

Поволжское управление министерства образования и науки Самарской области  
государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области  
средняя общеобразовательная школа № 5 «Образовательный центр» имени М.П. Бочарикова города  
Новокуйбышевска городского округа Новокуйбышевск Самарской области  
структурное подразделение «Центр детско-юношеского творчества»

Принята на заседании  
педагогического совета  
от «29» августа 2024г.  
Протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГБОУ СОШ № 5 «ОЦ»  
г. Новокуйбышевска

\_\_\_\_\_  
О.В. Кудряшова  
Приказ № 81/02 - од  
от «29» августа 2024г.

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
художественной направленности  
«Мир танца»**

**Возраст обучающихся:** 11-14 лет  
**Срок реализации:** 3 года  
**Тип программы:** модифицированная

**Разработчик:**  
Кузнецова Зоя Николаевна,  
педагог дополнительного образования

г. Новокуйбышевск, 2024

## Содержание

- I. Краткая аннотация
- II. Пояснительная записка
- III. Актуальность программы
- IV. Новизна программы
- V. Отличительная особенность программы
- VI. Педагогическая целесообразность
- VII. Цель и задачи программы
- VIII. Целевая аудитория и возраст детей. Сроки реализации
- IX. Форма обучения
- X. Планируемые результаты
- XI. Критерии оценки знаний, умений и навыков при освоении программы
- XII. Учебный план программы
- XIII. Первый год обучения
- XIV. Второй год обучения
- XV. Третий год обучения
- XVI. Ресурсное обеспечение программы
- XVII. Список литературы

## **I. Краткая аннотация**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «Мир танца» (далее – Программа) продвинутого уровня включает в себя 9 тематических модулей.

Данная программа предназначена для воспитанников, которые прошли обучение по общеобразовательной общеразвивающей программе «Азбука танца».

## **II. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мир танца» **художественной направленности** разработана в соответствии с:

1. Всеобщая декларация прав человека.
2. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 N 273-ФЗ.
3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 27.07.2022 №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
4. Указ Президента Российской Федерации «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».
5. Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р).
6. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р).
7. План мероприятий по реализации в 2021 - 2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утвержден распоряжением Правительства Российской Федерации от 12.11.2020 № 2945-р).
8. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения,

дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

9. Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».
10. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".
11. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания". (Зарегистрирован 29.01.2021 № 62296)
12. Стратегия социально-экономического развития Самарской области на период до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Самарской области от 12.07.2017 № 441).
13. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).
14. Письмо министерства образования и науки Самарской области от 30.03.2020 № МО-16-09-01/434-ТУ (с «Методическими рекомендациями по подготовке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ к прохождению процедуры экспертизы (добровольной сертификации) для последующего включения в реестр образовательных программ, включенных в систему ПФДО»).
15. Приложение к письму министерства образования и науки Самарской области от 12.09.2022 №МО/1141-ТУ «Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (новая редакция дополненная)».

16. Приказ министерства образования и науки Самарской области от 20.08.2019 г. № 262-од «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Самарской области на основе сертификата персонифицированного финансирования дополнительного образования детей, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам».

17. Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе структурного подразделения «Центр детско-юношеского творчества» государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области средней общеобразовательной школы № 5 «Образовательный центр» имени М.П. Бочарикова города Новокуйбышевска городского округа Новокуйбышевск Самарской области.

Искусство как специфическое общественное явление представляет собой сложную систему качеств, структура которой характеризуется сопряжением познавательной, оценочной, созидательной (духовно и материально) и знаково-коммуникативной граней (или подсистем). Благодаря этому оно выступает и как средство общения людей, и как орудие их просвещения, обогащения их знаний о мире и о самих себе, и как способ воспитания человека на основе той или иной системы ценностей, и как источник высоких эстетических радостей.

Художественно-творческая деятельность человека развёртывается в многообразных формах, которые называют видами искусства, его родами и жанрами. Танец относится к пространственно-временной форме искусства, т.е. к искусству, воздействующему одновременно на несколько чувств человека (зрение, слух). Все виды танца отличны друг от друга как по характеру содержания и композиционному воплощению материала, так и по типу сочетающихся в танце элементов.

Вместе с тем каждому танцу присуще общее – это ритм и музыка. Танец сочетает в себе самые выразительные средства в искусстве – музыку и движение. Танец возник на заре человечества. Человек начал танцевать, подражая насекомым и рыбам, птицам и зверям, ветру и воде. В бурных, порой, казалось

бы, хаотичных движениях танца заложена первобытная мощь и энергетическая сила постижения человеком природы.

### **III. Актуальность программы**

Программа является актуальной, так как направлена на синтез общеразвивающей, классической, народной и современной хореографии. Содержание программы помогает обучающимся адаптироваться к репетиционной - постановочной работе.

Программа направлена на приобщение детей к искусству танца. Искусство танца - великолепное средство воспитания и развития человека. Оно обогащает духовный мир, помогает учащимся раскрыться как личности. Органическое соединение движения, музыки, игры, формирует атмосферу положительных эмоций, которые в свою очередь раскрепощают воспитанника, делают его поведение естественным и красивым. В каждом обучающемся заложен огромный эмоциональный, творческий и физический потенциал.

### **IV. Новизна программы**

Новизна программа состоит в том, что она разработана с учётом современных тенденций в образовании по принципу блочно-модульного освоения материала, что максимально отвечает запросу социума на возможность выстраивания обучающимся индивидуальной образовательной траектории. В программе интегрированы направления, как классический танец, народный танец, модерн танец, что позволяет воспитаннику приобщиться к хореографическому искусству и творческому самовыражению.

С учетом современных задач развития дополнительного образования Российской Федерации и региональной политики в программу включены часы патриотического воспитания, включая знакомство с государственной символикой РФ: Государственный гимн, герб, флаг. Это способствует развитию у подрастающего поколения чувства гордости, глубокого уважения и почитания к Родине, ее многообразной культуры.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мир танца» рассчитана на 3 года обучения, состоит из девяти модулей:

1 год обучения:

1. «Классический танец».
2. «Народный танец».
3. «Модерн танец».

2 год обучения:

1. «Классический танец».
2. «Народный танец».
3. «Модерн танец».

3 год обучения:

1. «Классический танец».
2. «Народный танец».
3. «Модерн танец».

Программа имеет **продвинутый уровень** сложности. Содержание программы первого года обучения направлено на освоение полученных знаний и умений по программе «Азбука танца». На втором и третьем году обучения содержание программы способствует закреплению знаний и умений первого и второго годов обучения соответственно и приобретению новых знаний, умений и навыков. Некоторые часы программы могут быть реализованы с помощью современных дистанционных технологий.

#### **V. Отличительная особенность программы.**

Отличительной особенностью программы является то, что она составлена в соответствии с современными правовыми актами и государственными программными документами по дополнительному образованию, требованиями новых методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеобразовательных программ и с учётом задач, сформулированных Федеральными государственными образовательными стандартами нового поколения.

Программа является комплексной.

#### **VI. Педагогическая целесообразность.**

Педагогическая целесообразность программы построена на целенаправленной работе по расширению возможностей творческой реализации

учащихся, соответствующей их духовным и интеллектуальным потребностям к миру хореографии: классический танец, народный танец, модерн танец.

По форме организации образовательного процесса является модульной.

## **VII. Цель и задачи программы.**

**Цель Программы «Мир танца»** - создание условий для раскрытия и развития потенциальных творческих способностей и возможностей ребенка средствами танцевального искусства через практическое освоение различных видов танца.

