

**Администрация муниципального образования
«Правдинский муниципальный округ»**

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного
образования Правдинского муниципального округа
«Дом детского творчества»**

Принята на заседании
педагогического совета Дома
детского творчества
г. Правдинска
от «04» мая 2026г.

И.И.И.



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
художественной направленности
«Основы хореографического искусства»**

Возраст обучающихся: 10-15 лет
Срок реализации: 2 года

Разработчик программы:
Просалкова Екатерина Юрьевна
педагог дополнительного образования

г.Правдинск
2026г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Описание предмета, дисциплины которому посвящена программа

Предметом хореографического творчества как учебной дисциплины является реализация основ хореографического искусства в сфере дополнительного образования детей. Хореографическое творчество предполагает овладение не только узконаправленными навыками хореографического искусства, но и развитие личностных качеств, овладение ребёнком коммуникативными навыками, развитие творческого потенциала. Занятия хореографическим творчеством способствуют всестороннему развитию личности. Прохождение программы подразумевает изучение материала по хореографическому искусству, включающее в себя духовно-нравственное и эстетическое развитие личности, воспитание физической культуры ребёнка, развитие коммуникативных навыков.

Раскрытие ведущих идей, на которых базируется программа

Ведущая идея программы – создание современной творческой образовательной среды, способствующей самореализации и социализации ребенка, своевременному развитию личности ребенка, раскрытию его творческого потенциала и развитию коммуникативных навыков и физической культуры. Идея гармоничного развития личности ребенка посредством хореографического творчества с темами, направленными на социализацию ребенка, способствует успешному вхождению в социум, проявлению своих личностных качеств, а также способствует первичной профессиональной ориентации.

Ключевые понятия

Авансцена — пространство сцены между занавесом и оркестром или зрительным залом.

Актер — деятельный, действующий (акт — действие).

Амфитеатр — места, расположенные за партером.

Антракт — промежуток между действиями спектакля.

Аплодисменты — одобрительные хлопки.

Артист — художник (умение, мастерство).

Афиша — объявление о представлении.

Балет — вид театрального искусства, где содержание передается без

слов: музыкой, танцем, пантомимой.

Бельэтаж — 1-й этаж над партером и амфитеатром.

Бенуар — ложи по обеим сторонам партера на уровне сцены.

Бутафория — предметы, специально изготавливаемые и употребляемые вместо настоящих вещей в театральных постановках (посуда, оружие, украшения).

Грим — подкрашивание лица, искусство придания лицу (посредством специальных красок, наклеивания усов, бороды и т.п.) внешности, необходимой актеру для данной роли.

Декорация (лат.) — украшение; художественное оформление действия на театральной сцене (лес, комната).

Жест — движения рук, головы, передающие чувства и мысли.

Задник — расписной или гладкий фон из мягкой ткани, подвешенный в глубине сцены.

Карман — боковая часть сцены, скрытая от зрителей.

Кулисы — вертикальные полосы ткани, обрамляющие сцену по бокам.

Мизансцена — сценическое размещение, положение актеров на сцене в определенный момент.

Мимика — мысли и чувства, передаваемые не словами, а лицом, телодвижением, выражение лица, отражающее эмоциональное состояние.

Падуги — горизонтальные полосы ткани, ограничивающие высоту сцены.

Пантомима — выразительное телодвижение, передача чувств и мыслей лицом и всем телом.

Парик — накладные волосы.

Партер — места для зрителей ниже уровня сцены.

Режиссер — управляющий актерами, раздающий роли; лицо, руководящее постановкой спектакля.

Реквизит — вещи подлинные или бутафорские, необходимые актерам по ходу действия спектакля.

Ремарка — пояснения драматурга на страницах пьесы, которые определяют

место и обстановку действия, указывают, как должны вести себя действующие лица в тех или иных обстоятельствах.

Репертуар — пьесы, идущие в театре в определенный промежуток времени.

Репетиция — повторение, предварительное исполнение спектакля.

Театр — место для зрелищ.

Фойе — помещение в театре, которое служит местом отдыха для зрителей во

время антракта.

Штанкет — металлическая труба на тросах, к которой крепятся кулисы, детали декораций.

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Основы хореографического искусства» имеет художественную направленность.

Уровень освоения программы

Уровень освоения программы – продвинутый (углубленный).

В рамках программы результатом является участие в городских, муниципальных, региональных, всероссийских, творческих конкурсах и фестивалях.

Актуальность образовательной программы

Актуальность программы продиктована необходимостью приобщения детей к здоровому образу жизни, укреплению психического и физического здоровья, формированию мотивации к занятием хореографией, а также приоритетами национальной политики в области возрождения национальных духовных ценностей российского общества и государства, необходимостью создания — культурно-просветительского — пространства, — способствующего приобщению подрастающего поколения к сокровищам национальной и мировой культуры.

Педагогическая целесообразность образовательной программы

Программа «Основы хореографического искусства» позволяет детям реализовать свои творческие способности, совершенствует их умственные, физические и нравственные качества, повышает общий уровень культуры и эрудиции (память, мышление, язык, музыка, эстетическое воспитание и формирование двигательного навыка) и позволяет им в будущем быть более успешными в обществе. Известно, что общение – одна из важнейших потребностей. Поэтому, приоритет отдается развитию качеств, которые помогут им общаться со сверстниками, сотрудничая с ними, а также разрешая конфликты, возникающие в процессе общения. Также, поэтапное изучение материала способствует более глубокому постепенному погружению в направление, способствует качественному

получению теоретических знаний и практических навыков в области хореографического искусства.

Практическая значимость образовательной программы

Программа направлена не только на эстетическое и нравственное воспитание подростков, но и оказывает им помощь в вопросах профессиональной ориентации. Материал программы подобран с учетом возрастных особенностей школьников, их возможностей и интересов формирование и развитие творческих способностей, выявление, развитие и поддержку талантливых обучающихся.

