

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СУРГУТСКАЯ ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ ШКОЛА»

РАССМОТРЕНО  
на заседании методического совета  
Протокол №3 от «12» апреля 2024 г.

Утверждено приказом директора  
муниципального бюджетного  
общеобразовательного учреждения  
«Сургутская технологическая школа»  
от 17.04.2024 г. №СТШ-13-235/4

**Подписано электронной подписью**

Сертификат:  
4E67F17633921768FCF366CFEC8F38D5  
Владелец:  
Финадеева Оксана Нурудиновна  
Действителен: 24.04.2024 с по 18.07.2025

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ (ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА  
художественной направленности

**«Хореография»**  
(базовый уровень)

Возраст обучающихся: 7-15 лет  
Срок реализации программы: 36 недель  
Количество учебных часов: 72  
Автор-составитель программы:  
Пархоменко Кристина Ивановна

СУРГУТ,  
2024

ПАСПОРТ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ (ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ) ПРОГРАММЫ

Название программы	Хореография
Направленность программы	Художественная
Ф.И.О. педагога реализующего программу	Пархоменко Кристина Ивановна
Год разработки или модификации дополнительной общеобразовательной программы	2024
Где кем и когда утверждена дополнительная общеобразовательная программа	Программа рассмотрена на заседании методического совета: Протокол №3 от 12.04.2024. Утверждена приказом директора МБОУ «СТШ» от 17.04.2024 г. №СТШ-13-235/4
Информация и наличие рецензии	Нет
Цель	приобщение детей к искусству хореографии, развитие их художественного вкуса, потребностей и интересов, имеющих общественно значимый характер.
Задачи	<p><i>Образовательные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование основных знаний, умений и навыков на основе программного материала;</li> <li>- формировать навыки коммуникативной культуры;</li> <li>- знакомить с миром профессий, связанным с тематикой программы.</li> </ul> <p><i>Воспитательные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- воспитывать самостоятельность, раскрепощенность, умение творчески выражать эмоции и мысли в танцевальных движениях;</li> <li>- воспитывать уважение к педагогам, одноклассникам, партнерам по танцам;</li> <li>- прививать навыки здорового образа жизни, личной и общественной гигиены, опрятности в одежде.</li> </ul> <p><i>Развивающие:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способствовать расширению кругозора, знаний в области хореографии, формированию знаний, умений и навыков в области движений, танца и музыки;</li> <li>- содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, умения согласовывать движения с музыкой, памяти, внимания;</li> <li>- содействовать формированию навыков выразительности, пластичности, грациозности и изящества движений в танцах и танцевальных движениях.</li> <li>- развитие музыкальности и артистизма у воспитанников;</li> <li>- выявлять и раскрывать индивидуальные творческие способности учащегося.</li> </ul> <p><i>Здоровьесберегающие:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- содействовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата—формированию правильной осанки, профилактике плоскостопия;</li> <li>- способствовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения,</li> </ul>

	сердечно-сосудистой и нервной системе организма; - совершенствовать координационные двигательные качества (мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростную силу).
Ожидаемые результаты освоения программы	<p>Создание образовательной среды, востребованной социумом и способной к реализации поставленной цели по приобщению ребенка к миру танца:</p> <p>В качестве предметных результатов вместе с метапредметными выделяется умения правильно действовать при разрешении проблем в реальных, социальных и жизненных ситуациях.</p> <p>Выпускники программы участвуют в разработке и создании хореографических композиций, владеют навыками сценического движения в выступлениях перед зрителями, владеют навыками публичной защиты своих идей и проектов.</p> <p><i>Личностные результаты:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- грамотно и выразительно исполнять изученные движения танцев;</li> <li>- чувствовать характер и темп музыки, двигаясь в такт музыкального сопровождения;</li> <li>- иметь навыки актерской выразительности, изображая разные виды настроения человека, повадки животных и птиц и т.д.;</li> <li>- знать позиции рук и ног, положения рук и корпуса в паре, усвоить «терминологию»;</li> </ul> <p><i>Образовательные результаты:</i> после завершения обучения по программе.</p> <p><i>Воспитанник будет обладать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сформированным образным мышлением и фантазией;</li> <li>- знаниями в области хореографии;</li> <li>- знаниями и умениями в области информационной и коммуникативной культуры;</li> <li>- устойчивым стремлением к самосовершенствованию и к творческой самореализации;</li> <li>- пониманием сущности и социальной значимости предполагаемых будущих профессий, определенных программой.</li> </ul> <p><i>Воспитанник будет готов:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- к проявлению ответственности за выполняемую работу;</li> <li>- к участию в отчетных концертах;</li> <li>- к взаимодействию и сотрудничеству с педагогами и обучающимися;</li> <li>- к участию в различных социокультурных программах и образовательных проектах;</li> <li>- к выступлению с танцевальными композициями.</li> </ul> <p><i>Воспитанник будет способен:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- правильно организовать свой труд, знать правила техники безопасности, санитарии и противопожарной безопасности;</li> <li>- анализировать свою деятельность в объединении.</li> </ul>
Срок реализации программы	1 год
Количество часов в неделю/год	2 часа/76 часов
Возраст обучающихся	7-15 лет
Форма занятий	Реализация творческих проектов, отчетных концертов, проведению мастер-классов, открытых уроков, презентации с