### **Задачи:**

Обучающие:

- обучить танцевальному этикету и сформировать умение переносить культуру поведения и общения в танце на межличностное общение в повседневной жизни;
- обучить элементам танца различных жанров.

Воспитывающие:

- воспитывать художественный вкус;
- воспитывать дисциплинированность, чувство долга, коллективизма, организованности.

Развивающие:

- развивать способности правдиво и выразительно передавать содержание произведения средствами танца;
- сохранять и укреплять психическое здоровье детей.

## **VIII. Целевая аудитория и возраст детей. Сроки реализации.**

Реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы художественной направленности «Мир танца» предполагает контингент обучающихся в возрасте **от 11 до 14 лет**.

Зачисление детей для обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе осуществляется на основе добровольности, при отсутствии противопоказаний к занятию и по состоянию здоровья (медицинский допуск к занятиям обязателен).

## **IX. Форма обучения.**

Форма обучения по программе очная. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа при необходимости может

быть полностью реализована с помощью современных дистанционных технологий.

Программа «Мир танца» предусматривает общий объем прохождения материала в течение **3-х лет обучения за 324 академических часа**.

**Общий срок освоения программы** определяется содержанием программы:

**1-й год обучения**

108 часов, 39 недель, 9 месяцев, 2 раза в неделю, 3 академических часа.

**2-й год обучения**

108 часов, 39 недель, 9 месяцев, 2 раза в неделю, 3 академических часа.

**3-й год обучения**

108 часов, 39 недель, 9 месяцев, 2 раза в неделю, 3 академических часа.

Запланированное количество учебных часов и календарный период времени реален и необходим для освоения программы «Мир танца».

Программа «Мир танца» предусматривает следующие **формы обучения и формы организации учебной деятельности**:

-теоретические (лекции, семинары, консультации, тренинги, экскурсии и др.);

- практические (общая физическая, специальная, техническая, тактическая и психологическая подготовки, мастер-классы, соревновательная деятельность и др.);

- индивидуальные и групповые.

Группы формируются по возрастному принципу. Общее количество обучающихся в группе не менее 15 человек. Допускаются совместные занятия детей разного возраста в одной группе.

Режим проведения занятий:

Занятия проводятся 2 раза в неделю.

- ✓ первый день - два занятия по 45 минут (с перерывом между занятиями длительностью не менее 10 минут);
- ✓ второй день – одно занятие по 45 минут.

При дистанционной форме обучения длительность занятия сокращается до 15-25 минут (в зависимости от формы подачи материала с учетом самостоятельной работы) (СП 2.4.3648-20).

## **Х. Планируемые результаты**

Результатами освоения программы будет являться приобретение обучающимися следующих знаний, умений и навыков:

- знание рисунка танца, особенностей взаимодействия с партнерами на сцене;
- знание терминологии хореографии;
- знание элементов и основных комбинаций классического танца, народного танца;
- знание особенностей постановки корпуса, ног, рук, головы, танцевальных комбинаций;
- знание средств создания образа в хореографии;
- знание принципов взаимодействия музыкальных и хореографических выразительных средств;
- умение исполнять на сцене классический танец, народный танец, произведения учебного хореографического репертуара;
- умение исполнять элементы и основные комбинации классического танца, народного танца;
- умение распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок танца;
- умение осваивать и преодолевать технические трудности при тренаже классического танца и разучивании хореографического произведения;
- навыки музыкально-пластического интонирования.

Программой предусмотрены следующие *виды контроля*: предварительный, текущий, итоговый.

Предварительный контроль проводится в первые дни обучения и имеет цель выявить исходный уровень подготовки и сформированности ключевых компетенций для определения дальнейшей работы с данной хореографической группой.

Текущий контроль проводится с целью определения степени усвоения предлагаемого материала и развития ключевых компетенций, выявить отстающих и вовремя скорректировать преподаваемый материал для наиболее эффективного подбора средств и методов обучения.

Итоговый контроль проводится с целью закрепления пройденного материала. Так же используется самоконтроль или показательные выступления.

Формы представления результатов контроля: устная, графическая, практическая.

Форма подведения итогов реализации дополнительной образовательной общеразвивающей программы:

- в качестве текущего контроля используются опросы обучающихся во время занятий;
- в качестве дополнительных средств контроля и проверки используются личные наблюдения педагога за детьми, индивидуальные беседы, опросы;
- открытый урок.

## **XI. Критерии оценки знаний, умений и навыков при освоении программы.**

Для того чтобы оценить усвоение программы, в течение года используются следующие методы диагностики: собеседование, наблюдение, беседа, открытый урок.

По завершению учебного плана каждого модуля оценивание знаний проводится посредством викторины или открытого урока.

Применяется 3-х балльная система оценки знаний, умений и навыков обучающихся (выделяется три уровня: ниже среднего, средний, выше среднего). Итоговая оценка результативности освоения программы проводится путём вычисления среднего показателя, основываясь на суммарной составляющей по итогам освоения 4-х модулей.

Уровень освоения программы ниже среднего – ребёнок овладел менее чем 50% предусмотренных знаний, умений и навыков, испытывает серьёзные затруднения при работе с учебным материалом; в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога.

Средний уровень освоения программы – объём усвоенных знаний, приобретённых умений и навыков составляет 50-70%; работает с учебным материалом с помощью педагога; в основном, выполняет задания на основе образца; удовлетворительно владеет теоретической информацией по темам курса, умеет пользоваться литературой.

Уровень освоения программы выше среднего – учащийся овладел на 70-100% предусмотренным программой учебным планом; работает с учебными материалами самостоятельно, не испытывает особых трудностей; выполняет практические задания с элементами творчества; умеет применять полученную информацию на практике.

#### **Формы контроля качества образовательного процесса:**

- собеседование,
- наблюдение,
- беседа;
- открытый урок.

#### **XII. Учебный план программы**

№ модуля	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
<b>Первый год</b>				
1	«Классический танец»	36	3	33
2	«Народный танец»	36	3	33
3	«Модерн танец»	36	3	33
	<b>Итого: 108 часов</b>	<b>108</b>	<b>9</b>	<b>99</b>
<b>Второй год</b>				
1	«Классический танец»	36	2	34
2	«Народный танец»	36	2	34
3	«Модерн танец»	36	2	34
	<b>Итого: 108 часов</b>	<b>108</b>	<b>6</b>	<b>102</b>
<b>Третий год</b>				
<b>1</b>	«Классический танец»	36	2	34

<b>2</b>	«Народный танец»	36	2	34
<b>3</b>	«Модерн танец»	36	2	34
	<b>Итого: 108 часов</b>	<b>108</b>	<b>6</b>	<b>102</b>
	<b>ВСЕГО:</b>	<b>324</b>	<b>21</b>	<b>303</b>

### **ХIII. Первый год обучения.**

#### **1. Модуль «Классический танец»**

**Цель модуля:** подготовка двигательного аппарата обучающихся к исполнению танцевального материала различной степени технической трудности.

**Задачи модуля:**

- развить силу стопы, устойчивости;
- развить силу ног путём увеличения количества пройденных движений;
- развить технику исполнения в более быстром темпе;
- воспитать танцевальность;
- укреплять костно-мышечный аппарат воспитанников;
- сформировать навыки свободного и уверенного ориентирования в пространстве;
- сформировать умение сознательно и добросовестно работать над совершенствованием своего исполнения движений, комбинаций;
- воспитывать интерес к хореографическому искусству, раскрывая его многообразие и красоту.
- привить необходимые для занятий качества: выносливость, концентрацию внимания.

