

Комитет по образованию города Барнаула  
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Центр детского творчества №2» г. Барнаула

Принята на заседании  
педагогического совета  
от «28» 08.2025  
Протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МБУДО «ЦДТ №2»  
г. Барнаул  
С.В. Панова

«28» 08.2025



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА  
художественной направленности  
«Волшебный мир танца. Ансамбль»  
хореографической студии «Вдохновение»

Возраст детей: 7-11 лет  
Срок реализации: 2 года

Автор-составитель:  
Подользина Наталья Алексеевна,  
педагог дополнительного образования

г. Барнаул, 2025

## **СОДЕРЖАНИЕ**

1. Пояснительная записка
2. Учебно-тематический план первого года обучения
3. Содержание программы первого года обучения
4. Учебно-тематический план второго года обучения
5. Содержание программы второго года обучения
6. Методическое обеспечение программы
7. Список используемой и рекомендуемой литературы
8. Приложение

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Настоящая программа основывается на следующие нормативные документы:

Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. N273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 №09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 №678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. N 629);

Закон Алтайского края от 04.09.2013 №56-ЗС «Об образовании в Алтайском крае»;

Приказа Главного управления образования и молодёжной политики Алтайского края от 19.03.2015 г. №535 «Об утверждении методических рекомендаций по разработке дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программ»;

Региональный проект Алтайского края «Всё лучшее детям»;

Устав муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр детского творчества №2» г. Барнаула;

Положение о дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программах, реализуемых в МБУДО «ЦДТ №2» г. Барнаула.

**Вид программы:** модифицированная.

**Направленность:** художественная.

**Обучение включает в себя основные предметы:** детский современный танец, классический танец, джаз-танец, народный танец.

**Актуальность:** данная программа соотносится с тенденциями развития дополнительного образования и способствует созданию необходимых условий для личностного развития учащихся, позитивной социализации и профессионального самоопределения; удовлетворению индивидуальных потребностей учащихся в художественно-эстетическом, нравственном развитии.

**Отличительной особенностью** программы является ориентирование образовательного процесса на следующие виды деятельности: концертно-исполнительская, конкурсная, участие в фестивальном движении. В условиях взаимодействия с коллективами района, города, края, региона осуществляется раскрытие творческих способностей личности, формируется потребность к постоянному совершенствованию, культивируются товарищеские

взаимоотношения, чувство ответственности каждого за результаты совместной деятельности.

**Новизна:** новизной программы является её дополняющая функция. Учащиеся одновременно осваивают две программы: Дополнительную образовательную (общеразвивающую) программу «Волшебный мир танца» и дополнительную образовательную (общеразвивающую) программу «Волшебный мир танца. Ансамбль». Первая из них базовая, предполагает адаптацию и совмещение нескольких танцевальных направлений, позволяющих осуществить комплексную хореографическую подготовку детей к дальнейшему обучению в хореографической студии. Данная программа предлагается учащимся с более высоким уровнем хореографических возможностей, нацелена на более активную концертно-исполнительскую и конкурсную деятельность.

**Цель:** формирование интереса к хореографическому искусству, как средству физического и художественного самовыражения.

**Задачи:**

Обучающие:

- освоить элементы современного детского танца,
- изучить основы детского танца в стиле "джаз",
- освоить правила поведения на сцене и за кулисами,
- освоить методику и технику элементов танца в стиле "джаз",
- изучить элементы урока и танцевальные композиции танца в стиле "джаз",
- освоить методику, технику и манеру исполнения основных движений и элементов русского танца,
- изучить основные движения и элементы русского танца,
- освоить правила поведения на сцене и за кулисами.

Развивающие:

- развить координационные способности, укрепить опорно-двигательный аппарат; память, внимание, воображение;
- развить артистизм, выразительность исполнения движений, музыкальность.

Воспитательные:

- воспитывать чувства товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

**Педагогическая целесообразность программы** заключается в том, что она способствует физическому и социальному развитию личности. Занятия хореографией помогают учащимся снять психологические и мышечные зажимы, выработать чувство ритма, уверенность в себе, развить выразительность, научиться двигаться в соответствии с музыкальными образами, что необходимо для сценического выступления. Концертные выступления, фестивали и конкурсы мы рассматриваем как школы мастерства, так как кроме основной функции - показ лучших художественных достижений, в рамках фестивалей проводятся много разных форм деятельности по улучшению творческого процесса, такие как мастер-классы, семинары и другие формы.

**Адресат:** данная программа рассчитана на учащихся в возрасте 7-11 лет, параллельно осваивающих дополнительную образовательную (общеразвивающую) программу «Волшебный мир танца». Организация

образовательного процесса предполагает учет индивидуальных, возрастных, психологических и физиологических особенностей учащихся.