	<p>использованием интернет-ресурсов. Игра, тренинг, проведение диагностик, экскурсии на предприятия и организации города, профи-встречи, квесты, викторины, интерактивный лекторий, индивидуальные консультации, профессиональные пробы.</p> <p>Изучение, закрепление материала, приходящегося согласно календарно-тематическому планированию на дату карантина, проводиться в форме самостоятельной работы в домашних условиях с использование сети Интернет (электронное обучение).</p>
Методическое обеспечение	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Разработана на основе авторских и типовых программ</li> <li>2. Диагностические методики хореографической направленности и стимульный материал к ним.</li> <li>3. Танцевальные видеоролики.</li> </ol>
Условия реализации программы	<p><b>Оборудование для педагогов:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- танцевальный зал;</li> <li>- танцевальный станок и зеркала в полный человеческий рост;</li> <li>- концертно-сценические костюмы;</li> <li>- аудиоаппаратура;</li> <li>- смешанные (видеозаписи, учебные кинофильмы и т.д.);</li> <li>- компьютер (ноутбук);</li> <li>- видео-проектор для просмотра презентаций, фильмов, видеороликов на экране</li> <li>- доступ в интернет;</li> <li>- наглядный материал (книги, журналы, методические пособия).</li> </ul> <p><b>Оборудование для обучающихся:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- специальная тренировочная одежда и обувь (спортивные купальники, трико, танцевальная обувь);</li> <li>- инвентарь для занятий (гимнастические коврики и резины);</li> </ul> <p><i>Программные средства:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- операционная система MS Windows XP;</li> <li>- антивирусная программа Антивирус Касперского;</li> <li>- MS Office 2003/2007</li> </ul>

### **Аннотация**

Дополнительная общеразвивающая программа художественной направленности «Хореография» предназначена для обучающихся 7-15 лет. Срок реализации программы 1 год, 76 часов в год, 2 часа в неделю.

Программа направлена на создание базовых основ образованности и решение задач формирования общей культуры учащегося, расширение его знаний о мире и о себе, удовлетворение познавательного интереса и расширения информированности учащихся. Тем самым достигается оптимальное развитие личности на основе педагогической поддержки индивидуальности учащихся, социализация и адаптация к жизни в обществе. Данная программа является универсальной. В ней содержится необходимый комплекс танцевальных дисциплин, необходимых для начинающего танцора по мере его творческого роста.

Осваивая основные танцевальные навыки, дети учатся работать в паре, группе. А также знакомятся с различными видами хореографии, усваивают танцевальную «лексику» и терминологию, делают первые шаги на сцене. Выпускники программы участвуют в разработке и создании хореографических композиций, владеют навыками сценического движения в выступлениях перед зрителями, владеют навыками публичной защиты своих идей и проектов.

### **Пояснительная записка**

#### **Актуальность программы**

В современном обществе как никогда актуально формирование у учащихся качеств, творчески думающей, активно действующей и легко адаптирующейся личности для деятельности в новых социально – экономических условиях, способной самостоятельно организовать трудовую деятельность, умело используя полученную информацию, знания, умения и навыки.

Актуальность программы продиктована требованиями времени, так как формируются и поддерживаются художественный вкус, почитание традиций, духовно – нравственное направление в воспитании подрастающего поколения и социальная адаптация подростков, в том числе и детей мигрантов.

Хореографический ансамбль в общеобразовательной школе является одним из важных компонентов системы общего дополнительного образования, которое направлено на развитие личности и способствует повышению культурного и интеллектуального уровня человека, его профессиональной ориентации. Ведущая идея программы является то, чтобы избавить ребенка от комплексов, научить его творчески мыслить и оценивать свои способности, стремясь к развитию личностных качеств успешного человека.

Отличительной особенностью программы является то, что она направлена на создание базовых основ образованности и решение задач формирования общей культуры учащегося, расширение его знаний о мире и о себе, удовлетворение познавательного интереса и расширения информированности учащихся. Тем самым достигается оптимальное развитие личности на основе педагогической поддержки индивидуальности учащихся, социализация и адаптация к жизни в обществе. Данная программа является универсальной. В ней содержится необходимый комплекс танцевальных дисциплин, необходимых для начинающего танцора по мере его творческого роста.

Так, на первом году обучения большое внимание уделяется развитию азбуки музыкального движения, ритмичности; на следующей ступени обучения усложняются базовые ЗУН, ускоряется темп исполнения.

Основополагающими законодательными актами, регулирующими процесс образования детей, являются:

- Закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (с изменениями);

- распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 декабря 2014 года №2765-р «О концепции Федеральной целевой программы развития образования на 2016-2020 годы»;

- Концепция развития дополнительного образования детей в Российской Федерации, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 №1726-р;

- Концепция общенациональной системы выявления и развития молодых талантов, утвержденная Президентом Российской Федерации Д.А. Медведевым 3 апреля 2012 г. (с планом мероприятий)

- приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. Об утверждении санитарных правил СП 2.4 3648-2 «Санитарные – эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г № 09-3242;

- письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.03.2016 года №ВК-641/09 о методических рекомендациях по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ для детей-инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья;

- региональный проект «Успех каждого ребенка» от 20 июня 2019 года.

**Целевая аудитория**- обучающиеся 7-15 лет.

**Количество человек в одной группе** – 20 человек.

**Срок реализации программы** 1 год, 76 часов в год,

**Режим занятий** - 2 часа в неделю.

**Направленность программы** – художественная.

**Уровень программы** – базовый.

### **Цель и задачи программы**

*Цель программы* – Приобщение детей к искусству хореографии, развитие их художественного вкуса, потребностей и интересов, имеющих общественно значимый характер.

*Задачи программы:*

*Образовательные:*

- формирование основных знаний, умений и навыков на основе программного материала;

- формировать навыки коммуникативной культуры;

- знакомить с миром профессий, связанным с тематикой программы.

*Воспитательные:*

- воспитывать самостоятельность, раскрепощенность, умение творчески выражать эмоции и мысли в танцевальных движениях;

- воспитывать уважение к педагогам, одноклассникам, партнерам по танцам;

- прививать навыки здорового образа жизни, личной и общественной гигиены, опрятности в одежде.

*Развивающие:*

- способствовать расширению кругозора, знаний в области хореографии, формированию знаний, умений и навыков в области движений, танца и музыки;

- содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, умения согласовывать движения с музыкой, памяти, внимания;

- содействовать формированию навыков выразительности, пластичности, грациозности и изящества движений в танцах и танцевальных движениях.

- развитие музыкальности и артистизма у воспитанников;

- выявлять и раскрывать индивидуальные творческие способности учащегося.