**Ожидаемый результат модуля «Классический танец».**

**Обучающиеся будут знать:**

- пройденный материал и терминологию по классическому танцу классический экзерсис;
- чёткую последовательность исполнения основных движений в классическом экзерсисе;
- правила и особенности исполнения движений классического экзерсиса в комбинациях;

**Обучающиеся будут уметь:**

- самостоятельно контролировать чистоту исполнения движений;
- быть артистичным;

- быть внимательным и трудолюбивым;
- многогранно показывать мастерство на концертах и конкурсах;
- сознательно и добросовестно работать на уроке и репетициях;
- совершенствовать выразительность исполнения хореографических номеров;
- применять полученные знания в своих импровизациях;
- применять коммуникативные навыки общения в коллективе;
- ответственно подходить ко всей деятельности в коллективе.

**У обучающихся будут развиты (сформированы):**

- навыки исполнения в движений в более быстром темпе;
- навыки грамотного исполнения программных движений;
- навыки работы в группе, культура общения.

**Критерии и способы определения результативности:**

- собеседование;
- наблюдение;
- беседа.

**Учебно - тематический план модуля «Классический танец»**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	1	1	-	Беседа
2	Экзерсис у станка	11	1	10	Наблюдение Дистанционная форма
3	Экзерсис на середине зала	11,5	0,5	11	Наблюдение
4	Allegro	11,5	0,5	11	
5	Итоговое занятие	1	-	1	Открытый урок
	Итого:	36	3	33	

## **Содержание модуля:**

### **Тема № 1 Вводное занятие.**

Теория: Беседа на тему: «Развитие координации на уроке классического танца».

Правила поведения на уроке.

Инструктаж по технике безопасности.

### **Тема № 2. Экзерсис у станка.**

1. Постановка корпуса по 1, 2, 5 позициям лицом к палке.
2. Demi grand plie по 1,2,5 позициям.
3. Battements tendus, battements tendus jete, battements fondus, battements frappes, petit battements – исполняются с полупальцами в конце комбинации.
4. Rond de jambe par terre.
5. Battements fondus вперед и назад.
6. Battements soutenu вперед и назад.
7. Battements double frappes.
8. Rond de jambe en l'air en dehors et en dedans.
9. Battements releves lents вперед и назад на 90\*.
10. Battements developpes вперед и назад на 90\*.
11. Grand battements jete pique.
12. Полупальцы по всем позициям лицом к палке.
13. Наклоны корпуса.

### **Тема № 3. Экзерсис на середине зала.**

1. Поворот на двух ногах в V позиции на полупальцах с переменной ног (с вытянутых ног и с demi-plie).
2. Позы классического танца на всей стопе, позднее на 45°: croise, efface, I и II arabesques.
3. Temps lie вперед.
4. III port de bras.

### **Тема № 4. Allegro.**

1. Grand changement de pieds.
2. Petit changement de pieds.

3. Pas glissade с продвижением в сторону.

4. Grand et petit echarpe на II позицию.

## **Тема № 5. Итоговое занятие.**

Открытый урок

### **2. Модуль «Народный танец».**

**Цель модуля:** освоить основные принципы исполнения народного танца через четко выработанную систему движений, наполненных характерными особенностями различных народов.

#### **Задачи модуля:**

- приобщать воспитанников к достижениям культуры разных народов;
- развивать виртуозность исполнения;
- формировать чувства прекрасного;
- формировать чувства красоты движения, мелодии;
- чувствовать национальный колорит и характер исполнения.

#### **Ожидаемый результат модуля «Народный танец».**

##### **Обучающиеся будут знать:**

- позиции ног, положения рук и корпуса во время исполнения движений;
- экзерсис народного танца;
- терминологию танцевальных элементов изученных по программе;
- элементы русского танца;
- элементы венгерского танца;
- элементы испанского танца;
- элементы украинского танца;
- элементы татарского танца.

##### **Обучающиеся будут уметь:**

- координировать движения ног, корпуса и головы в умеренном темпе;
- владеть своим мышечным аппаратом;
- ориентироваться в пространстве;
- передавать в движении манеру и характер танцевальных движений и танцев, изучаемых народностей;
- исполнять движения изученных народностей.

**У обучающихся будут развиты (сформированы):**

- навыки грамотного исполнения программных движений;
- навыки работы в группе, культура общения.

**Критерии и способы определения результативности:**

- собеседование;
- наблюдение;
- беседа.

**Учебно - тематический план модуля «Народный танец»**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Упражнения у станка	8,5	0,5	8	Наблюдение
2	Упражнения на середине зала	4,5	0,5	4	Наблюдение
3	Элементы русского танца	6	-	6	Наблюдение Дистанционное обучение
4	Элементы венгерского танца	3,5	0,5	3	Наблюдение
5	Элементы испанского танца	3,5	0,5	3	Наблюдение
6	Элементы украинского танца	4,5	0,5	4	Наблюдение
7	Элементы татарского танца	4,5	0,5	4	Наблюдение Дистанционное обучение
8	Итоговое занятие	1	-	1	Открытый урок, Участие в конкурсах различного уровня
	Итого:	36	3	33	

## **Содержание модуля:**

### **Тема № 1 Упражнения у станка.**

1. Гранд и деми плие выворотное и невыворотное (в 1, 2, 3 и 5 позиции).
2. Батман тандю с поворотом бедра.
3. Флик-фляк.
4. Па портье одинарное с поворотом стопы.
5. Упражнение на выстукивание.
6. Характерный ронд де жамб с поворотом стопы опорной ноги.
7. Ронд де пье с поворотом стопы опорной ноги.
8. Подготовка к «качалке».
9. Подготовка к «веревочке» с прыжком на опорной ноге.
10. «Веревочка».
11. Упражнение для бедра на целой стопе.
12. Опускание на подъем.
13. Батман фондю на целой стопе.
14. Батман девлёпе с двумя ударами пятки опорной ноги.
15. Гранд батман жете с купе-томбе.
16. Одинарное заключение.
17. «Голубец» с двойным ударом в прыжке.
18. «Кабриоль» с вытянутым подъемом и коленями.
19. Полуприсядка с выбрасыванием ноги в сторону на носок и на каблук.

Движения полуприсядок и присядок, проработанные у палки выносятся на середину зала и затем включаются в этюды и комбинации русского и украинского танца.

### **Тема № 2. Упражнения на середине зала.**

1. Упражнения для развития пластичности корпуса на материале народных и сценических танцев. Возможные комбинации с порт де бра, балансе, па де баск и т.д.
2. Упражнения для пластичности рук, подвижности и выразительности кисти на материале таджикских и азербайджанских танцев (для класса девочек).

### **Тема № 3. Элементы русского танца.**

1. Комбинации дробных движений.
2. «Елочка-гармошка».
3. Продвижение вперед и назад с выбросом ноги на эфасе в русском сценическом танце.
4. Припадание на одну ногу с последующим переступанием.
5. «Маятник».

### **Тема № 4. Элементы венгерского танца.**

1. Первый вид сценического хода для медленной части танца.
2. Второй вид сценического хода для быстрой части танца.
3. Первый вид балансе на эфасе.
4. Второй вид балансе на эфасе.
5. Остановка с ударом в ладоши.
6. «Веревочка» на месте и с продвижением назад.
7. Люлька-бельче.
8. Подготовка к «голубцу».