Данная программа создает условия для формирования таких личностных качеств, как уверенность в себе, доброжелательное отношение к сверстникам, умение радоваться успехам товарищей, способность работать в группе и проявлять лидерские качества. Также через занятия хореографическим (танцевальным) творчеством появляются реальные возможности решать психологические проблемы детей, возникающие у многих в семье и школе.

Принципы отбора содержания образовательной программы

Образовательный процесс направлен на максимальное развитие способностей и талантов каждого ребенка:

- принцип единства развития, обучения и воспитания;
- принцип систематичности и последовательности;
- принцип доступности;
- принцип наглядности;
- принцип взаимодействия и сотрудничества;
- принцип комплексного подхода;
- принцип природосообразности и культуросообразности

Отличительные особенности программы

Отличительная особенность программы заключается во всестороннем развитии личности ребенка в обществе посредством применения методов работы в группах, что способствует развитию коммуникативных навыков, также, раскрытие индивидуальности ребенка через творческую деятельность.

Сочетание изучения танцевального искусства и личностного развития позволяет сформировать необходимые ребенку качества для благоприятного вхождения в социум.

Цель и задачи:

Цель образовательной программы

Целью дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Основы хореографического искусства» является создание благоприятной творческой среды, направленной на гармоничное всестороннее развитие личности ребенка, его социализацию и самореализацию через раскрытие своего внутреннего потенциала, дать возможность ребенку познать себя, развить свои творческие, художественные и коммуникативные способности, посредством приобщения их к сценическому искусству.

Задачи образовательной программы

Образовательные:

- научить сценическому движению;
- научить основам танцевального мастерства;
- ознакомить с этикой артиста и зрителя;
- научить выступать с подготовленными танцами в различных учреждениях, участвовать в фестивалях детского творчества на различных уровнях.

Развивающие:

- развивать индивидуальные способности: чувство ритма, пластичность и выразительность движения;
- развивать художественный вкус;
- развивать навыки самостоятельной творческой деятельности.

Воспитательные:

- воспитывать коммуникабельность, умение общаться с преподавателем и другими участниками танцевального коллектива;
- воспитать культуру поведения на репетициях, во время выступлений, на сцене, в зале;
- воспитывать трудолюбие, самоотдачу, самоорганизацию.

Психолого-педагогические характеристики обучающихся, участвующих в реализации образовательной программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа предназначена для детей в возрасте 10-15 лет.

Особенности организации образовательного процесса

Набор детей в объединение – свободный. Программа объединения предусматривает индивидуальные, групповые, фронтальные формы работы с детьми. Состав группы 10-20 человек, всего 3 группы – 39 человек.

Формы обучения по образовательной программе

Форма обучения – очная.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий

Общее количество часов в год – 108 часов. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 45 минут, между занятиями установлены 15-минутные перемены. Недельная нагрузка на одну группу: 3 часа. Занятия одной группы проводятся 1 раз в неделю по 3 академических часа. Всего на 3 группы – 9 часов в неделю.

Объем и срок освоения образовательной программы

Срок освоения программы – 2 года. На полное освоение программы требуется 216 часов, включая индивидуальные консультации и репетиции.

Основные методы обучения

При организации образовательных событий сочетаются индивидуальные и групповые формы деятельности и творчества, разновозрастное сотрудничество, возможность «командного зачета», рефлексивная деятельность, выделяется время для отдыха, неформального общения и релаксации. У обучающихся повышается познавательная активность, раскрывается их потенциал, вырабатывается умение конструктивно взаимодействовать друг с другом.

Каждое занятие содержит теоретическую часть и практическую работу по закреплению этого материала. Благодаря такому подходу у обучающихся вырабатываются такие качества, как решение практических задач, умение ставить цель, планировать достижение этой цели.

Каждое занятие условно разбивается на 3 части, которые составляют в комплексе целостное занятие:

1 часть включает в себя организационные моменты, изложение нового материала, инструктаж, планирование и распределение работы для каждого

обучающегося на данное занятие;

2 часть – практическая работа обучающихся (индивидуальная или групповая, самостоятельная или совместно с педагогом, под контролем педагога). Здесь происходит закрепление теоретического материала, отрабатываются навыки и приемы; формируются успешные способы профессиональной деятельности;

3 часть – посвящена анализу проделанной работы и подведению итогов.

Это коллективная деятельность, состоящая из аналитической деятельности каждого обучающегося, педагога и всех вместе.

Методы обучения осуществляют четыре основные функции: функцию сообщения информации; функцию обучения обучающихся практическим умениям и навыкам; функцию учения, обеспечивающую познавательную деятельность самих обучающихся; функцию руководства познавательной деятельностью обучающихся.

Постоянный поиск новых форм и методов организации образовательного процесса позволяет осуществлять работу с детьми, делая ее более разнообразной, эмоционально и информационно насыщенной.

Основные формы проведения занятий с обучающимися:

- игра;
- импровизация;
- репетиции;
- индивидуальные занятия;
- занятия малыми группами.

Такие формы проведения занятий служат мотивацией и дают перспективу показа приобретённых навыков перед зрителями.

На занятиях создаётся доброжелательная атмосфера, оказывается помощь подростку в раскрытии себя в общении и творчестве.

Планируемые результаты

Результат освоения программы направлен на всестороннее гармоничное развитие личности ребенка. В процессе обучения подростки получают знания,

умения, навыки в сферах хореографического мастерства, танцевальных постановках. Освоят и разовьют личностные компетенции, коммуникативные навыки и умения взаимодействовать в команде.

Образовательными результатами являются ознакомление обучающихся с хореографической терминологией, творческими профессиями и видами искусства.

Развивающими результатами являются развитие когнитивных функций, творческих способностей и коммуникативных компетенций обучающегося.

