


**Комитет образования администрации города Тамбова Тамбовской области  
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Центр дополнительного образования детей»**

Рекомендована к утверждению  
Методическим советом МБУДО ЦДОД  
Протокол от 30.05.2023 №4  
Председатель методического совета  
 Пишугина Т.А.



Утверждаю  
Директор МБУДО ЦДОД  
Кальдишева О.Г.  
Приказ от 30.05.2023 г. № 254

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
художественной направленности

**«Танец на новой волне»**  
(хореография)

Возраст обучающихся: 7-15 лет  
Срок реализации: 7 лет

Автор-составитель: Барболина Ольга Николаевна,  
педагог дополнительного образования

**г. Тамбов, 2023**

## ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА

1. Учреждение	Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр дополнительного образования детей»
2. Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танец на новой волне»
3. Сведения об авторе-составителе 3.1. Ф.И.О., должность	Барболина Ольга Николаевна, педагог дополнительного образования
4. Сведения о программе 4.1. Нормативная база	ФЗ от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р «Концепция дополнительного образования детей до 2030 года»; Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»; Постановление Главного государственного врача РФ 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»
4.2. Тип	модифицированная
4.3. Направленность	художественная (хореография)
4.4. Уровень содержания	продвинутый
4.5. Область применения	дополнительное образование
4.6. Продолжительность обучения	7 лет
4.7. Год разработки программы	2006
4.8. Возрастная категория обучающихся	7-15 лет

## **Блок № 1. «Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной программы»**

### **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Современный танец – направление искусства танца, включающее танцевальные техники и стили XX – начала XXI в.в., сформировавшиеся на основе американского и европейского танца модерн и танца постмодерн. В данном направлении танец рассматривается как инструмент для развития тела танцовщика, формирования его идеальной хореографической лексики. Средствами этого выступает синтез, актуализация и развитие различных техник и танцевальных стилей. Для современного танца характерна исследовательская направленность, обусловленная взаимодействием танца с постоянно развивающейся философией движения и комплексом знаний о возможностях человеческого тела.

В настоящее время популярность хореографического искусства среди детей и подростков велика и на современном этапе отличается рядом особенностей, которые заключаются в проявлении новых тенденций, связанных с обращением к многожанровости и синтезу танцевальных форм и направлений при формировании репертуара. Основой многожанровости является многожанровый танцевальный материал, который позволяет овладеть особенностями танцевальных направлений и течений.

В программе «Танец на новой волне» используются методика обучения танцам Джима Холла, техники современных танцев Марты Грэхем, Хосе Аркадио Лимона, Мерса Каннингхема и контактная импровизация (техника релиз).

Данная программа имеет художественную направленность.

**Отличительной особенностью** программы является сочетание академических (классического, народного) и современных направлений танца (модерн, модерн- джаз, контемпорари) и современной альтернативной хореографии хип-хоп, брейк, фанк и др. танцевальных стилей).

Программа основана на принципе индивидуального подхода в обучении, может быть успешно реализована в группах детей с различными образовательными потребностями: одаренными детьми, детьми с ограниченными возможностями здоровья, детьми группы социального риска.

#### **Актуальность программы**

Программа направлена на развитие у детей танцевальных творческих способностей уже с самого раннего возраста. Вся творческая деятельность связана с общением, с передачей энергии мышления и через слово, и не вербально – через действенный танец. Программа включает в себя дисциплины, направленные на развитие пластической, музыкальной, сценической выразительности. Разнообразие направленности позволяет обеспечить заинтересованность детей в познании новых стилей танца, формируя тем самым определенный пласт знаний, умений и навыков, который служит основой для дальнейшего развития ребенка. Занятия в объединении предусматривают не только получение дополнительных знаний,

опыта сценической деятельности, но и раскрывают и обогащают внутренний мир ребенка, повышают его духовный, эстетический и культурный уровень развития.

### **Адресат программы**

Основной контингент данной программы – дети и подростки от 7 до 15 лет.

### *Возрастные особенности адресата программы*

Этот период является наиболее важным для развития эстетического восприятия, творчества и формирования нравственно-эстетического отношения к жизни, которое закрепляется в более или менее неизменном виде на всю жизнь.

В это время развиваются формы мышления, которые обеспечивают дальнейшее усвоение различных знаний, развитие мышления.

Одновременно с появлением способности к обучению возникает и комплекс некоторых трудностей, в который входят трудности нового режима жизни, новых отношений с одноклассниками и педагогом. В это время у ребенка возникает апатия, связанная с невозможностью преодолеть эти трудности. Здесь очень важна эмоциональная поддержка родителей, помощь в преодолении этих трудностей. При этом педагог обязательно должен учитывать особенности возраста: произвольность, внутренний план действий и рефлексивность, которая проявляется при столкновении с различными дисциплинами.

В этот период можно выделить ведущую деятельность, которая должна учитываться педагогом. Она включает в себя приобретение новых знаний, умение решать различные задачи. Целесообразно в этот период заниматься творческой деятельностью.

Структура программы предполагает постепенное расширение и существенное углубление знаний, развитие умений и навыков учащихся, глубокое усвоение материала путем последовательного прохождения по годам обучения за 7 лет с учетом возрастных психологических особенностей детей.

### **Условия набора учащихся**

В объединение принимаются дети 6-14 лет, условием принятия служит желание детей и наличие у них медицинской справки о состоянии здоровья. Данная программа рассчитана на детей: младшего, среднего и старшего школьного возраста.

### **Сроки и объем программы**

1 год обучения: учащиеся занимаются 2 раза в неделю по 2 учебных часа (144 часа в год) с перерывом 10 минут;

2 и последующие года обучения: 3 раза в неделю по 2 учебных часа (216 часов) или 2 раза по 3 учебных часа (216 часов) с перерывом 10 минут.

**Язык обучения** – русский.

**Формы занятий** – фронтальная.

Программой предусмотрены теоретические, практические занятия с детьми.

**Цель программы** – развитие творческой личности ребенка через синтез традиционных академических систем хореографии и новых современных направлений танца.

Для достижения этой цели ставятся следующие **задачи**:

**Предметные:**

формирование у детей музыкально-ритмических навыков;  
формирование навыков правильного и выразительного движения в области классической, народной и современной хореографии;  
обучение приемам актерского мастерства;  
овладение танцевальным мастерством, танцевальной техникой;

**Метапредметные:**

развитие чувства ритма  
формирование правильной осанки, двигательных навыков;  
развитие эластичности и подвижности мышц;  
развитие музыкальных способностей;  
привитие художественного вкуса;  
повышение интеллектуального уровня детей;  
развитие у детей мотивации к творческой деятельности.

**Личностное развитие ребенка:**

приобщение детей к основам эстетической, духовной культуры через дополнительное хореографическое образование;  
развитие у детей активности и самостоятельности общения;  
формирование волевой активности;  
привитие трудолюбия;  
воспитание веры в свои силы;  
воспитание дисциплинированности, ответственности;  
формирование потребности в саморазвитии;  
формирование потребности в здоровом образе жизни;  
привитие эстетического вкуса и исполнительской культуры;  
привитие навыков хорошего тона и культурного поведения при общении друг с другом;  
формирование общей культуры личности ребенка, способной адаптироваться в современной жизни;  
формирование творческого коллектива детей и родителей.

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### Учебный план 1 год обучения

№ п/п	Тема	Теория	Практика	Всего
	<i>Вводное занятие</i>	<i>1</i>	<i>1</i>	<i>2</i>
<b>1</b>	<b>Постановка корпуса</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	<b>8</b>
<b>2</b>	<b>Музыкально - ритмическая деятельность</b>	<b>8</b>	<b>24</b>	<b>32</b>

2.1	Характер музыки, темп, динамика, жанры	2	6	8
2.2	Упражнения для развития ритмического движения, навыки выразительного движения	2	6	8
2.3	Шаг польки	2	6	8
2.4	Танец полька-галоп	2	6	8
<b>3</b>	<b>Игровой стрейтчинг</b>	<b>2</b>	<b>30</b>	<b>32</b>
3.1	Упражнения для развития различных групп мышц	2	6	8
3.2	Упражнения для развития гибкости позвоночника	-	8	8
3.3	Упражнения для развития выворотности в тазобедренных суставах и растяжки	-	8	8
3.4	Упражнения для укрепления стоп	-	8	8
<b>4</b>	<b>Построения и перестроения</b>	<b>4</b>	<b>28</b>	<b>32</b>
4.1	Построение в шеренгу, колонну, в шахматном порядке, диагональ	-	8	8
4.2	Рисунок танца	-	8	8
4.3	Хоровод «Берёзка»	2	6	8
4.4	Хороводная пляска «Пойду ль я выйду ль я...»	2	6	8
<b>5</b>	<b>Развивающие игры</b>	<b>4</b>	<b>12</b>	<b>16</b>
5.1	Первые шаги импровизации, танцевальные игры	2	6	8
5.2	Весенний танец	2	6	8
<b>6</b>	<b>Сюжетные танцы</b>	<b>4</b>	<b>16</b>	<b>20</b>
6.1	Танец «Неваляшки»	2	6	8
6.2	Танец «Птичий двор»	2	6	8
6.3	Этюды на выбор	-	4	4
	<i>Итоговое занятие</i>	-	2	2
	<b>Всего часов:</b>	<b>25</b>	<b>119</b>	<b>144</b>

## Содержание учебного плана 1 года обучения

### ***Вводное занятие***

*Теория.* Инструктаж по технике безопасности.

*Практика.* Выявление степени подготовленности детей (тесты и диагностический материал).

### **Раздел 1. Постановка корпуса**

*Теория.* Осанка, основные позиции рук, ног, выворотные и невыворотные позиции.

*Практика.* Правильная постановка корпуса, позиции рук (подготовительная I, II, III), ног (I, II, III, VI). Игровые упражнения на постановку рук. Игры на развитие внимания.

### **Раздел 2. Музыкально-ритмическая деятельность**

#### ***Тема 2.1. Характер музыки, темп, динамика, жанры***

*Теория.* Характер музыки (грустный-весёлый), темп (быстро-медленно), динамика (громко-тихо), жанры (песня, марш, танец).

*Практика.* Прослушивание вариантов музыки. Определение характера, темпа, динамики, жанров музыки. Движение детей в характере музыки. Игры на развитие внимания и музыкального слуха.

#### ***Тема 2.2. Упражнения для развития ритмического движения, навыки выразительного движения***

*Теория.* Разминочные упражнения. Ритм.