### *Здоровьесберегающие:*

- содействовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата–формированию правильной осанки, профилактике плоскостопия;
- способствовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной системе организма;
- совершенствовать координационные двигательные качества (мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростную силу).

Учитывается психология детей разного возраста и физиологические особенности организма. В связи с этим, в работе с младшими школьниками используется игровое начало, а со старшими – индивидуальные творческие занятия.

Рабочая программа построена с учетом реализации межпредметных связей со школьными курсами: истории, географии, литературы, ИЗО, технологии.

### **Формы организации занятий**

Формы обучения по программе определяются Положением о формах обучения по дополнительным образовательным программам (приказ № СТШ-13-336/0 от 26.08.2020).

*Формы организации образовательного процесса* индивидуальные, групповые и коллективные. *Виды занятий* по программе определяются содержанием программы и могут предусматривать лекции, концерты, творческие отчеты и другие виды учебных занятий и учебных работ.

Занятия включают в себя организационную, теоретическую и практическую части.

Изучение, закрепление материала, приходящегося согласно календарно-тематическому планированию на дату карантина, проводится в форме самостоятельной работы в домашних условиях с использованием сети Интернет (электронное обучение).

### **Условия реализации программы Материально-техническое обеспечение**

Для реализации программы в наличии определенная материально-техническая база:

- танцевальный зал;
- танцевальный станок и зеркала в полный человеческий рост;
- концертно-сценические костюмы;
- специальная тренировочная одежда и обувь для воспитанников (спортивные купальники, трико, танцевальная обувь);
- инвентарь для занятий (гимнастические коврики и резины);
- аудиоаппаратура;
- смешанные (видеозаписи, учебные кинофильмы и т.д.);
- компьютер (ноутбук);
- видеопроектор для просмотра презентаций, фильмов, видеороликов на экране
- доступ в интернет;
- наглядный материал (книги, журналы, методические пособия).

### *Программные средства:*

- операционная система MS Windows XP;
- антивирусная программа Антивирус Касперского;
- MS Office 2003/2007

### **Методическое обеспечение**

1. Разработана на основе авторских и типовых программ Е.В. Селютиной, О.А Селютин и А.В. Нестерова образцового коллектива народного танца «Калына».
2. Диагностические методики хореографической направленности и стимульный материал к ним.
3. Танцевальные видеоролики.

### **Ожидаемые результаты освоения программы**

Создание образовательной среды, востребованной социумом и способной к реализации поставленной цели по приобщению ребенка к миру танца:

В качестве предметных результатов вместе с метапредметными выделяется умения правильно действовать при разрешении проблем в реальных, социальных и жизненных ситуациях.

Выпускники программы участвуют в разработке и создании хореографических композиций, владеют навыками сценического движения в выступлениях перед зрителями, владеют навыками публичной защиты своих идей и проектов.

*Личностные результаты:*

- грамотно и выразительно исполнять изученные движения танцев;
- чувствовать характер и темп музыки, двигаясь в такт музыкального сопровождения;
- иметь навыки актерской выразительности, изображая разные виды настроения человека, повадки животных и птиц и т.д.;
- знать позиции рук и ног, положения рук и корпуса в паре, усвоить «терминологию»;

*Образовательные результаты:*

после завершения обучения по программе.

*Воспитанник будет обладать:*

- сформированным образным мышлением и фантазией;
- знаниями в области хореографии;
- знаниями и умениями в области информационной и коммуникативной культуры;
- устойчивым стремлением к самосовершенствованию и к творческой самореализации;
- пониманием сущности и социальной значимости предполагаемых будущих профессий, определенных программой.

*Воспитанник будет готов:*

- к проявлению ответственности за выполняемую работу;
- к участию в отчетных концертах;
- к взаимодействию и сотрудничеству с педагогами и обучающимися;
- к участию в различных социокультурных программах и образовательных проектах;
- к выступлению с танцевальными композициями.

*Воспитанник будет способен:*

- правильно организовать свой труд, знать правила техники безопасности, санитарии и противопожарной безопасности;
- анализировать свою деятельность в объединении.

Формы подведения итогов реализации программы: реализация творческих проектов, отчетных концертов, открытых уроков, презентации с использованием интернет-ресурсов.

Итогом обучения являются отчетные концерты для родителей.

Для отслеживания результатов обученности по данной программе на начальных этапах обучения проводится анкетирование и тестирование детей для выявления уровня усвоения ЗУН по трем направлениям: высокому, среднему и ниже среднего. По результатам мониторинга педагог, анализируя работу танцевального ансамбля за учебный год, составляет диаграммы для лучшей наглядности по каждой группе.

### **Формы проведения занятий**

На занятиях предусматриваются следующие формы организации деятельности: индивидуальная, коллективная. Занятия включают в себя теоретическую часть и практическую деятельность обучающихся. Дети учатся аккуратности, экономии материалов, точности исполнения работ, качественной обработке изделия. Особое внимание уделяется технике безопасности при работе с техническими средствами, которые разнообразят деятельность и повышают интерес детей.

### Формы и сроки проведения промежуточной и итоговой аттестации:

Аттестация обучающихся является неотъемлемой частью образовательного процесса, которая позволяет всем обучающимся реально оценить результативность их совместной творческой деятельности, уровень развития способностей и личностных качеств ребенка, в соответствии с прогнозируемым результатом. Контроль результатов осуществляется путем: тестирования, анкетирования, проведения мини-зачета, повседневного наблюдения за учебной работой.