Воспитательным результатами являются развитие эстетического восприятия, интерес к культурному и историческому наследию страны, умения взаимодействовать в команде и с партнерами, интерес к профессиональному развитию.

Обучающиеся будут знать	Обучающиеся будут уметь
Основные направления в хореографическом искусстве	Правильно выполнять танцевальные движения и выполнять задания в группе

Основные сценические понятия	Работать над движениями
Простые элементы работы над танцем	Работать над движениями, добиваясь всех требований.
Упражнения по гимнастике, пластике движений	Находить верное органическое поведение в предлагаемых обстоятельствах

Механизм оценивания образовательных результатов

Оценивание результатов проходит в формате наблюдения педагога за активностью работы, вовлеченностью в деятельность, взаимоотношениями между обучающимися в процессе работы. Также, по освоению разделов и программы в целом результатом является готовый продукт, созданный и дополненный обучающимися (выступления на сцене районного ДК, конкурсы, концерты, фестивали).

Механизм оценивания образовательных результатов.

1. Уровень теоретических знаний.

- Низкий уровень. Обучающийся знает фрагментарно изученный материал. Изложение материала сбивчивое, требующее корректировки наводящими вопросами. Не знает основные танцевальные приемы и термины.

- Средний уровень. Обучающийся знает изученный материал, но для полного раскрытия требуются дополнительные вопросы; основные танцевальные приемы и термины.

- Высокий уровень. Обучающийся знает изученный материал. Может продемонстрировать все танцевальные приемы и термины.

2. Способность выполнения танцевальных упражнений и приемов.

- Низкий уровень. Обучающийся слабо владеет основами танцевального мастерства: не может выполнить упражнения без помощи педагога, плохо выполняет упражнения по хореографическому движению, не пластичен.

- Средний уровень. Выполняет упражнения по танцевальному мастерству, сценическому движению при подсказке педагога; выполняет упражнения, периодически обращаясь за помощью к педагогу.

- Высокий уровень. Способен самостоятельно выполнить танцевальные упражнения. Выполняет упражнения по хореографическому мастерству и сценическому движению без помощи педагога; хорошо и регулярно выполняет все упражнения.

3. Степень самостоятельности выполнения упражнений.

- Низкий уровень. Требуется постоянные пояснения педагога при выполнении упражнений. Безынициативен, плохо работает в коллективе, невнимателен, непоследователен.
- Средний уровень. Нуждается в пояснении последовательности работы, но способен после объяснения к самостоятельным действиям. Проявляет инициативу, стремится работать индивидуально и в коллективе.
- Высокий уровень. Самостоятельно без помощи педагога выполняет упражнения и движения.

Проявляет фантазию и воображение в работе; последовательно и четко может повторить упражнение за педагогом, а также самостоятельно объяснить его другим ученикам. Проявляет особую инициативу в работе, вносит новые идеи, стремится к самосовершенствованию в работе; легко работает как в коллективе, так и индивидуально, помогает налаживать контакт с другими учениками группы.

Формы подведения итогов реализации образовательной программы

Проверка результативности образовательного процесса осуществляется путем проведения отчетных выступлений на концертах, фестивалях, конкурсах.

В объединении проводятся два вида концертов и показов: закрытый и открытый (выступление перед публикой).

В процессе обучения по программе проводятся разные виды контроля за результативностью усвоения программного материала: текущий, периодический, итоговый.

Текущий контроль регулярно проводится на занятиях в виде наблюдения за работой каждого обучающегося, а также в форме краткого обсуждения ее результатов.

Периодический контроль за результатами обучения проводится в различных формах: в форме участия в традиционных конкурсах, фестивалях, концертах различного уровня – от окружного до всероссийского, а также в виде открытых концертов, приуроченных ко Дню учителя, к Новому году, к Масленице, к Женскому дню 8 Марта.

Периодический контроль проводится также в форме закрытого концерта – это просмотр выступления или танца с последующим детальным обсуждением, на котором присутствуют руководитель объединения, обучающиеся и приглашенные педагоги.

В конце обучения в качестве итогового контроля проводится открытый показ танцев с приглашением всех желающих.

Критерии оценки выступления и результативности.

При оценке выступления используются следующие основные критерии: артистизм и убедительность; эмоциональность и образность; понимание сюжетной линии; понимание задачи и взаимодействие членов коллектива; сложность исполняемых движений.

Критериями оценки результативности обучения являются: уровень развития памяти, уровень эмоционального развития, глубина эстетического восприятия, степень пластичности движения, уровень двигательной импровизации, а также результаты участия воспитанников в конкурсах, фестивалях, концертах.

Приобретённые детьми знания, умения и навыки оцениваются по трем позициям: высокий, средний и низкий уровень усвоения.

В процессе обучения детей по данной программе отслеживаются три вида результатов:

текущие (цель – выявление ошибок и успехов в работах обучающихся);

промежуточные (проверяется уровень освоения детьми программы за полугодие);

итоговые (определяется уровень знаний, умений, навыков по освоению программы за весь учебный год и по окончании всего курса обучения).

Материально-технические условия

- помещение для занятий, соответствующее требованиям санитарным нормам СанПин,
- компьютер
- аудиосистема (музыкальные колонки)
- микрофоны (ручные или петличные);
- проектор;
- бутафория;

Кадровые условия реализации программы

Педагог дополнительного образования, реализующий данную программу, должен иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю кружка, без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по

направлению «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу работы.

Оценочные и методические материалы

Оценочная система складывается из наблюдений педагога за работой каждого обучающегося, уровнем вовлеченности в деятельности, из рефлексии обучающихся, обратной связи как детей, так и родителей, а, также, из результатов творческих работ как каждого обучающегося отдельно, так и танцевального коллектива группы в целом.