*Практика.* Выполнение упражнений для различных групп мышц тела, хлопки, полуприседания, притопы, различные виды шагов, бега, прыжков. Игры на развитие чувства ритма.

### ***Тема 2.3. Шаг польки***

*Теория.* Возникновение танца полька.

*Практика.* Подготовительные упражнения к шагу польки, переменный шаг, шаг с приставкой из III позиции, шаг шоссе.

### ***Тема 2.4. Танец полька-галоп***

*Теория.* Разновидности танца польки.

*Практика.* Элементы танца полька-галоп, комбинации в танце, постановка танца, манера исполнения. Игры на отработку шага польки и галопа.

## **Раздел 3. Игровой стрейтчинг**

### ***Тема 3.1. Упражнения для различных групп мышц пояса***

*Теория.* Необходимость стрейтчинга (растяжки). Понятие напряжение и расслабление («вялая-твёрдая», упругая мышца).

*Практика.* Укрепление мышц спины (упражнения «рыбка», «самолёт», «лодка», «качалочка», «стульчик», «книжка»), ног (бёдер, икр, сухожилий), тазового пояса, брюшного пресса.

### ***Тема 3.2. Упражнения для развития гибкости позвоночника***

*Практика.* Комплекс упражнений - наклоны вперёд, в сторону, назад, «деревце», «кобра» «кошка», «кораблик», «коробочка», «колечко», «мост».

### ***Тема 3.3. Упражнения для развития «выворотности» в тазобедренных суставах и растяжки***

*Практика.* Постепенное приседание по I позиции «ель, ёлка, ёлочка».

Упражнения на полу «бабочка», «ракушка», «лягушка».

### ***Тема 3.4. Упражнения для укрепления стоп***

*Практика.* Образно-игровые упражнения для укрепления стопы «прятки», «лесенка», «кружочки», «птичка».

## **Раздел 4. Построения и перестроения**

### ***Тема 4.1. Построения в шеренгу, колонну, в шахматном порядке, диагональ***

*Практика.* Построение в шеренгу, с соблюдением интервалов руки на поясе, руки в сторону, игры на построение «Знай своё место», «Аллея саженцев». Построение в одну – четыре колонны, игры на построение и перестроение «На параде», «Гномики - в домики». Построение в шахматном порядке, диагональ. Перестроения из шеренги в шахматный порядок и диагональ (использование наглядных пособий).

### ***Тема 4.2. Рисунок танца***

*Практика.* Построение в цепочку, круг, выворачивание круга, «змейка с воротцами», «улитка», «птичка». Перестроение на полукруг, сужение, расширение круга. Два концентрических круга, «квадрат», «звездочка», «карусель», «корзиночка», «плетень». Использование игр, карточек, игровых моментов.

### ***Тема 4.3. Хоровод «Берёзка»***

*Теория.* Танцы древней Руси (хороводы, игрища, пляски)

*Практика.* Хороводный шаг. Хороводное построение, перестроение. Постановка хоровода «Березка».

#### ***Тема 4.4. Хороводная пляска «Пойду ль я выйду ль я...»***

*Теория.* Разновидность танца – русская пляска.

*Практика.* Элементы танца, комбинации движений. Постановка пляски. Манера исполнения.

### **Раздел 5. Развивающие игры**

#### ***Тема 5.1. Первые шаги импровизации, танцевальные игры***

*Теория.* Понятие импровизации, использование импровизации в танце. Жесты, позы и движения.

*Практика.* Импровизированные движения на тему «Осенние листья», «Кукловоды», «Фейерверк». Игры «Передай другому», «Зеркало», «Хлопки и шаги», «Домики», «Маленький мячик», «Четыре стихии», «Воздушные шары», «День и ночь», «Делай, как я», «Фабрика игрушек», «Дракон».

#### ***Тема 5.2. Весенний танец***

*Теория.* Импровизация на тему весны.

*Практика.* Элементы движений, комбинации движений. Постановка танца.

### **Раздел 6. Сюжетные танцы**

#### ***Тема 6.1. Танец «Неваляшки»***

*Теория.* Образы в танце. Кукла-неваляшка.

*Практика.* Основной шаг «качалочка». Приставные шаги, приседания, вращения, выставление ноги на каблук и другие элементы танца. Смена мест в танце «до-за-до».

#### ***Тема 6.2. Танец «Птичий двор»***

*Теория.* Образы животных в танце.

*Практика.* Основной шаг с высоким подъемом бедра, пластика рук (имитация взмахов крыльев), наклоны корпуса. Рисунок танца, постановка танца.

#### ***Тема 6.3. Этюды на выбор***

*Практика.* Основные элементы этюдов – легкий бег, опускание на колено, вращение на полупальцах, разнообразные движения рук, пружинный шаг, выпады, подскоки, галоп, выставление ноги на пятку. Этюды «Цветы и гномики», «Бабочки и жуки».

### ***Итоговое занятие***

*Практика.* Отчетный концерт и награждение лучших учащихся объединения.

## **Предполагаемые результаты обучения**

К концу 1 года обучения учащиеся должны

### **знать:**

музыкальный размер (2/4; 3/4; 4/4);

основные позиции рук, ног;

основные движения некоторых несложных танцев;

различные способы построения и фигурного перестроения;

способы постановки корпуса;

формы музыкальных произведений;

### **уметь:**

действовать в соответствии с характером музыкального произведения;



воспроизводить ритмический рисунок танца;  
 начинать движение после вступления;  
 выполнять фигурные перестроения;  
 правильно заходить в зал;  
 выполнять некоторые несложные элементы танцев;

**владеть:**

способами постановки корпуса;  
 навыками выразительного движения.

**Уровень развития положительных качеств ребенка:**

слышать и слушать педагога;  
 быть дисциплинированными от начала до конца занятий;  
 быть пунктуальными и вежливыми по отношению друг к другу.

**Учебный план 2 год обучения**

№ п/п	Тема	Теория	Практика	Всего
	<i>Вводное занятие</i>	1	1	2
<b>1</b>	<b>Музыкально-ритмическая деятельность</b>	<b>8</b>	<b>24</b>	<b>32</b>
1.1	Основы музыкальной грамоты	2	6	8
1.2	Ритмическая разминка	2	6	8
1.3	Партерная гимнастика	2	6	8
1.4	Танцевальная композиция «Фейерверк»	2	6	8
<b>2</b>	<b>Классический танец</b>	<b>10</b>	<b>30</b>	<b>40</b>
2.1	Постановка корпуса	2	6	8
2.2	Экзерсис у палки	2	6	8
2.3	Аллегро (прыжки)	2	6	8
2.4	Этюды на импровизацию	-	8	8
2.5	Хореографические постановки	4	4	8
<b>3</b>	<b>Современный танец</b>	<b>14</b>	<b>50</b>	<b>64</b>
3.1	Джазовый танец	2	6	8
3.2	Ритм и синкопирование в джаз	2	6	8
3.3	Изолированные движения	2	6	8
3.4	Манера исполнения джаз-танца	2	6	8
3.5	Джазовые постановки	-	8	8
3.6	Элементы других джазовых танцев	2	6	8
3.7	Рок-н-ролл	2	6	8
3.8	Танцевальные композиции	2	6	8
<b>4</b>	<b>Народно-сценический танец</b>	<b>4</b>	<b>52</b>	<b>56</b>
4.1	Упражнения у тренажёрного станка	-	8	8
4.2	Присядки и полуприсядки	-	8	8
4.3	Вращения	-	8	8
4.4	Русский танец	2	6	8

4.5	Ходы и основные движения	-	8	8
4.6	Хлопки и хлопушки	-	8	8
4.7	Композиция танца	2	6	8
<b>5</b>	<b>Творческая деятельность</b>	<b>4</b>	<b>16</b>	<b>20</b>
5.1	Этюды	2	6	8
5.2	Импровизированный танец-игра	2	6	8
5.3	Музыкально-танцевальные игры	-	4	4
	<i>Итоговое занятие</i>	-	2	2
	<b>Всего часов:</b>	<b>41</b>	<b>175</b>	<b>216</b>

## Содержание учебного плана 2 года обучения

### ***Вводное занятие***

*Теория.* Инструктаж по технике безопасности.

*Практика.* Выявление степени подготовленности детей (тесты и диагностический материал).

### **Раздел 1. Музыкально-ритмическая деятельность**

#### **Тема 1.1. Основы музыкальной грамоты**

*Теория.* Средства музыкальной выразительности: метро-ритм (сильная, слабая доля такта), затакт. Понятие «рондо». Музыкальные размеры (2/4, 4/4, 3/4).

*Практика.* Определение начала движения с сильной доли такта и из-за такта. Игры с использованием различных ритмов: быстро, медленно, с ускорением и замедлением. Связь одного несложного движения с другим. Характеры музыки различных стилей народной, классической, современной. Просмотр видеоматериалов с танцами различных стилей. Элементы танцев различных стилей.

#### **Тема 1.2. Ритмическая разминка**

*Теория.* Использование акробатических элементов в современных танцах.

*Практика.* Воспроизведение ритмических рисунков музыкальных фрагментов хлопками в ладоши, притопами, головой. Комплекс упражнений для мышц шеи, плечевых суставов, грудного отдела, бедер. Техника выполнения прыжков, простых вращений. Кросс по диагонали.

#### **Тема 1.3. Партерная гимнастика**

*Теория.* Важность партерной гимнастики для развития и укрепления мышц тела.

*Практика.* Комплекс упражнений партерной гимнастики («радуга», «циркуль», «звезда», «березка», «улитка», «книжка», «мост» с опором на три точки).

#### **Тема 1.4. Танцевальные композиции**

*Теория.* Понятие фейерверк. Использование образа фейерверка в танце.

*Практика.* Прослушивание музыки. Элементы танца (подскоки, прыжки с поджатыми ногами и разножки, различные вращения). Соединение движений в комбинации. Постановка танца.

## **Раздел 2. Классический танец**

### ***Тема 2.1. Постановка корпуса***

*Теория.* Классический танец – основа хореографии.

*Практика.* Способы постановки корпуса в классическом танце. Классические позиции ног. Классические позиции рук. Видеоурок классического танца, фрагментов из балета П.И. Чайковского.

*Тема 2.2. Экзерсис у хореографического станка.*

*Теория.* Знакомство с понятиями классического танца. Техника выполнения классических элементов.

*Практика.*

plié по I, II, V позиции, лицом к станку;

battement - tendu по I поз. в сторону лицом к станку на 2 такта;

battement – tendu в сторону лицом к станку с остановкой ноги в пол при возвращении в I поз.;

battement – fondu положение ноги sur le cou-de pied спереди и сзади лицом к станку.