#### Этапы педагогического контроля:

№ п/п	Контролируемые знания и умения (область)	Формы и приемы работы	Сроки проведения
<i>Первый год обучения для младших школьников</i>			
1	Ритмика. Происхождение танца и хореографии.	Тест «Узнай свою возможность!»	сентябрь
2	Классический танец и его происхождение	Практика. Открытый урок.	декабрь
3	Народный танец и его происхождение	Опрос «Я все знаю!»	март
4	Учебно-постановочная работа	Отчетный концентр	май
<i>Первый год обучения для старших школьников</i>			
1	Классический танец и его происхождение	Опрос по терминологии	сентябрь
2	Народный танец и его происхождение	Практика. Открытый урок	декабрь
3	Современный танец и его происхождение	Тест «Моя танцевальная комбинация»	март
4	Учебно-постановочная работа	Отчетный концентр	май

#### Формы взаимодействия с социальными партнерами:

№ пп	Социальные партнёры	Формы взаимодействия
1	Департамент образования Администрации г. Сургута	Сдача отчетов, предоставление информации
2	МКУ «ИМЦ»	Участие в конкурсах, семинарах;
3	Центральная городская библиотека им. А.С.Пушкина	Участие в викторинах, кинопросмотрах
4	МБОУ ДОД «Детская школа искусств №1»	Совместные проекты, семинары, мастер-классы
5	МБОУ ДОД «Центр детского творчества»	Участие в мастер-классах, конкурсах, мероприятиях
6	Историко-культурным центром «Старый Сургут»	Участие в экскурсиях, мастер-классах
7	Сургутский краеведческий музей	Участие в экскурсиях, музейных уроках
8	Сургутская филармония	Посещение концертов, спектаклей, фестиваля «Зелёный шум»
9	Сургутский военкомат	Участие в акциях «Сладкое письмо солдату», «Звезда памяти»
10	ГОУ ВПО «Сургутский государственный университет»	Участие в дне открытых дверей, проекте «Диалоги о семейных ценностях»
11	Сургутский музыкально-драматический театр	Посещение спектаклей

12	Сургутский политехнический колледж	Участие в историко-литературном проекте «Литературный бал», в акции «Рейс на Победу»
----	------------------------------------	--

На каждом этапе обучения дается материал по 5 основным разделам.

Для младших школьников:

1. Ритмика. Происхождение танца и хореографии.
2. Классический танец и история его происхождения.
3. Народный танец и история его происхождения.
4. Учебно-постановочная работа.
5. Мероприятия воспитательно-познавательного характера.

Для старших школьников:

1. Классический танец и история его происхождения.
2. Народный танец и история его происхождения.
3. Современный танец и его происхождение.
4. Учебно-постановочная работа.
5. Мероприятия воспитательно-познавательного характера.

Кроме того, в программе даются часы на индивидуальные занятия, важный акцент уделяется индивидуальным занятиям в двух направлениях: работа с неуспевающими в группе детьми, и работа с более способными детьми по подготовке сольных партий.

Кроме групповых и индивидуальных занятий используются и другие формы: беседы, прослушивания и анализ музыки, просмотр учебных видеоматериалов и выступлений, посещение концертов и мероприятий, организационная работа.

### **Содержание программы обучения**

Обучение ЗУН ведется по принципу «от простого к сложному». Дети младшего возраста отличаются неустойчивостью внимания, большой подвижностью. Поэтому, на уроках необходимо чередовать теорию и практику, а также быстро переключаться с одного вида деятельности на другой. При работе с малышами в основу обучения танцу берется игровое начало и используется пантомима и жесты, различные атрибуты для развития эмоциональности и артистизма у детей.

Осваивая основные танцевальные навыки, дети учатся работать в паре, группе. А также знакомятся с различными видами хореографии, усваивают танцевальную «лексику» и терминологию, делают первые шаги на сцене.

### Учебный план

№	Наименование разделов и тем	Общее количество часов		
		Всего	Теория	Практика
<b>1</b>	<b>Ритмика. Происхождение танца и хореографии.</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
1.1	Работа над постановкой корпуса:	2		2
1.2	Работа над умением ориентироваться в пространстве	2		2
1.3	Работа над развитием чувства ритма	2		2
1.4	Танцевальные элементы	2		2
1.5	Партерная гимнастика	2		2
<b>2</b>	<b>Классический танец и история его происхождение</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
2.1	Позиции ног	2		2
2.2	Позиции рук	2		2
2.3	Экзерсис у станка.	2		2
2.4	Экзерсис на середине зала.	2		2
2.5	Allegro	2		2
<b>3</b>	<b>Народный танец и история его происхождение</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
3.1	Позиции ног	2		2
3.2	Позиции рук	2		2
3.3	Различные ходы	2		2
3.4	Экзерсис у станка	2		2
3.5	Элементы русского танца	2		2
3.6	Элементы белорусского танца	2		2
<b>4</b>	<b>Учебно-постановочная работа</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
4.1	Танцевальная композиция «Бабочек»	8	2	6
4.2	Танцевальная композиция «Утро на деревне»	8	2	6
4.3	Танцевальная композиция «Воронов»	10	2	8
<b>5</b>	<b>Мероприятия воспитательно-познавательного характера</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
5.1	Прослушивание и анализ музыки	2		2
5.2	Посещение различных мероприятий	2		2
	<b>Всего часов за год:</b>	<b>72</b>	<b>16</b>	<b>56</b>

## **Содержание программы:**

### **Раздел 1. Ритмика. Происхождение танца и хореографии – 12 часов.**

Теоретическое обучение – 2 часов.

Темы: Знакомство с программой курса на год. Правила безопасной работы. Работа над постановкой корпуса. Ритмика. Происхождение танца и хореографии.

Практическое обучение - 10 часов.

Темы: Работа над постановкой корпуса. Работа над умением ориентироваться в пространстве. Работа над развитием чувства ритма. Танцевальные элементы. Партерная гимнастика.

### **Раздел 2. Классический танец и история его происхождения - 12 часов.**

Теоретическое обучение – 2 часа.

Темы: Классический танец и история его происхождения

Практическое обучение – 10 часов.

Темы: Позиции ног. Позиции рук. Экзерсис у станка. Экзерсис на середине зала. Allegro

### **Раздел 3. Народный танец и его происхождение - 14 часов.**

Теоретическое обучение – 2 часа.

Темы: Народный танец и его происхождение.

Практическое обучение – 12 часов.

Темы: Позиции ног. Позиции рук. Различные ходы. Экзерсис у станка. Элементы русского танца. Элементы белорусского танца.

