону, что и стопы. Полное приседание может выполняться при вертикальном положении тела – пяточки в этом случае отрываются от пола. При *сворачивание тела* – пяточки от пола не отрываются.

Relevé(*релеве*) – положение, при котором пяточки отрываются от пола, вес тела переносится на подушечки; подъем на подушечки (полупальцы).

Hiplift(*хип лифт*) – это подъем бедра вверх.

Bruch(*браш*) – «щетка». Движение на самом деле напоминает движение щетки: это скольжение или мазок всей стопой по полу при переходе из одного положения в другое.

Surlecou-de-pied (*сюрле ку-де-нье*) или **просточou-de-pied** (*ку-де-нье*)– это положение вытянутой стопы рабочей ноги на щиколотке опорной ноги спереди или сзади. Используется и параллельное – это положение сбоку щиколотки.

Passé(*пассе*) – это положение, при котором вытянутая стопа рабочей ноги находится у колена опорной ноги. В выворотном положении колено рабочей ноги направлено в противоположную сторону от колена опорной ноги. В параллельном – колено направлено вперед.

Tire-bouchon(*тир бушон*) – буквально означает «штопор». Это положение, при котором нога находится впереди, согнута в колене (тупой угол). В выворотном положении колено направлено в сторону, в параллельном – вверх.

Attitude (*аттитюд*) – это положение, при котором нога находится сзади, согнута в колене (тупой угол). В выворотном положении колено направлено в сторону, в параллельном – вниз.

Выпад и полу выпад. Выпад – максимально широкое резкое движение на одну из ног, которая при этом сгибается в колене, вперед или в сторону, вес тела переносится на эту ногу, другая нога – прямая. Полу выпад – выпад с меньшей амплитудой движения.

Battement tendu (*батман тандю*) – одно из базовых движений классического танца, используемое также и в модерн-джаз танце. Это скользящее движение ноги, которая отводится на носок вперед, назад или в сторону. Движение выполняется всей ногой от бедра, не сгибаясь в колене. Может выполняться в выворотном или параллельном положении. В выворотном положении необходимо обращать внимание на следующее: нога выводится вперед на носочек пяточкой, возвращается в позицию носочком; нога выводится назад на носочек носочком, возвращается – пяточкой.

Battement tendu jeté (*батман тандю жете*) – это скользящее движение ноги вперед, назад или в сторону, при котором нога, проходя *battementtendu*, поднимается в воздух на 45°. Движение активное с точкой фиксации в воздухе. Может выполняться в выворотном или параллельном положении.

Grand battement (*гран батман*) – это скользящее движение ноги вперед, назад или в сторону, при котором нога, проходя *battement tendu* и *battement tendu jeté*, поднимается в воздух на 90°. Движение активное с точкой

фиксации в воздухе. Может выполняться в выворотном или параллельном положении.

Rond de jambe parterre (*ронд де жамб партерр*) – круг вытянутой ногой, касаясь пальцами пола. При исполнении движения нога из исходного положения должна пройти три точки: положение *battement tendu* вперед, в сторону и назад – *en dehors*, либо *battement tendu* назад, в сторону и вперед – *en dedans*. Может выполняться в выворотном или параллельном положении.

Rond de jamb eenl'air (*ронд де жамб ан лер*) – круг вытянутой ногой по воздуху, при котором нога также должна пройти три точки.

En dedans (*ан дедан*) – направление движения или поворота к себе, вовнутрь.

En dehors (*ан деор*) – направление движения или поворота от себя или наружу.

Kick (*кик*) – буквально означает «пинок». Чтобы выполнить его, ногу, согнув в колене, необходимо поднять на уровень *sur le cou-de-pied* или *passé*, после чего сделать удар ногой (стопа находится в положении *point*) от колена на 45° или 90°. Выполняется вперед (или в противоположную ноге сторону) из параллельного положения, в сторону – из выворотного положения.