### ***Тема 2.3. Allegro (прыжки)***

*Теория.* Техника выполнения прыжков.

*Практика.* Sauté по I и II позиции на 2 такта.

Part de bras I форма.

Relevé по VI поз. по I и II поз., на 4 такта лицом к станку.

Классический экзерсис на середине зала.

### ***Тема 2.4. Этюды на импровизацию***

*Практика.* Импровизация с использованием различных образов (птичка, дождь, ветер, море).

### ***Тема 2.5. Хореографические постановки***

*Теория.* Польки Штрауса. Вальсы П.И. Чайковского. Использование элементов этих танцев в классическом балете.

*Практика.* Прослушивание музыки. Шаг польки. Элементы польки. Классическая постановка польки «Трик-трак». Классическая постановка вальса «Вальс цветов». Вальсовый шаг. Элементы вальса. Постановка танца.

## **Раздел 3. Современный танец**

### ***Тема 3.1. Джазовый танец***

*Теория.* История возникновения современного эстрадного танца.

*Практика.* Комплексы упражнений по развитию современной пластики.

### ***Тема 3.2. Ритм и синкопирование в джаз-танце***

*Теория.* Различные типы джаза (джаз-рок и фанк-джаз). Специализированные стили джаз-танца (соул, афро-карибский, бродвейский.).

*Практика.* Прослушивание джазовой музыки. Выделение хлопками синкопы в музыке. Разучивание танцевальных движений в стиле джаз. Джазовая походка с разворотом.

### ***Тема 3.3. Изолированное движение***

*Теория.* Изоляция в хореографии.

*Практика.* Изолированные движения тазом, плечами, характерно выраженная ладонь в танце.

### ***Тема 3.4. Манера исполнения джаз-танца***

*Теория.* Характер и эмоции в танце.

*Практика.* Джазовая походка. Элементы джаз-танца.

### ***Тема 3.5. Джазовые постановки***

*Практика.* Прослушивание музыкального материала к танцу «Лягушачий джаз». Разучивание элементов танца. Постановка рук, выдвигание бёдер в сторону. Круговые и полукруговые движения плеч. Перекрестные шаги в приседе с носка. Постановка танца. Отработка и уточнение движений.

### ***Тема 3.6. Элементы других джазовых танцев***

*Теория.* Характер и отличия танцев чарльстон, буги – вуги, блюз.

*Практика.* Прослушивание музыки. Основные элементы танцев чарльстон, буги – вуги, блюз («свивл», «свивл» на одной ноге, попеременное движение с двух ног, шассе в сторону, тряска плечами).

### ***Тема 3.7. Рок-н-ролл***

*Теория.* История возникновения танца «Рок-н-ролл».

*Практика.* Основное движение рок-н-ролла. Американский прерывистый поворот. Вариация бок о бок (закручивание, раскручивание). Перемена рук партнера. Разновидности рок-н-ролла (шейк, твист).

### ***Тема 3.8. Танцевальные композиции***

*Теория.* История возникновения танцев «Макарена», «Ламбада». Характер танцев, их отличия, музыкальный размер, костюмы.

*Практика.* Прослушивание музыки. Элементы танцев. Манера исполнения танцев. Постановочная работа.

## **Раздел 4. Народно-сценический танец**

### ***Тема 4.1. Упражнения у тренажёрного станка***

*Практика.* Упражнения у тренажёрного станка (demi-plies и grand-plies по выворотным позициям; battements-tendus (носок, каблук); каблучные упражнения; flic-flac (упражнения с ненапряженной стопой); подготовка к веревочке; дробные выстукивания; подготовка к «ключу»; русский «ключ»; каблучная дробь; battment fondu (развороты ноги на 45°; rond de jambe par terre (круг ногой по полу); grand battements jetes (большие броски); releve (подъем на полупальцы в выворотных и невыворотных позициях); перегибы корпуса (лицом к станку).

### ***Тема 4.2. Присядки и полуприсядки***

*Практика.* Подготовка к полуприсядкам и присядкам. Подскоки на полном приседании - «мячик». Присядка обычная и присядка с открыванием ноги в сторону на каблук на полуприседании и на полном приседании. Присядка с «разножкой» на каблуки в сторону.

### ***Тема 4.3. Вращения***

*Практика.* Техника выполнения вращений. Варианты вращений (на середине, по диагонали, по кругу). Сценические движения. Танцевальные комбинации.

### ***Тема 4.4. Русский танец***

*Теория.* Из истории русского танца. Характер исполнения русской пляски.

*Практика.* Сценические движения (положение рук, положение рук в парных и массовых танцах, движение рук, раскрытие рук в сторону, движение рук с платком, перевод рук из стороны в сторону, скрещивание рук на груди).

#### ***Тема 4.5. Ходы и основные движения***

*Практика* Ходы в русском танце (простой, переменный, дробный, все виды проходов, боковые ходы (припадание, «гармошка», «ёлочка»). Основные движения русского танца («верёвочка» (простая, двойная, двойная с переступанием, синкопированная), «ковырялочка», «моталочка», «молоточки»). Дробные выстукивания (дробная дорожка, дробь с подскоком, на месте с продвижением в повороте).

#### ***Тема 4.6. Хлопки и хлопушки***

*Практика.* Выполнение хлопков и хлопушек (одинарные по бедру и голенищу, тройные по подошве). Полуприсядки и полные присядки (с выбросом ноги вперёд, с продвижением в сторону). Вращения (на подскоках, с откидыванием ног в сторону, в сочетании с дробными движениями).

#### ***Тема 4.6. Композиция танца.***

*Теория.* Композиция танца (завязка, развитие действия, кульминация, развязка).

*Практика.* Прослушивание музыкального материала. Элементы русского танца. Комбинации танца. Постановка танца. Работа в парах, соло.

### **Раздел 5. Творческая деятельность**

#### ***Тема 5.1. Этюды***

*Теория.* Понятие творчества в хореографии.

*Практика.* Детские творческие этюды (художник, перелёт птиц, шторм на море, пробуждение природы, спортсмены).

#### ***Тема 5.2. Импровизированный танец-игра***

*Теория.* Сюжетная импровизация, сюжетно-игровой танец. Выражение эмоций в танцах. Манера исполнения сюжетно-игровых танцев.

*Практика.* Сюжетная импровизация «Цирк», «Куклы и кукловоды», «Времена года», «Ярмарка».

#### ***Тема 5.3. Музыкально-танцевальные игры***

*Практика.* Музыкально-танцевальные игры «Паровозик», «Буги-вуги», «Хокки-докки», «Музыкальный человек», «Ищи», «Идет козел по лесу», «Ау!», «Путаница», «Соло».

#### ***Итоговое занятие***

*Практика.* Отчетный концерт и награждение лучших учащихся объединения.

### **Предполагаемые результаты обучения**

К концу 2 года обучения учащиеся должны

#### **знать:**

- элементы классического танца;
- элементы современного танца;
- элементы народного танца;
- выразительные средства исполнения;
- технику исполнения движений;

#### **уметь:**

выполнять основные движения (различные виды бега, ходьбы, прыжков);  
 правильно осознанно подходить к исполнению движений;  
 доводить начатые упражнения до конца;  
 слушать педагога и повторять за ним элементы танцев и самостоятельно показывать;  
 выполнять элементы классического, современного и народного танцев;  
 импровизировать под музыку;  
 эмоционально исполнять танцевальные этюды;  
 исполнять танец в характере, манере различных народностей;  
**владеть:**  
 двигательными навыками (в ходьбе, беге, прыжках);  
 упражнениями на координацию движения.  
**Уровень развития положительных качеств ребенка:**  
 быть собранными и внимательными;  
 быть аккуратными;  
 не вступать в конфликты.

### Учебный план 3 год обучения

№ п/п	Тема	Теория	Практика	Всего часов
	<i>Вводное занятие</i>	<i>1</i>	<i>1</i>	<i>2</i>
<b>1</b>	<b>Классический танец.</b>	<b>6</b>	<b>58</b>	<b>64</b>
1.1	Экзерсис классического танца у станка	2	6	8
1.2	Адажио	-	8	8
1.3	Аллегро	-	8	8
1.4	Экзерсис на середине	-	8	8
1.5	Развивающие игры	2	6	8
1.6	Этюды	2	6	8
1.7	Хореографическая миниатюра «Кукла»	-	8	8
1.8	Хореографическая постановка «Цветы»	-	8	8
<b>2</b>	<b>Клубный танец.</b>	<b>8</b>	<b>56</b>	<b>64</b>
2.1	Современная разминка	2	6	8
2.2	Партерная разминка	-	8	8
2.3	Движения и комбинации в стиле хип-хоп	2	6	8
2.4	Элементы брейк-данса	2	6	8
2.5	Современные стили танца хип-хоп	2	6	8
2.6	Танец «Арам-зам-зам»	-	8	8
2.7	Танец «Американо»	-	8	8
2.8	Танец «Уикенд»	-	8	8
<b>3</b>	<b>Историко-бытовой танец.</b>	<b>4</b>	<b>28</b>	<b>32</b>
3.1	Элементы балльных танцев	2	6	8
3.2	Танец «Вальс»	-	8	8
3.3	Танцы Средневековья	2	6	8
3.4	Танец «Ригодон»	-	8	8
<b>4</b>	<b>Народно-сценический танец.</b>	<b>14</b>	<b>38</b>	<b>52</b>
4.1	Танцы народов мира	4	-	4

4.2	Русский танец «Барыня»	2	6	8
4.3	Итальянский танец «Тарантелла»	2	6	8
4.4	Ирландский танец	2	6	8
4.5	Американский танец «Кантри»	2	6	8
4.6	Мексиканский танец	2	6	8
4.7	Творческие задания	-	8	8
	<i>Итоговое занятие</i>	-	2	2
	<b>Всего часов:</b>	<b>33</b>	<b>183</b>	<b>216</b>

## Содержание учебного плана 3 года обучения

### ***Вводное занятие***

*Теория.* Инструктаж по технике безопасности.

*Практика.* Выявление степени подготовленности детей (тесты и диагностический материал).

### **Раздел 1. Классический танец**

#### ***Тема 1.1. Экзерсис классического танца у станка***

*Теория.* Классический танец как высшая форма современного балета. Либретто, музыка, костюмы.

*Практика.* Положения и позы классического танца. Экзерсис у станка: demi-plie, releve, battement tendu по I позиции крестом лицом к станку, комбинация battement tendu.