### **Тема № 5. Элементы испанского танца.**

1. Сценический ход па де баска первый и второй вид.
2. Балансе с различным положением корпуса и рук.
3. Сисон па де буре.
4. Простейшие выстукивающие движения: чередование удара стопы с полупальцами, ударов каблуков и полупальцев.

### **Тема № 6. Элементы украинского танца.**

1. Отход назад с подбиванием ноги.
2. «Вихилясник» с поворотом.
3. Ход по диагонали с выносом ноги на каблук.
4. «Голубец» с одной ноги.

### **Тема № 7. Элементы татарского танца.**

1. Основной ход.
2. Мужской ход на каблуке.
3. Бишек.
4. Женский ход с продвижением.
5. Бег с ударом полупальцев сзади.
6. Боковой ход с отбрасыванием ноги в сторону.
7. Боковой ход с поворотом стопы.
8. «Брма».
9. Ход с каблука.

### **Тема № 8. Итоговое занятие. Открытый урок.**

Участие в конкурсах различного уровня

### **3. Модуль «Модерн».**

**Цель модуля:** развитие у обучающихся техники исполнения движений через развитие координации и манеры исполнения «Модерн – танца».

**Задачи модуля:**

- развить общий эмоциональный фон, свободное общение, уверенность, силу духа;
- освоить упражнения «Модерн – танца»;
- развить навыки координации движений;
- научить работать в группе и индивидуально;
- развить стремление к самовыражению.

**Обучающиеся будут знать:**

- позиции ног, положения рук и корпуса во время исполнения движений;
- терминологию танцевальных элементов изученных по программе.

**Обучающиеся будут уметь:**

- координировать движения ног, корпуса и головы;
- владеть своим мышечным аппаратом;
- правильно выполнять движения;
- ориентироваться в пространстве.

**У обучающихся будут развиты (сформированы):**

- навыки грамотного исполнения программных движений;
- навыки работы в группе и индивидуально.

**Критерии и способы определения результативности:**

- собеседование;
- наблюдение;
- беседа.

## Учебно - тематический план модуля «Модерн»

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	«Изоляция»	4,5	0,5	4	Наблюдение Дистанционное обучение
2	«Упражнения для позвоночника»	4,5	0,5	4	Наблюдение
3	«Координация»	6,5	0,5	6	Наблюдение
4	«Уровни»	4,5	0,5	4	Наблюдение
5	«Кросс. Передвижение в пространстве»	6,5	0,5	6	Наблюдение
6	«Комбинации или импровизация»	8,5	0,5	8	Наблюдение
7	Итоговое занятие	1	-	1	Концерт
	Итого:	36	3	33	

### Содержание модуля:

#### Тема № 1. «Изоляция».

1. Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, sundari. Движения исполняются вперед-назад и из стороны в сторону, диагонально, крестом и квадратом.
2. Плечи: прямые направления, квадрат, круги, полукруги, крест, «восьмерка», твист, шейк.
3. Грудная клетка: движения из стороны в сторону, вперед-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты. Начинать крест и квадрат с разных точек.
4. Пелвис: квадрат, круги, полукруги, крест, «восьмерки», shimmy, jellyroll.

## **Тема № 2. «Упражнения для позвоночника».**

1. Flatback вперед, назад, лимбо, полукруги и круги торсом.
2. Contraction, release, high release. Contraction в центре тела, side contraction.

## **Тема № 3. «Координация».**

1. Свинговое раскачивание двух центров.
2. Параллель и оппозиция в движении двух центров.
3. Принцип управления, «импульсные цепочки».
4. Координация движений рук и ног, без передвижения.

## **Тема № 4. «Уровни».**

1. Основные уровни: стоя, сидя, лежа.
2. Упражнения стретч-характера в различных положениях.
3. Переходы из уровня в уровень, смена положения на 8, 4, 2 счета.

## **Тема № 5. «Кросс. Перемещение в пространстве».**

1. Шаги с трамплинным сгибанием колена при передвижении из стороны в сторону и вперед-назад.
2. Шаги по квадрату.
3. Шаги с мультипликацией.
4. Основные шаги афро-танца.

## **Тема № 6. «Комбинация или импровизация».**

комбинации на 32 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смена уровней и т.д.

## **Тема № 7. Итоговые занятия.**

Концерт.

## **XIV. Второй год обучения.**

### **1. Модуль «Классический танец»**

**Цель модуля:** подготовка двигательного аппарата обучающихся к исполнению танцевального материала различной степени технической трудности.

**Задачи модуля:**

- развить силу стопы, устойчивости;
- развить силу ног путём увеличения количества пройденных движений;
- развить технику исполнения в более быстром темпе;
- воспитать танцевальность;
- укреплять костно-мышечный аппарат воспитанников;
- сформировать навыки свободного и уверенного ориентирования в пространстве;
- сформировать умение сознательно и добросовестно работать над совершенствованием своего исполнения движений, комбинаций;
- воспитывать интерес к хореографическому искусству, раскрывая его многообразие и красоту.
- привить необходимые для занятий качества: выносливость, концентрацию внимания.

**Ожидаемый результат модуля «Классический танец».**

**Обучающиеся будут знать:**

- пройденный материал и терминологию по классическому танцу классический экзерсис;
- чёткую последовательность исполнения основных движений в классическом экзерсисе;
- правила и особенности исполнения движений классического экзерсиса в комбинациях;

**Обучающиеся будут уметь:**

- самостоятельно контролировать чистоту исполнения движений;
- быть артистичным;

- быть внимательным и трудолюбивым;
- многогранно показывать мастерство на концертах и конкурсах;
- сознательно и добросовестно работать на уроке и репетициях;
- совершенствовать выразительность исполнения хореографических номеров;
- применять полученные знания в своих импровизациях;
- применять коммуникативные навыки общения в коллективе;
- ответственно подходить ко всей деятельности в коллективе.

**У обучающихся будут развиты (сформированы):**

- навыки исполнения в движений в более быстром темпе;
- навыки грамотного исполнения программных движений;
- навыки работы в группе, культура общения.

**Критерии и способы определения результативности:**

- собеседование;
- наблюдение;
- беседа.

**Учебно - тематический план модуля «Классический танец»**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	0,5	0,5	-	Беседа
2	Экзерсис у станка	10,5	0,5	10	Наблюдение Дистанционная форма
3	Экзерсис на середине зала	11,5	0,5	11	Наблюдение
4	Allegro	12,5	0,5	12	
5	Итоговое занятие	1	-	1	Открытый урок
	Итого:	36	2	34	

## **Содержание модуля:**

### **Тема № 1. Вводное занятие.**

Теория: Беседа на тему: «Народы Поволжья».

Правила поведения на уроке.

Инструктаж по технике безопасности.

### **Тема № 2. Экзерсис у станка.**

В планы учебно-тренировочных занятий включаются все ранее изученные упражнения, танцевальные движения, позы, прыжки и разучиваются новые.

1. Постановка корпуса по 1, 2, 5 позициям лицом к палке.

2. Demi grand plie по 1,2,5 позициям.

3. Battements tendus.

4. Battements tendus jete.

5. Rond de jambe par terre с port de bras.

6. Battements fondu.

7. Plie releve на 45\* с demi rond.

8. Battements soutenu на 45\*.

9. Battements frappes и double frappes.

10. Rond de jambe en l'air en dehors et en dedans.

11. Petit battements.

12. Полуповорот в 5 позиции на полупальцах.

13. Battements releves lents крестом.

10. Battements developpes крестом.

11. Grand battements jete.

12. Полупальцы по всем позициям лицом к палке.

13. Наклоны корпуса.

