

Управление образования администрации Кандалакшского
муниципального округа
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Детско-юношеский центр «Ровесник»
имени Светланы Алексеевны Крыловой»
Кандалакшского муниципального округа

ПРИНЯТА
педагогическим советом
от 17 апреля 2026 г.
Протокол №4

УТВЕРЖДЕНА
приказом директора
от 17 апреля 2026 г. № 51-г
Директор  О.Ю. Савенкова



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Современный танец (стартовый уровень)»
Возраст обучающихся: 7-10 лет
Срок реализации программы: 2 года
Уровень сложности: стартовый

Автор-составитель:
Блинова В.А., педагог
дополнительного образования

Кандалакша
2026

Пояснительная записка
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
художественной направленности
«Современный танец (стартовый уровень)»

Настоящая дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Современный танец (стартовый уровень)» разработана с учетом:

- Федерального Закона Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Распоряжения Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации»;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановления 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»;
- Письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г. № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- Письма Министерства просвещения Российской Федерации от 23.01.2026 г. №АБ-254/06 «О направлении методических рекомендаций по разработке дополнительных общеразвивающих программ, в том числе в части интеграции с учебными предметами «Труд (технология)», «Музыка», «Изобразительное искусство», «Физическая культура»;
- Приказа Минтруда России от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Устава МАУДО ДЮЦ «Ровесник» им. С.А. Крыловой.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Современный танец (стартовый уровень)» имеет **художественную направленность**, создана на основе:

– дополнительной общеобразовательной программы «Современный танец», автор-составитель: Блинова В.А., педагог дополнительного образования МАУДО «ДЮЦ «Ровесник», 2014г.;

– дополнительной общеразвивающей программы по хореографии «Ступени к вершинам творчества» образцового театра танца «Талисман», автор-составитель: Бучева О.А., педагог дополнительного образования МАУДО ДДТ «Городской» им. С.А.Шмакова, г. Липецк, 2016г.

Вид программы: дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа.

Актуальность программы. В настоящее время культурные ориентации подрастающего поколения развиваются в рамках формирования новой социокультурной ситуации, возрастает интерес детей и подростков к новаторским направлениям искусства, неотъемлемой частью которых является современный танец. Развитие современного танцевального искусства невозможно представить вне процесса расширения жанрового и стилевого разнообразия, обогащения выразительного языка будущего исполнителя. Это направление искусства танца, которое сформировалось на основе европейского, американского танца модерн и постмодерн. Современный танец включает в себя все танцевальные стили, направления и техники XX – начала XXI веков. В настоящее время современный танец вызывает активный общественный интерес, как у обычного зрителя, так и у критиков. Появление новых, в корне отличающихся от традиционных, академических систем хореографического искусства заставляет обратиться к изучению новых техник танца. Для формирования универсального пластического аппарата учащихся содержание программы органично сочетает инновационные направления с изучением основ народного и классического танца, которые выступают необходимым академическим фундаментом.

Социальный запрос и неудовлетворенность педагога существующими типовыми программами по хореографии определили необходимость разработки данной программы.

Программа обусловлена социальным заказом, запросом обучающиеся и их родителей.

Педагогическая целесообразность реализации программы обусловлена созданием условий для развития личности ребенка средствами современной хореографии, его мотивации к познанию и творчеству, для приобщения к общечеловеческим ценностям, необходимостью профилактики асоциального поведения. Целостность процесса обучения по программе способствует психическому, физическому, умственному и духовному развитию личности ребенка.

В процессе обучения создаются условия для социального, культурного и профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, его интеграции в мировой и отечественной культуре.

Отличительная особенность программы «Современный танец (стартовый уровень)» заключается в интеграции трех фундаментальных хореографических направлений: традиционной академической школы классического танца, самобытной пластики народного танца и концептуальных техник современной хореографии. Такое сочетание позволяет сформировать у обучающихся на стартовом уровне универсальную исполнительскую базу, где классический и народный танец выступают основой для освоения актуальных современных практик. Ведущими направлениями современной хореографии являются модерн (Modern), джаз (Jazz) и contemporary. Это динамично развивающиеся системы, органично соединяющие в себе элементы джазового танца, танца-модерн и классического балета. Развитие этих направлений в последние десятилетия привело к созданию уникальных методик преподавания и специфических форм построения учебного занятия, учитывающих особый лексический модуль и биомеханику современного танца.

Содержание данной программы позволяет сформировать и развить творческие способности обучающихся через интеграцию основных хореографических направлений современного танца. Содержание предусматривает изучение основ классического и народного танца, которые выступают фундаментом для освоения современных техник (модерн, contemporary, джаз-танец).

Танцевально-художественное творчество на всех годах обучения предполагает организацию постановочной, репетиционной и концертной деятельности обучающихся и организационно-массовых мероприятий воспитательного характера.

Обучающиеся по данной программе являются участниками «Образцового детского коллектива Мурманской области» коллектива современного танца «SNAP».

Новизна программы заключается в особом подходе к реализации ее цели и задач. В образовательном процессе применяется метод синтеза ведущих техник современных танцевальных направлений и фундаментальной базы классического танца.

Уровень программы: стартовый.

Адресат программы: программа рассчитана на детей 7-10 лет.

Объем и срок освоения. Программа рассчитана на 2 года обучения, всего 288 часов: 1-й год обучения – 144 часа, 2-й год обучения – 144 часа.

Режим занятий: занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа. Продолжительность академического часа в группах 1-го года обучения – 35 минут в первом полугодии, 40 минут во втором полугодии; второго года обучения – 45 минут. Перерыв – 10 минут. Режим занятий соответствует санитарно-эпидемиологическим требованиям к обеспечению безопасных условий образовательной деятельности (СП 2.4. 3648-20, СанПиН 1.2.3685-21).

Количество обучающихся: 1 год обучения – 15-18 человек, 2 год обучения 15-18 человек.

Условия приема. Набор осуществляется в соответствии с «Положением приема, перевода, отчисления обучающихся и комплектования объединений в Муниципальном автономном учреждении дополнительного образования «Детско-юношеский центр «Ровесник» имени Светланы Алексеевны Крыловой муниципального образования Кандалакшский район (утверждён приказом директора МАУДО «ДЮЦ «Ровесник» от 06.05.2020г. № 39/3). Учащиеся зачисляются в учебные группы при наличии письменного заявления родителей (законных представителей). Учащиеся зачисляются в учебные группы при наличии заявления родителей (законных представителей), на основании медицинской справки о допуске к занятиям.

Форма обучения: очная.

Форма организации занятий: всем составом.

Цель программы – формирование и развитие творческих способностей обучающихся через изучение основ хореографического искусства и сценического мастерства, мотивация на дальнейшее обучение.

Задачи программы:

обучающие:

- формировать основу танцевальной культуры;
- знакомить с особенностями современного танца;
- формировать навыки технически грамотного исполнения программных элементов и движений;
- формировать расширенное представление об искусстве и стилях современного танцевального движения;
- формировать эстетико-хореографическую культуру и вкус в различных условиях педагогического взаимодействия с обучающимися;

развивающие:

- развивать танцевальные данные, совершенствовать физическую форму обучающихся;
- развивать ритмичность, музыкальность, артистичность;
- развивать навыки технически грамотного исполнения программных упражнений, движений и элементов;
- развивать художественно-творческие, индивидуальные способности обучающихся.

воспитательные:

- воспитывать ответственность, трудолюбие, терпение, чувство коллективизма;
- формировать художественно-эстетический вкус;
- формировать основу российских духовно-нравственных ценностей;
- приобщать к здоровому образу жизни.