Возраст ребенка 7-11 лет наиболее благоприятный для развития умственных и физических способностей. Идет пропорциональное увеличение роста и веса, мышцы становятся более крепкими, происходит активное развитие функций головного мозга. Занятия хореографией позволяют сочетать развитие понятийного и образного мышления. Задачи педагога-хореографа заключаются в развитии координации, танцевальной выразительности, совершенствовании и усложнении танцевальной техники, формировании чувства мышечного самоконтроля.

**Срок и объем освоения программы:** программа рассчитана на 2 года обучения.

**Форма обучения:** очная.

**Режим организации занятий:** продолжительность занятия: 40 минут; первый и второй год: по 2 часа (1раз в неделю) - 72 часа в год.

**Организация образовательного процесса:** учебные группы формируются по 10-20 человек. Состав группы постоянный, разновозрастной.

**Календарный учебный график:**

Таблица 1

|                                 |                   |
|---------------------------------|-------------------|
| Начало учебных занятий          | 08 сентября       |
| Окончание учебного года         | 27 мая            |
| Продолжительность 1 полугодия   | 16 учебных недель |
| Продолжительность 2 полугодия   | 20 учебных недель |
| Продолжительность учебного года | 36 учебных недель |
| Сроки промежуточной аттестации  | по учебному плану |

### **Ожидаемые результаты первого года обучения:**

В результате освоения программы, учащиеся будут знать:

- основные элементы современного детского танца,
- основные элементы танца в стиле "деми-классика",
- правила поведения на сцене и за кулисами.

уметь:

- исполнять элементы современного детского танца,
- исполнять танец в стиле "деми-классика."

владеть:

- техникой исполнения элементов детского танца,
- техникой исполнения танца в стиле "деми-классика".

### **Ожидаемые результаты второго года обучения:**

- основные элементы урока танца в стиле "джаз",
- основы русского танца,
- исполнять элементы танца в стиле "джаз",
- исполнять русский танец.

владеть:

- методикой и техникой исполнения элементов танца в стиле "джаз",
- методикой и техникой исполнения русского танца.

### **Формы контроля реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

С целью определения уровня развития индивидуальных способностей и личностного роста учащихся проводится диагностика уровня освоения учащимися образовательной программы. Способом проверки результатов освоения образовательной программы является системное педагогическое наблюдение в процессе ведения образовательной деятельности.

Для отслеживания результативности образовательного процесса используются следующие этапы контроля:

- входной контроль
- текущий контроль (в течение всего учебного года),
- промежуточный контроль (по изучаемым темам),
- итоговый контроль (в конце обучения по программе).

Также в процессе обучения используется метод самодиагностики, самоанализа, что позволяет учащемуся самому отследить свои ошибки и работать над их исправлением.

#### **Система контроля основана на следующих принципах:**

1. Объективности (научно обоснованное содержание заданий, вопросов и т.д.).
2. Систематичности (проведение контроля на всех этапах обучения при реализации комплексного подхода к диагностированию).
3. Наглядности, гласности (проведение контроля всех обучаемых по одним критериям; оглашение и мотивация оценок).

Работа учащихся, оценивается по результатам освоения программы (высокий, средний и низкий уровни). По предъявлению знаний, умений, навыков.

Возможности практического применения в различных ситуациях – творческого использования.

#### **Высокий уровень освоения программы**

Учащийся демонстрирует высокую заинтересованность в учебной и творческой деятельности, которая является содержанием программы; показывает широкие возможности практического применения в собственной творческой деятельности приобретенных знаний умений и навыков.

#### **Средний уровень освоения программы**

Учащийся демонстрирует достаточную заинтересованность в учебной и творческой деятельности, которая является содержанием программы; может применять на практике в собственной творческой деятельности приобретенные знания умения и навыки.

#### **Низкий уровень освоения программы**

Учащийся демонстрирует слабую заинтересованность в учебной и творческой деятельности, которая является содержанием программы; не

стремится самостоятельно применять на практике в своей деятельности приобретенные знания умения и навыки.

### **Оценочные материалы**

*Таблица 2*

| <b>Показатели качества реализации ДОП</b>                                      | <b>Методики</b>           |
|--|---------------------------|
| Уровень теоретической и практической подготовки учащихся                       | Мониторинг (Приложение 1) |
| Уровень удовлетворенности родителей предоставляемыми образовательными услугами | Анкета (Приложение 2)     |

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН первого года обучения

### **Задачи:**

#### Обучающие:

- освоить элементы современного детского танца,
- основные элементы танца в стиле "деми-классика",
- освоить правила поведения на сцене и за кулисами.

#### Развивающие:

- развить координационные способности, укрепить опорно-двигательный аппарат; память, внимание, воображение;
- развить артистизм, выразительность исполнения движений, музыкальность.