Battement tendu jete крестом по I позиции.

Rond de jamb par terre четверть круга по полу.

Battement fondu в сторону.

Battement frappe.

#### ***Тема 1.2. Адажио***

*Практика.* Элементы классической разминки.

Adajio. Grand battement jete. Pas de bourree лицом к станку с переменной ног.

#### ***Тема 1.3. Аллегро***

*Практика.* Классические прыжки.

Pas assemble на 2 такта в сторону. Pas echarpe по 2 позиции на 4 такта.

#### ***Тема 1.4. Экзерсис на середине***

*Практика.* Техника выполнения элементов классической разминки на середине.

#### ***Тема 1.5. Развивающие игр***

*Теория.* Чувства и настроения в танцах. Игровые образы.

*Практика.* Игры на развитие чувств, эмоциональности и пластики «Образ ожившей скульптуры», «Ожившая картина», «Сказочные персонажи».

#### ***Тема 1.6. Этюды***

*Теория.* Образы окружающего мира, использование их в постановке этюдов.

*Практика.* Прослушивание музыки, определение образа в этюдах, подбор танцевальных элементов в различных этюдах. Просмотр видеоматериалов по данной теме.

#### ***Тема 1.7. Хореографическая миниатюра «Кукла»***

*Практика.* Прослушивание музыки, определение образа в хореографической миниатюре «Кукла», подбор танцевальных элементов, костюма. Распределение ролей. Постановка хореографической миниатюры «Кукла».

### ***Тема 1.8. Хореографическая миниатюра «Цветы»***

*Практика.* Прослушивание музыки, определение образа в хореографической миниатюре «Цветы», подбор танцевальных элементов, костюма. Распределение ролей. Постановка хореографической миниатюры «Цветы».

## **Раздел 2. Клубный танец**

### ***Тема 2.1. Современная разминка***

*Теория.* Современная разминка с использованием элементов хип-хоп танцев.

*Практика.* Современная разминка. Комплекс упражнений для мышц шеи, рук, плеч, корпуса, таза и бёдер. Волны. Растяжки.

### ***Тема 2.2. Партерная разминка***

*Практика.* Специальные упражнения для укрепления мышц спины, рук, ног, пресса, развития гибкости, танцевального шага. Повороты. Броски. Акробатические упражнения.

### ***Тема 2.3. Движения и комбинации в стиле хип-хоп***

*Теория.* Манера исполнения и техника выполнения движений в стиле хип-хоп.

*Практика.* Движения в стиле хип-хоп (bounse (отскок), running man (бегущий человек),

criss-cross (крест-накрест), robosor (робот), crab (краб), sham rock (подделка кач),

harlem shake (трясти шейк), back jump (прыжок назад), монастырь).

### ***Тема 2.4. Элементы брейк-данс***

*Теория.* Особенности брейк-данса. Музыкальный ритм. Манера исполнения и техника выполнения движений в стиле брейк-данса. Элементы костюма.

*Практика.* Техники брейк-данс, манеры исполнения (элементы верхнего брейк-данса, элементы нижнего брейк-данса). Просмотр видеоуроков по данной теме.

### ***Тема 2.5. Современные стили танца хип-хоп***

*Теория.* Понятие хип-хоп культуры. История возникновения хип-хоп танцев. Современные стили и техники хип-хоп (popping, locking, waving, tutting, breaking, new style). Музыка, манера поведения, стиль одежды и направление хип-хоп в танце.

*Практика.* Базовые элементы разных стилей хип-хоп. Комбинации хип-хоп стилей.

### ***Тема 2.6. Танец «Арам-зам-зам»***

*Практика.* Прослушивание музыки. Элементы танцев. Комбинации движений. Манера исполнения танцев. Подбор костюма. Постановочная работа.

### ***Тема 2.7. Танец «Американо»***

*Практика.* Прослушивание музыки. Элементы танцев. Комбинации движений. Манера исполнения танцев. Подбор костюма. Постановочная работа.

### ***Тема 2.8. Танец «Уикенд»***



*Практика.* Прослушивание музыки. Элементы танцев. Комбинации движений. Манера исполнения танцев. Подбор костюма. Постановочная работа.

### **Раздел 3. Историко-бытовой танец**

#### ***Тема 3.1. Элементы бальных танцев***

*Теория.* История возникновения бальных танцев (полонез, полька, вальс, танго), их различия. Терминология бальных танцев.

*Практика.* Прослушивание музыки. Жесты и позы в танцах. Различия в характере исполнения и костюмах. Элементы бальных танцев (полонез, полька, вальс, танго). Танцевальные композиции. Просмотр видеоуроков по данной теме.

#### ***Тема 3.2. Танец «Вальс»***

*Практика.* Прослушивание музыки «Фигурного вальса», «Медленного вальса», «Венского вальса». Элементы танцев. Комбинации движений. Разница в манере исполнения танцев. Подбор костюма. Постановочная работа.

#### ***Тема 3.3. Танцы Средневековья***

*Теория.* История возникновения танцев Средневековья «Кароль», «Бранль», «Фарандола», «Бурре», «Ригодон». Музыка, позы, жесты, характер исполнения танцев. Правила поведения в парных танцах. Костюмы.

*Практика.* Прослушивание музыки танцев Средневековья. Элементы танцев. Комбинации движений. Разница в манере исполнения танцев. Подбор костюма. Постановочная работа.

#### ***Тема 3.4. Танец «Ригодон»***

*Практика.* Прослушивание музыки. Элементы танца «Ригодон». Комбинации движений. Манера исполнения танца. Подбор костюма. Постановочная работа. Просмотр видеоуроков по данной теме.

### **Раздел 4. Народно-сценический танец**

#### ***Тема 4.1. Танцы народов мира***

*Теория.* Особенности народных (русского, американского, мексиканского, итальянского, ирландского, испанского) танцев. Национальный колорит. Музыка, характер и манера исполнения танцев народов мира. Костюмы.

#### ***Тема 4.2. Русский танец «Барыня»***

*Теория.* История возникновения русского танца «Барыня». Музыка, характер исполнения танца.

*Практика.* Прослушивание музыки. Сценические движения (положение рук, движение рук, раскрытие рук в сторону, движение рук с платком, перевод рук из стороны в сторону, скрещивание рук на груди, переменный шаг, «ковырялочка», присядки, хлопушки, вращения, дроби). Комбинации движений. Манера исполнения танца. Подбор костюма. Постановочная работа. Просмотр видеоматериалов по данной теме.

#### ***Тема 4.3. Итальянский танец «Тарантелла»***

*Теория.* История возникновения итальянского танца «Тарантелла». Национальный колорит. Музыка, характер исполнения танца.

*Практика.* Прослушивание музыки. Особенности исполнения элементов танца. Элементы танца «Тарантелла». Комбинации движений. Характер

исполнения танца. Подбор костюма. Постановочная работа. Просмотр видеоматериалов по данной теме.

#### ***Тема 4.4. Ирландский танец***

*Теория.* История возникновения ирландского танца. Национальный колорит. Музыка, характер исполнения танца.

*Практика.* Прослушивание музыки. Особенности исполнения элементов танца. Постановка корпуса, головы, рук, ног. Элементы ирландского танца. Комбинации движений. Характер исполнения танца. Подбор костюма. Постановочная работа. Просмотр видеоматериалов по данной теме.

#### ***Тема 4.5. Американский танец «Кантри»***

*Теория.* История возникновения американского танца «Кантри». Национальный колорит. Музыка, характер исполнения танца.

*Практика.* Прослушивание музыки. Особенности исполнения элементов танца «Кантри». Постановка корпуса, головы, рук, ног. Элементы американского танца. Комбинации движений. Характер исполнения танца. Подбор костюма. Постановочная работа. Просмотр видеоматериалов по данной теме.

#### ***Тема 4.6. Мексиканский танец***

*Теория.* История возникновения мексиканского танца. Национальный колорит. Музыка, характер исполнения танца.

*Практика.* Прослушивание музыки. Особенности исполнения элементов мексиканского танца. Постановка корпуса, головы, рук, ног. Элементы танца. Комбинации движений. Взаимодействие в паре. Характер исполнения танца. Подбор костюма. Постановочная работа. Просмотр видеоматериалов по данной теме.

#### ***Тема 4.7. Творческие задания***

*Практика.* Детские творческие постановки с использованием элементов изученных танцев. Подбор музыки и костюмов. Анализ детских постановок.

#### ***Итоговое занятие***

*Практика.* Отчетный концерт и награждение лучших учащихся объединения

### **Предполагаемые результаты обучения**

К концу 3 года обучения учащиеся должны

#### **знать:**

специфические особенности постановки корпуса;

слышать и понимать значение вступительных и заключительных аккордов упражнения;

различные по характеру танцы;

#### **уметь:**

артистично исполнять хореографические постановки;

различать особенности медленных и быстрых танцев;

исполнять движения осознанно и доводить их до конца;

#### **владеть:**

навыками исполнительского мастерства;

мимикой;

пластикой тела.

**Уровень развития положительных качеств ребенка:**  
должны быть добрыми, отзывчивыми и инициативными.

### Учебный план 4 год обучения

№ п/п	Тема	Теория	Практика	Всего часов
	<i>Вводное занятие</i>	1	1	2
<b>1</b>	<b>Уличные танцы</b>	<b>10</b>	<b>38</b>	<b>48</b>
1.1	Элементы street dance	2	6	8
1.2	Элементы breaking	2	6	8
1.3	Элементы стрит-джаз танца	2	6	8
1.4	Элементы ragga jem	2	6	8
1.5	Элементы ragga salsa	2	6	8
1.6	«Телефонные кнопки» dance	-	8	8
<b>2</b>	<b>Актерское мастерство</b>	<b>6</b>	<b>42</b>	<b>48</b>
2.1	Поза в хореографическом искусстве	2	6	8
2.2	Пантомима и жест	2	6	8
2.3	Выразительность человеческого тела	2	6	8
2.4	Пластические этюды	-	8	8
2.5	Актерские игры	-	8	8
2.6	Этюд «Бревно и гусеница»	-	8	8
<b>3</b>	<b>Контемпорари</b>	<b>8</b>	<b>24</b>	<b>32</b>
3.1	Пространство и время	4	4	8
3.2	Передача веса	2	6	8
3.3	Партнерство в танцах	2	6	8
3.4	Игровые ситуации	-	8	8
<b>4</b>	<b>Современный танец</b>	<b>8</b>	<b>72</b>	<b>80</b>
4.1	Основные законы движения в модерн-джаз танце	4	4	8
4.2	Понятия isolation и level	2	6	8
4.3	Акробатические levels	-	8	8
4.4	Стретчинг	-	8	8
4.5	Позиции и положения рук, ног и корпуса в модерн-джаз танце	2	6	8
4.6	Элементы танца модерн	-	8	8
4.7	Элементы танца модерн-джаза	-	8	8
4.8	Композиции в стиле модерн-джаз	-	8	8
4.9	Танец «Черемуха»	-	8	8
4.10	Танец «Вулкан»	-	8	8
<b>5</b>	<b>Детское творчество (постановка танцев)</b>	<b>-</b>	<b>4</b>	<b>4</b>
	<i>Итоговое занятие</i>	-	2	2
	<b>Всего часов:</b>	<b>33</b>	<b>183</b>	<b>216</b>

### Содержание учебного плана 4 года обучения

#### **Вводное занятие**

*Теория.* Инструктаж по технике безопасности.