Прогнозируемые результаты:

Предметные результаты:

Обучающиеся по окончании 1 года обучения должны **знать:**

- инструктажи по ТБ и ПБ, «Правила поведения в хореографическом классе»;
 - правила выполнения танцевального приветствия 1 года обучения «поклон»;
 - правила техники выполнения программных упражнений и элементов на разогрев частей тела (ритмическая разминка);
 - основные задачи партерной гимнастики;
 - требования к технике исполнения изучаемых упражнений и элементов партерной гимнастики;
 - правила техники выполнения упражнений для развития эластичности и подвижности стоп;
 - правила техники выполнения упражнений для развития тазобедренных суставов, эластичности мышц бедра, выворотности;
 - правила техники выполнения упражнений для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника;
 - правила техники выполнения упражнений для укрепления мышц брюшного пресса;
 - правила техники выполнения упражнений на растяжку мышц и связок и развитие балетного шага;
 - правила техники выполнения акробатических упражнений;
 - французские термины и перевод названий классических pas;
 - «точки» танцевального зала – 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8;
 - правила техники выполнения позиций ног (I, II, III, V) классического танца;
 - правила техники выполнения releve на полупальцы (I, V позиции) лицом к балетному станку;
 - правила техники выполнения DemiPlie по I, II, V позициям лицом к балетному станку;
 - правила выполнения BattementTandu по I, V позициям по всем направлениям лицом к балетному станку;
 - правила выполнения Battement Tandu jete по I, V позициям по всем направлениям лицом к балетному станку;
 - правила техники исполнения «перегибание корпуса» назад и в сторону (лицом к станку);
 - правила выполнения Portde Bras – II с координацией головы и точек класса;
 - правила техники исполнения «поджатого» прыжка по IV позиции;
 - историю возникновения современных танцевальных направлений;
 - технику исполнения простейших шагов, переходов, движений и элементов современного танца;
- уметь:**
- правильно выполнять танцевальное приветствие 1 года обучения «Поклон»;

- правильно выполнять программные упражнения и элементы на разогрев частей тела (ритмическая разминка);
- правильно выполнять упражнения для развития эластичности и подвижности стоп;
- правильно выполнять упражнения для развития тазобедренных суставов, эластичности мышц бедра, выворотности;
- правильно выполнять упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника;
- правильно выполнять упражнения для укрепления мышц брюшного пресса;
- правильно выполнять упражнения на растяжку мышц и связок и развитие балетного шага;
- правильно выполнять акробатические упражнения;
- применять французские термины;
- ориентироваться в пространстве с применением «точек» танцевального зала – 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8;
- правильно ставить ноги (I, II, III, V) классического танца;
- правильно выполнять releve на полупальцы (I, V позиции) лицом к балетному станку;
- правильно выполнять DemiPlie по I, II, V позициям лицом к балетному станку;
- правильно выполнять Battement Tendu по I, V позициям по всем направлениям лицом к балетному станку;
- правильно выполнять Battement Tendu jete по I, V позициям по всем направлениям лицом к балетному станку;
- правильно исполнять «перегибание корпуса» назад и в сторону (лицом к станку);
- правильно выполнять Port de Bras – II с координацией головы и точек класса;
- правильно исполнять «поджатый» прыжок по IV позиции;
- исполнять простейшие шаги, переходы, движения и элементы современного танца;
- исполнять упражнения на развитие координации с применением элементов современного танца;
- импровизировать с использованием изученных элементов, движений современного танца;
- правильно исполнять заданные хореографические комбинации;
- исполнять хореографическую композицию с использованием танцевального рисунка, текста.

Обучающиеся по окончании 2 года обучения должны

знать:

- инструктажи по ТБ и ПБ, «Правила поведения в хореографическом классе»;

- правила выполнения танцевального приветствия 2 года обучения «Поклон»;
- технику выполнения упражнений и элементов для разогрева всех частей тела;
- технику выполнения комбинаций упражнений партерной гимнастики;
- технику выполнения Grand Plie (I, II) (боком к балетному станку);
- технику исполнения комбинации Demi Plieat Grand Plie по I, II, V позициям с Portde Bras (боком к балетному станку);
- технику исполнения комбинации Battement Tendu по I, V позициям по всем направлениям (боком к балетному станку);
- технику исполнения комбинации Battement Tendu jete по I, V позициям по всем направлениям (боком к балетному станку);
- технику исполнения Ronddejambe par terre (боком к балетному станку);
- технику исполнения упражнения Grand Battements на 900;
- правила постановки корпуса, рук, головы в русском народном танце; манера исполнения, характер;
- технику исполнения «раскрытия» и «закрытия» рук в русском народном танце;
- технику исполнения элементарных «ходов» и «проходов» (с «раскрытием» и «закрытием» рук);
- технику исполнения программных движений и комбинаций русского народного танца;
- технику исполнения вращений: «шене», «бегунок»;
- технику исполнения drobных выстукиваний;
- технику исполнения программных движений, элементов и комбинаций современного танца;
- сценический образ, характер, манера исполнения запланированной постановочной работы;
- хореографический текст, рисунки запланированной постановочной работы;

уметь:

- правильно выполнять танцевальное приветствие 2 года обучения «Поклон»;
- правильно выполнять упражнения и элементы для разогрева всех частей тела;
- правильно выполнять комбинации упражнений партерной гимнастики;
- правильно выполнять Grand Plie (I, II) (боком к балетному станку);
- правильно исполнять комбинацию Demi Plieat Grand Plie по I, II, V позициям с Portde Bras (боком к балетному станку);
- правильно исполнять комбинацию Battement Tendu по I, V позициям по всем направлениям (боком к балетному станку);
- правильно исполнять комбинацию Battement Tendu jete по I, V позициям по всем направлениям (боком к балетному станку);

- правильно исполнять Ronddejambe par terre (боком к балетному станку);
- правильно исполнять упражнение Grand Batjets на 900;
- правильно держать корпус, руки, голову в русском народном танце; демонстрировать манеру исполнения, характер;
- правильно исполнять «раскрытие» и «закрытие» рук в русском народном танце;
- правильно исполнять элементарные «ходы» и «проходки» (с «раскрытием» и «закрытием» рук);
- правильно исполнять программные движения и комбинации русского народного танца;
- правильно исполнять вращения: «шене», «бегунок»;
- правильно исполнять дробные выстукивания;
- правильно исполнять программные движения, элементы и комбинации современного танца;
- демонстрировать сценический образ, характер, манеру исполнения запланированной постановочной работы;
- выполнять хореографический текст, рисунки запланированной постановочной работы;
- исполнять хореографию постановочной работы.

Личностные результаты:

- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование этических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости;
- проявление дисциплинированности, внимательности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат;
- готовность и способность к саморазвитию, мотивация и познавательный интерес к современному танцу и хореографической деятельности;
- развитие межличностного общения, обеспечивающего успешность совместной деятельности.

Учебный план первого года обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Ритмико-танцевальный комплекс				
1.1.	Вводное занятие	2	1	1	Опрос
1.2.	Ритмическая разминка (разогрев всех частей тела)	10	2	8	Контрольные упражнения
	Итого	12	3	9	
2.	Основы партерной гимнастики (parterre)				
2.1.	Вводное занятие	2	1	1	Опрос

2.2.	Упражнения для развития подвижности стоп	4	2	2	Контрольные упражнения
2.3.	Упражнения для развития тазобедренного сустава, эластичности мышц бедра, выворотности	6	2	4	Контрольные упражнения
2.4.	Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника	6	2	4	Контрольные упражнения
2.5.	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса	6	2	4	Контрольные упражнения
2.6.	Упражнения на растяжку мышц и связок и развитие балетного шага	6	2	4	Контрольные упражнения
2.7.	Акробатические упражнения	6	2	4	Контрольные упражнения
	Итого	36	13	23	
3.	Основы классического танца				
3.1.	Вводное занятие	2	1	1	Опрос
3.2.	Техника исполнения позиций ног (I, II, III, V) – лицом к балетному станку	2	1	1	Наблюдение
3.3.	Техника исполнения releve на полупальцы (I, V) позиции – лицом к балетному станку	4	2	2	Наблюдение
3.4.	Техника исполнения DemiPlie по I, II, V позициям – лицом к балетному станку	6	2	4	Наблюдение
3.5.	Техника исполнения BattementTandu по I, V позициям по всем направлениям (лицом к балетному станку)	6	2	4	Наблюдение
3.6.	Техника исполнения BattementTandujete по I, V позициям по всем направлениям (лицом к балетному станку)	6	2	4	Наблюдение
3.7.	Техника исполнения «перегибание корпуса» назад и в сторону (лицом к станку)	4	2	2	Наблюдение