#### Воспитательные:

- воспитывать чувства товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

*Таблица 3*

| №    | Тема  | Количество часов |        |          | Формы контроля            |
|------|---|------------------|--------|----------|---------------------------|
|      |   | Всего            | Теория | Практика |                           |
| 1.   | Вводное занятие   | 2                | 2      | -        | Беседа                    |
| 2.   | Раздел «Детский современный танец»                              | 32               | 13     | 19       |                           |
| 2.1  | Позиции рук и ног, постановка корпуса в современном танце       | 2                | 1      | 1        | Показ                     |
| 2.2  | Терминология современного танца                                 | 2                | 1      | 1        | Опрос                     |
| 2.3  | Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов            | 2                | 1      | 1        | Педагогическое наблюдение |
| 2.4  | Экзерсис на середине зала                                       | 2                | 1      | 1        | Показ                     |
| 2.5  | Упражнения для позвоночника                                     | 2                | 1      | 1        | Показ                     |
| 2.6  | Элементы гимнастики   | 2                | 1      | 1        | Показ                     |
| 2.7  | Упражнения стрейч-характера                                     | 2                | 1      | 1        | Показ                     |
| 2.8  | Кросс   | 2                | 1      | 1        | Показ                     |
| 2.9  | Уровни (верхний, средний, нижний)                               | 2                | 1      | 1        | Показ                     |
| 2.10 | Партерные перекаты (транзишен)                                  | 2                | 1      | 1        | Показ                     |
| 2.11 | Импровизация  | 4                | 1      | 3        | Показ                     |
| 2.12 | Танцевальные комбинации   | 4                | 1      | 3        | Показ                     |
| 2.13 | Композиция танца на основе изученных комбинаций                 | 4                | 1      | 3        | Показ                     |
| 3.   | Раздел «Классический танец»                                     | 36               | 12     | 24       |                           |
| 3.1  | Экзерсис классического танца у станка                           | 4                | 1      | 3        | Показ                     |
| 3.2  | Экзерсис классического танца на середине зала                   | 4                | 1      | 3        | Показ                     |
| 3.3  | Прыжки (Allegro)  | 4                | 1      | 3        | Показ                     |
| 3.4  | Сценические движения  | 4                | 1      | 3        | Показ                     |
| 3.5  | Танец «Ритмическая мозаика»<br>Основные движения, положения рук | 2                | 1      | 1        | Показ                     |
| 3.6  | Комбинации танца "Ритмическая мозаика"                          | 4                | 1      | 3        | Показ                     |

|      |  |    |    |    |                           |
|------|--|----|----|----|---------------------------|
| 3.7  | Композиция танца "Ритмическая мозаика"                 | 4  | 1  | 3  | Показ                     |
| 3.8  | Работа над методикой и техникой исполнения танца       | 2  | 1  | 1  | Показ                     |
| 3.9  | Работа над чистотой рисунков                           | 2  | 1  | 1  | Показ                     |
| 3.10 | Работа над музыкальностью, выразительностью исполнения | 2  | 1  | 1  | Педагогическое наблюдение |
| 3.11 | Репетиция на сцене                                     | 4  | 1  | 3  | Показ                     |
| 4.   | Итоговое занятие                                       | 2  | -  | 2  | Открытое занятие          |
|      | ИТОГО:   | 72 | 27 | 45 |                           |

### **Ожидаемые результаты:**

В результате освоения программы, учащиеся будут знать:

- основные элементы современного детского танца,
- основные элементы танца в стиле "деми-классика",
- правила поведения на сцене и за кулисами.

уметь:

- исполнять элементы современного детского танца,
- исполнять танец в стиле "деми-классика."

владеть:

- техникой исполнения элементов детского танца,
- техникой исполнения танца в стиле "деми-классика".

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ первого года обучения**

### **1.«Вводное занятие. Знакомство с детьми».**

Теория: задачи, перспективы, особенности хореографической деятельности.  
Инструктаж по технике безопасности: пожарная безопасность, при чрезвычайных ситуациях, правила поведения в танцевальном классе и на сцене.  
Практика: Планирование работы на год, выбор формы одежды.

### **2. Раздел «Детский современный танец»**

#### **2.1 «Позиции рук и ног, постановка корпуса в современном танце»**

Теория: Отличительные особенности постановки корпуса в современном танце.

Образные характеристики основных позиций корпуса, рук, ног.

Практика: 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 друга. Позиции ног: I – пятки вместе, носки врозь; II – параллельная и выворотная; IV – параллельная; VI – параллельная. Основные положения корпуса: Release (расширение, распространение); Contractions (сосредоточение); Roll down (скручивание вниз), roll up (раскручивание вверх); Flat back (плоская спина); Arch (арка).

#### **2.2 «Терминология современного танца»**

Теория: Термины современного танца на английском языке:

contract – 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.