Методическое обеспечение

- сборник игр и упражнений на знакомство и командообразование;
- фотоматериалы и видеоматериалы по темам;
- аудиоматериалы (готовое танцевальное сопровождение);
- методические рекомендации педагогу;

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

1 год обучения

	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Техника безопасности на занятиях. Введение. Беседы о хореографии	3	3		Опрос Творческое задание
2	Музыкально-двигательные упражнения	35	05	30	Практическое задание Наблюдения
3	Элементы плясок и танцев	35	05	30	Практическое задание Наблюдения
4	Музыкальные игры, танцевальные импровизации	35	05	30	Практическое задание Наблюдения Отчетный концерт
	Всего	108	18	90	

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1 год обучения

Тема 1. Введение. Беседы о хореографии

Раздел 1: Хореография как вид искусства. Искусство призвано отражать жизнь, всю ее полноту и глубину в образной художественной форме, как и все другие виды искусства танцев. Искусство, как мы еще называем, хореографическое искусство, отражает окружающий мир или окружающую нас действительность, раскрывает жизнь во всех ее проявлениях.

1.1 Выразительный язык танца, его особенности. Музыкально-хореографический образ. Исполнительские средства выразительности. Хореография как вид искусства. Ее специфические особенности и выразительные средства. Хореография (от древнегреческого χορεία — танец, хоровод и γράφω — пишу) — искусство сочинения и сценической постановки танца, первоначальное значение — искусство записи танца балетмейстером. Издавна к выразительным средствам хореографии относятся танец, движение человеческого тела в пространстве, в рамках музыкальных канонов и пантомима (движение в пространстве и времени). Танец – это выражение эмоционального состояния человека, его мыслей и чувств, средствами условных движений, жестов, поз и мимики. Музыка в хореографическом произведении. Танцевальное искусство связано многими нитями. Музыка дает пластику, ритмическую основу, определяет ее эмоциональный настрой, характер, выразительность. Музыка это душа танца. Исполнительские средства выразительности: позы, жесты, мимика, танцевальная лексика, рисунок танца. Хореография – это определенная целостная сущность, имеющая свои конкретные формы проявления и закономерности бытования. Среди них есть то общее, что объединяет ее с другими видами искусства и то особенное, что делает ее хореографией. Образность – это соотношение выразительных средств танца и его внутреннего содержания той мысли, которую он могу передать. Жест – это выразительное (немое) слово. Восприятие – форма чувственного отражения действительности в сознании, способность обнаруживать, принимать, различать и усваивать явления внешнего мира и формироваться в них. Знание законов восприятия приводит к возникновению духовного контакта между исполнителем и зрителем.

1.2 Виды и жанры хореографии. Общее понятие вида, жанра. Виды хореографии: классический танец, народносценический танец, свободная пластика (модерн), сценический бальный танец, историкобытовой. Классический танец (от лат. classicus — образцовый — основное выразительное средство балета; Народно-сценический танец — одна из древнейших форм народного творчества, неразрывно связанная с жизнедеятельностью человека. Свободная пластика новый вид танца

рождается на рубеже XIX—XX веков и благодаря, прежде всего, Айседоре Дункан. Айседора выдвигает новую философскую и художественную, основанную на античном идеале гармонического развития человека, концепцию «танца будущего». Дункан стремится сделать танец выражением личности, отражением неповторимой человеческой индивидуальности, инструментом самопознания. Дункан ценит в танце изначальную экспрессию человеческого тела, выражающуюся во взаиморасположении различных его частей — отсюда эпитет пластический.

Раздел 2: Народный танец

2.1 Тесная связь народного танца с музыкой, песней, бытом, обычаями культурой народа. Первобытные пляски. Связь первобытного искусства с трудовой деятельностью человека. Синкретический характер искусства: тесная взаимосвязь пения, танца, пантомимной игры. Хореография родилась на заре человечества. Еще в первобытном обществе существовали танцы, изображавшие трудовые процессы, воспроизводившие движения животных, танцы магического характера и воинственные танцы. В них человек обращался к силам природы, неумел он объяснять, молился, заклиная, приносил им жертвы, прося удачной охоты, дождя, рождения ребенка или смерти врага. Разнообразие танцев родилось из характера народа, его образа жизни и занятий.

2.2 Государственные академические хореографические ансамбли России.

- Государственный Академический Русский народный хор им. М. Е.

Пятницкого

- Ансамбль песни и пляски Советской Армии имени А.В.Александрова

- Государственный академический ансамбль народного танца имени Игоря Моисеева

- Государственный академический хореографический ансамбль «Берёзка»

- Красноярский ансамбль танца Сибири им. М. С. Годенко

- Московский Государственный театр танца «Гжель».

Тема 2. Музыкально-двигательные упражнения.

Задача данного раздела - познакомить с основными упражнениями, развивающими правильную осанку, координацию движений, музыкальность, ритмичность. Простая ходьба (маршировка) под музыку, бег, ходьба на носках и пятках, ходьба с высоко поднимаемым коленом, поскоки, другие разновидности передвижения. Комбинации с координацией рук и ног развивают чувство ритма, четкость движений (т.е. умение согласовывать свои шаги с темпом музыки). Бег, который воспитывает легкость, ловкость, координацию, упругость. Прыжки должны быть высокие, четкие, легкие. Всевозможные перестроения в пространстве

танцевального класса: из линий на круг, с круга на линии, на диагональ, в колонки. - Шаги на всей стопе и на полупальцах;

- Сидя на полу сократить и вытянуть стопы по VI позиции;
- Лежа на спине, круговые движения стопами.