3.8.	Техника исполнения PortdeDras – II с координацией головы и точек класса	4	2	2	Наблюдение
3.9.	Техника исполнения «поджатого» прыжка по IV позиции	2	1	1	Наблюдение
	Итого	36	15	21	
4.	Основы современного танца				
4.1.	Вводное занятие	2	1	1	Опрос
4.2.	Постановка ног, рук. Простейшие шаги и переходы	6	2	4	Контрольные упражнения
4.3.	Техника исполнения движений и элементов современного танца	8	2	6	Контрольные упражнения
4.4.	Техника исполнения упражнений на развитие координации с применением элементов современного танца	6	2	4	Контрольные упражнения
4.5.	Комбинации на заданную тему	4	2	2	Контрольное задание
	Итого	26	9	17	
5.	Танцевально-художественное творчество				
5.1.	Вводное занятие	2	2	-	Опрос
5.2.	Экзерсис на середине зала (репетиционная, концертная деятельность)	30	6	24	Наблюдение
5.3.	Итоговое занятие	2	-	2	Открытое занятие
	Итого	34	8	26	
	Всего по программе	144	48	96	

Содержание учебного плана первого года обучения

Раздел 1. Ритмико-танцевальный комплекс

Тема 1.1. Вводное занятие

Теория (1 час). Инструктаж по ТБ и ПБ. Инструктаж по теме «Правила поведения в хореографическом классе». Изучение танцевального приветствия первого года обучения – «Поклон».

Практика (1 час). Выполнение танцевального приветствия 1 года обучения – «Поклон».

Тема 1.2. Ритмическая разминка (разогрев всех частей тела)

Теория (2 часа). Изучение, освоение техники выполнения программных упражнений и элементов на разогрев частей тела.

Практика (8 час.). Выполнение программных упражнений и элементов для разогрева всех частей тела:

- разогрев ног (стопа, колено, пах) – выполнение шаговых, беговых и прыжковых упражнений – «ходьба на полупальцах», «цапля», «мячики», «цирковая лошадка», «хвостики с захлестом»;
- разогрев шейного отдела позвоночника (движения головой): наклоны головы вправо-влево, вперед-назад; движение головы по квадрату;
- разогрев плечевого пояса (варианты движений плечами): работа плечами вверх-вниз, вперед-назад; круговые движения плечами; «волна» плечами;
- разогрев рук (варианты упражнений): круговые движения кистей; круговые движения рук от плечевого сустава; круговые движения рук от локтевого сустава; комбинации для рук с использованием упражнения «волна»;
- разогрев позвоночника (наклоны, изгибы, твисты торса);
- расслабление позвоночника (свинговое раскачивание, grop);
- упражнения stretch характера. Растягивание.

Раздел 2. Основы партерной гимнастики (parterre)

Тема 2.1. Вводное занятие

Теория (1 час). Назначение, основные задачи партерной гимнастики. Требования к технике исполнения изучаемых упражнений и элементов.

Практика (1 час). Выполнение упражнений, изученных ранее по программе «Ритмика».

Тема 2.2. Упражнения для развития подвижности стоп

Теория (2 часа). Правила выполнения упражнений для развития эластичности и подвижности стоп.

Практика (2 часа). Выполнение упражнений для развития подвижности стопы:

- вытягивание и сокращение стопы;
- круговые и полукруговые движения стопой;
- разворот стопы из VI позиции в I.

Тема 2.3. Упражнения для развития тазобедренных суставов, эластичности мышц бедра, выворотности

Теория (2 часа). Правила выполнения упражнений для развития тазобедренных суставов, эластичности мышц бедра, выворотности.

Практика (4 часа). Выполнение упражнений для развития тазобедренных суставов, эластичности мышц бедра, выворотности:

- наклон корпуса вперед вдоль ног – «складывание», «перетягивание корпуса»;

- наклоны в положении «разножка»;
- упражнение «бабочка»;
- упражнение «лягушка»;
- упражнение «звездочка»

Тема 2.4. Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника

Теория (2 часа). Правила выполнения упражнений для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника.

Практика (4 часа). Выполнение упражнений для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника:

- упражнение «лодочка»;
- упражнение «кораблик»;
- упражнение «качалка»;
- упражнение «колечко»;
- упражнение «кошечка»;
- упражнение «змейка»;

Тема 2.5. Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса.

Теория (2 часа). Правила выполнения упражнений для укрепления мышц брюшного пресса.

Практика (4 часа). Выполнение упражнений для укрепления мышц брюшного пресса:

- медленный подъем ног вверх в положении «лежа»;
- упражнение «уголок»;
- упражнение «велосипед»;
- упражнение «ножницы»;
- упражнение «планка».

Тема 2.6. Упражнения на растяжку мышц и связок и развитие балетного шага

Теория (2 часа). Правила выполнения упражнений на растяжку мышц и связок и развитие балетного шага.

Практика (4 часа). Выполнение упражнений на растяжку мышц и связок и развитие балетного шага:

- «шпагат» вперед (с правой, левой ноги);
- «шпагат» поперечный.

Тема 2.7. Акробатические упражнения.

Теория (2 часа). Правила выполнения акробатических упражнений.

Практика (4 часа). Выполнение акробатических упражнений:

- упражнение «березка»;
- упражнение «мостик»;
- упражнение «стойка на руках» (изучение – у опоры);
- упражнение «кувырок» – вперед, назад (через правое, левое плечо);
- упражнение «колесо»;
- переворот «вперед», «назад» из положения «мостик».

Раздел 3. Основы классического танца

Тема 3.1. Вводное занятие

Теория (1 час). Правильное произношение французских терминов и перевод названий классических ras. Изучение «точек» танцевального зала – 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8.

Практика (1 час). Танцевальная импровизация на заданную тему с применением «точек» танцевального зала.

Тема 3.2. Техника исполнения позиций ног (I, II, III, V) – лицом к балетному станку

Теория (1 час). Правила техники выполнения позиций ног (I, II, III, V).

Практика (1 час). Выполнение постановки ног в I, II, III, V позициях классического танца.

Тема 3.3. Техника исполнения releve на полупальцы (I, V позиции) – лицом к балетному станку

Теория (2 часа). Правила техники выполнения упражнения releve на полупальцы (I, V позиции).

Практика (2 часа). Выполнение упражнения releve на полупальцы (I, V позиции).

Тема 3.4. Техника исполнения Demi Plie по I, II, V позициям (лицом к балетному станку)

Теория (2 часа). Правила техники выполнения комбинации DemiPlie по I, II, V позициям.

Практика (4 часа). Выполнение, наработка техники исполнения DemiPlie по I, II, V позициям.

Тема 3.5. Техника исполнения Battement Tendu по I, V позициям по всем направлениям (лицом к балетному станку)

Теория (2 часа). Правила выполнения Battement Tendu по I, V позициям по всем направлениям.

Практика (4 часа). Выполнение, наработка техники исполнения BattementTendu по I, V позициям по всем направлениям.

Тема 3.6. Техника исполнения Battement Tendu по I, V позициям по всем направлениям (лицом к балетному станку)

Теория (2 часа). Правила выполнения BattementTendu по I, V позициям по всем направлениям.

Практика (4 часа). Выполнение, наработка техники исполнения BattementTendu по I, V позициям по всем направлениям.

Тема 3.7. Техника исполнения «перегибание корпуса» назад и в сторону (лицом к станку)

Теория (2 часа). Правила техники исполнения «перегибание корпуса» назад и в сторону (лицом к станку).