Практика: Исполнение танцевальных элементов в характере, соответствующем терминам.

#### **2.3 «Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов»**

Теория: Изучение движений изолированных центров и техника их исполнения.

Координация изолированных центров. Методика исполнения.

Практика: Повороты и наклоны головы + Sundari. Руки+движения ареалами (отдельно кисти рук, рука от локтя, от плеча). Движения плечами: подъем одного-двух поочередно вверх; движение плеч вперед-назад; твист плеч (изгиб) - резкая смена направлений в движении плеч (одно вперед друг назад и т.д.); "восьмерка" - круги поочередно; шейк плеч.

Движение грудной клеткой – диафрагмой: из стороны в сторону; вперед-назад; подъем и опускание. Curve (керф) – изгиб верхней части позвоночника до солнечного сплетения вперед, в сторону, назад, круги, подъем бедра наверх. Поза коллапса.

Координация 2-х центров в одновременном параллельном движении.

#### **2.4 «Экзерсис на середине зала»**

**Теория:** Основные элементы экзерсиса. Его цель, задачи. Методика исполнения элементов экзерсиса.

**Практика:** Построение и разучивание Plie с различными движениями рук. Battement tenu et Battement tendu iete в параллельных позициях в сочетании с Catch step (перенос веса тела без продвижения в пространстве). Rond de jamb par terre с «противоходом» рук. Grand Battement Jete (45, 90, 180). Упражнения для позвоночника: Твист и спирали торса; High-reliase (хай-релиз) + Body roll (волны). Элементы гимнастики Мостик. Стойка на руках. Колесо. Упражнения стрейч-характера (растяжки, шпагаты). Силовые упражнения: отжимания, качание пресса.

## 2.5 «Упражнения для позвоночника»

**Теория:** Виды упражнений для позвоночника. Методика исполнения.

**Практика:** Твист и спирали торса. High-reliase (хай-релиз) + Body roll (волны).

## 2.6 «Элементы гимнастики»

**Теория:** Методика исполнения элементов. Предотвращение травматизма.

**Практика:** Мостик. Стойка на руках. Колесо.

## 2.7 «Упражнения стрейч-характера»

**Теория:** Значение упражнений стрейч-характера для техники танцора. Методика исполнения.

**Практика:** Растяжки, шпагаты. Силовые упражнения: отжимания, качание пресса.

## 2.8 «Кросс»

Шаги вперёд, назад, с движением рук, с пятки, с chasse, с grand battement. Шаги в манере модерн-джаз. Прыжки («глиссад вперед», «подскоки с противоходом рук», «ножницы», «пистолетик»)

## 2.9 Уровни (верхний, средний, нижний)»

**Теория:** Значение уровней для композиции современного танца.

**Практика:** Уровни (стоя, на четвереньках, на коленях, сидя, лежа). Игра «Фотоальбом».

## 2.10 «Партерные перекаты (транзишен)»

**Теория:** Изучение техники исполнения движений партнера.

**Практика:** Перекаты из положения: сидя в группировке, через «лягушку», через поперечный шпагат (поза ученика). Поза «зародыша». Прямые повороты на полу (бревно). Подготовительные упражнения к перекату через одно плечо.

## 2.11 «Импровизация»

**Теория:** Приёмы импровизации: расслабление, исследование своего тела, бодиворк. Дыхание (каждое движение построено на дыхании)

**Практика:** Импровизация с движением (шаги, прыжок, скрутка...). Импровизация «эмоциональная». Этюд «воображение – состояние – явление – образ-отклик тела...». Импровизация с музыкой, ритмом. Импровизация с пространством класса, смена уровней, ракурсов. Контактная импровизация, контакт (этюд «продолжи движение в дуэте»).

## 2.12 «Танцевальные комбинации»

**Теория:** Составление танцевальных комбинаций из изученных элементов, в т.ч.

с использованием импровизации.

Практика: Исполнение танцевальных комбинаций в группе, малой группе, в парах. Рефлексия. Самооценка. Взаимооценка.

### 2.13 «Композиция танца на основе изученных комбинаций»

Теория: Художественный образ - основа композиции танца. Композиционные рисунки.

Практика: Исполнения танца. Работа над методикой и техникой исполнения, над чистотой рисунков, музыкальностью и выразительностью исполнения. Репетиция танца на сцене. Генеральная репетиция.

## 3. Раздел «Классический танец»

### 3.1 «Экзерсис классического танца у станка»

Теория: Значение системы классического танца в формировании танцевальной техники. Методика исполнения основных движений и элементов.

Практика: Исполнение движений и элементов: demi; grand plié; battement tendus; позиции рук; battement tendus jetes; temps leve saute; rond de jambe par terre; battement fondu; battements frappes; rond de jambe en l'air; pti battement; battements releve lent; battements developpes; grand battements jetes.