14. Маленькие позы, заключающие упражнения.

### **Тема № 3. Экзерсис на середине зала.**

На середине повторяются все упражнения, исполняемые у станка.

Новые упражнения:

1. Позы классического танца на полу, позднее на 45°: III и IV arabesques.

3. Temps lie назад.

4. IV port de bras.

5. Pasdebourreбез перемены ног из стороны в сторону.

#### **Тема № 4. Allegro.**

1. Jetев маленьких позах.

2. Pasеchаррена одну ногу.

3. Double assemble.

4. Pas de basque.

#### **Тема № 5. Итоговое занятие.**

Открытый урок.

#### **2. Модуль «Народный танец».**

**Цель модуля:** освоить основные принципы исполнения народного танца через четко выработанную систему движений, наполненных характерными особенностями различных народов.

#### **Задачи модуля:**

- приобщать воспитанников к достижениям культуры разных народов;
- развивать виртуозность исполнения;
- формировать чувства прекрасного;
- формировать чувства красоты движения, мелодии;
- чувствовать национальный колорит и характер исполнения.

#### **Ожидаемый результат модуля «Народный танец».**

#### **Обучающиеся будут знать:**

- позиции ног, положения рук и корпуса во время исполнения движений;
- экзерсис народного танца;
- терминологию танцевальных элементов изученных по программе;
- элементы русского танца;
- элементы венгерского танца;
- элементы испанского танца;
- элементы украинского танца;
- элементы татарского танца;
- элементы таджикского танца;
- элементы польских танцев;

- Элементы эстонского танца.

**Обучающиеся будут уметь:**

- координировать движения ног, корпуса и головы в умеренном темпе;
- владеть своим мышечным аппаратом;
- ориентироваться в пространстве;
- передавать в движении манеру и характер танцевальных движений и танцев, изучаемых народностей;
- исполнять движения изученных народностей.

**У обучающихся будут развиты (сформированы):**

- навыки грамотного исполнения программных движений;
- навыки работы в группе, культура общения.

**Критерии и способы определения результативности:**

- собеседование;
- наблюдение;
- беседа.

**Учебно - тематический план модуля «Народный танец»**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Упражнения у станка	8	-	8	Наблюдение
2	Упражнения на середине зала	4,5	0,5	4	Наблюдение
3	Элементы русского танца	4	-	4	Наблюдение Дистанционное обучение
4	Элементы венгерского танца	2	-	2	Наблюдение
5	Элементы испанского танца	2	-	2	Наблюдение
6	Элементы	4,5	0,5	4	Наблюдение

	таджикского танца				
7	Элементы украинского танца	2	-	2	Наблюдение Дистанционное обучение
8	Элементы польских танцев	3,5	0,5	3	Наблюдение
9	Элементы татарского танца	2	-	2	Наблюдение
10	Элементы эстонского танца	2,5	0,5	2	Наблюдение
11	Итоговое занятие	1	-	1	Открытый урок, Участие в конкурсах различного уровня
	Итого:	36	2	34	

### **Содержание модуля:**

#### **Тема № 1 Упражнения у станка.**

1. Гранд и деми плие выворотное и невыворотное (в 1, 2, 3 и 5 позиции).
2. Батман тандю с поворотом бедра.
3. Флик-фляк.
4. Па портье одинарное с подъемом на полупальцы и с прыжком на опорной ноге.
5. Упражнение на выстукивание.
6. Характерный ронд де жамб с кругом по воздуху.
7. Ронд де пье с кругом по воздуху.
8. «Качалка».
9. Упражнение для бедра с подъемом на полупальцы.

10. Опускание на подъем.
11. Батман фондю с подъемом на полупальцы опорной ноги.
12. Батман девлёпе с двумя ударами пятки опорной ноги.
13. Гранд батман жете с купе-томбе.
14. Одинарное заключение.
15. «Голубец» с двойным ударом в прыжке.
16. «Кабриоль» с вытянутым подъемом и коленями.
17. Полуприсядка с выбрасыванием ноги в сторону на носок и на каблук.
18. Присядка с выбросом ноги назад.

## **Тема № 2. Упражнения на середине зала.**

1. Упражнения для развития пластичности корпуса на материале народных и сценических танцев. Возможные комбинации с порт де бра, балансе, па де баск и т.д.
2. Упражнения для пластичности рук, подвижности и выразительности кисти на материале таджикских и азербайджанских танцев (для класса девочек).

## **Тема № 3. Элементы русского танца.**

1. Комбинации дробных движений.
2. «Елочка-гармошка».
3. Продвижение вперед и назад с выбросом ноги на эфасе в русском сценическом танце.
4. Два вида «веревочки».
5. Тройной шаг с ударом по голенищу спереди и сзади (для мальчиков).
6. Припадание на одну ногу с последующим переступанием.

7. «Качалка».

8. «Маятник».

#### **Тема № 4. Элементы венгерского танца.**

1. Первый вид сценического хода для медленной части танца.

2. Второй вид сценического хода для быстрой части танца.

3. Первый вид балансе на эфасе.

4. Второй вид балансе на эфасе.

5. Остановка с ударом в ладоши.

6. «Веревочка» на месте и с продвижением назад.

7. Люлька-бельче.

8. Соте баск.

9. Подготовка к «голубцу».

10. «Голубец» с продвижением в сторону.

11. Ход с выбрасыванием ноги вперед и с ординарным ударом.

#### **Тема № 5. Элементы испанского танца.**

1. Сценический ход па де баска первый и второй вид.

2. Балансе с различным положением корпуса и рук.

3. Сисон па де буре.

4. Простейшие выстукивающие движения: чередование удара стопы с полупальцами, ударов каблуков и полупальцев.

5. Глиссад (сценический).

6. Навыки владения веером.

## **Тема № 6. Элементы таджикского танца.**

Проработка основных положений рук.

1. Вращение кисти (о себя и к себе).
2. Вращение рук со скрещенными пальцами.
3. Поочередное раскрытие рук в стороны на уровне плеч.
4. Боковой ход.
5. Трепет «лорзон».

## **Тема № 7. Элементы украинского танца.**

1. Отход назад с подбиванием ноги.
2. «Вихилясник» с поворотом.
3. Ход по диагонали с выносом ноги на каблук.
4. «Голубец» с одной ноги.

## **Тема № 8. Элементы польских танцев.**

1. Основной ход мазурки (па кюрю).
2. Балансе в мазурке.

## **Тема № 9. Элементы татарского танца.**

1. Основной ход.
2. Мужской ход на каблуке.
3. Бишек.
4. Женский ход с продвижением.
5. Бег с ударом полупальцев сзади.
6. Боковой ход с отбрасыванием ноги в сторону.

7. Боковой ход с поворотом стопы.

8. «Брма».

9. Ход с каблука.

### **Тема № 10. Элементы эстонского танца.**

1. Трехшаговая полька.

2. Пружинная полька.

3. Полька-трясучка.

4. Шаг с проскальзыванием.

5. Прыжки.

### **Тема № 11. Итоговое занятие.**

Открытый урок.

Участие в конкурсах различного уровня.

### **3. Модуль «Модерн танец».**

**Цель модуля:** развитие у обучающихся техники исполнения движений через развитие координации и манеры исполнения «Модерн – танца».

#### **Задачи модуля:**

- развить общий эмоциональный фон, свободное общение, уверенность, силу духа;
- освоить упражнения «Модерн – танца»;
- развить навыки координации движений;
- научить работать в группе и индивидуально;
- формировать художественный вкус;
- развить стремление к самовыражению.