Практика (2 часа). Выполнение, наработка техники исполнения «перегибание корпуса» назад и в сторону (лицом к станку).

Тема 3.8. Техника исполнения Port de Bras – II с координацией головы и точек класса

Теория (2 часа). Правила выполнения Portde Bras – II с координацией головы и точек класса.

Практика (2 часа). Выполнение Portde Bras – II с координацией головы и точек класса.

3.9. Техника исполнения «поджатого» прыжка по IV позиции

Теория (1 час). Правила техники исполнения «поджатого» прыжка по IV позиции.

Практика (1 час). Выполнение «поджатого» прыжка по IV позиции.

Раздел 4. Основы современного танца

Тема 4.1. Вводное занятие

Теория (1 час). Цели, задачи обучения в изучаемом танцевальном направлении. История возникновения современных танцевальных направлений.

Практика (1 час). Импровизация на заданную тему.

Тема 4.2. Постановка ног, рук. Простейшие шаги и переходы

Теория (2 часа). Правила постановки ног, рук согласно правилам современного танца. Изучение комбинаций на основных шагах и переходах.

Практика (4 часа). Выполнение постановки ног, рук в современном танце. Выполнение комбинаций на основные шаги и переходы; наработка техники исполнения.

Тема 4.3. Техника исполнения движений и элементов современного танца

Теория (2 часа). Правила техники исполнения движений и элементов современного танца («пружинка», «батут», «мельница», «окошки», «ёлочки и палочки»).

Практика (6 часов). Выполнение и наработка техники исполнения движений и элементов современного танца («пружинка», «батут», «мельница», «окошки», «ёлочки и палочки»).

Тема 4.4. Техника исполнения упражнений на развитие координации с применением элементов современного танца

Теория (2 часа). Правила техники исполнения упражнений на развитие координации с применением элементов современного танца («книжка-раскладушка», «реактивный самолет»).

Практика (4 часа). Выполнение, наработка техники исполнения упражнений на развитие координации с применением элементов современного танца («книжка-раскладушка», «реактивный самолет»).

Тема 4.5. Комбинации на заданную тему

Теория (2 часа). Составление комбинаций с использованием изученных элементов и движений современного танца.

Практика (2 часа). Выполнение комбинаций с использованием изученных элементов и движений современного танца.

Раздел 5. Танцевально-художественное творчество

Тема 5.1. Вводное занятие

Теория (2 часа). Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановочной работе на данном этапе обучения. Знакомство с музыкальным материалом.

Тема 5.2. Экзерсис на середине зала (репетиционная, концертная деятельность)

Теория (6 часов). Создание сценического образа. Музыкальность. Выразительность и эмоциональность исполнения. Изучение танцевальных движений и комбинаций к постановочной работе. Рисунок танца.

Практика (24 часа). Выполнение танцевально-художественной деятельности, направленной на создание хореографической композиции, ее сценического воплощения:

- создание сценического образа;
- работа над музыкальностью;
- выразительность и эмоциональность исполнения;
- изучение танцевальных движений;
- соединение движений в танцевальные комбинации;
- разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах;
- отработка элементов;
- синхронность в исполнении;
- работа над техникой исполнения;
- отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений;
- рабочие, сводные, генеральные репетиции на сценической площадке.

Тема 5.3. Итоговое занятие

Практика (2 часа). Открытое занятие. Исполнение основных упражнений, танцевальных движений и комбинаций.

Учебный план второго года обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Ритмико-танцевальный комплекс				
1.1.	Вводное занятие	2	1	1	Опрос
1.2.	Ритмическая разминка (разогрев всех частей тела)	8	-	8	Контрольные упражнения
	Итого	10	1	9	
2.	Основы партерной гимнастики (parterre)				
2.1.	Упражнения для развития подвижности стоп	4	1	3	Контрольные упражнения
2.2.	Упражнения для развития тазобедренного сустава, эластичности мышц бедра, выворотности	4	-	4	Контрольные упражнения

2.3.	Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника	4	-	4	Контрольные упражнения
2.4.	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса	4	1	3	Контрольные упражнения
2.5.	Упражнения на растяжку мышц и связок и развитие балетного шага	4	-	4	Контрольные упражнения
2.6.	Акробатические упражнения	4	-	4	Контрольные упражнения
	Итого	24	2	22	
3.	Основы классического танца				
3.1.	Техника исполнения Grand Plie (I, II) (боком к балетному станку)	2	1	1	Наблюдение
3.2.	Техника исполнения комбинации Demi Plieat Grand Plie по I, II, V позициям с Port de Bras (боком к балетному станку)	2	1	1	Наблюдение
3.3.	Техника исполнения комбинации Battement Tendu по I, V позициям по всем направлениям (боком к балетному станку)	4	2	2	Наблюдение
3.4.	Техника исполнения комбинации Battement Tendu по I, V позициям по всем направлениям (боком к балетному станку)	4	2	2	Наблюдение
3.5.	Техника исполнения Rond de jambe a terre (боком к балетному станку)	4	2	2	Наблюдение
3.6.	Техника исполнения Grand Battements на 90°	2	1	1	Наблюдение
	Итого	18	9	9	
4.	Основы русского народного танца				
4.1.	Вводное занятие	2	1	1	Опрос
4.2.	Техника исполнения элементарных «ходов» и	2	-	2	Наблюдение

	«проходок» (с «раскрытием» и «закрытием» рук)				
4.3.	Техника исполнения «притопов», «перескоков»	2	-	2	Наблюдение
4.4.	Техника исполнения движений «гармошечка», «ёлочка» (с «раскрытием» и «закрытием» рук)	2	1	1	Наблюдение
4.5.	Техника исполнения комбинации «моталочная»	2	-	2	Наблюдение
4.6.	Техника исполнения комбинации «ковырялочка»	2	-	2	Наблюдение
4.7.	Техника исполнения движения «припадание»	2	-	2	Наблюдение
4.8.	Техника исполнения вращений: «шене», «бегунок»	4	-	4	Наблюдение
4.9.	Техника исполнения дробных выстукиваний	4	-	4	Наблюдение
	Итого	22	2	20	
5.	Основы современного танца				
5.1.	Техника исполнения движения корпусом в современном танце («боковойкач», «кач вперед-назад»)	2	1	1	Контрольные упражнения
5.2.	Техника исполнения комбинации движений рук на развитие координации	4	1	3	Контрольные упражнения
5.3.	Техника исполнения упражнений на развитие координации и слаженности движений в современном стиле	6	1	5	Контрольные упражнения
5.4.	Техника исполнения движений, комбинаций на заданную тему	4	1	3	Контрольные упражнения
	Итого	16	4	12	
6.	Танцевально-художественное творчество				
6.1.	Вводное занятие	2	2	-	Опрос
6.2.	Экзерсис на середине зала (репетиционная, концертная деятельность)	50	6	44	Контрольные упражнения

6.3.	Итоговое занятие	2	-	2	Открытое занятие
	Итого	54	8	46	
	Всего по программе	144	26	118	

Содержание учебного плана второго года обучения

Раздел 1. Ритмико-танцевальный комплекс

Тема 1.1. Вводное занятие

Теория (1 час). Инструктаж по ТБ и ПБ. Инструктаж «Правила поведения в хореографическом классе». Изучение танцевального приветствия второго года обучения – «поклон».

Практика (1 час). Выполнение танцевального приветствия второго года обучения – «поклон». Повторение упражнений, танцевальных движений и комбинаций, изученных на первом году обучения.