### 3.2 «Экзерсис классического танца на середине зала».

Теория: Методика исполнения движений и элементов экзерсиса на середине.

Практика: Исполнение движений и элементов: 1-е port de bras; положение корпуса epaulement, 2-е port de bras; позы классического танца;

### 3.3 «Прыжки (Allegro)»

Теория: Методика исполнения прыжков.

Практика: temp leve saute; pas eschappe; pas assemble; pas gete; sissonne simple.

### 3.4 «Сценические движения»

Теория: Методика исполнения движений.

Практика: Исполнение движений: pas balance; pas de basque; pas de bourree suive; вальсовый шаг.

### 3.5 «Танец «Ритмическая мозаика». Основные движения, положения рук»

Теория: Методика исполнения движений.

Практика: Исполнение основных движений танца: шаг на полупальцах, бег, pas balance; pas de basque; pas de bourree suive; вальсовый шаг. Положения рук в парах, тройках.

### 3.6 «Комбинации танца "Ритмическая мозаика"»

Теория: Методика исполнения комбинаций танца.

Практика: Исполнение комбинаций танца.

### 3.7 «Композиция танца «Ритмическая мозаика»

Теория: Особенности композиции танца. Драматургическое построение номера.

Практика: Проучивание рисунков, мизансцен.

### 3.8 «Работа над методикой и техникой исполнения танца»

Теория: Методика и техника исполнения движений и комбинаций танца.

Практика: Исполнение движений и комбинаций танца. Использование методов: упражнения, танцевального показа, приём повтора.

### 3.9 «Работа над чистотой рисунков»

**Теория:** Сущность понятия «интервал», «хореографический рисунок», «чистота рисунка».

**Практика:** Работа над чистотой рисунков танца.

**3.10 «Работа над музыкальностью, выразительностью исполнения»**

**Теория:** Понятие «художественный образ». Единство музыкального и хореографического образа. Значение мимики в танце.

**Практика:** Работа над музыкальностью, выразительностью исполнения танца.

**3.11 «Репетиция на сцене»**

**Теория:** Устройство сцены. Правила техники безопасности на сцене. Особенности исполнения танца на сцене.

**Практика:** Репетиция танца на сцене.

**4. «Итоговое занятие»**

**Практика.** Подведение итогов за год. Повторение пройденного материала. Класс-концерт.

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН второго года обучения

**Обучающие:**

- освоить элементы современного детского танца,
- основные элементы танца в стиле "деми-классика",
- изучить основы детского танца в стиле "джаз",
- освоить правила поведения на сцене и за кулисами,
- освоить методику и технику элементов танца в стиле "джаз",
- изучить элементы урока и танцевальные композиции танца в стиле "джаз",
- освоить методику, технику и манеру исполнения основных движений и элементов русского танца,
- изучить основные движения и элементы русского танца,
- освоить правила поведения на сцене и за кулисами.

**Развивающие:**

- развить координационные способности, укрепить опорно-двигательный аппарат; память, внимание, воображение;
- развить артистизм, выразительность исполнения движений, музыкальность.

**Воспитательные:**

- воспитывать чувства товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

*Таблица 4*

| №    | Тема   | Количество часов |        |          | Формы контроля            |
|------|--|------------------|--------|----------|---------------------------|
|      |  | Всего            | Теория | Практика |                           |
| 1.   | Вводное занятие                                      | 2                | 2      | -        | Беседа                    |
| 2.   | Раздел «Танец в стиле «джаз»                         | 32               | 13     | 19       |                           |
| 2.1  | Позиции рук и ног, постановка корпуса в джаз - танце | 2                | 1      | 1        | Показ                     |
| 2.2  | Терминология джаз - танца                            | 2                | 1      | 1        | Опрос                     |
| 2.3  | Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов | 2                | 1      | 1        | Педагогическое наблюдение |
| 2.4  | Экзерсис на середине зала                            | 2                | 1      | 1        | Показ                     |
| 2.5  | Упражнения для позвоночника                          | 2                | 1      | 1        | Показ                     |
| 2.6  | Элементы гимнастики                                  | 2                | 1      | 1        | Показ                     |
| 2.7  | Упражнения стрейч-характера                          | 2                | 1      | 1        | Показ                     |
| 2.8  | Кросс  | 2                | 1      | 1        | Показ                     |
| 2.9  | Уровни (верхний, средний, нижний)                    | 2                | 1      | 1        | Показ                     |
| 2.10 | Партерные перекаты (транзишен)                       | 2                | 1      | 1        | Показ                     |
| 2.11 | Импровизация   | 4                | 1      | 3        | Показ                     |
| 2.12 | Танцевальные комбинации                              | 4                | 1      | 3        | Показ                     |
| 2.13 | Композиция танца на основе изученных комбинаций      | 4                | 1      | 3        | Показ                     |
| 3.   | Раздел «Народный танец»                              | 36               | 12     | 24       |                           |
| 3.1  | Экзерсис народного танца у станка                    | 4                | 1      | 3        | Показ                     |
| 3.2  | Упражнения народного танца на середине зала          | 4                | 1      | 3        | Показ                     |