#### **Обучающиеся будут знать:**

- позиции ног, положения рук и корпуса во время исполнения движений;
- терминологию танцевальных элементов изученных по программе.

#### **Обучающиеся будут уметь:**

- координировать движения ног, корпуса и головы;

- владеть своим мышечным аппаратом;
- правильно выполнять движения;
- ориентироваться в пространстве.

**У обучающихся будут развиты (сформированы):**

- навыки грамотного исполнения программных движений;
- навыки работы в группе и индивидуально.

**Критерии и способы определения результативности:**

- собеседование;
- наблюдение;
- беседа.

**Учебно - тематический план модуля «Модерн»**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	«Изоляция»	4	-	4	Наблюдение Дистанционное обучение
2	«Упражнения для позвоночника»	4,5	0,5	4	Наблюдение
3	«Уровни»	4,5	0,5	4	Наблюдение
4	«Кросс. Передвижение в пространстве»	7,5	0,5	7	Наблюдение
5	«Комбинации или импровизация»	8,5	0,5	8	Наблюдение
6	Итоговое занятие	1	-	1	Концерт
	Итого:	36	2	34	

## **Содержание модуля:**

### **Тема № 1. «Изоляция».**

1. Руки: движения изолированными ареалами, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции и их варианты.
2. Ноги: движения изолированных ареалов (стопа, голеностоп).
3. Переводы стоп из параллельного в выворотные положения. Исполнение всех движений как по параллельным, так и по выворотным позициям. Ротация бедра, исполнение движения выворотной и невыворотной ногой.

### **Тема № 2. «Упражнения для позвоночника».**

1. Flatback вперед, назад, лимбо, полукруги и круги торсом. Deepbodybend. Твист и спирали.
2. Contraction, release, high release. Contraction вцентртела, side contraction. Положение arch, low back, curve body roll («волны» - передняя, задняя, боковая).

### **Тема № 3. «Уровни».**

1. Упражнения на contraction и release в положении «сидя».
2. Твист и спирали торса в положении «Сидя».
3. Движения изолированных центров.

### **Тема № 4. «Кросс. Перемещение в пространстве».**

1. Трехшаговые повороты и полуповороты на двух ногах.
2. Триплеты с продвижением вперед, назад и по кругу.
3. Прыжки: hop, jump, leap.

### **Тема № 5. «Комбинация или импровизация».**

комбинации на 32 и 64 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смена уровней и т.д.

## **Тема № 6. Итоговые занятия.**

Концерт.

### **XV. Третий год обучения.**

#### **1. Модуль «Классический танец»**

**Цель модуля:** подготовка двигательного аппарата обучающихся к исполнению танцевального материала различной степени технической трудности.

**Задачи модуля:**

- развить силу стопы, устойчивости;
- развить силу ног путём увеличения количества пройденных движений;
- развить технику исполнения в более быстром темпе;
- воспитать танцевальность;
- укреплять костно-мышечный аппарат воспитанников;
- сформировать навыки свободного и уверенного ориентирования в пространстве;
- сформировать умение сознательно и добросовестно работать над совершенствованием своего исполнения движений, комбинаций;
- воспитывать интерес к хореографическому искусству, раскрывая его многообразие и красоту.
- привить необходимые для занятий качества: выносливость, концентрацию внимания.

#### **Ожидаемый результат модуля «Классический танец».**

**Обучающиеся будут знать:**

- пройденный материал и терминологию по классическому танцу классический экзерсис;
- чёткую последовательность исполнения основных движений в классическом экзерсисе;

- правила и особенности исполнения движений классического экзерсиса в комбинациях;

**Обучающиеся будут уметь:**

- самостоятельно контролировать чистоту исполнения движений;
- быть артистичным;
- быть внимательным и трудолюбивым;
- многогранно показывать мастерство на концертах и конкурсах;
- сознательно и добросовестно работать на уроке и репетициях;
- совершенствовать выразительность исполнения хореографических номеров;
- применять полученные знания в своих импровизациях;
- применять коммуникативные навыки общения в коллективе;
- ответственно подходить ко всей деятельности в коллективе.

**У обучающихся будут развиты (сформированы):**

- навыки исполнения в движений в более быстром темпе;
- навыки грамотного исполнения программных движений;
- навыки работы в группе, культура общения.

**Критерии и способы определения результативности:**

- собеседование;
- наблюдение;
- беседа.

**Учебно - тематический план модуля «Классический танец»**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	0,5	0,5	-	Беседа
2	Экзерсис у станка	10,5	0,5	10	Наблюдение Дистанционная форма
3	Экзерсис на середине зала	11,5	0,5	11	Наблюдение

4	Allegro	12,5	0,5	12	
5	Итоговое занятие	1	-	1	Открытый урок
	Итого:	36	2	34	

### **Содержание модуля:**

#### **Тема № 1. Вводное занятие.**

Правила поведения на уроке.

Инструктаж по технике безопасности.

#### **Тема № 2. Экзерсис у станка.**

1. Постановка корпуса по 1, 2, 5 позициям лицом к палке.

2. Demi grand plie по 1,2,5 позициям.

3. Battements tendus.

4. Battements tendus jete.

5. Rond de jambe par terre.

6. Battements fondu.

7. Plie releve на 45\* с demi rond.

8. Battements soutenu.

9. Battements frappes и double frappes.

10. Petit battements.

11. Temps releve на 45\* en dehors и en dedans.

12. Battements developpes passe на 90\*.

12. Rond de jambe en l air en dehors et en dedans.

13. Demi rond de jamb на 90\*.

14. Grandbattementsjete.

15. Маленькие позы, заключающие упражнения.

16. Упражнения в eраulemnt.

#### **Тема № 3. Экзерсис на середине зала.**

На середине повторяются все упражнения, исполняемые у станка.

Новые упражнения:

1. Позы классического танца на полу, позднее на 45°: ecartee вперед и назад.

3. Tempslies перегибом корпуса вперед и назад.

4. V port de bras.

5. Pas de bourree без переменного effacee.

#### **Тема № 4. Allegro.**

1. Pas assemble в позах.

2. Sissonne ouverte.

3. Sissonne fermee.

4. Сценические движения:

- Preparation.

- Sissonne на первый arabesque.

#### **2. Модуль «Народный танец».**

**Цель модуля:** освоить основные принципы исполнения народного танца через четко выработанную систему движений, наполненных характерными особенностями различных народов.

#### **Задачи модуля:**

- приобщать воспитанников к достижениям культуры разных народов;
- развивать виртуозность исполнения;
- формировать чувства прекрасного;
- формировать чувства красоты движения, мелодии;
- чувствовать национальный колорит и характер исполнения.

#### **Ожидаемый результат модуля «Народный танец».**

#### **Обучающиеся будут знать:**

- позиции ног, положения рук и корпуса во время исполнения движений;
- экзерсис народного танца;
- терминологию танцевальных элементов изученных по программе;
- элементы русского танца;
- элементы венгерского танца;
- элементы испанского танца;
- элементы украинского танца;
- элементы польских танцев;
- элементы молдавского танца.

#### **Обучающиеся будут уметь:**

- координировать движения ног, корпуса и головы в умеренном темпе;
- владеть своим мышечным аппаратом;
- владеть хореографической памятью;
- ориентироваться в пространстве;
- передавать в движении манеру и характер танцевальных движений и танцев, изучаемых народностей;
- исполнять технически сложные движения;
- исполнять движения изученных народностей.