Тема 1.2. Ритмическая разминка (разогрев всех частей тела)

Практика (8 часов). Выполнение упражнений и элементов для разогрева всех частей тела:

- разогрев ног (стопа, колено, пах) – выполнение шаговых, беговых и прыжковых упражнений – «ходьба на полупальцах», «цапля», «мячики», «цирковая лошадка», «хвостики с захлестом»;
- разогрев шейного отдела позвоночника (движения головой): наклоны головы вправо-влево, вперед-назад; движение головы по квадрату;
- разогрев плечевого пояса (варианты движений плечами): работа плечами вверх-вниз, вперед-назад; круговые движения плечами; «волна» плечами;
- разогрев рук (варианты упражнений): круговые движения кистей; круговые движения рук от плечевого сустава; круговые движения рук от локтевого сустава; комбинации для рук с использованием упражнения «волна»;
- разогрев позвоночника (наклоны, изгибы, твисты торса);
- расслабление позвоночника (свинговое раскачивание, grop);
- упражнения stretch характера. Растягивание.

Раздел 2. Основы партерной гимнастики (parterre)

Тема 2.1. Упражнения для развития подвижности стоп

Теория (1 час). Правила выполнения комбинации упражнений для развития эластичности и подвижности стоп.

Практика (3 часа). Выполнение комбинации упражнений для развития подвижности стопы:

- вытягивание и сокращение стопы;
- круговые и полукруговые движения стопой;
- разворот стопы из VI позиции в I;
- «Взлетная полоса» - пятки полетели.

Тема 2.2. Упражнения для развития тазобедренных суставов, эластичности мышц бедра, выворотности

Практика (4 часа). Выполнение, наработка техники исполнения упражнений для развития тазобедренных суставов, эластичности мышц бедра, выворотности:

- «складывание», «перетягивание корпуса»;
- наклоны в положении «разножка»;
- упражнение «солнце»;
- упражнение «бабочка»;
- упражнение «лягушка»;
- упражнение «звездочка»

Тема 2.3. Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника

Практика (4 часа). Выполнение и наработка техники исполнения упражнений для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника:

- упражнение «лодочка»;
- упражнение «кораблик»;
- упражнение «качалка»;
- упражнение «колечко»;
- упражнение «кошечка»;
- упражнение «змейка»;

Тема 2.4. Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса

Теория (1 час). Правила выполнения комбинации упражнений для укрепления мышц брюшного пресса.

Практика (3 часа). Выполнение комбинации упражнений для укрепления мышц брюшного пресса:

- медленный подъем ног вверх в положении «лежа»;
- упражнение «уголок»;
- упражнение «велосипед» + «скрутка»;
- упражнение «ножницы» (с натянутой, сокращенной стопой) + подъем ног «снизу вверх» и обратно;
- упражнение «планка» (+ диагональ).

Тема 2.5. Упражнения на растяжку мышц и связок и развитие балетного шага.

Практика (4 часа). Выполнение и наработка техники исполнения упражнений на растяжку мышц и связок и развитие балетного шага:

- «шпагат» вперед (с правой, левой ноги);
- «шпагат» поперечный.

Тема 2.6. Акробатические упражнения

Практика (4 часа). Выполнение и наработка техники исполнения акробатических упражнений:

- упражнение «березка»;

- «собака мордой вниз» + GrandBatjetes;
- упражнение «мостик»;
- упражнение «стойка на руках» (проучивание – у опоры);
- упражнение «кувырок» – вперед, назад (через правое, левое плечо);
- упражнение «колесо» + «колесо с разножкой»;
- переворот «вперед», «назад» из положения «мостик».

Раздел 3. Основы классического танца

Тема 3.1. Техника исполнения Grand Plie (I, II) (боком к балетному станку)

Теория (1 час). Правила техники выполнения Grand Plie (I, II) (боком к балетному станку).

Практика (1 час). Выполнение упражнения Grand Plie (I, II) (боком к балетному станку).

Тема 3.2. Техника исполнения комбинации Demi Plieat Grand Plie по I, II, V позициям с Portde Bras (боком к балетному станку)

Теория (1 час). Правила выполнения комбинации Demi Plieat Grand Plie по I, II, V позициям с Portde Bras (боком к балетному станку).

Практика (1 час.). Выполнение комбинации Demi Plieat Grand Plie по I, II, V позициям с Portde Bras (боком к балетному станку).

Тема 3.3. Техника исполнения комбинации Battement Tandu по I, V позициям по всем направлениям (боком к балетному станку)

Теория (2 часа). Правила выполнения комбинации BattementTandu по I, V позициям по всем направлениям (боком к балетному станку).

Практика (2 часа). Выполнение комбинации BattementTandu по I, V позициям по всем направлениям (боком к балетному станку).

Тема 3.4. Техника исполнения комбинации BattementTandujete по I, V позициям по всем направлениям (боком к балетному станку)

Теория (2 часа). Правила выполнения комбинации BattementTandujete по I, V позициям по всем направлениям (боком к балетному станку).

Практика (2 часа). Выполнение комбинации BattementTandujete по I, V позициям по всем направлениям (боком к балетному станку).

Тема 3.5. Техника исполнения Ronddejambeparterre (боком к балетному станку)

Теория (2 часа). Правила техники исполнения Ronddejambeparterre (боком к балетному станку).

Практика (2 часа). Выполнение и наработка техники исполнения упражнения Rondde jambe parterre (боком к балетному станку).

Тема 3.6. Техника исполнения Grand Batjetes на 90°

Теория (1 час). Правила техники исполнения упражнения Grand Batjetes на 90°.

Практика (1 час.). Выполнение, наработка техники исполнения упражнения Grand Batjetes на 90°.

Раздел 4. Основы русского народного танца

Тема 4.1. Вводное занятие

Теория (1 час). Народный танец как вид хореографического искусства. Изучение правил постановки корпуса, рук, головы в русском народном танце. Манера исполнения, характер. Изучение техники исполнения «раскрытия» и «закрытия» рук в русском народном танце.

Практика (1 час). Выполнение движений «раскрытия» и «закрытия» рук.

Тема 4.2. Техника исполнения элементарных «ходов» и «проходов» (с «раскрытием» и «закрытием» рук)

Практика (2 часа). Правила выполнения «ходов» и «проходов» (с «раскрытием» и «закрытием» рук).

Тема 4.3. Техника исполнения «притопов», «перескоков»

Практика (2 часа). Правила выполнения и наработка техники исполнения «притопов», «перескоков».

Тема 4.4. Техника исполнения движений «гармошечка», «ёлочка» (с «раскрытием» и «закрытием» рук)

Теория (1 час). Правила выполнения движений «гармошечка», «ёлочка» (с «раскрытием» и «закрытием» рук).

Практика (1 час). Выполнение движений «гармошечка», «ёлочка» (с «раскрытием» и «закрытием» рук).

Тема 4.5. Техника исполнения комбинации «моталочная»

Практика (2 часа). Правила выполнения комбинации «моталочная».

Тема 4.6. Техника исполнения комбинации «ковырялочка»

Практика (2 часа). Правила выполнения комбинации «ковырялочка».

Тема 4.7. Техника исполнения движения «припадание»

Практика (2 часа). Правила выполнения движения «припадание».

Тема 4.8. Техника исполнения вращений: «шене», «бегунок»

Практика (4 часа). Правила выполнения вращений: «шене», «бегунок».

Тема 4.9. Техника исполнения дробных выстукиваний

Практика (4 часа). Выполнение дробных выстукиваний.

Раздел 5. Основы современного танца

Тема 5.1. Техника исполнения движения корпусом в современном танце («боковой кач», «кач вперед-назад»)

Теория (1 час). Техника исполнения движения корпусом «боковой кач», «кач» вперед-назад. «Манера исполнения» и «характер» в современном танце.

Практика (1 час). Выполнение движения корпусом «боковой кач», «кач вперед-назад».

Тема 5.2. Техника исполнения комбинации движений рук на развитие координации

Теория (1 час). Техника выполнения комбинации движений рук на развитие координации.

Практика (3 часа). Выполнение комбинации движений рук на развитие координации.

Тема 5.3. Техника исполнения упражнений на развитие координации и слаженности движений в современном стиле

Теория (1 час). Техника исполнения упражнений на развитие координации и слаженности движений в современном стиле.