*Практика.* Выявление степени подготовленности детей (тесты и диагностический материал).

## **Раздел 1. Уличные танцы**

### ***Тема 1.1. Элементы street dance***

*Теория.* История возникновения street dance. Музыка, костюмы, особенности исполнения танца.

*Практика.* Прослушивание музыки. Элементы street dance. Танцевальные комбинации в стиле street dance. Манера исполнения танца. Просмотр фото и видеоматериалов.

### ***Тема 1.2. Элементы breaking***

*Теория.* История возникновения breaking. Музыка, костюмы, особенности исполнения танца.

*Практика.* Прослушивание музыки. Элементы breaking. Танцевальные комбинации в стиле breaking. Манера исполнения танца. Просмотр фото и видеоматериалов.

### ***Тема 1.3. Элементы стрит-джаз танца***

*Теория.* История возникновения стрит-джаз танца. Музыка, костюмы, особенности исполнения танца.

*Практика.* Прослушивание музыки. Элементы стрит-джаз танца. Танцевальные комбинации в стиле стрит-джаз танца. Манера исполнения танца. Просмотр фото и видеоматериалов.

### ***Тема 1.4. Элементы ragga jem***

*Теория.* История возникновения ragga jem. Музыка, костюмы, особенности исполнения танца.

*Практика.* Прослушивание музыки. Элементы ragga jem. Танцевальные комбинации в стиле ragga jem. Манера исполнения танца. Просмотр фото и видеоматериалов.

### ***Тема 1.5. Элементы ragga salsa***

*Теория.* История возникновения ragga salsa. Музыка, костюмы, особенности исполнения танца.

*Практика.* Прослушивание музыки. Элементы ragga salsa. Танцевальные комбинации в стиле ragga salsa. Манера исполнения танца. Просмотр фото и видеоматериалов.

### ***Тема 1.6. «Телефонные кнопки» dance***

*Практика.* Прослушивание музыки. Смешение стилей современных направлений танцев. Элементы танца хип-хоп в постановке «Телефонные кнопки» dance. Элементы танца рагга в постановке «Телефонные кнопки». Танцевальные комбинации в стиле хип-хоп и рагга. Различная манера исполнения танца. Подбор костюмов. Постановочная работа.

## **Раздел 2. Актерское мастерство**

### ***Тема 2.1. Поза в хореографическом искусстве***

*Теория.* Танец и театр. Позирование в современных танцах.

*Практика.* Статичные позы в танце. Игровые упражнения и игры с позированием для развития творческого воображения. Просмотр фото и видеоматериалов по данной теме.

### ***Тема 2.2. Пантомима и жест***

*Теория.* Пантомима и жест танца. Артистические способности танцора как средство выразительности танца.

*Практика.* Игра-задание «Дружеский шарж». Детские творческие постановки на развитие артистических способностей.

### ***Тема 2.3. Выразительность человеческого тела***

*Теория.* Пластика тела. Способность выражения эмоций, чувств и мыслей хореографическим «языком» тела.

*Практика.* Комплекс упражнений для развития пластики тела на середине зала. Прослушивание музыки. Игры и игровые упражнения для развития выразительности человеческого тела. Просмотр видеоматериалов по данной теме.

### ***Тема 2.4. Пластические этюды***

*Практика.* Комплекс упражнений для развития пластики тела в партере. Прослушивание музыки. Подбор элементов костюма. Детские творческие этюды «Пробуждение», «Осеннее настроение», «Руки матери», «Ростки», «Чайки и море», «Огонь».

### ***Тема 2.5. Актерские игры***

*Практика.* Игры на развитие актерских способностей «Кот и мышь», «Лиса и заяц», «Волк и козленок», «Куклы и кукловоды», «Тень», «Птичий двор», «Теремок», «Зеркало». Распределение ролей. Подбор музыкальных фрагментов. Анализ актерской игры.

### ***Тема 2.6. Этюд «Бревно и гусеница»***

*Практика.* Распределение ролей. Подбор музыкальных фрагментов, элементов костюма, танцевальных элементов. Комбинации движений. Постановка этюда.

## **Раздел 3. Контемпорари**

### ***Тема 3.1. Пространство и время***

*Теория.* Пространственно-временное ощущение в хореографии. Взаимодействие с партнером, пространством и временем. Импульсы тела, выраженные в движениях. Передача импульсов партнёру, взаимодействие партнёров.

*Практика.* Игровые упражнения и ситуации на умение двигаться в пространстве.

### ***Тема 3.2. Передача веса***

*Теория.* Комплексный метод повышения осознанности тела (автор Бонни Бейнбридж Коэн). Доверие партнеру (безопасность в танце).

*Практика.* Комплекс упражнений на передачу и удержание веса партнера «Отдача веса партнеру», «Слепой и поводырь», «Мяч по кругу».

### ***Тема 3.3. Партнерство в танцах***

*Теория.* Взаимодействие в парах. Музыка, движения, чувства, эмоции, доверие. Психологический настрой, раскрепощение, снятие зажимов. Сотворчество в паре.

*Практика.* Комплекс упражнений на развитие доверия партнеров. Прослушивание музыки. Подбор элементов танца для работы в паре. Поддержки в парах. Составление композиции парного танца.

### ***Тема 3.4. Игровые ситуации***

*Практика.* Игровые ситуации для работы в паре «Встреча взглядами», «Художник и картина», «Гончар», «Бревно и гусеница». Анализ. Просмотр видеоматериалов по данной теме.

#### **Раздел 4. Современный танец**

##### ***Тема 4.1. Основные законы движения в модерн-джаз танце***

*Теория.* История возникновения танца модерн. Музыка, костюмы, особенности исполнения танца. Разнообразие техник. Основные законы движения в модерн-джаз танце.

*Практика.* Прослушивание музыки. Позиции и положения рук. Позиции ног в положении «стоя», «сидя». Элементы модерн-джаз танца. Танцевальные комбинации. Манера исполнения танца. Подбор костюмов. Постановочная работа. Просмотр видеоматериалов по данной теме.

##### ***Тема 4.2. Понятия isolation и level***

*Теория.* Техника isolation – основа модерн-джаз-танца. Терминология модерн-джаз танца. Моноцентрика и полицентрика. Параллелизм и оппозиция.

*Практика.* Комплекс упражнений на изолируемые центры (голова, шея, плечевой пояс, грудная клетка, бедра (pelvis), руки, ноги). Виды Levels: стоя, сидя, на корточках, сидя на ягодицах, стоя на коленях, лежа.

##### ***Тема 4.3. Акробатические levels***

*Практика.* Акробатические levels – шпагат, стойка на руках стойка на плечах, переворот через плечо. Танцевальные комбинации в стиле модерн-джаз-танец. Постановка танца с использованием акробатических levels.

##### ***Тема 4.4. Стретчинг***

*Практика.* Круговая растяжка. Комплекс упражнений на укрепление мышц тела. Релаксация.

##### ***Тема 4.5. Позиции и положения рук, ног и корпуса в модерн-джаз танце***

*Теория.* Isolation – основа модерн-джаз-танца. Коллапс – положение корпуса, необходимое для данного танцевального стиля.

*Практика.* Позиции и положения рук. Позиции ног в положении «стоя», «сидя». Коллапс.

Моноцентрика и полицентрика. Параллелизм и оппозиция. Разминка в стиле модерн-джаз-танца. Упражнения на координацию. Контракшен и релиз.

Комбинации модерн-джаз-танца.

##### ***Тема 4.6. Элементы танца модерн***

*Практика.* Прослушивание музыки. Позиции и положения рук. Позиции ног в положении «стоя», «сидя». Элементы модерн танца. Танцевальные комбинации. Манера исполнения танца. Подбор костюмов. Постановочная работа. Просмотр видеоматериалов по данной теме.

##### ***Тема 4.7. Элементы танца модерн-джаз***

*Практика.* Прослушивание музыки. Позиции и положения рук, ног. Характерные особенности и элементы модерн-джаз танца. Танцевальные комбинации. Манера исполнения танца. Подбор костюмов. Постановочная работа. Просмотр видеоматериалов по данной теме.

##### ***Тема 4.8. Композиции в стиле модерн-джаз***

*Практика.* Прослушивание музыки. Подбор элементов танца. Комбинации в стиле модерн-джаз. Манера исполнения. Костюмы. Постановочная работа.

#### **Тема 4.9. Танец «Черемуха»**

*Практика.* Прослушивание музыки. Подбор элементов танца. Комбинации в стиле модерн танца. Манера исполнения. Костюмы. Постановочная работа.

#### **Тема 4.10. Танец «Вулкан»**

*Практика.* Прослушивание музыки. Подбор элементов танца. Комбинации в стиле модерн-джаз танца. Манера исполнения. Костюмы. Постановочная работа.

#### **Раздел 5. Детское творчество (постановка танцев)**

*Практика.* Прослушивание музыки, определение образа и идеи, передача эмоций в творческих постановках. Подбор танцевальных элементов, костюма. Распределение ролей. Постановка детских танцевальных композиций. Анализ постановок.

#### ***Итоговое занятие***

*Практика.* Отчетный концерт и награждение лучших воспитанников объединения.

### **Планируемые результаты обучения**

К концу 4 года обучения учащиеся должны

#### **знать:**

затактовые построения (включены в комбинации);

характер и манеру исполнения различных танцев;

технику выполнения изучаемых элементов танца (по году обучения);

#### **уметь:**

выполнять вращения, трюки, прыжки связывать движения в комбинации, учитывая стилистику (проверка – активизация творческих способностей на заданную музыку, концертные выступления);

передавать репертуар младшему составу, самостоятельно готовить мероприятия в объединении;

#### **владеть:**

свободно владеть корпусом, движением рук, головы;

эмоциональной передачей музыкальных композиций.