Упражнения на выворотность:

- Лежа на спине развернуть ноги из VI позиции в I позицию;
- «Лягушка» сидя, лежа на спине, лежа на животе, с наклоном вперед;
- Лежа на спине, подъем ног на 90 по I позиции с одновременным вытягиванием и сокращением стоп;

Упражнения на гибкость и растяжку:

- «Складочка» по VI позиции с обхватом рук за стопы;
- «Складочка» по I позиции, стопы в выворотной I позиции, руками удерживать стопы, стараясь развести их в стороны. Вытянуть ноги на полу с одновременным наклоном вперед, руки и стопы вытягиваются;
- Из положения сидя, спина круглая, руки упираются в пол около носков, встать, при этом руки остаются на полу, ноги прямые, тело согнуто в тазобедренных суставах;
- Лежа на животе, port de bras назад опираясь на предплечья, ладони внизу и на вытянутых руках;
- «Колечко»;
- «Корзиночка»;
- «Мостик» из положения лежа;
- «Кошечка».

Силовые упражнения для мышц живота:

- Лежа на спине. Ноги поднять на 90, руки положить вдоль тела ладонями вниз;
- «Уголок»;
- «Березка» (стойка на лопатках с поддержкой под спину);
- «Подъемный кран» лежа на спине ноги поднять на 90 и затем увести за голову.

Упражнения на укрепление мышц спины:

- Лежа на спине, подъем и опускание туловища;
- Лежа на животе, подъем и опускание ног и нижней части туловища;
- «Самолет». Из положения лежа на животе, одновременно подъем и опускание ног и туловища;
- «Лодочка». Перекаты на животе вперед и обратно.

Упражнения на развитие шага:

- Лежа на полу, battement releve lent на 90 по I позиции во всех направлениях;

- лежа на полу, grand battement jete по I позиции во всех направлениях;
- Лежа на спине, ноги подняты на 90 градусов и разведены в стороны до шпагата, затем собрать ноги;
- Шпагаты: поперечный, на правую и левую ноги;
- Сидя на прямом «полушпагате», повернуть туловище (либо туловище боком) вправо и с максимальным наклоном к правой ноге, взяться левой рукой за стопу. Правая рука отведена за спину;
- Сидя в положении «лягушка», взяться левой рукой за стопу правой ноги и выпрямить ногу в сторону, правая на полу.

Разучить правильную постановку рук: кисти, пальцы, локти, плечи.

Дополнительно изучить уровень подъема ног. Изучить позиции рук – подготовительная, 1,2,3. Изучить позиции ног – 1,2,3,4,5,6.

Тема 3. Элементы плясок и танцев.

В этом разделе происходит знакомство с основами русского танца.

Притопы, притопы в комбинации с хлопками. Также в этом разделе делаются первые шаги к приобретению артистических навыков, эмоциональному самовыражению, умению через движение почувствовать и передать характер музыки. В данном разделе учащиеся получают основы знаний только на середине, без учебных движений у станка, в основном на основе русского танца.

– Изучение поясного поклона;

- Позиции и положения рук в народном танце: I, II, III позиции, подготовительное положение, подготовка к началу движения (preparation) с закрыванием рук на пояс;
- Бег с отведением бедра назад на месте и с продвижением, руками на поясе, а затем с движением рук (port de bras);
- Простой сценический шаг с продвижением вперед, назад;
- Переменный шаг с продвижением вперед, назад, с притопом;
- Одинарные притопы: от щиколотки, от колена (passé);
- Тройной притоп;
- Двойная дробь и дробь с притопом;
- Простейшие дробные комбинации;
- «Елочка», «Гармошка» с вытянутыми коленями и с приседанием (plie);
- «Припадание» из стороны в сторону, по кругу. Комбинация с движением рук и движениями головой;
- «Моталочка» на месте по VI позиции, «маятник», по III позиции с раскрытием рук во II позицию;
- «Ковырялочка» без подскока, с подскоком, с руками на поясе, затем с движением рук;

- «Косыночка»;
- «Веребочка» простая (одинарная), с двойным ударом (двойная), с переступанием на всю стопу или на ребро каблука, с движением рук;
- Присядки и хлопушки (для мальчиков); подготовка к присядке, «мячик» по VI позиции, полуприсядка с выносом ноги в сторону на воздух и на каблук, присядка, разножка в стороны, вперёд - назад. Все присядки проучиваются лицом к станку. Шаг с хлопком по согнутому колену спереди. Составляются комбинации на основе порученных присядок и хлопушек;
- Шаг на каблук с соскоком в VI позицию;
- Вращения на месте: «припаданием»;
- Вращения по диагонали: «chaîne», «беговое вращение»;
- Прыжки (подготовка к воздушным турам); с согнутыми коленями, руки во II позиции, с поворотом на 90 и 180 градусов;
- Перескоки с ударом каблука;
- Танцевальные комбинации из 3-4 проученных движений;
- Этюд на основе русского танца из проученного материала.

Тема 4. Музыкальные игры и танцевальная импровизация.

Задача данного раздела - познакомить воспитанников с основными понятиями: мелодия, ритм, ритмический рисунок, динамические оттенки. Музыкальные игры и танцевальные импровизации развивают творческое воображение, фантазию, свободу детского восприятия, мышления, обогащают эмоциональный опыт, моделируют ситуацию успеха.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН **2 год обучения**

№ п/ п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Техника безопасности на занятиях. Азбука музыкального движения	3	3		Творческое задание Опрос Наблюдение
2	Элементы классического танца	21	3	18	Практическое задание Наблюдение
3	Элементы народно-сценического танца	21	3	18	Практическое задание Наблюдение
4	Элементы эстрадного танца	21	3	18	Практическое задание Наблюдение
5	Элементы современного танца	21	3	18	Практическое задание Наблюдение

6	Работа над репертуаром	21	3	18	Хореографический номер Наблюдение
	ВСЕГО	108	18	90	

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2 год обучения

Тема 1. Азбука музыкального движения. Научить слышать и понимать значение аккордов в упражнениях. Научить исполнять танцы в разных темпах. Дать понятие – ритм. Чередование сильной и слабой долей такта. Танцевальная музыка: марши (спортивные, военные), вальсы (быстрые, медленные). Медленные хороводные, быстрые плясовые русские танцы. Стилизованная народная музыка. Оформление урока классической, современной, эстрадной и народной музыкой ярко выраженным ритмическим рисунком.