|     |   |    |    |    |                           |
|-----|---|----|----|----|---------------------------|
| 3.3 | Постановка народного танца «Варенька». Основные движения, положения рук | 4  | 1  | 3  | Показ                     |
| 3.4 | Комбинации танца «Варенька»   | 4  | 1  | 3  | Показ                     |
| 3.5 | Композиция танца «Варенька»   | 4  | 1  | 3  | Показ                     |
| 3.6 | Работа над методикой и техникой исполнения танца                        | 4  | 1  | 1  | Показ                     |
| 3.7 | Работа над чистотой рисунков  | 4  | 1  | 1  | Показ                     |
| 3.8 | Работа над музыкальностью, выразительностью исполнения                  | 2  | 1  | 1  | Педагогическое наблюдение |
| 3.9 | Репетиция на сцене  | 4  | 1  | 3  | Показ                     |
| 4.  | Итоговое занятие  | 2  | -  | 2  | Открытое занятие          |
|     | ИТОГО:  | 72 | 27 | 45 |                           |

### **Ожидаемые результаты:**

В результате освоения программы учащиеся будут знать:

- основные элементы танца в стиле «джаз»;
- основные движения и элементы экзерсиса народного танца;
- правила поведения на сцене и за кулисами

уметь:

- исполнять элементы джаз-танца;
- исполнять русский танец;
- правильно вести себя на сцене и за кулисами

владеть:

- методикой и техникой исполнения элементов джаз-танца;
- методикой и техникой исполнения танца русского танца

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ второго года обучения**

### **1.«Вводное занятие. Знакомство с детьми».**

Теория: задачи, перспективы, особенности хореографической деятельности. Инструктаж по технике безопасности: пожарная безопасность, при чрезвычайных ситуациях, правила поведения в танцевальном классе и на сцене. Практика: Планирование работы на год, выбор формы одежды.

### **2. Раздел «Танец в стиле джаз»**

#### **2.1 «Позиции рук и ног, постановка корпуса в джаз танце»**

Теория: Отличительные особенности постановки корпуса в джаз танце.

Образные характеристики основных позиций корпуса, рук, ног.

Практика: Позиции рук в джаз 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 друга. Позиции ног: I – пятки вместе, носки врозь; II – параллельная и выворотная; IV – параллельная; VI – параллельная. Основные положения корпуса: Release (расширение, распространение); Contractions (сосредоточение); Roll down (скручивание вниз), roll up (раскручивание вверх); Flat back (плоская спина); Arch (арка).

#### **2.2 «Терминология джаз танца»**

Теория: Термины современного танца на английском языке:

contract – 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.

Практика: Исполнение танцевальных элементов в характере, соответствующем терминам.

#### **2.3 «Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов»**

Теория: Изучение движений изолированных центров и техника их исполнения.

Координация изолированных центров. Методика исполнения.

Практика: Повороты и наклоны головы + Sundari. Руки+движения ареалами (отдельно кисти рук, рука от локтя, от плеча). Движения плечами: подъем одного-двух поочередно вверх; движение плеч вперед-назад; твист плеч (изгиб) - резкая смена направлений в движении плеч (одно вперед друг назад и т.д.); "восьмерка" - круги поочередно; шейк плеч.

Движение грудной клеткой – диафрагмой: из стороны в сторону; вперед-назад; подъем и опускание. Curve (керф) – изгиб верхней части позвоночника до солнечного сплетения вперед, в сторону, назад, круги, подъем бедра наверх. Поза коллапса.

Координация 2-х центров в одновременном параллельном движении.

#### **2.4 «Экзерсис на середине зала»**

**Теория:** Основные элементы экзерсиса. Его цель, задачи. Методика исполнения элементов экзерсиса.

**Практика:** Построение и разучивание Plie с различными движениями рук. Battement tenu et Battement tenu jete в параллельных позициях в сочетании с Catch step (перенос веса тела без продвижения в пространстве). Rond de jamb par terre с «противоходом» рук. Grand Battement Jete (45, 90, 180). Упражнения для позвоночника: Твист и спирали торса; High-reliase (хай-релиз) + Body roll (волны). Элементы гимнастики Мостик. Стойка на руках. Колесо. Упражнения стрейч-характера (растяжки, шпагаты). Силовые упражнения: отжимания, качание пресса.