### **Раздел 4. Учебно-постановочная работа – 26 часов.**

Теоретическое обучение - 6 часов.

Темы: Правила сценической культуры. Учебно-постановочная работа. Танцевальная композиция «Бабочек». Танцевальная композиция «Утро на деревне». Танцевальная композиция «Воронов».

Практическое обучение – 18 часов.

Темы: Анализ музыкального произведения. Разработка эскизов костюма. Разучивание основных движений танца. Изучение рисунков танца. Разучивание основных комбинаций в танце. Отработка отдельных элементов в танце. Примерка костюмов. Исполнение танцевальной композиции. Танцевальная композиция «Бабочек». Танцевальная композиция «Утро на деревне». Танцевальная композиция «Воронов».

### **Раздел 5. Мероприятия воспитательно-познавательного характера – 8 часов.**

Теоретическое обучение - 4 часа.

Темы: Двигательные функции тела. Правила построения композиции танца. Простые навыки двигательной координации и памяти. Правила построения композиции танца. Создание эмоционально-двигательного образа. Правила построения композиции танца. Правила поведения в общественных местах. Мероприятия воспитательно-познавательного характера. Беседы.

Практическое обучение – 4 часа.

Темы: Посещение отчетного концерта ДК «Строитель». Прослушивание и анализ музыки. Посещение различных мероприятий.

**Календарный учебный график  
1 год обучения**

№ п/п	Месяц	число	Время проведения занятий	Тема занятий	Кол-во часов	Место проведения	Форма контроля
1.	09			<b>Ритмика. Происхождение танца и хореографии.</b>	2	Спортивный зал	Входной контроль
2.	09			Работа над постановкой корпуса:	2	Спортивный зал	Текущий контроль
3.	09			Работа над умением ориентироваться в пространстве	2	Спортивный зал	Текущий контроль
4.	09			Работа над развитием чувства ритма	2	Спортивный зал	Текущий контроль
5.	09			Танцевальные элементы	2	Спортивный зал	Текущий контроль
6.	10			Партерная гимнастика	2	Спортивный зал	Текущий контроль
7.	10			<b>Классический танец и история его происхождения</b>	2	Спортивный зал	Текущий контроль
8.	10			Позиции ног	2	Спортивный зал	Текущий контроль
9.	10			Позиции рук	2	Спортивный зал	Текущий контроль
10.	11			Экзерсис у станка.	2	Спортивный зал	Текущий контроль
11.	11			Экзерсис на середине зала.	2	Спортивный зал	Текущий контроль
12.	11			Allegro	2	Спортивный зал	Текущий контроль
13.	11			<b>Народный танец и история его происхождения</b>	2	Спортивный зал	Текущий контроль
14.	12			Позиции ног	2	Спортивный зал	Текущий контроль
15.	12			Позиции рук	2	Спортивный зал	Текущий контроль
16.	12			Различные ходы	2	Спортивный зал	Текущий контроль
17.	12			Экзерсис у станка	2	Спортивный зал	Промежуточный контроль
18.	01			Элементы русского танца	2	Спортивный зал	Текущий контроль
19.	01			Элементы белорусского танца	2	Спортивный зал	Текущий контроль
20.	01			<b>Учебно-постановочная работа</b>	2	Спортивный зал	Текущий контроль
21.	02			Танцевальная композиция «Бабочек».	2	Спортивный зал	Текущий контроль
22.	02			Анализ музыкального произведения. Изучение	2	Спортивный зал	Текущий контроль

				рисунков танца. Разучивание и отработка базовых движений танца.			
23.	02			Разучивание танцевальной комбинаций.	2	Спортивный зал	Текущий контроль
24.	03			Танцевальная композиция «Утро на деревне».	2	Спортивный зал	Текущий контроль
25.	03			Анализ музыкального произведения. Изучение рисунков танца. Разучивание и базовых движений танца.	2	Спортивный зал	Текущий контроль
26.	03			Разучивание танцевальной комбинаций.	2	Спортивный зал	Текущий контроль
27.	03			Исполнение танцевальной композиции.	2	Спортивный зал	Текущий контроль
28.	04			Танцевальная композиция «Воронов»	2	Спортивный зал	Текущий контроль
29.	04			Анализ музыкального произведения. Изучение рисунков танца.	2	Спортивный зал	Текущий контроль
30.	04			Разучивание базовых движений танца. Разучивание танцевальной комбинаций.	2	Спортивный зал	Текущий контроль
31.	04			Отработка отдельных элементов в танце. Примерка костюмов.	2	Спортивный зал	Текущий контроль
32.	05			Исполнение танцевальной композиции.	2	Спортивный зал	Текущий контроль
33.	05			Мероприятия воспитательно-познавательного характера	2	Спортивный зал	Текущий контроль
34.	05			Прослушивание и анализ музыки	2	Спортивный зал	Текущий контроль
35.	05			Беседы	2	Спортивный зал	Текущий контроль
36.	05			Посещение различных мероприятий.	2	Спортивный зал	Итоговый контроль

### Список литературы:

1. Закон РФ «Об образовании» (статьи 12, 26, 45)
2. Закон РФ «О дополнительном образовании» от 12.07.01г.
3. Алексидзе Г. Школа балетмейстера. –М.: Изд-во ГИТИС, 2011.
4. Барышникова Т. «Азбука хореографии» М. «Рольф» 1999г.
5. Бондаренко Л. «Методика хореографической работы в школе» Киев 1995г.
6. Бриске И.Э. «Народный танец» Челябинск 2000г.
7. Горшкова Е.В. «От жеста к танцу» М. «Гном и Д» 2002г.
8. Гусев Г.П. «Методика преподавания народного танца» М.»Владос» 2005г.
9. Ивлева И.Д. «Джазовый танец» Челябинск 2000г.
10. Костровицкая В.С. 100 уроков классического танца с 1 по 8 класс. - СПб.: Изд-во «Лань», Планета музыки, 2009.
11. Максимов С.М. Хантыйские народные танцы. – М.: Издательство «Музыка», 1964.
12. Никитин В.Ю. Композиция урока и методика преподавания Модерн-Джаз Танца. – М.: Издательский дом «Один из лучших», 2006.
13. Фирилевой Ж.Е., Загрядской О.В., Рябчикова А.И. «Ритмика в школе: третий урок физической культуры. Учебно-методическое пособие» / Издательство: Феникс, 2014.