Тема 2. Элементы классического танца. Экзерсис у станка:

- Preparation для рук (держась одной рукой за палку);
- Demi-plié по IV позиции;
- Battement tendu double battements tendu по II позиции;
- Rond de jambe par terre en dehor et en dedan на demi-plié;
- Battement fondu с plié-relevé на всей стопе на 45°;
- Battement soutenu в сторону, вперед и назад, носком в пол и на 45° на всей стопе;
- Demi-rond de jambe en dehor и en dedan на 45°;
- Battement frappé et double frappe носком в пол и на 45° на целой стопе;
- Rond de jambe en l'air en dehor et en dedans на 45° на всей стопе;
- Pas coupe на целой стопе;
- Pas tombée на месте, опорная нога в положении sur le cou-de-pied;
- Battement developpe в сторону, вперед и назад;
- Grand plié по IV позиции;
- Petit battement sur le cou-de-pied перенос ноги равномерный, позднее с акцентом вперед и назад;
- Relevé на полупальцах по IV позиции;
- Relevé на одной ноге, другая в положении sur le cou-de-pied и на 45°;
- Полуповороты soutenu en dehor et en dedan на двух ногах;
- Battements revelé lent на 90° из I, V позиции вперед, в сторону и назад;
- Grand battement из I и V позиции вперед, в сторону и назад;
- Battement retiré;
- Позы у станка.

Экзерсис на середине зала: Упражнения выполняются en face по всей стопе с постепенным введением маленьких и больших поз.

- Battement tendu из I и V позиции в сторону, вперед и назад;
- Battement tendu double;
- Battement tendu в позах croisée и efface;
- Battement tendu jetés из V позиции ;
- Rond de jambe par terre en dehors и en dedan на demi-plié;
- Demi-rond de jambe en dehors и en dedan на 45°;
- Grand plié по I, II, III en face и в V позиции – épaulement - Battement frappé и double battements frappé ;
- Battement fondu;
- Port de bras III;
- Temps lié par terre;
- Relevé на полупальцах в IV позиции croisée et efface;
- Relevé на полупальцах рабочая нога sur le cou-de-pied или поднята в любом направлении на 45 градусов
- Relevé на полупальцах по I, II, V позиции с вытянутых ног и с demi-plié;
- Pas de bourrée с переменной ног, изучается вначале лицом к станку.

Allegro:

- Saute по IV позиции;
- Petit changement de pied;
- Pas assemble в сторону;
- Sissoune simple en face;
- Pas glissade, в сторону, вперед en face;
- Pas balance.

Тема 3. Элементы народно – сценического танца. Добиться четкого исполнения движений. Разучить элементы народных танцев. Подготовка к более четкому исполнению народных движений. Точные позиции и положения рук в танцах народов мира. Особенности стиля исполнения. Источники народных тем, сюжетов, движений, их связь с образом жизни народа. Изучение дробей и вращений. Экзерсис у станка:

- позиции ног I, II, III, IV, V, VI;
- позиции рук I, II, III, IV, V, VI и положения;
- Подготовка к началу движения (preparation);
- Полуприседания (demi plie) и полные приседания (grand plie); плавные, резкие с движением рук;
- Скольжения стопой по полу (battement tendu); простое, с подъёмом пятки опорной ноги, с сокращением стопы на каблук, с plie в момент сокращения стопы на каблук;

- Маленькие броски (*battement tendu jete*); простое, с приседанием во время броска (с *demi plie*), с приседанием в момент закрывания ноги в V позицию (на *demi plie*), с сокращением рабочей стопы на 45 градусов;
- Круговые скольжения по полу (*rond de jambe par terre*); подготовительное движение (*preparation*), носком - с остановкой в сторону или назад (*rond de jambe par terre*), круг ребром каблука рабочей ноги (*rond de pied par terre*);
- Каблучное упражнение (вынос ноги на каблук с поднятием пятки опорной ноги); от щиколотки опорной ноги;
- Подготовка к «верёвочке» (*passé*); без подъёма на полупальцы, с подъемом на полупальцы;
- Большие броски (*grand battement jete*); с вытянутой стопой, с «сокращенной» стопой, с приседанием во время броска (с *demi plie*), с приседанием в момент закрывания ноги в V позицию (на *demi plie*), с опусканием ноги на носок;
- Упражнения для рук и корпуса (*port de bras*); наклоны корпуса, перегибы корпуса;
- Подъём на полупальцы (*releve*);
- Понятие опорной и рабочей ноги.

Экзерсис на середине зала: изучаются основные движения народных танцев. На основе 3-5 движений исполняются учебно-танцевальные комбинации на развитие различных групп мышц, а так же пластичности корпуса, выразительности движения рук, мелкой техники ног, техники вращения и т.д. Изучаются русские, белорусские, прибалтийские танцы. По каждой народности в заключении ставится танцевальный этюд. Русский танец:

- Положения рук, ног, головы, корпуса в мужском и женском танце;
- Движения рук; раскрытие рук в стороны, перевод рук из стороны в сторону, скрещивание рук перед грудью;
- Дроби: двойная дробь и дробь с притопом в более быстром темпе, чем в прошлом году обучения, дробная дорожка, дробь «в три ножки» (трилистник), ключ дробный – простой, ключ дробный сложный (двойной), ключ хлопучечный – простой (муж.);
- «Моталочка»; в повороте, с продвижением и соскоком на каблук, «маятник»;
- «Верёвочка»; с переступанием через *passé*, с выносом ноги на каблук;
- Вращения по диагонали - «*chaîne*» и «беговое вращение» в более быстром темпе;
- Вращение на месте - «беговое вращение» из стороны в сторону с остановкой на одну ногу, воздушные туры с поворотом на 360 градусов с чередованием прыжков на месте (у девочек – с согнутыми коленями, у

мальчиков – с вытянутыми коленями);

- Одинарные хлопки и удары; фиксирующие, скользящие;
- Движения мужского танца; полуприсядки и присядки; полуприсядка с выбрасыванием согнутой ноги вперёд, полуприсядка с продвижением в сторону, «разножка» в стороны, вперёд – назад с поворотом на 180 градусов.