## 2.5 «Упражнения для позвоночника»

**Теория:** Виды упражнений для позвоночника. Методика исполнения.

**Практика:** Твист и спирали торса. High-reliase (хай-релиз) + Body roll (волны).

## 2.6 «Элементы гимнастики»

**Теория:** Методика исполнения элементов. Предотвращение травматизма.

**Практика:** Мостик. Стойка на руках. Колесо.

## 2.7 «Упражнения стрейч-характера»

**Теория:** Значение упражнений стрейч-характера для техники танцора. Методика исполнения.

**Практика:** Растяжки, шпагаты. Силовые упражнения: отжимания, качание пресса.

## 2.8 «Кросс»

Шаги вперёд, назад, с движением рук, с пятки, с shasse, с grand battement. Шаги в манере модерн-джаз. Прыжки («глиссад вперед», «подскоки с противоходом рук», «ножницы», «пистолетик»)

## 2.9 Уровни (верхний, средний, нижний)»

**Теория:** Значение уровней для композиции современного танца.

**Практика:** Уровни (стоя, на четвереньках, наколенях, сидя, лежа). Игра «Фотоальбом».

## 2.10 «Партерные перекаты (транзишен)»

**Теория:** Изучение техники исполнения движений партнера.

**Практика:** Перекаты из положения: сидя в группировке, через «лягушку», через поперечный шпагат (поза ученика). Поза «зародыша». Прямые повороты на полу (бревно). Подготовительные упражнения к перекату через одно плечо.

## 2.11 «Импровизация»

**Теория:** Приёмы импровизации: расслабление, исследование своего тела, бодиворк. Дыхание (каждое движение построено на дыхании)

**Практика:** Импровизация с движением (шаги, прыжок, скрутка...). Импровизация «эмоциональная». Этюд «воображение – состояние – явление – образ-отклик тела...». Импровизация с музыкой, ритмом. Импровизация с пространством класса, смена уровней, ракурсов. Контактная импровизация, контакт (этюд «продолжи движение в дуэте»).

## 2.12 «Танцевальные комбинации»

**Теория:** Составление танцевальных комбинаций из изученных элементов, в т.ч.

с использованием импровизации.

Практика: Исполнение танцевальных комбинаций в группе, малой группе, в парах. Рефлексия. Самооценка. Взаимооценка.

### 2.13 «Композиция танца на основе изученных комбинаций»

Теория: Художественный образ - основа композиции танца. Композиционные рисунки.

Практика: Исполнения танца. Работа над методикой и техникой исполнения, над чистотой рисунков, музыкальностью и выразительностью исполнения. Репетиция танца на сцене. Генеральная репетиция.

## 3. Раздел «Народный танец»

### 3.1 «Экзерсис народного танца у станка»

Теория: Значение экзерсиса народного танца в формировании техники исполнения русского танца. Методика исполнения основных движений и элементов.

Практика: Исполнение движений и элементов в русском характере: demi; grand plié; battement tendus; позиции рук; battement tendus jetes; rond de jambe par terre; battement fondu; каблучный battements; battements releve lent; battements developpes; grand battements jetes.

### 3.2 «Упражнения народного танца на середине зала».

Теория: Методика исполнения упражнений народного танца на середине.

Практика: Исполнение движений и элементов: port de bras в русском характере; Учебная комбинация на основе «верёвочки». Присядки. «Хлопушки». Вращения по диагонали, по кругу, на месте.

### 3.3 Постановка народного танца «Варенька». Основные движения, положения рук.

Теория: Методика исполнения движений рук и ног.

Практика: Исполнение шагов и ходов русского танца: шаг «девичья поступь», боковой ход с выносом ноги на каблук; прыжка с выносом ноги на каблук; притопа в ритмическом рисунке с движением рук и наклоном корпуса то вправо, то влево; притопа в 6 позиции и в 3 позиции. Исполнение хлопушек.

### 3.4 Комбинации танца «Варенька»

Теория: Методика исполнения движений.

Практика: исполнение комбинаций «хлопушек», присядок, «финала».

### 3.5 Композиция танца «Варенька»

Теория: Особенности композиции танца «Варенька». Драматургическое построение номера.

Практика: Исполнение движений и комбинаций танца в рисунках. Мизансцены.

### 3.6 Работа над методикой и техникой исполнения танца.

Теория: Методика и техника исполнения движений и комбинаций танца.

Практика: Исполнение движений и комбинаций танца. Использование методов: упражнения, танцевального показа, приём повтора.

### 3.7 «Работа над чистотой рисунков»

Теория: Сущность понятия «интервал», «хореографический рисунок», «чистота рисунка».

Практика: Работа над чистотой рисунков танца: круг, линии, два круга.

3.8 «Работа над музыкальностью, выразительностью исполнения»

Теория: Манера исполнения русского танца. Понятие «художественный образ».