Практика (5 часов). Выполнение упражнений на развитие координации и слаженности движений в современном стиле.

Тема 5.4. Техника исполнения движений, комбинаций на заданную тему

Теория (1 час). Техника выполнения движений, комбинаций на заданную тему.

Практика (3 часа). Выполнение движений, комбинаций на заданную тему.

Раздел 6. Танцевально-художественное творчество

Тема 6.1. Вводное занятие

Теория (2 часа). Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановочной работе на данном этапе обучения. Знакомство с музыкальным материалом.

Тема 6.2. Экзерсис на середине зала (репетиционная, концертная деятельность)

Теория (6 часов). Сценический образ. Музыкальность. Актерское мастерство. Характер танца, манера исполнения. Изучение танцевальных движений и комбинаций. Рисунок танца.

Практика (44 часа). Выполнение танцевально-художественной деятельности, направленной на создание хореографической композиции, ее сценического воплощения:

- создание сценического образа;
- работа над музыкальностью;
- выразительность и эмоциональность исполнения;
- изучение танцевальных движений;
- соединение движений в танцевальные комбинации;
- разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах;
- отработка элементов;
- синхронность в исполнении;
- работа над техникой исполнения;
- отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений;
- рабочие, сводные, генеральные репетиции на сценической площадке.

Тема 6.3. Итоговое занятие

Практика (2 часа). Открытое занятие. Исполнение основных упражнений, танцевальных движений и комбинаций. Демонстрация хореографической композиции.

Комплекс организационно-педагогических условий

Календарный учебный график. (Приложение 1).

Материально-техническое оснащение программы. Для реализации программы имеется:

- оборудованный танцевальный зал,
- фортепиано;

- MP3 плеер, CD-диски, MP3-диски;
- эскизы, схемы, картинки,
- компьютерное оборудование для просмотра видеоматериалов, видео-иллюстрации.

Формы подведения итогов реализации программы. В течение года проводятся контрольные занятия. Промежуточный и итоговый контроль проходят в виде открытого занятия для родителей, отчетного концерта.

Мониторинг образовательного процесса. Особое место в программе уделено мониторингу образовательного процесса, который необходим для формирования целостного представления о состоянии реализации программы.

Уровень достижений обучающихся в процессе освоения программы отслеживается в постепенно усложняющихся ситуациях. Это позволяет производить оценку результативности по нескольким направлениям одновременно:

- уровню овладения конкретными умениями и навыками;
- способности взаимодействовать с партнером;
- умению чувствовать ответственность за результаты совместной деятельности;
- способности критически оценивать результаты своей деятельности;
- способности радоваться собственным достижениям и успехам своих партнеров.

Для определения уровня освоения программы, личностного роста обучающихся и уровня их эстетического развития применяется диагностический инструментарий, состоящий из двух диагностик. Контроль осуществляется по четырем этапам:

1. **Первичный контроль** проводится в сентябре. Его цель – определить, какие способности, знания, умения и навыки есть у ребенка, насколько развита культура труда, опыт сотрудничества.
2. **Промежуточный контроль в течение года** проводится в конце декабря или январе. Его цель – определить степень освоения образовательной программы, скорректировать степень ее сложности с учетом индивидуальных особенностей детей. Оценивается динамика умения овладения танцевальным искусством, умение общаться с другими воспитанниками, личностный рост каждого обучающегося, проявление самостоятельности, мотивационный уровень, артистичность и музыкальность.
3. **Промежуточный контроль в конце каждого года обучения** проводится в мае (открытое занятие): определяется уровень освоения программы за год, результативность образовательного процесса, выявляются наиболее способные дети, планируется индивидуальная работа с ними. Оценивается развитость общения, умение оценивать и корректировать результат своего труда.
4. **Итоговый контроль по итогам обучения по программе** проводится в мае в форме проведения открытых занятий, отчетных концертов:

определяется уровень освоения программы. Результаты выступления обучающихся на концертах, конкурсах, фестивалях любого уровня обсуждаются, выявляются недостатки, ошибки, допущенные в концертной деятельности с тем, чтобы избежать этого в будущем.

Формы диагностики результатов обучения по программе:

- педагогическое наблюдение за учащимися в процессе занятий;
- опрос;
- контрольные упражнения;
- контрольные задания;
- открытые занятия;
- выступления на концертах.

Разработанные формы контроля позволяют делать выводы и о результатах творческого развития, труднее всего поддающихся количественной оценке. Вместе с тем, оценивая результаты, педагог имеет возможность проанализировать и скорректировать при необходимости используемые методики и само построение учебного процесса (Диагностические карты. Приложение 2).

Следует помнить, что результативность образовательного процесса также зависит от совокупности факторов: способностей обучающихся, возраста, в котором ребенок приступил к началу занятий, мастерства педагога, заинтересованности родителей и их вклада в учебно-воспитательный и художественно-творческий процесс.

Методическое обеспечение программы

Организация процесса обучения.

Программа включает в себя теоретические и практические занятия. Основные **формы и методы обучения**, направленные на достижение цели программы и выполнение задач:

- метод сенсорного восприятия – просмотры видео, прослушивание аудиозаписей;
- словесный метод – рассказ нового материала, анализ, инструктаж, беседа о выпускниках и т. д., дискуссия о прошедшем выступлении на концерте;
- наглядный метод – видео-иллюстрация, личный показ педагогом, видеопросмотр выступлений профессиональных коллективов;
- практический метод – упражнение, игра, творческая импровизация, ритмопластика, танцевальные комбинации, репетиции;
- метод стимулирования деятельности и поведения – соревнование, поощрение, конкурс внутри группы, создание ситуации успеха.

Образовательный процесс строится на следующих основных принципах и подходах: «от простого к сложному», от «медленного к быстрому», «посмотри и повтори», «вместе с партнером», «осмысли и выполни», «от эмоций к логике», «от логики к ощущениям».

Примерный репертуарный план:

№ п/п	Хореографические постановки	Тематика хореографических постановок
1 год обучения		
1.	«Открывашка»	Современная стилизация (тема праздника)
2.	«Авиаугонщики»	Детский сюжетно-игровой танец (тема дружбы и труда)
3.	«Аппетитные душки-подружки!»	Детский сюжетно-игровой танец (тема нравственных ценностей и гуманного отношения друг к другу)
4.	«Девчонки и мальчишки»	Тема детства, дружбы и коммуникабельности
5.	«Ой, мама, я влюбилась!»	Тема детства, дружбы
6.	«Дайте детям тишину!»	Детский сюжетно-игровой танец (тема игры, детских шалостей)
7.	«Детство»	Вокально-хореографическая композиция на тему уходящего детства
8.	«Старое дерево»	Тема жизни на земле
2 год обучения		
1.	INTRO	Эстрадное шоу (тема активной гражданской позиции)
2.	«Большая стирка»	Сюжетно-игровой танец (тема дружбы и труда)
3.	«КухОнное исполнение»	Детский сюжетно-игровой танец (тема восприятия труда как праздник; тема дружбы и коммуникации; тема ответственности за свои поступки)
4.	«Из жизни в жизнь...»	Современная стилизация (духовно-нравственная)
5.	«Не волнуйся, папа!»	Вокально-хореографическая композиция на тему детства, семьи, труда
6.	«Уж вы, стары-старики!»	Вокально-хореографическая композиция на тему любви к родителям, семьи и уважительного отношения к старшему поколению
7.	«Аргентина»	Вокально-хореографическая композиция на тему путешествий, мира на земле

ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА

Основой воспитательного процесса в образовательных организациях является национальный воспитательный идеал – это высоконравственный, творческий, компетентный гражданин России, принимающий судьбу Отечества как свою личную, осознающий ответственность за настоящее и будущее своей страны, укоренённый в духовных и культурных традициях многонационального народа Российской Федерации.