#### **Уровень развития положительных качеств ребенка:**

проявлять чувство внимания, заботы к младшему составу коллектива;

бережно относиться к костюмам и реквизиту;

быть обязательным, точно выполнять свои обещания.

### **Учебный план 5 год обучения**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>	<b>Всего часов</b>
	<i>Вводное занятие</i>	<i>1</i>	<i>1</i>	<i>2</i>
<b>1</b>	<b>Джазовые танцы</b>	<b>10</b>	<b>38</b>	<b>48</b>
1.1	Позиции в джаз dance	2	6	8
1.2	Элементы джаз танца	2	6	8
1.3	Комбинации в джаз танце	2	6	8
1.4	Элементы хип-хоп	2	6	8
1.5	Соединение различных комбинаций	2	6	8

1.6	«Нет проблем!» dance	-	8	8
<b>2</b>	<b>Актерское мастерство</b>	<b>6</b>	<b>42</b>	<b>48</b>
2.1	Поза в хореографическом искусстве	2	6	8
2.2	Пантомима и жест	2	6	8
2.3	Выразительность человеческого тела	2	6	8
2.4	Пластические этюды	-	8	8
2.5	Актерские игры	-	8	8
2.6	Этюд «Импульс»	-	8	8
<b>3</b>	<b>Контемпорари</b>	<b>8</b>	<b>24</b>	<b>32</b>
3.1	Пространство и время	4	4	8
3.2	Передача веса	2	6	8
3.3	Композиция «Жизнь»	2	6	8
3.4	Игровые ситуации	-	8	8
<b>4</b>	<b>Современный танец</b>	<b>8</b>	<b>72</b>	<b>80</b>
4.1	Основные законы движения в модерн-джаз танце	4	4	8
4.2	Понятия isolation и level	2	6	8
4.3	Акробатические levels	-	8	8
4.4	Стретчинг	-	8	8
4.5	Позиции и положения рук, ног и корпуса в афро-джаз танце	2	6	8
4.6	Элементы афро-джаз танца	-	8	8
4.7	Комбинации в стиле танца афро-джаз	-	8	8
4.8	Этюды в стиле афро-джаз	-	8	8
4.9	Танец «Nostalji» в стиле модерн-джаз	-	8	8
4.10	Танец «Дикарки»	-	8	8
<b>5</b>	<b>Детское творчество (постановка танцев)</b>	<b>-</b>	<b>4</b>	<b>4</b>
	<i>Итоговое занятие</i>	-	2	2
	<b>Всего часов:</b>	<b>33</b>	<b>183</b>	<b>216</b>

### Планируемые результаты обучения

К концу 5 года обучения учащиеся должны

**знать:**

характер и манеру исполнения различных танцев;

технику выполнения изучаемых элементов танца (по году обучения);

**уметь:**

выполнять некоторые вращения, трюки, прыжки связывать движения в комбинации, учитывая стилистику (проверка – активизация творческих способностей на заданную музыку, домашние задания, концертные выступления);

передавать репертуар младшему составу, самостоятельно готовить мероприятия в объединении;

**владеть:**

свободно владеть корпусом, движением рук, головы;

артистизмом и техникой исполнения изучаемых танцев (по году обучения).

**Уровень развития положительных качеств ребенка:**

проявлять чувство внимания, заботы к младшему составу коллектива;

бережно относиться к костюмам и реквизиту;

самостоятельно готовить мероприятия в объединении.



## Учебный план 6 и 7 года обучения

№ п/п	Тема	Теория	Практика	Всего
	<i>Вводное занятие</i>	<i>1</i>	<i>1</i>	<i>2</i>
<b>1</b>	<b>Классический танец</b>	<b>10</b>	<b>38</b>	<b>48</b>
1.1	Demi plie, battement tendu,	2	6	8
1.2	battement tendu jete с добавлением por le pied. (double battement tendu).	2	6	8
1.3	Petit battement на cou-de-pied.	2	6	8
1.4	Rond de jamb parterre в соединении с grand rondom на 90.	2	6	8
1.5	Battement frappe.	2	6	8
1.6	Allegro- прыжки.	-	8	8
<b>2</b>	<b>Народный танец</b>	<b>6</b>	<b>58</b>	<b>64</b>
2.1	Экзерсиз у станка. Demi plie и Grand plie в характере русского танца. Battement tendu в испанском.	2	6	8
2.2	Rond de jamb parterre в польском. Releve lend в русском.	2	6	8
2.3	Grand Battement jete в греческом или молдавском. Высокое выстукивание в мексиканском (по выбору педагога).	-	8	8
2.4	Экзерсиз на середине. Комбинации танцевальных шагов по кругу. «Веревочка» двойная и простая.	-	8	8
2.5	«Ковырялочка» с продвижением и в воздухе. Дробные выстукивания, «ключ».	-	8	8
2.6	Постановка танца «Сиртаки» или «Молдавского» (по выбору педагога).	-	8	8
2.7	Изучения основных ходов и движений греческого или молдавского танца (по - выбору педагога). Разводка рисунка танца.	-	8	8
2.8	Отработка движений и уточнение рисунка.	-	8	8
<b>3</b>	<b>Современная хореография.</b>	<b>8</b>	<b>88</b>	<b>96</b>
3.1	<b>Модерн-джаз танец (углубленное изучение):</b> Основные понятия (повтор, контрольные задания) <i>поза коллапса, изоляция и полицентрия, полиритмия, мультипликация, координация, contraction, release, уровни</i>	4	4	8
3.2	Позиции рук. Нейтральное, или подготовительное положение-аналогично подготовительному положению классического танца. Press-position 1, 2, 3; Jerk position Положения: jazz hand	2	6	8
3.3	Позиции ног: 1,2,3,4,5 Prance, это движение служит для развития подвижности стопы и состоит из быстрой	-	8	8

	смены положений			
3.4	Kick (пинок). Flat back.	8	8	8
3.5	Deep body bend. Side stretch.	4	4	8
3.6	Twist или изгиб позвоночника; <i>curve, arch, twist topca, roll down, roll up.</i> Bodu roll.	2	6	8
3.7	Кросс: Шаги примитива; flat step, camel walk, latin walk. Шаги в модерн-джаз манере. Шаги в рок-манере. Шаги в мюзикл-комеди-джаз манере.	-	8	8
3.8	Прыжки: Прыжки в уроке модерн-джаз танца используются в сочетании с шагами и вращениями. С двух ног на две (jump) С одной ноги на другую с продвижением (leap). С одной ноги на ту же ногу (hop). С двух ног на одну.	-	8	8
3.9	Вращения: Corkscrew повороты – повороты, аналогичные <i>sotenu en tournan</i> . Зачастую при таком повороте происходит изменение уровня исполнения, т.е. поворот начинается из demi plie и заканчивается на полупальцах. Top chaine. Повороты на одной ноге Повороты по кругу вокруг воображаемой оси. Повороты на различных уровнях. Лабильные вращения.	-	8	8
3.10	Комбинации или импровизация: Комбинации в партере. Комбинации на основе движений, заимствованных из модных стилей бытовой хореографии.	-	8	8
3.11	Постановка танца «Осенний блюз» или «Разлившиеся краски» (по выбору педагога). Сочинение сюжета танца. Прослушивание музыки.	-	8	8
3.12	Движения и комбинации танца. Рисунок танца. Эмоции и чувства. Анализ работы.	-	8	8
<b>4</b>	<b>Детское творчество (постановка танцев)</b>	<b>-</b>	<b>4</b>	<b>4</b>
4.1	Детские постановки: Показ домашних заданий.	-	2	2
4.2	Детские постановки: Анализ.	-	2	2
	<i>Итоговое занятие</i>	-	2	2
	<b>Всего часов:</b>	<b>25</b>	<b>191</b>	<b>216</b>

## Содержание программы 6 и 7 годов обучения

### *Вводное занятие*

*Теория.* Инструктаж по технике безопасности.

*Практика.* Выявление степени подготовленности детей (тесты и диагностический материал).

## **Раздел 1. Классический танец**

### ***Тема 1.1 Demi plie, battement tendu***

*Теория.* История возникновения русского балета. Специальная терминология в балете.

*Практика.* Приседания с включением поворотов и полуповоротов от палки к палке. Движение подготавливает корпус, ноги, руки к различным поворотам на обеих ногах, к турам на одной ноге, развивает координацию.

Выдвижение ноги в разных направлениях на пальцы.

### ***Тема 1.2 battement tendu jete***

*Теория.* Объяснение специальной терминологии. Необходимость тренажа.

*Практика.* Выброс ноги на 30-45 градусов от пола с чередованием выдвигания ноги в разных направлениях на пальцы

### ***Тема 1.3 Petit battement на sou-de-pied***

*Теория.* Объяснение специальной терминологии.

*Практика.* Быстрые удары ноги об ногу.

### ***Тема 1.4 Rond de jamb parterre в соединении с grand rondom на 90***

*Теория.* Объяснение специальной терминологии.

*Практика.* Круг ногой по полу с кругом на 90 градусов.

### ***Тема 1.5 Battement frappe***

*Теория.* Объяснение специальной терминологии. Понятие «баллона» в прыжках.

*Практика.* Удары ног стопы об ногу.

### ***Тема 1.6 Allegro- прыжки***

*Практика.* Самая сложная часть классического танца. Высота зависит от мускулатуры ног эластичности и крепости связок, ступни и коленей, развитого ахилового сухожилия, крепости пальцев ног и особенно от силы бедра.

Главное в прыжке уметь в момент отталкивания от пола сохранить одновременность работы двух ног, подтянуть корпус, помочь руками и ощутить собранность всего тела (особенно спины) и в момент толчка и в момент прыжка.

Начинаем изучать с маленьких прыжков у палки.

Temps leve soute (1, 2, 4).

Changement de pied.

Pas echappe.

Pas assamble.

Pas jete.

Arabesques – узорчатый орнамент, возникший в подражании арабскому стилю. В классическом танце существует 4 арабески. Вначале изучают только три. Работая нога пока не поднимается от пола, поэтому изучаемые Arabesques представляют собой всего лишь схему движения.

Temps lie parterre – это серия слитных взаимосвязанных движений, развивающих координацию движений рук, ног, головы и корпуса. Слитность перехода из одной позы в другую. Характер движения – плавный.