**Опрос «Я все знаю!»**

**1. Назовите приспособление, служащее опорой танцовщикам:**

- а) станок;
- б) палка;
- в) обруч.

**2. Обувь балерины?**

- а) балетки;
- б) джазовки;
- в) пуанты.

**3. Как с французского языка переводится слово *demi plie*?**

- а) полуприседание;
- б) приседание;
- в) полное приседание.

**4. Международный день танца?**

- а) 30 декабря;
- б) 29 апреля;
- в) 28 мая.

**5. Автор балета «Лебединое озеро»:**

- а) Чайковский П.И.;
- б) Петипа М. И.;
- в) Прокофьев С..

**6. Сколько точек направления в танцевальном классе?**

- а) 7;
- б) 6;
- в) 8.

**7. Назовите богиню танца:**

- а) Майя Плисецкая;
- б) Айседора Дункан;
- в) Терпсихора.

**8. Краковяк:**

- а) польский народный танец;
- б) украинский народный танец;
- в) белорусский народный танец.

**9. Направление движения или поворота к себе, во внутрь:**

- а) *en dehors*;
- б) *en dedans*;
- в) *rond*.

**10. Что означает *en face*?**

- а) спиной к зрителям;
- б) лицом к зрителям;
- в) боком к зрителям.

**11. Первая позиция ног:**

- а) пятки сомкнуты вместе, носочки разведены и направлены в разные стороны;
- б) стопы расположены на расстоянии одной стопы друг от друга, пяточки направлены друг к другу, носочки разведены разные стороны;
- в) стопы вместе.

**12. Как называется балетная юбка?**

- а) пачка;
- б) зонтик;
- в) карандаш.

13. **Подготовительное движение для исполнения упражнений:**

- а) реверанс;
- б) поклон;
- в) preparation.

14. **Что такое партерная гимнастика?**

- а) гимнастика на полу;
- б) гимнастика у станка;
- в) гимнастика на улице.

15. **Сколько позиций рук в классическом танце?**

- а) 2;
- б) 4;
- в) 3.

**Ответы на вопросы:**

- 1. а 8. а 15. б
- 2. в 9. б
- 3. а 10. б
- 4. б 11. а
- 5. а 12. а
- 6. в 13. в
- 7. в 14. а

**Тесты, позволяющие оценить подвижность шейного отдела позвоночника.**

1. Наклонить голову вперёд. Подбородок должен коснуться груди.
2. Наклонить голову назад. Взгляд должен быть направлен точно вверх или немного назад.
3. Наклонить голову в сторону. Верхний край одного уха должен находиться на одной вертикальной прямой с нижним краем другого.
4. Повернуть голову в сторону. Взгляд должен быть обращён точно в сторону.

**Тесты, определяющие эластичность мышц плечевого пояса и подвижность плечевого сустава.**

1. Поднять согнутые в локтях руки и скрестить предплечья за головой так, чтобы пальцы были направлены к лопаткам. Кончики пальцев должны касаться лопаток.
2. Встать спиной к стене на расстоянии длины стопы, руки в стороны ладонями вперёд. Коснуться пальцами стены, не отклоняя туловище от вертикали.
3. Встать спиной к стулу и взяться руками за его спинку хватом сверху (большие пальцы располагаются с наружной стороны). Слегка отставив вперед одну ногу и присесть как можно ниже, не отрывая руки от спинки стула и не отклоняя туловище от вертикали. Линии рук и туловища должны образовать прямой угол.
4. Согнуть одну руку локтем вверх, а другую - локтем вниз, предплечье за головой и за спиной. Коснуться пальцами одной руки пальцев другой. То же, поменяв положения рук.

**Тесты, позволяющие оценить подвижность локтевого сустава и эластичность мышц плеча и предплечья.**

1. Встать перед зеркалом и вытянуть руки в стороны. В норме предплечье должно составить с плечом прямую линию.
2. Положить на стол руки, согнутые в локтевом суставе на 90°. При повороте внутрь кисть должна касаться ладонью стола, а при повороте – тыльной поверхностью.

**Тесты для оценки подвижности лучезапястного сустава, эластичности мышц кисти и предплечья.**

1. Вытянуть руки вперёд и опустить кисти вниз – ладони прямые. Тыльная поверхность ладони должна быть перпендикулярна предплечью.
2. Встать лицом к столу, поставить на него руки пальцами вперед, выпрямив локти и пальцы. Предплечье должно быть перпендикулярно тыльной стороне ладони.
3. Положить ладони на стол пальцами вперед и подвинуть их как можно дальше в сторону мизинцев, не отрывая от стола и не сгибая. Основание указательного пальца должно оказаться на одной линии с локтевым краем предплечья.

**Тесты для определения подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы.**

1. Присесть, не отрывая носки и пятки от пола, руки вдоль тела. При нормальной подвижности голеностопного сустава угол между поверхностью стопы и голенью составляет 45-55°.
2. Встать лицом к спинке стула и опереться на неё руками. Отставить выпрямленную ногу от пола. Носки и колени направлены строго вперед. Угол между поверхностью пола и прямой ногой должен составлять 50-60°.
3. Из положения стоя на коленях сесть на пятки. В норме тыльная поверхность стопы и голеностопного сустава касаются пола. Носки не должны быть обращены внутрь.

**Тесты для оценки гибкости позвоночника.**

1. Встать прямо, ноги вместе. Наклониться как можно ниже вперед, опустив руки вниз. Кончики пальцев должны коснуться пола.
2. Лёжа на животе с закреплёнными стопами, отрывая грудь от пола. Расстояние между грудной костью и полом должно составлять 10-20 сантиметров.