**У обучающихся будут развиты (сформированы):**

- навыки грамотного исполнения программных движений;
- навыки работы в группе, культура общения.

**Критерии и способы определения результативности:**

- собеседование;
- наблюдение;
- беседа.

**Учебно - тематический план модуля «Народный танец»**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Упражнения у станка	8	-	8	Наблюдение
2	Упражнения на середине зала	5,5	0,5	5	Наблюдение
3	Элементы русского танца	4	-	4	Наблюдение Дистанционное обучение
4	Элементы украинского танца	4,5	0,5	4	
5	Элементы венгерского танца	2	-	2	Наблюдение
6	Элементы	2	-	2	Наблюдение

	испанского танца				
7	Элементы польских танцев	4,5	0,5	4	Наблюдение
8	Элементы молдавского танца	4,5	0,5	4	Наблюдение
9	Итоговое занятие	1	-	1	Открытый урок, Участие в конкурсах различного уровня
	Итого:	36	2	34	

### **Содержание модуля:**

#### **Тема № 1 Упражнения у станка.**

Пройденный экзерсис в более быстром темпе и сложных комбинациях с добавлением следующих упражнений.

1. Батман тандю с мазком полупальцев на полу.
2. Дубль-флик, то же с добавлением удара каблука опорной ноги.
3. Флик-фляк:
  - а) со скачком;
  - б) с томбе.
4. Выстукивающие движения, например:
  - а) дробь;
  - б) обратная дробь.
5. Па тортъе:
  - а) с двойным поворотом стопы, то же с подъемом на полупальцы и с прыжком на опорной ноге;
  - б) с двойным ударом стопы.
6. Подготовка к «веревочке» со скачком.
7. «Веревочка» - обратная.
8. Упражнения для бедра с прыжком.

9. Батман фондю на 90°.
10. Батман фондю тербушон.
11. «Веер» на полу.
12. Ординарное и двойное заключение с 1/2 поворота и целым поворотом.
13. Гранд батман с увеличенным размахом работающей ноги.
14. Подготовка к револьтаде с одной и двух ног.
15. Флик-револьтад без поворота бедра (1,2 прыжка).
16. Опускание на оба колена.
17. «Винт».
18. Присядка с выбросом ног в сторону, на каблук и на воздух.
19. Присядка с опусканием на подъем и последующим выбросом ног вперед на каблуки.
20. Присядка с продвижением в сторону.

## **Тема № 2. Упражнения на середине зала.**

1. Комбинирование отдельных движений, пройденных у палки, для развития техники танца, например: па тортье, «голубец», кабриоли, «веревочка».
2. Пируэты и повороты в народно-характерном танце.
3. Виды сценического бега.

## **Тема № 3. Элементы русского танца.**

1. Ход с отбросом ноги назад.
2. Дробные ходы, например:
  - а) с двойным ударом стопы;
  - б) с ударом каблука и полупальцев;

в) с подскоком;

г) с продвижением вперед и в сторону.

3. «Веревочка» с переступанием.

4. «Ключи».

Этюды и комбинации, развивающие навыки народного и ансамблевого танца.

#### **Тема № 4. Элементы украинского танца.**

1. Большой «тынок» с поворотом.

2. «Веревочка» с поворотом опорной ноги.

3. Большой па де баск.

4. «Ползунец».

#### **Тема № 5. Элементы венгерского танца.**

1. Опускание на подъем с продвижением вперед.

2. Ход с выносом согнутой ноги к колену.

3. До-за-до (изучается в паре).

4. «Голубец» с продвижением в сторону и остановкой.

5. «Голубец» с продвижением на месте (изучается в паре).

6. Вращение с откинутой ногой (изучается в паре).

7. Валансе-голубец.

8. «Веревочка» с поворотом.

9. Кабриоль.

10. Ход с выбрасыванием ноги вперед и двойным ударом (изучается соло и в паре).

Комбинации и этюды на пройденном материале сольного и парного танца.

### **Тема № 6. Элементы испанского танца.**

1. Па де баск.
2. Шаг с выбросом ноги вперед.
3. Сисоне с поворотом.
4. Шоссе и удар стопы в пол.
5. Па де шат.
6. Подготовка к ренверсе.

### **Тема № 7. Элементы польского танца.**

1. Основной ход мазурки (па кюрю) изучается в паре.
2. Основное па мазурки па галя (изучается соло и в паре).
3. «Глубец» с продвижением в сторону.
4. Повороты открытые и закрытые (изучается соло и в паре).
5. Основной ход в краковяке (народный) изучается в паре.
6. «Отбиянэ» (изучается соло и в паре).
7. «Ходовэ» (изучается соло и в паре).
8. Валансе-«голубец» в краковяке (1 вид) изучается соло и в паре.

### **Тема № 8. Элементы молдавского танца.**

Основной движения «Молдовеняска».

1. Основной ход.
2. Боковой ход с ударом каблука.
3. Подскоки.

4. Выпад вперед и перемена местами.

5. Вынос ноги на носок.

6. Боковой ход.

7. Ансамблевые и парные этюды.

### **Тема № 9. Итоговое занятие.**

Открытый урок.

Участие в конкурсах различного уровня.

### **3. Модуль «Модерн танец».**

**Цель модуля:** развитие у обучающихся техники исполнения движений через развитие координации и манеры исполнения «Модерн – танца».

#### **Задачи модуля:**

- развить общий эмоциональный фон, свободное общение, уверенность, силу духа;
- освоить упражнения «Модерн – танца»;
- развить навыки координации движений;
- научить работать в группе и индивидуально;
- формировать художественный вкус;
- развить стремление к самовыражению.

#### **Обучающиеся будут знать:**

- позиции ног, положения рук и корпуса во время исполнения движений;
- терминологию танцевальных элементов изученных по программе.

#### **Обучающиеся будут уметь:**

- координировать движения ног, корпуса и головы;
- владеть своим мышечным аппаратом;
- правильно выполнять движения;
- ориентироваться в пространстве.

#### **У обучающихся будут развиты (сформированы):**

- навыки грамотного исполнения программных движений;

- навыки работы в группе и индивидуально.

**Критерии и способы определения результативности:**

- собеседование;

- наблюдение;

- беседа.

**Учебно - тематический план модуля «Модерн»**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Технические понятия	4,5	0,5	4	
2	«Разогрев»	3,5	0,5	3	
3	«Изоляция»	4	-	4	Наблюдение Дистанционное обучение
4	«Координация»	3	-	3	
5	«Упражнения для позвоночника»	4,5	0,5	4	Наблюдение
6	«Уровни»	4,5	0,5	4	Наблюдение
7	«Кросс. Передвижение в пространстве»	5	-	5	Наблюдение
8	«Комбинации или импровизация»	6	-	6	Наблюдение
9	Итоговое занятие	1	-	1	Концерт
	Итого:	36	2	34	

**Содержание модуля:**

**Тема № 1. «Технические понятия».**

1. Разогрев с использование уровней.

2. Комплексы изоляция.

3. Сочетания различных ритмов во время движения.

4. Комбинации, состоящие из спиралей, твистов и contraction в положении стоя и сидя.

### **Тема № 2. «Разогрев».**

1. Смены нескольких положений во время разогрева (у станка, на середине, в портере).

2. Разогрев в положении «сидя», используя упражнения стрэтч-характера, наклоны и твисты торса.

### **Тема № 3. «Изоляция».**

1. Комплексы изоляции.

2. Голова: комбинация из движений и геометрических фигур, изученных ранее, sundari – квадрат, sundari – круг. Соединение движений головы с другими центрами.