Музыкальный размер: 4/4, 3/4.

## **Раздел 2. Народный танец**

**Тема 2.1 Экзерсис у станка *Demi plie* и *Grand plie* в характере русского танца. *Battement tendu* в характере испанского танца. Отличительные черты испанского танца. Различия в русском и испанском танце**

**Практика.** Маленькие и большие приседания в характере русского танца. Выдвижение ноги в разных направлениях в характере испанского танца.

**Тема 2.2 *Rond de jamb parterre* в характере польского танца. Отличительные черты польского танца. *Releve lend* в русском**

**Практика.** Круги ногой по полу в характере польского танца.

**Тема 2.3 *Grand Battement jete* в греческом или молдавском. Высокое выстукивание в мексиканском (по выбору педагога)**

**Теория.** Отличительные особенности греческого, молдавского и мексиканского танца.

**Практика.** Большие броски ног на 90 градусов и выше.

Технические особенности выполнения дробей в мексиканском танце в отличие от русского.

**Тема 2.4 Экзерсис на середине Комбинации танцевальных шагов по кругу. «Веревоочка» двойная и простая**

**Практика.** Шаги с точкой на счёт -3, приставные и с припаданием. Моталочка в повороте по диагонали.

Переставление ноги из 5 позиции в пятую на подскоке, выворотом с одним и двумя ударами стопы об пол.

**Тема 2.5 «Ковырялочка» с продвижением и в воздухе. Дробные выстукивания, «ключ», двойной ключ**

**Практика.** Выставление ноги на носок, шаг, выставление ноги на пятку, шаг.

**Тема 2.6 Постановка танца «Сиртаки» или «Молдавского» (по выбору педагога)**

**Практика.** Прослушивание музыки, сочинение сюжета танца, определение характера танца. Просмотр видео материала.

**Тема 2.7. Изучение основных ходов и движений греческого или молдавского танца (по выбору педагога).**

**Практика.** Шаги в сторону с выносом ноги в диагональ, плетёнки ногами. Положения рук, перегибы корпуса. Боковой бег по кругу. Разводка рисунка танца.

**Тема 2.8 Отработка движений и уточнение рисунка**

**Практика.** Отработка движений и уточнение рисунка танца (круги, линии, прочёсы).

### **Раздел 3. Современная хореография**

Знакомство с движениями и комбинациями на основе новых стилей и направлений. Составление этюдов, изучаются пантомимные движения, игровые этюды. Знакомство с особенностями импровизации.

**Тема 3.1. Модерн-джаз танец (углубленное изучение)**

**Особенность** - достаточная свобода педагога в выборе лексического материала, основывающаяся на строгих рамках урока.

основные понятия (повтор, контрольные задания) *поза коллапса, изоляция и полицентрия, полиритмия, мультипликация, координация, contraction, release, уровни.*

Позиции рук:

Нейтральное, или подготовительное положение – аналогично подготовительному положению классического танца.

Press-position

1, 2, 3; Jerk position

Положения: jazz hand,

Позиции ног:

1, 2, 3, 4, 5

Prance, это движение служит для развития подвижности стопы и состоит из быстрой смены положений;

Kick (пинок)

Flat back

Deep body bend

side stretch

Twist или изгиб позвоночника; *curve, arch, twist topca, roll down, roll up.*

Bodu roll

Кросс:

Шаги примитива; flat step, camel walk, latin walk

Шаги в мадерн-джаз манере

Шаги в рок-манере

Шаги в мюзикл-комеди-джаз манере

Прыжки:

Прыжки в уроке мадерн-джаз танца используются в сочетании с шагами и вращениями:

с двух ног на две (jump)

с одной ноги на другую с продвижением (leap)

с одной ноги на ту же ногу (hop)

с двух ног на одну

Характерной особенностью является исполнение прыжка как с акцентом вверх, так и с акцентом вниз. Так же, как шаги, прыжки могут координироваться с другими центрами, торс может быть не вытянут вверх, как это требует классический танец, а быть наклонен или изогнут.

Вращения:

Corscrew повороты – повороты, аналогичные *sotenu en tournan*. Зачастую при таком повороте происходит изменение уровня исполнения, т.е. поворот начинается из demi plie и заканчивается на полупальцах.

Top chaine

Повороты на одной ноге

Повороты по кругу вокруг воображаемой оси

Повороты на различных уровнях

Лабильные вращения

Комбинации или импровизация:

Комбинации в партере

комбинации на основе движений, заимствованных из модных стилей бытовой хореографии

## **5. Постановочная работа, программный танец**

Продолжаем знакомить воспитанников с законами драматургии. По классическим нормам сюжет произведения, как сложное целое, подразделяется на экспозицию и развязку. Самостоятельная работа над образом в танце. Составление композиций и постановка танца.

*Программный танец:*

Народный танец «Сиртаки», «Молдавский»

Современный танец «Осенний блюз», «Разлившиеся краски», «Джаз для нот»,  
(по выбору педагога)

***Итоговое занятие***

Определение уровня освоения учащимися программного материала, личностных результатов.

### **Предполагаемые результаты обучения**

К концу 6 и 7 годов обучения учащиеся должны

**знать:**

историю русского балета;

характер и манеру исполнения различных танцев (по году обучения);

технику выполнения изучаемых элементов танца (по году обучения);

**уметь:**

выполнять некоторые вращения, трюки, прыжки связывать движения в комбинации, учитывая стилистику (проверка – активизация творческих способностей на заданную музыку, домашние задания, концертные выступления);

передавать репертуар младшему составу, самостоятельно готовить и проводить мероприятия в объединении;

**владеть:**

умением свободно владеть корпусом, движением рук, головы;

артистизмом и техникой исполнения изучаемых танцев (по году обучения).

**Уровень развития положительных качеств ребенка:**

проявлять чувство внимания, заботы к младшему составу коллектива;

бережно относиться к костюмам и реквизиту;

самостоятельно готовить мероприятия в объединении.

**Блок №2. «Комплекс организационно-педагогических условий реализации дополнительной общеобразовательной программы»**

### **Календарный учебный график**

**ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ**

Количество учебных недель – 36

Количество учебных дней – 72

Учебный период с 10 сентября по 31 мая

**ВТОРОЙ И ПОСЛЕДУЮЩИЕ ГОДА ОБУЧЕНИЯ**

Количество учебных недель – 36

Количество учебных дней – 108  
Учебный период с 1 сентября по 31 мая

В соответствии с Положением о рабочей программе педагога дополнительного образования МБУДО ЦДОД, календарный учебный график разрабатывается ежегодно и является составной частью рабочей программы.

### **Условия реализации программы**

#### ***Материально-техническое обеспечение***

просторное, светлое помещение (танцевальный зал с зеркалами и станками, соответствующими росту ребенка) с учетом санитарных и гигиенических норм;

мягкие коврики;

специальная удобная, не стесняющая движений, танцевальная форма и обувь, соответствующая специфике работы коллектива;

танцевальные костюмы различных жанровых направлений.

фортепиано, аудиумагнитофон, телевизор и видеумагнитофон, компьютер;

фонотека, USB-носители с записью танцевальной музыки, музыкальные инструменты для озвучивания исполнения движений (бубен, трещотки); планы занятий;

методическая и информационная литература;

диагностические методики для определения уровня физического развития и творческих способностей учащихся.

*Информационное обеспечение:* необходимым условием реализации программы является создание информационной образовательной среды с использованием современных информационно-коммуникационных технологий. В условиях реализации программы необходим доступ учащихся к фонду Интернет-ресурсов.

*Кадровое обеспечение:* педагог, работающий по данной программе, должен иметь высшее образование в области, соответствующей профилю детского объединения без предъявления требований к стажу работы.

При хореографической студии обязательно должен работать аккомпаниатор, вместе с которым педагог заранее и тщательно подбирает музыкальный нотный материал для оформления занятия.

*Санитарно-гигиенические требования:* занятия должны проводиться в просторном помещении, соответствующем требованиям техники безопасности, противопожарной безопасности, санитарным нормам. Кабинет должен хорошо освещаться и периодически проветриваться.

В образовательном учреждении созданы условия для функционирования современной информационно-образовательной среды, включающей электронные информационные ресурсы, электронные образовательные ресурсы и совокупность информационных технологий, в том числе с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий, соответствующих технических средств (в том числе, цифровых видео материалов и др.), обеспечивающих достижение

каждым обучающимся максимально возможных для него результатов освоения образовательных программ.

В случае непосещения занятий учащимися по причине неблагоприятных погодных условий, на период карантина и чрезвычайных ситуаций занятия проводятся с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения при реализации дополнительной общеобразовательной программы согласно расписанию.

Продолжительность учебных занятий сокращается до 30 минут.

В обучении с применением ЭО и ДОТ могут использоваться следующие организационные формы учебной деятельности: теоретическое и практическое занятие; творческие задания; мастер-классы, контрольные задания; самостоятельная работа; исследовательская и проектная работы и др.

В процессе занятий с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий используются следующие образовательные технологии:

Виды занятий	Виды используемых технологий	Методические разъяснения
<b>Дистанционное занятие</b>	<p>Оффлайн или онлайн технологии: вебинары, видеоконференции, виртуальные практические занятия и т.д.</p> <p>Кейсовая-технология: использование наборов (кейсов) текстовых, аудиовизуальных и мультимедийных учебно-методических материалов и их рассылка для самостоятельного изучения учащимся при организации регулярных консультаций у преподавателей.</p> <p>Индивидуальные и групповые консультации, реализуемые во всех технологических средах: электронная почта, chat-конференции, форумы, видеоконференции и т.д.</p>	<p>Занятие проводится с применением информационно-телекоммуникационных сетей при опосредованном (на расстоянии) взаимодействии обучающихся и педагогических работников.</p> <p>Дистанционные образовательные технологии предполагают удаленный режим работы.</p>
<b>Электронное занятие</b>	<p>Технологии интерактивного обучения, групповой и коллективной работы на основе использования свободных ресурсов, размещенных в интернете, электронных образовательных ресурсов, включенных в комплект учебника, методических материалов и электронных образовательных ресурсов, разработанных педагогами.</p>	<p>Занятие проводится с применением содержащейся в базах данных и используемой при реализации образовательных программ информации и обеспечивающих ее обработку информационных технологий, технических средств, а также информационно-телекоммуникационных сетей, обеспечивающих передачу по линиям связи указанной информации, взаимодействие обучающихся и педагогических</p>



### ***Рекомендации по электронному обучению и применению дистанционных образовательных технологий***

Согласно ст. 16 Федерального закона под **электронным обучением** понимается организация образовательной деятельности с применением содержащейся в базах данных и используемой при реализации образовательных программ информации и обеспечивающих ее обработку информационных технологий, технических средств, а также информационно-телекоммуникационных сетей, обеспечивающих передачу по линиям связи указанной информации, взаимодействие обучающихся и педагогических работников.