Тема 4. Элементы эстрадного танца. Основными задачами являются освоение приемов изоляции и координации, изучение отдельных элементов и движений эстрадного и современного танца, упражнения для подвижности позвоночника и более сложные танцевальные комбинации.

1. Изучение изоляции и координации - комплекс упражнений для разработки подвижности частей тела и координации их между собой как в медленном исполнении, так и в резком достижении максимального положения.

2. Изучение отдельных элементов и движений эстрадного танца, упражнения для постановки корпуса, позиций и положений рук и ног. Все элементы проучиваются отдельно и в сочетании друг с другом.

Дополнительный тренаж на координацию.

3. Упражнения для развития подвижности позвоночника:

- Наклоны с прямой спиной flatback, исполняются вперед, в сторону, с demiplie.
- Twist закручивание плеч, за которыми поворачивается торс, а бедра остаются неподвижными.
- Roldown,gonup - постепенное закручивание и раскручивание торса начиная с головы и наоборот. Движение выполняется из разных позиций ног.
- Различные виды спиралей, скручивание позвоночника вокруг своей оси, развивающие подвижность позвоночника. Contraction, release, hightrelease - основные положения корпуса, используемые во многих техниках эстрадного и современного танца. Сжатие и расширение мышц живота, уменьшение и увеличение объема тела.
- Партер, упражнения, исполняемые на полу. Различные повороты, падения.

Тема 5. Элементы современного танца. Ознакомление учеников с понятием современный танец. Выполнение ритмических упражнений, простейших перестроений. Изучение навыка передачи содержания танцевального образа движениями. Освоение комплекса упражнений для гибкости в партере. Позиции рук и ног в современном танце. Позиции рук в современном танце: I - руки согнуты в локтях, близко к диафрагме, локти в сторону; II - руки в сторону, ладони вниз; III - руки вверх, ладони «смотрят»

друг на друг. Позиции ног: I - пятки вместе, носки врозь; II- параллельная и выворотная; IV – параллельная; VI – параллельная.

Терминология современного танца. Контракция (сжатие к центру, общее и изолированное)

- bodi roll - скручивание тела
- stretch - тянуть, растягивать
- flex, point - сократить, вытянуть
- flat back - плоская спина
- skate- скольжение и т.д.

Знакомство с танцем джаз, модерн, хип-хоп I. Основные разделы танца модерн: Сидя или лёжа на полу (floowork)

Работа на месте (centrework)

Работа, включающая движение в пространстве (moowinginthespace)

Понятие контактная импровизация.

I. Работа в паре: перекаты на мостик, plie спина к спине, поддержка через бедро и т.д.

II. Элементы танца хип-хоп: Slide – скольжение

bodi - перекат, вращение

gool walk - отличная прогулка

push away move – отталкивание

Середина - движения по диагонали (различные варианты шагов, поворотов и вращений с продвижением, прыжки и комбинации прыжков) -

grandbattement на 90 град. И выше (на месте с переступанием вперёд, в сторону, назад с руками; с продвижением вперёд; назад - шпагат в воздухе).

- различные шпагаты на полу (с продвижением вперёд через живот, поворот на месте, с «колесом») \ - волнообразные движения корпуса - tour с

поднятием колена endehors и endedans, с подменой ноги (на месте, вперёд с продвижением). Экзерсис - demi- plie через releve, grandplie и roll назад

(скручивание корпуса) - battementjete с контракцией, через releve -

rondejambeparterre с контракцией и перегибом корпуса - adagio через releve с контракцией, ecartee вперёд и назад - grand battement - через battement.

tendu. Через releve (с согнутым коленом) II. На середине (бродвей-джаз) -

demi и grandplie - battementtendu - через plie, с рукой (с III п. во II-ю

позицию) - battementjete - носок flex, point, tourandedans (по параллельной позиции).

Тема 6. Работа над репертуаром. Воспитание у детей навыков, которые помогают создавать танцевальные образы. Изучение танцев и объяснение смысла изучаемых номеров. Знание и понимание образного содержания исполняемой композиции.

КАЛЕНДАРНЫЙ ГРАФИК

на 2025-2027 учебный год

№ п/п	Режим деятельности	Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа «Основы хореографического искусства»
1	Начало учебного периода	01.09.каждого года обучения
2	Продолжительность учебного периода	72 учебной недели – 10-15 лет (4-9кл.)
3	Продолжительность учебной недели	5 дней
4	Периодичность учебных занятий	Каждая группа 1 раз в неделю 3 часа 3 группы- 9 часов в неделю
5	Продолжительность учебных занятий	Продолжительность учебного часа – 45 минут
6	Время проведения учебных занятий	Ср. 15-00 – 18-00 Чт. 15-00 – 18-00 Пт. 15-00 – 18-00
7	Продолжительность перемен	15 минут
8	Окончание учебного года	31 мая каждого года обучения.
9	Каникулярное время: осенние, зимние, весенние	Работа по расписанию
10	Летнее время	-
11	Аттестация обучающихся	Промежуточная – в конце каждой четверти Итоговая – май каждого года обучения
12.	Комплектование групп	31.05.– 31.08. каждого года обучения
13	Дополнительный прием обучающихся	В течении учебного года согласно заявлениям (при наличие свободных мест)

Воспитательная работа

Воспитательный компонент осуществляется по следующим направлениям организации воспитания и социализации обучающихся:

- 1) гражданско-патриотическое;
- 2) нравственное и духовное воспитание;
- 3) воспитание положительного отношения к труду и творчеству;
- 4) интеллектуальное воспитание;
- 5) здоровьесберегающее воспитание;
- 6) правовое воспитание и культура безопасности;
- 7) воспитание семейных ценностей;

8) формирование коммуникативной культуры;

9) экологическое воспитание.