Исходя из этого, а также основываясь на базовых для нашего общества ценностях (таких как семья, труд, отечество, природа, мир, знания, культура, здоровье, человек) и специфики дополнительного образования, мы сформулировали следующую цель воспитательной работы в ДЮОЦ «Ровесник»: воспитание инициативной личности с активной жизненной позицией, с развитыми интеллектуальными способностями, творческим отношением к миру, чувством личной ответственности, способной к преобразовательной продуктивной деятельности, саморазвитию, ориентированной на сохранение ценностей общечеловеческой и национальной культуры.

Данная цель ориентирует педагогов, в первую очередь, на обеспечение позитивной динамики развития личности ребенка.

Для реализации поставленных целей воспитания обучающихся необходимо будет решить следующие **основные задачи**:

- реализовать воспитательный потенциал и возможности учебного занятия, поддерживать использование интерактивных форм занятий с обучающимися;
- реализовать потенциал детского объединения в воспитании обучающихся, поддерживать активное их участие в жизни учреждения, укрепление коллективных ценностей;
- формировать позитивный уклад жизни учреждения, положительный имидж и престиж;
- организовать работу с семьями обучающихся, их родителями (законными представителями), направленную на совместное решение проблем личностного развития обучающихся;
- реализовать потенциал наставничества в воспитании обучающихся как основу взаимодействия людей разных поколений, мотивировать к саморазвитию и самореализации на пользу людям;
- формировать достойного гражданина и патриота России (воспитание у обучающихся чувства патриотизма, развитие и углубление знаний об истории и культуре России и родного края, становление многосторонне развитого гражданина России в культурном, нравственном и физическом отношениях, развитие интереса и уважения к истории и культуре своего и других народов);
- содействовать приобретению опыта личностного и профессионального самоопределения на основе личностных проб в совместной деятельности и социальных практиках;

- формировать у детей и подростков нравственные ценности, мотивации и способности к духовно-нравственному развитию интересов и личностных качеств, обеспечивающих конструктивную, социально приемлемую самореализацию, позитивную социализацию, противодействие возможному негативному влиянию среды;
- формировать духовно-нравственные качества личности, делающие её способной противостоять негативным факторам современного общества и выстраивать свою жизнь на основе традиционных российских духовно- нравственных ценностей.

Планомерная реализация поставленных задач позволит организовать в учреждении интересную и насыщенную жизнь детей и педагогов, что станет эффективным способом профилактики антисоциального поведения обучающихся.

Воспитательная работа интегрирована в процесс обучения, являясь неременным условием творческой жизни хореографического коллектива. Исполнительский уровень, жизнеспособность, стабильность, перспективы творческого роста обучающихся в первую очередь зависят от качества учебно-воспитательной работы.

Посредством эстетического восприятия у обучающихся формируются, развиваются и укрепляются потребность в общении с искусством, любовь и хороший вкус к нему; развиваются и укрепляются нравственные представления, эстетические идеалы, этические нормы жизни и поведения. Специфика воспитательной работы обусловлена органичным сочетанием художественно-исполнительских, общепедагогических и социальных аспектов в её обеспечении.

План воспитательной работы

№	Название мероприятия	Дата
1.	Профилактическая акция в рамках операции «Внимание – дети»	Август-сентябрь
2.	Профилактические беседы по темам «Схема дорожной безопасности», «Пожарная безопасность», «Антитеррористическая безопасность», «Безопасность дома, на улице, общественных местах»	Сентябрь
3.	Тематическая неделя «Неделя безопасности»	Сентябрь
4.	Профилактический месячник под девизом «Уступь дорогу поездам!» в рамках реализации комплексного плана мероприятий, направленных на повышение уровня безопасности граждан при нахождении на объектах железнодорожного транспорта, на Октябрьской железной дороге	Сентябрь
5.	Праздничная программа «В добрый путь! Удачи на ступеньках!», посвящённая началу учебного года	Сентябрь

6.	Оперативно-профилактическая операция «Безопасность на транспорте»	Октябрь
7.	Церемония посвящения обучающихся в «КОЛЛЕКТИВ»	Октябрь
8.	Профилактические мероприятия «Безопасность на льду»	Ноябрь-апрель
9.	Творческие мастерские; мастер-классы по современному танцу	Ноябрь
10.	Концертная программа, посвящённая Международному празднику в честь матерей «День матери»	Ноябрь
11.	Единый урок по безопасности в сети «Интернет»	Ноябрь-декабрь
12.	Широкомасштабная профилактическая акция «Декада SOS»	Декабрь
13.	Праздничная танцевальная диско-программа «Ах, этот Новый год! Случается же!»	Декабрь
14.	Всероссийская профилактическая акция «Безопасность детства»	Январь
15.	Международный день безопасного Интернета	Февраль
16.	Концерт «С Днем Защитника Отечества»	Февраль
17.	Игровая программа, посвящённая празднику «День защитника Отечества!»	Февраль
18.	Концертная программа, посвящённая Международному женскому Дню «8 Марта!»	Март
19.	Межведомственная профилактическая акция «ПАПин Апрель», открытое занятие «Танцуем вместе с папой»	Апрель
20.	Месячник Правового просвещения	Апрель-май
21.	Творческая программа коллектива	Май
22.	Международный День защиты детей	Июнь

Список литературы для педагога:

1. Браиловская Л.В., Володина О.В., Цыганкова Р.В. Танцуют все! Клубные, бальные, восточные танцы. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2017.
2. Бриске И.Э. Основы детской хореографии. Ч.1 и Ч. 2. – Челябинск. 2012.
3. Джозеф С. Хавилер. Тело танцора. Медицинский взгляд на танцы и тренировки. – Изд-во «Новое слово», 2014.
4. Жуков Г.Н. Основы общей и профессиональной педагогики: учеб. пособие / Г.Н. Жуков и др.; под общей ред. проф. Г.П. Скамницкой. – Москва: Гардарики, 2019.
5. Калинина О. Н. Если хочешь воспитать успешную личность–научи ее танцевать. Практическое пособие по хореографии для детей раннего и дошкольного возраста. Часть I и II, – Харьков, 2013.

6. Кленова Н. Как оценивать результаты обучения школьников по дополнительным образовательным программам // Народное образование, 2005, №8.
7. Нечаев М.П. Диагностика воспитания школьников. Учебно-методическое пособие. – Москва: ЦГЛ, 2016.
8. Пуртова Т. В., Беликова, А. Н., Кветная, О. В. Учите детей танцевать. – Москва: центр Владос, 2013.
9. Цорн А.Я. Грамматика танцевального искусства и хореографии. 2-е изд., испр. – СПб.: Лань, 2011.
10. Шарова Н.И. Детский танец. – СПб.: Планета музыки; Лань, 2011.

Список литературы для обучающихся и родителей:

1. Воронина Н.В., Михайлова М.А. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. – Ярославль: Академия развития, 2018.
2. Руднева С., Фиш Э. Музыкальное движение. – СПб.: 2020.
3. Федорова Г.П. Поиграем, потанцуем. – СПб.: Детство-Пресс, 2012.

Приложение 1

Календарный учебный график

Детское объединение: «Современный танец (стартовый уровень)», год обучения – 1, количество часов – 144 (2 раза в неделю по 2 академических часа)

Педагог д/о: Блинова В.А.