3. Плечи: комбинации из движений, изученных ранее, разно ритмические комбинации, соединение с движениями других центров.

4. Грудная клетка: круги и полукруги в горизонтальной и вертикальной плоскости, соединение в комбинации движений, изученных ранее, разно ритмические комбинации.

5. Пелвис: соединение в комбинации изученных движений hip, lift, полукруги и круги одним бедром.

### **Тема № 4. «Координация».**

1. Бицентриа: движения двух центров в параллель и оппозицию.

2. Перемещение в пространстве шагами с координацией рук и изолированных центров.

3. Трицентриа в параллельном направлении.

### **Тема № 5. «Упражнения для позвоночника».**

1. Соединение в комбинации движений, изученных ранее.

2. Использование падений и подъемов во время комбинаций.

3. Соединение contraction и release с одновременным подъемом одной ноги в воздух и перемещение в пространстве.

### **Тема № 6. «Уровни».**

1. Комбинации с использованием contraction, release, спирали и твиста торса.
2. Перемещение из одного уровня в другой.
3. Упражнения стрэтч-характера в соединении с твистами и спиралями торса.

### **Тема № 7. «Кросс. Перемещение в пространстве».**

1. Комбинации шагов, соединенные с вращениями и стабильными позами.
2. Использование contraction и release во время передвижения.
3. Вращение как способ передвижения в пространстве.

### **Тема № 8. «Комбинация или импровизация».**

Развернутые комбинации с перемещением в пространстве, с использованием смены уровней, различных способов вращения и прыжков.

### **Тема № 9. Итоговые занятия.**

Концерт.

## **XVI. Ресурсное обеспечение программы.**

### ***Методическое обеспечение***

#### **Основные принципы, положенные в основу программы:**

- принцип доступности, учитывающий индивидуальные особенности каждого ребёнка;
- создание благоприятных условий для их развития;
- принцип демократичности, предполагающий сотрудничество педагога и обучающегося;

- принцип системности и последовательности – знание в программе даются в определённой системе, накапливая запас знаний, дети могут применять их на практике.

#### Методы работы:

1. Метод **систематичности** предопределяет последовательность изложения материала всего курса ритмики, соотношение практической и теоретической частей урока.
2. Метод **сознательности и активности** опирается на активное отношение ребенка к своей деятельности. Самостоятельная, активная деятельность ребенка находится в зависимости от возникающего интереса к предлагаемому заданию, сознательного его восприятия. Активность стимулируется эмоциональностью педагога, образностью музыки, различными играми, и методами поощрения.
3. Метод **наглядности** осуществляется путём практического показа движения педагогом.
4. Метод **доступности и индивидуализации** предусматривает учет возрастных особенностей и возможностей учащихся. Индивидуальный подход предполагает учет типа высшей нервной деятельности, возраста, пола, двигательного статуса ребенка.

#### Занятие состоит из следующих структурных компонентов:

1. Организационный момент, характеризующийся подготовкой учащихся к занятию;
2. Повторение материала, изученного на предыдущем занятии;
3. Постановка цели занятия перед учащимися;
4. Изложение нового материала;
5. Практическая работа;
6. Обобщение материала, изученного в ходе занятия;
7. Подведение итогов;
8. Уборка рабочего места.

## Материально-техническое оснащение программы

Для проведения теоретических занятий необходимы:

- танцевальный класс, оборудованный зеркалами;
- компьютер;
- фортепиано, ноты;
- учебная литература;

Для практических занятий необходимы:

- музыкальные фонограммы;
- музыкальный центр;
- фортепиано, ноты;
- методические пособия;
- танцевальный класс, оборудованный зеркалами;
- лавочка;
- гимнастический коврик;
- реквизиты.

## **XVII. Список литературы**

### Методическая

1. Антропова Л. Методическое пособие по теории и методике преподавания классического танца - Орел, 1999.
2. Беликова А.Н., Пуртова Т.В., Учить детей танцевать: Учебное пособие. - М., 2003.
3. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца - М.; Гуманит. изд. центр «Владос», 2002.
4. Данилюк А.Я., Кондаков А.М., Тишков В. А. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России. Москва, 2011 г.
5. Попова У. Основы обучения дыханию в хореографии - М.; издательство «Искусство», 1968.

6. Пуртова Е. Учите детей танцевать: Учебное пособие для студенческих учреждений среднего проф. Образования - М.; Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003.

#### Психолого-педагогическая

1. Безрукова В.С. Педагогика. - Екатеринбург: Издательство «Деловая книга», 1996. - 344 с.
2. Давыдов В.В., Дубровина И.В. Психолого-педагогические проблемы становления личности и индивидуальности в детском возрасте. - М., 1980.
3. Подласый И.П. Педагогика. - М.: Просвещение, 1996. - 432 с.
1. Практическая психология образования. / Под ред. И.В. Дубровиной: Учебник для студентов высших и средних специальных учебных заведений. - М.: ТЦ «Сфера», 1997. - 528 с.
1. Рахматшаева В.А. Психология взаимоотношений: Кн. для учителя. - М.: Просвещение, 1996 г. - 272 с.
2. Щуркова Н.Е. и др. Новые технологии воспитательного процесса. - М.: Новая школа, 1994.
3. Яковлева Е.Л. Методические рекомендации учителям по развитию творческого потенциала учащихся. / Под ред. В.И. Панова. - М.: «Молодая гвардия», 1997. - 78 с.

#### *Рекомендуемая и специальная литература для педагога и воспитанников*

1. Базарова Н.П., Мей В. «Азбука классического танца», Ленинград, «Искусство», 1983.
2. Базарова Н.П. «Классический танец», Ленинград, «Искусство», 1983.
3. Барышникова Т. Азбука хореографии. - М.: Просвещение, 1997.
4. Барышникова Т. Азбука хореографии - М.; Рольф, 1999.
5. Ваганова А. Основы классического танца - Санкт - Петербург: Издательство «Лань», 2000.
6. Вербицкая А. Основы сценического движения. - М., 1983.
7. Детские бытовые массовые танцы (рекомендуемый репертуар), М., 1985.
8. Джим Холл. Уроки танцев - М.: АСТ «Астрель», 2008.

9. Зацепина К. «Народно-сценический танец», М., «Искусство», 1976.
10. Климов А. «Основы русского народного танца», М., изд. Московского Государственного института культуры, 1994.
11. Костровицкая В., Писарев А., «Школа классического танца», Ленинград, «Искусство», 1968.
12. Костровицкая В. «Сто уроков классического танца», Ленинград, «Искусство», 1981.
13. Лисицкая Т.С. «Гимнастика и танец», М., «Советский спорт», 1988.
14. Никитин В.Ю. «Модерн-джаз танец. Начало обучения. – М.: ВЦХТ, 1998.
15. Полонский В. Терминология классического танца - Смоленск, 1999.
16. Программа по народно-характерному танцу для самодеятельных хореографических коллективов, Ленинград, 1966.
17. Стриганова В.М., Уральская В.И. «Современный балльный танец», М., «Просвещение», 1978.
18. Устинова Т. А. Избранные народные русские танцы - М.; «Искусство», 1996.
19. Чибрикова А. Ритмика - М.: Изд. дом «Дрофа», 1998.
20. [https://kopilkaurokov.ru/prochee/planirovanie/proghramma\\_po\\_narodno\\_stsien\\_ichieskomu\\_tantsu](https://kopilkaurokov.ru/prochee/planirovanie/proghramma_po_narodno_stsien_ichieskomu_tantsu)