Цель – формирование гармоничной личности с широким мировоззренческим кругозором, с серьезным багажом теоретических знаний

и практических навыков.

Используемые формы воспитательной работы: викторина, экскурсии, игровые программы, диспуты.

Методы: беседа, мини-викторина, наблюдения, столкновения взглядов и позиций, проектный, поисковый.

Планируемый результат: повышение мотивации к театральному искусству и личностному развитию; сформированность настойчивости в достижении цели, стремление к получению качественного законченного результата; умение работать в команде; сформированность нравственного, познавательного и коммуникативного потенциалов личности.

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название мероприятия, события	Направления воспитательной работы	Форма проведения	Сроки проведения
1.	Инструктаж по технике безопасности при занятиях в специализированном помещении, правила поведения на занятиях	Безопасность и здоровый образ жизни	В рамках занятий	Сентябрь
2.	Игры на знакомство и командообразование	Нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь май
3.	Беседа о сохранении материальных ценностей, бережном отношении к оборудованию	Гражданско патриотическое воспитание, нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь май
4.	Работа над творческими заданиями внутри группы	Нравственное воспитание, трудовое воспитание	В рамках занятий	Октябрь май
5.	Участие в соревнованиях различного уровня	Воспитание интеллектуально познавательных интересов	В рамках занятий	Октябрь май
6.	Беседа о празднике «День защитника Отечества»	Гражданско патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных	В рамках занятий	Февраль

		ценностей		
7.	Беседа о празднике «8 марта»	Гражданско патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Март
8.	Беседа о празднике «День победы»	Гражданско патриотическое, нравственное и духовное воспитание;	В рамках занятий	Май
9.	Открытые занятия для родителей	Воспитание положительного отношения к труду и творчеству; интеллектуальное воспитание; формирование коммуникативной культуры	В рамках занятий	Декабрь, май

Список литературы

Нормативные правовые акты:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.

2. Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2012 № 599 «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки».

3. Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2012 № 597 «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики».

4. Указ Президента РФ от 9 ноября 2022 г. № 809 "Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».

5. Указ Президента Российской Федерации от 7 мая 2024 г. № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года».

6. Указ Президента Российской Федерации от 8 мая 2024 г. № 314 «Об утверждении Основ государственной политики Российской Федерации в области исторического просвещения».

7.Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 2022 года № 629 «Об утверждении осуществления образовательной деятельности общеобразовательным программам».

8.Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно- эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

9.Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р «Об утверждении дополнительного образования детей до 2030 года».

10.Приказ Министерства образования от 26 июля 2022 года № 912/1 «Об утверждении Плана работы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, I этап (2022 - 2024 годы) в Калининградской области и Целевых показателей реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года в Калининградской области».

11. Устав Дома детского творчества г.Правдинска

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Алекс Мур Техника латиноамериканских танцев, 2013 г.
2. Бекина С.И. Музыка и движение, Москва 2006 г.
3. Ваганова А.Я. Основы классического танца, С-Петербург 2005 г.
4. Васильева Т.К. Секрет танца, С-Петербург 2007 г.
5. Диниц Е.В. Азбука танцев. Донецк 2009 г.
6. Нормативный документ. Закон Российской Федерации об образовании.
7. Пасютинская В. Волшебный мир танца. Москва 2005 г.
8. Сборник приказов и документов министерства образования и науки Вестник Образования России, Подольск, 2017 г.
9. Тарасова Н.Б. Теория и методика преподавания народно-сценического танца. С-Петербург 2006 г.

Список литературы для педагога:

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. – Л.: Искусство, 1983.
2. Балет: Энциклопедия. – М.: Советская энциклопедия, 1981.
3. Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Рольф, 1999.
4. Бахрушин Ю.А. История русского балета. – М.: Просвещение, 1973.

5. Блок А.Д. Классический танец. – М.: Искусство, 1981.
 6. Бондаренко Л. «Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях» Киев 1985 г.
 7. Ваганова А.Я. Основы классического танца. – Л.: Искусство, 1972.
 8. Ветлугина Н. А. «Эстетическое воспитание в детском саду» М. «Просвещение» 1985 г.
 9. Жданов Л. Школа большого театра. – М.: Планета, 1984.
 10. Климов А.А. Основы русского народного танца. – М.: МГИК, 1994
 11. Лопухов А.В., Ширяев А.В., Бочаров А.И. Основы характерного танца. – М. – Л., 1939.
 12. Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. «Са-фи-дансе» С-П. «Детство-пресс» 2001 г
 13. Ярошевская И.Х. Новые методы и формы работы с детьми во внеурочное время// «Дополнительное образование и воспитание», №5, 2012, с.13.
- Список литературы для детей: 1. Аверина И. Е. «Физкультурные минутки и динамические паузы в ДОУ».- М.: «Айрис – пресс», 2005 г.
2. Михайлова М. А., Воронина Н. В. «Танцы, игры, упражнения для красивого движения» Ярославль «Академия Холдинг», 2000 г.
 3. Слуцкая С. Л. «Танцевальная мозаика».- М.: «Линка – пресс», 2006 г

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 647030360437668574821219143876024766403350371057

Владелец Пархомов Виктор Филиппович

Действителен с 21.01.2026 по 21.01.2027