3. Встать спиной к стене, ноги на расстоянии 30 сантиметров друг от друга. Наклониться как можно ниже в сторону, касаясь спиной стены. То же в другую сторону. Кончики пальцев должны опуститься чуть ниже коленной чашечки.

4. Сесть на стул лицом к его спинке и опереться руками в колени разведённых ног, не меняя положение таза и ног, повернуть голову назад. Ученик должен увидеть поднятые над головой руки партнёра, стоящего на расстоянии двух метров позади него.

**Тесты для оценки подвижности тазобедренных суставов, эластичности мышц бедра.**

Тазобедренный сустав – самый большой из всех суставов. К нему прикреплены крупные, хорошо развитые мышцы, которые обеспечивают возможность выполнения разнообразных движений – ходьбы, бега, прыжков и многих других.

1. Лежа на спине, согнуть одну ногу, взять её обеими руками за колено и притянуть как можно ближе к груди. Другая нога остаётся выпрямленной. Бедро должно соприкасаться с передней поверхностью туловища.

2. Лёжа на животе (подбородок касается пола), согнуть одну ногу и с помощью рук постараться коснуться её пяткой ягодиц. Бедро согнутой ноги не должно отрываться от поверхности пола.

3. Сидя на жесткой поверхности, туловище вертикально, развести выпрямленные ноги как можно шире. Угол между ногами должен составлять не менее 90°.

4. В положении полулёжа на спине с опорой на локти согнуть одну ногу коленом внутрь так, чтобы голень была перпендикулярна выпрямленной ноге. Таз должен быть неподвижным, а колено согнутой ноги почти касаться пола.

5. Сесть на стул, согнуть одну ногу и положить её стопой на колено другой.

Голень согнутой ноги при помощи рук должна принять горизонтальное положение.

**Заключение.**

Применяя на практике вышеизложенные тесты, легко можно определить физические способности и природные данные (подвижность, выворотность, эластичность) детей в танцевальных коллективах. Возможности ребёнка оцениваются при помощи трёхуровневой шкалы (низкий, средний, высокий уровень способностей), которая применяется для каждого теста, после чего педагогом делается вывод, есть ли у ребёнка способности, а значит перспектива для дальнейшего их развития и обучения в хореографическом коллективе.

*Оценочный лист к программе « Я хочу танцевать»*

Форма контроля входящий, текущий, тематический, промежуточный  
(нужное подчеркнуть)

Количество учащихся \_\_\_\_\_ Возраст учащихся \_\_\_\_\_

Группа № \_\_\_\_\_ Год обучения по программе \_\_\_\_\_.

*Результаты контроля*

1. Задание выполнили полностью \_\_\_\_\_ чел. ( \_\_\_\_\_ %)

2. Задание выполнено с одной ошибкой \_\_\_\_\_ чел. ( \_\_\_\_\_ %)

3. Задание выполнено с двумя ошибками \_\_\_\_\_ чел. ( \_\_\_\_\_ %)

4. Задание выполнено с тремя и более ошибками \_\_\_\_\_ чел. ( \_\_\_\_\_ %)

5. Не справились с заданием \_\_\_\_\_ чел. ( \_\_\_\_\_ %)

Средний результат: \_\_\_\_\_ %

Низкий уровень усвоения материала – до 40%.

Средний уровень усвоения материала – с 41 до 70%.

Высокий уровень усвоения материала - с 71 до 100%.

*Общие выводы:*

Форма проведения контроля:

- выбрана целесообразно,
- соответствует возрастным особенностям обучающихся,
- соответствует содержанию рабочей программы.

Уровень сложности:

- соответствует программным требованиям,
- соответствует подготовленности обучающихся.

Средний результат контроля составил \_\_\_\_\_ %, что соответствует уровню усвоения программного материала.

Пархоменко К. И. \_\_\_\_\_ ( \_\_\_\_\_ )

*Словарь хореографических терминов*

A LA SECONDE [а ля сегонд] - положение, при котором исполнитель располагается en face, а "рабочая" нога открыта в сторону на 90°.

ALLONGE, ARRONDIE [алонже, аронди] - положение округленной или удлиненной руки.

ARABESQUE [арабеск] - поза классического танца, при которой нога отводится назад "носком в пол" на 45°, 60° или на 90°, положение торса, рук и головы зависит от формы арабеска.

ASSEMBLE [асембле] - прыжок с одной ноги на две выполняется с отведением ноги в заданном направлении и собиранием ног во время прыжка вместе.

ATTITUDE [аттитюд] - положение ноги, оторванной от пола и немного согнутой в колене.

BATTEMENT AVELOPPE [батман авлоппе] - противоположное battement developpe движение, "рабочая" нога из открытого положения через passe опускается в заданную позицию.

BATTEMENT DE VELOPPE [батман девлоппе] - вынимание ноги вперед, назад или в сторону скольжением "рабочей" ноги по опорной.

BATTEMENT FONDU [батман фондю] - движение, состоящее из одновременного сгибания коленей, в конце которого "рабочая" нога приходит в

положение sur le sou-de-pied спереди или сзади опорной ноги, а затем следует одновременное вытягивание коленей и "рабочая" нога открывается вперед, в сторону или назад. В модерн-джаз танце используется также форма fondu из урока народно-сценического танца.

BATTEMENT FRAPPE [батман фраппе] - движение, состоящее из быстрого, энергичного сгибания и разгибания ноги, стопа приводится в положение sur le soude- pied в момент сгибания и открывается носком в пол или на высоту 45° в момент разгибания вперед, в сторону или назад.

BATTEMENT RELEVÉ LENT [батман релеве лян] - плавный подъем ноги через скольжение по полу на 90° вперед, в сторону или назад.