Под **дистанционными образовательными технологиями** понимаются образовательные технологии, реализуемые в основном с применением информационно-телекоммуникационных сетей при опосредованном (на расстоянии) взаимодействии обучающихся и педагогических работников.

**Электронное обучение** предполагает использование информации, содержащейся в базах данных, и информационных технологий и информационно-телекоммуникационных сетей для ее обработки и передачи при взаимодействии обучающихся и педагогических работников. Дистанционные образовательные технологии реализуются через информационно-телекоммуникационные сети, когда обучающиеся и педагогические работники находятся на расстоянии.

То есть и в том, и в другом случае предусматривается использование компьютера и сетевой инфраструктуры, но при электронном обучении это инструменты непосредственного взаимодействия обучающихся и педагогических работников, а при дистанционных образовательных технологиях – удаленного.

#### *Основные виды образовательной деятельности с применением ДОТ:*

практические занятия, мастер-классы во всех технологических средах: видеоконференции, собеседования в режиме chat (система общения, при которой участники, подключенные к Интернет, обсуждают заданную тему короткими текстовыми сообщениями в режиме реального времени),

индивидуальные и групповые консультации, реализуемые во всех технологических средах: электронная почта, chat-конференции, форумы, видеоконференции;

самостоятельная работа обучающихся, включающая изучение основных и дополнительных учебно-методических материалов; выполнение практических, творческих, тестовых и иных заданий; выполнение эссе; работу с базами данных удаленного доступа;

промежуточные и итоговые контроли, промежуточные аттестации с применением ДОТ.

#### *Основные виды образовательной деятельности с применением ЭО:*

самостоятельная интерактивная и контролируемая работа обучающихся с учебными материалами, включающими в себя видеолекции,

видеоэкскурсии, презентации, слайды и выполнение контрольных заданий, итоговых тестов.

### **Формы контроля и оценки результатов**

Чтобы достичь хороших результатов в обучении и воспитании используются такие формы, методы, и режим занят, которые делают обучение интересным, концентрирующим максимально внимание и память.

За период обучения в коллективе дети получают определенный объем знаний, умений и навыков, качество которых проверяется ежегодно. С этой целью проводится ряд мероприятий: промежуточные и итоговые зачеты, открытые занятия, участие в концертах, смотрах, фестивалях, конкурсах, тестирование для проверки теоретических знаний учащихся. Используются формы работы с детьми такие как: индивидуальная, коллективная, групповая работа, домашнее задание, беседы, зачеты, соревнования;

такие методы как: словесные, наглядные, практические, синтетические, аналитические, индуктивные, дедуктивные, репродуктивные, проблемные, работа под руководством педагога, самостоятельная работа, устный контроль, практический контроль.

Проверка осуществляется с помощью диагностического инструментария на итоговых занятиях по заданным контрольным музыкальным произведениям, а также по существующему репертуару.

С возрастанием сложности разучиваемых комбинаций, движений выявляются учащиеся с высоким и низким уровнем освоения движений. В данном случае работа осуществляется, дифференцированно.

Просмотр освоенного материала осуществляется малыми группами и индивидуально, что помогает проверить уровень владения элементами танца.

Участие в танцевальных номерах и демонстрация своих достижений зрителям обогащает танцевальный опыт учащихся, развивает артистические способности, чувство ответственности, аккуратность в обращении с костюмами и реквизитом. Сложность исполняемых учащимися номеров возрастает по мере их взросления, подготовленности и требует от них выносливости, напряжения физических сил, эмоциональности.

В случае занятий с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий выполнение контрольных заданий, а также промежуточный и итоговый контроль могут осуществляться с применением ДОТ, контрольных и итоговых тестов и заданий с применением ЭО.

### **Методическое обеспечение программы**

№ п\п	Название раздела	Формы занятий	Методы и приемы	Дидактический материал	Формы подведения итога
1	Введение.				

2	Инструктаж по ТБ.	Урок-инструктаж	Беседа о правилах поведения на занятиях и соблюдений правил ТБ	Инструкция.	Контрольный опрос
3	Музыкально-ритмическая деятельность	Занятие-игра. Занятие-путешествие. Занятие-сказка.	Рассказ. Игра. Показ упражнений. Мини-спектакль.	Музыка, демонстрационный материал, театральный реквизит.	Открытые занятия, праздники.
4	Постановка корпуса.	Занятие-игра. Занятие-тренинг. Занятие-практикум.	Рассказ, показ упражнений, выполнение упражнений, игры-соревнования.	Музыка, демонстрационный	Открытые занятия, экспресс-опрос, соревнования.
5	Игровой стретчинг	Занятие-игра, Занятие-тренинг, Занятие-практикум. Занятие-путешествие.	Рассказ, показ упражнений, выполнение упражнений, игры, соревнования.	Музыка, плакаты, карточки.	Открытые занятия, ролевые игры, соревнования.
6	Построения и перестроения	Занятие-игра. Занятие-путешествие, Занятие-сказка.	Иллюстративный метод объяснения.	Плакаты, карточки-схемы, музыка, театральный реквизит.	Открытые занятия, экспресс-опрос.
7	Развивающие игры.	Занятие-игра, занятие-практикум, занятие-тренинг.	Использование игр и игровых, образных упражнений	Спортивный инвентарь: мячи, скакалки, обручи, ленты; театральный реквизит: элементы костюмов.	Открытые занятия.
8	Сюжетные танцы	Занятие-практикум	Беседа, постановка номеров, показ номеров	Музыка, примеры сюжетов, видеоматериалов.	Концертные выступления, конкурсы, фестивали.
9	Классический танец	Занятие-тренинг, Занятие-практикум.	Беседа, показ практических упражнений, тренинг.	Иллюстративный, демонстрационный материал.	Открытые занятия.
	Современ-	Занятие-	Беседа, создание	Музыка,	Концертные

10	ный танец.	тренинг, занятие-практикум	проблемной ситуации, показ упражнений тренировка.	видеоматериалы.	выступления, конкурсы, фестивали.
11	Народно-сценический танец.	Занятие тренинг, занятие-практикум.	Беседа, показ практических упражнений, тренинг.	Музыка, видеоматериалы, демонстрационный материал: костюмы, иллюстрации.	Концертные выступления, конкурсы, фестивали.
12	Историко-бытовой танец.	Занятие-игра, занятие-тренинг, занятие-практикум, занятие-путешествие, экскурсия.	Беседа, показ практических упражнений,	Музыка, фотографии, видеоматериалы.	Экспресс-опрос, концертные выступления, и др. мероприятия.
13	Актерское мастерство.	Занятие-игра. Занятие-тренинг, сюжетно-ролевые игры.	Беседа, рассказ, показ, тренинг.	Музыка, карточки, тесты.	Концертные выступления и др. мероприятия.
14	Уличные танцы.	Занятие-тренинг, занятие-практикум.	Беседа, рассказ, показ видеоклипов и кино.	Музыкальный материал, видео и кино	Концертные выступления, дискотеки и др. мероприятия.
15	Творческая деятельность	Занятие-практикум. Творческие задания.	Беседа, рассказ, показ творческих заданий.	Музыка, творческий материал.	Концертные выступления.

### Оценочные материалы

Развитие творческих процессов определяется с помощью выполнения творческих заданий, разгадывания кроссвордов, загадок, исполнения творческих этюдов.

Личностное развитие учащихся определяется с помощью создания игровой ситуации, наблюдения и тестирования:

тест «Воспитанные мальчики и девочки»;

игра «Фантастический выбор»;

диагностика творческих способностей А. де Хаана и Г. Кафа.

### Список литературы для педагогов

1. Аркина Н. Балет и литература. - М.: Знание, 2019.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. - М., 2000.
3. Бленфорд Н. «Танец – твой путь к идеальной фигуре» 2009.
4. Васильева Т.К. «Секрет танца» 1997.
5. Васильева М. Танец. - М. Искусство, 1994.
6. Диниц Е. В. «Джазовые танцы» 2002 г.
7. Захаров Р. Искусство балетмейстера – М., 1984.
8. Захаров Р. Сочинение танца. – М., Искусство, 1986.

9. Захаров Р. Радуга русского танца. – М., Искусство, 1999.
10. Кауль Н. Как научить танцевать. Ростов, 2004.
11. Колодницкий В.А. «Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей». 2000г.
12. Лиёпа М. Вчера и сегодня в балете. - М., 2000.
13. Никитин В. Модерн- джаз танец. - М.,1998.
14. Основы русского народного танца. – М., МГУКИ .1998.
15. Плетнев Л. Павлова Т. Линия танца. Книга 1 и 2 –М., 1995.
16. Прокопов К. Прокопова В. «Клубные танцы: ОНА» 2006.
17. Страна волшебная – балет: Очерки. – М., Дет. Лит.,1988.
18. Смиит Люси. Танцы. Начальный курс. –М.,2001.
19. Учебное издание. Программы для внешкольных учреждений. – М., Просвещение,1998.
20. Холл Джим – «Уроки танцев». Лучшая методика обучения танцем. М.: Астрель. 2008.
21. Шереметьев Н. Танец на эстраде. М, Искусство .1985.
22. Эльяш Н. Образы танца. - М., Знание, 1979.

#### **Литература для учащихся**

1. Бекина С.И. Музыка и движения. М., Просвещение,1983.
2. Блок Л.Б. Классический танец. История и современность. - М., 1987.
3. Вахрамеева Т. Справочник по музыкальной грамоте. - М., Музыка. 1997.
4. Горшкова Е.В. От жеста к танцу. - М., 2003.
5. Жук Л. Музыкальная шкатулка. Красико-принт, 2001.
6. Фадин В. Музыка для уч-ся. - М., 2000.
7. Критская Е. Музыка. М., Просвещение .2003.
8. Лихеев Л Музыкальный словарь в рассказах. - М.,1986.
9. Прохоров И. Музыкальная литература зарубежных стран. - М.
10. Русские народные танцы. - М., 2000.
11. Юдина И. Первые уроки музыки и творчества. - М., Аквариум, 1999.

#### **Используемые образовательные платформы**

Официальный сайт МБУДО ЦДОД  
Социальная сеть «ВКонтакте»