Единство музыкального и хореографического образа. Значение мимики в танце.

Практика: Работа над музыкальностью, выразительностью исполнения танца.

3.9 «Репетиция на сцене»

Теория: Устройство сцены. Правила техники безопасности на сцене.

Особенности исполнения танца на сцене.

Практика: Репетиция танца на сцене.

4. «Итоговое занятие»

Практика. Подведение итогов за год. Повторение пройденного материала. Класс - концерт.

## **МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ**

**Методы обучения:**

- словесные методы: лекция, объяснение, чтение, беседа, диалог, консультация;
- методы танцевально-практических действий: упражнения, репетиции; метод танцевального показа;
- наглядный метод обучения (видео-показ, демонстрация, презентация);
- самостоятельная работа в малых группах;
- творческое задание;
- деловая, сюжетно- ролевая игра.

**Типы занятий:** занятие-теория, занятие-практикум, комбинированное занятие, класс-концерт, концертное выступление.

**Использование наглядного материала (фото, видео, презентация).**

В зависимости от образовательных задач, которые ставит педагог, занятие может проводиться как с использованием одного метода обучения, так и комбинирования нескольких методов и приемов. Методы проведения занятий характеризуются постепенным смещением акцентов с репродуктивных на саморазвивающие, продуктивные.

**Формы работы:** групповые, индивидуальные, в малых группах.

Образовательная программа студии предполагает взаимодействие с другими творческими коллективами и организациями, как в пределах гимназии, так и города, края, региона.

Внешние связи определяются участием в праздниках, культурных мероприятиях, фестивалях, организуемых учреждениями культуры, учебными заведениями и общественными организациями на уровне города, края, региона.

**Педагогические технологии:** технология индивидуального обучения, технология группового обучения, технология коллективного взаимодействия, технология дифференцированного обучения, здоровьесберегающая технология.

**Дидактические материалы:** видео и аудиозаписи выступлений, правила поведения на сцене, словари терминов, подборка интернет ресурсов.

**Формы организации образовательной деятельности:** индивидуально-групповая, групповая, открытое занятие, мастер-класс, беседа, практическое занятие, игра, концерт.

**Кадровое обеспечение:** реализация программы и подготовка занятий осуществляется педагогом дополнительного образования в рамках его должностных обязанностей, имеющим среднее либо высшее профессиональное образование, обладающим достаточными теоретическими знаниями и опытом практической деятельности.

**Материально-техническое обеспечение:** для занятий требуется танцевальный класс, музыкальная колонка (или музыкальный центр), музыкальные носители (flesh-накопители).

## **ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ**

## Литература для педагога:

host-sas-web-yp-84&redircnt=1596773235.1

## **Приложение 1.**

### **Мониторинг качества освоения образовательной программы**

Объединение «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ учебный год

Педагог: \_\_\_\_\_

| №                        | Группа -<br>Год обучения -<br>Ф.И. ребёнка | Название раздела (блока) программы |        |        |        |        |        |   | Творческий<br>выход |
|--------------------------|--|------------------------------------|--------|--------|--------|--------|--------|---|---------------------|
|                          |  | Раздел                             | Раздел | Раздел | Раздел | Раздел | Раздел | Итоговый<br>показатель<br>по каждому<br>ребенку |                     |
|                          |  |                                    |        |        |        |        |        |   |                     |
|                          |  |                                    |        |        |        |        |        |   |                     |
|                          |  |                                    |        |        |        |        |        |   |                     |
| Процент качества знаний: |  |                                    |        |        |        |        |        |   |                     |

Процент качества знаний:  $(n \ll 5 \gg + n \ll 4 \gg + n \ll 3 \gg \dots) \times 100\% /$  на  $n$  учащихся в группе  
 $n$  – количество.

Оценочная шкала:

менее 75% - очень низкий уровень;

75 – 84% - низкий уровень;

85 – 94% - средний уровень;

95 – 100% - высокий уровень.

Вывод:

## **Приложение 2.**

### **Анкета для родителей**

Название объединения \_\_\_\_\_

ФИО педагога \_\_\_\_\_

***Уважаемые родители, данное исследование предполагает изучение потребностей, связанных с улучшением организации свободного времени Ваших детей.***

Фамилия, имя ребенка \_\_\_\_\_

ФИО родителя \_\_\_\_\_

Какие изменения Вы видите в своем ребенке после занятий в объединении?

---

Удовлетворены ли Вы организацией учебно – воспитательного процесса?

---

Удовлетворены ли Вы качеством образовательного процесса?

---

Удовлетворены ли Вы взаимоотношениями педагога с учащимися?

---

Удовлетворены ли Вы успехами Вашего ребенка в результате занятий в объединении?

---

Дата \_\_\_\_\_

Подпись \_\_\_\_\_