1 При научении словаря необходимо помнить о том, что движения классического танца, заимствованные модерн-джаз танцем, очень часто видоизменяются. Особенно это касается выворотного и параллельного положения. В связи с этим в словаре дается терминология классического балета без изменений (см. Все о балете//Составитель Е.Я. Суриц. М., 1966, Энциклопедия "Балет". М., 1981 и др.), а изменение положений зависит от контекста урока. Зачастую происходит терминологическое наложение английской и французской терминологии, например, temps leve аналогичен hop, battement tendu аналогичен brack, kick соответствует grand battement developpe и т.д. В этом случае необходимо использовать движение в зависимости от конкретного упражнения.

BATTEMENTRETIRE [батман ретире] - перенос через скольжение "рабочей" ноги, через passe из V позиции впереди в V позицию сзади.

BATTEMENT TENDU [батман тандю] - движение ноги, которая скользящим движением отводится на носок вперед, назад или в сторону. В модерн-джаз танце выполняется так же по параллельным позициям.

BATTEMENT TENDU JETE [батман тандю жете] - отличается от battement tendu активным выбрасыванием ноги в воздух на высоту.

COUPE [купе] - быстрая подмена одной ноги другой, служащая толчком для прыжка или другого движения.

DE GAGE [дегаже] - перенос тяжести корпуса с одной ноги на другую по второй позиции (вправо, влево) и по четвертой позиции ног (вперед, назад), может выполняться как с demi-plie, так и на вытянутых ногах.

DEMI-PLIE [деми-плие] - полуприседание, при котором пятки не отрываются от пола.

DEMIROND [деми ронд] - полукруг носком ноги по полу вперед и в сторону, или назад и в сторону.

ECARTE [экарте] - поза классического танца (a la seconde), развернутая по диагонали вперед или назад, корпус чуть отклонен от поднятой ноги.

EMBOÏTÈ [амбуате] - последовательные переходы с ноги на ногу на полупальцах, пальцах и с прыжком. Прыжки emboite - поочередное выбрасывание согнутых в коленях ног вперед или на 45°.

EN DEDANS [ан дедан] - направление движения или поворота к себе, вовнутрь.

EN DEHORS [ан деор] - направление движения или поворота от себя или наружу.

EPAULMENT [эпольман] - положение танцовщика, повернутого в 3/4 в т. 8 или т. 2; различается epaulement croise (закрытый) и epaulement efface (стертый, открытый).

FOUETTE [фуэтте] - прием поворота, при котором тело исполнителя поворачивается к зафиксированной в определенном положении ноге (на полу или в воздухе).

GLISSADE [глиссад] - партерный скользящий прыжок без отрыва от пола с продвижением вправо-влево или вперед-назад.

GRAND BATTEMENT [гран батман] - бросок ноги на 90° и выше вперед, назад или в сторону.

GRAND JETE [гран жете] - прыжок с одной ноги на другую с продвижением вперед, назад или в сторону. Ноги раскрываются максимально и принимают в воздухе положение "шпагат".

GRAND PLIE [гран плие] - полное приседание.

PAS BALANCE [па балансе] - па, состоящее из комбинации tombe и pas de bourree. Исполняется с продвижением из стороны в сторону, реже - вперед-назад.

PAS CHASSE [па шассе] - вспомогательный прыжок с продвижением во всех направлениях, при исполнении которого одна нога "догоняет" другую в высшей точке прыжка.

PAS DE BOURREE [па де бурре] - танцевальный вспомогательный шаг, состоящий из чередования переступаний с одной ноги на другую с окончанием на demi-plie. Синоним step pas de bourree, В модерн-джаз танце вовремя pas de bourree положение sur le cou-de-pied не фиксируется.

PAS DE CHAT [па де ша] - прыжок, имитирующий прыжок кошки. Согнутые в коленях ноги отбрасываются назад.

PAS FAILLJ [па файли] - связующий шаг, состоящий из проведения свободной ноги через проходящее demi plie по I позиции вперед или назад, затем на ногу передается тяжесть корпуса с некоторым отклонением от вертикальной оси.

PASSE [пассе] - проходящее движение, которое является связующим при переводе ноги из одного положения в другое, может исполняться по первой позиции на полу (passer par terre), либо на 45° или 90°.

PIQUE [пике] - легкий укол кончиками пальцев "рабочей" ноги об пол и подъем ноги на заданную высоту.

PIROUTTE [пируэт] - вращение исполнителя на одной ноге en dehors или en dedans, вторая нога в положении sur le cou-de-pied.

PLIE RELEVE [плие релеве] - положение ног на полупальцах с согнутыми коленями.

PREPARATION [препарасьон] - подготовительное движение, выполняемое перед началом упражнения.

RELEVE [релеве] - подъем на полупальцы.

RENVERSE [ранверсе] - резкое перегибание корпуса в основном из позы attitude croise, сопровождающееся pas de bouree en tournant. раскручиванием и выпрямлением торса в исходную позицию.

ROND DE JAMB PAR TERRE [рон де жамб пар терр] - круг вытянутой ногой, касаясь пальцами пола.

ROVD DE JAMB EN L 'AIR [рон де жамб анлер] - круговое движение нижней части ноги (голеностопа) при фиксированном бедре, отведенном в сторону на высоту 45° или 90°.

SAUTE [соте] - прыжок классического танца с двух ног на две ноги по I, II, IV и V позициям.

SISSON OUVERTE [сиссон уверт] - прыжок с отлетом вперед, назад или в сторону, при приземлении одна нога остается открытой в воздухе на заданной высоте или в заданном положении.

SOUTENU EN TQURNANT [сутеню ан турнан] - поворот на двух ногах, начинающейся с втягивания "рабочей\* ноги в пятую позицию.

SURLE COU-DE-PIED [сюр ле ку-де-пье] - положение вытянутой ступни "работающей" ноги на щиколотке опорной ноги спереди или сзади.

TOMBË [томбе] - падение, перенос тяжести корпуса на открытую ногу вперед, в сторону или назад на demi-plie.

TOUR CHA^NES [тур шене] - исполняемые на двух ногах по диагонали или по кругу на высоких полупальцах следующие один за другим полуповороты, в модерн-джаз танце могут исполняться на полной стопе и в demi-plie