Расписание:

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.				Теория, практика	2	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ и ПБ. «Правила поведения в хореографическом классе». Изучение танц. приветствия 1 г. о. – «Поклон». Выполнение – «Поклон». Повторение упражнений, танцевальных комбинаций, изученных ранее.	Хореографический зал	Опрос
2.				Теория, практика	2	Ритмическая разминка (разогрев всех частей тела). Изучение, освоение техники выполнения упражнений на разогрев частей тела. Выполнение: разогрев ног (стопа, колено, пах). Выполнение шаговых, беговых и прыжковых упражнений – «ходьба на полупальцах», «цапля», «мячики», «цирковая лошадка», «хвостики с захлестом».	Хореографический зал	Контрольные упражнения
3.				Теория, практика	2	Техника выполнения упражнений на разогрев частей тела. Разогрев шейного отдела позвоночника: наклоны головы вправо-влево, вперед-назад; движение головы по квадрату. Варианты движений плечами: работа вверх-вниз, вперед-назад; круговые движения; «волна».	Хореографический зал	Контрольные упражнения
4.				Практика	2	Выполнение: разогрев рук (варианты упражнений): круговые движения кистей; круговые движения рук от плечевого сустава; круговые движения рук от локтевого сустава.	Хореографический зал	Контрольные упражнения
5.				Практика	2	Выполнение: комбинации для рук с использованием упражнения «волна».	Хореографический зал	Контрольные упражнения
6.				Практика	2	Выполнение: разогрев позвоночника (наклоны, изгибы, твисты торса); расслабление позвоночника (свинговое раскачивание, gpor). Упражнения stretch характера. Растягивание.	Хореографический зал	Контрольные упражнения

7.				Теория, практика	2	Вводное занятие. Назначение, основные задачи партерной гимнастики. Требования к технике исполнения изучаемых упражнений и элементов. Выполнение упражнений, изученных ранее по программе «Ритмика».	Хореографический зал	Опрос
8.				Теория, практика	2	Упражнения для развития подвижности стоп. Правила выполнения упражнений для развития эластичности и подвижности стоп. Выполнение упражнений: вытягивание и сокращение стопы; круговые и полукруговые движения стопой.	Хореографический зал	Контрольные упражнения
9.				Теория, практика	2	Правила выполнения упражнений для развития эластичности и подвижности стоп. Выполнение упражнений: круговые и полукруговые движения стопой, разворот стопы из VI позиции в I.	Хореографический зал	Контрольные упражнения
10.				Теория, практика	2	Упражнения для развития тазобедренных суставов, эластичности мышц бедра, выворотности. Правила выполнения упражнений для развития тазобедренных суставов, эластичности мышц бедра, выворотности. Выполнение упражнений: наклон корпуса вперед вдоль ног – «складывание», «перетягивание корпуса».	Хореографический зал	Контрольные упражнения
11.				Теория, практика	2	Правила выполнения упражнений. Выполнение: наклоны в положении «разножка». Упражнение «звёздочка», «бабочка», «лягушка».	Хореографический зал	Контрольные упражнения
12.				Практика	2	Выполнение упражнений для развития тазобедренных суставов, эластичности мышц бедра, выворотности: упражнение «бабочка», «лягушка», «складывание», «перетягивание корпуса».	Хореографический зал	Контрольные упражнения
13.				Теория, практика	2	Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника. Правила выполнения упражнений для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника. Выполнение упражнений: «лодочка», «кораблик».	Хореографический зал	Контрольные упражнения
14.				Теория, практика	2	Правила выполнения упражнений для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника. Выполнение упражнений: «лодочка», «кораблик», «колечко».	Хореографический зал	Контрольные упражнения
15.				Практика	2	Выполнение упражнений: «качалка», «колечко», «кошечка», «змейка».	Хореографический зал	Контрольные упражнения

16.				Теория, практика	2	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса. Правила выполнения упражнений для укрепления мышц брюшного пресса. Выполнение упражнений: медленный подъем ног вверх в положении «лежа», «уголок».	Хореографический зал	Контрольные упражнения
17.				Теория, практика	2	Правила выполнения упражнений для укрепления мышц брюшного пресса. Выполнение упражнений: «велосипед», «ножницы», «планка».	Хореографический зал	Контрольные упражнения
18.				Практика	2	Выполнение упражнений: медленный подъем ног вверх в положении «лежа», «уголок», «велосипед».	Хореографический зал	Контрольные упражнения
19.				Теория, практика	2	Упражнения на растяжку мышц и связок и развитие балетного шага. Правила выполнения упражнений на растяжку мышц и связок и развитие балетного шага. Выполнение упражнений: «шпагат» вперед (с правой, левой ноги).	Хореографический зал	Контрольные упражнения
20.				Теория, практика	2	Правила выполнения упражнений на растяжку мышц и связок и развитие балетного шага. Выполнение упражнений: «шпагат» поперечный.	Хореографический зал	Контрольные упражнения
21.				Практика	2	Выполнение упражнений: «шпагат» поперечный, «шпагат» вперед (с правой, левой ноги).	Хореографический зал	Контрольные упражнения
22.				Теория, практика	2	Акробатические упражнения. Правила выполнения акробатических упражнений. Выполнение упражнений: «березка», «мостик».	Хореографический зал	Контрольные упражнения
23.				Теория, практика	2	Правила выполнения акробатических упражнений. Выполнение упражнений: «стойка на руках» (изучение – у опоры); переворот «вперед», «назад» из положения «мостик».	Хореографический зал	Контрольные упражнения
24.				Практика	2	Выполнение упражнений: «кувырок» - вперед, назад (через правое, левое плечо), «колесо».	Хореографический зал	Контрольные упражнения
25.				Теория, практика	2	Вводное занятие. Правильное произношение французских терминов и перевод названий классических pas. Изучение «точек» танцевального зала – 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8. Танцевальная импровизация на заданную тему с применением «точек».	Хореографический зал	Опрос
26.				Теория, практика	2	Техника исполнения позиций ног (I, II, III, V) – лицом к балетному станку. Правила техники выполнения	Хореографический зал	Наблюдение

						позиций ног (I, II, III, V). Выполнение постановки ног в I, II, III, V позициях классического танца.		
27.				Теория, практика	2	Техника исполнения releve на полупальцы (I, V позиции) – лицом к балетному станку. Правила техники выполнения упражнения releve на полупальцы (I, V позиции). Выполнение упражнения releve на полупальцы (I, V позиции).	Хореографический зал	Наблюдение
28.				Теория, практика	2	Правила техники выполнения упражнения releve на полупальцы (I, V позиции). Выполнение упражнения releve на полупальцы (I, V позиции).	Хореографический зал	Наблюдение
29.				Теория, практика	2	Техника исполнения DemiPlie по I, II, V позициям (лицом к балетному станку). Правила техники выполнения комбинации DemiPlie по I, II, V позициям. Выполнение упражнения: DemiPlie по I, II позиции.	Хореографический зал	Наблюдение
30.				Теория, практика	2	Правила техники выполнения комбинации DemiPlie по I, II, V позициям. Выполнение, наработка техники исполнения DemiPlie по I, II, V позициям.	Хореографический зал	Наблюдение
31.				Практика	2	Выполнение, наработка техники исполнения DemiPlie по I, II, V позициям.	Хореографический зал	Наблюдение
32.				Теория, практика	2	Техника исполнения BattementTandu по I, V позициям (лицом к балетному станку). Правила выполнения BattementTandu. Выполнение: BattementTandu по I, V позициям.	Хореографический зал	Наблюдение
33.				Теория, практика	2	Правила выполнения BattementTandu по I, V позициям. Наработка техники исполнения BattementTandu по I, V позициям.	Хореографический зал	Наблюдение
34.				Практика	2	Выполнение, наработка техники исполнения BattementTandu по I, V позициям по всем направлениям.	Хореографический зал	Наблюдение
35.				Теория, практика	2	Техника исполнения Battement Tandu jete по I, V позициям (лицом к балетному станку). Правила выполнения Battement Tandu jete по I, V позициям. Практика (4 часа). Выполнение: Battement Tandu jete по I, V позициям.	Хореографический зал	Наблюдение
36.				Теория, практика	2	Правила выполнения Battement Tandu jete по I, V позициям. Выполнение Battement Tandu jete по I, V позициям.	Хореографический зал	Наблюдение
37.				Практика	2	Выполнение, наработка техники исполнения Battement Tandu jete по I, V позициям.	Хореографический зал	Наблюдение
38.				Теория, практика	2	Техника исполнения «перегибание корпуса» назад и в сторону (лицом к станку). Правила техники исполнения	Хореографический зал	Наблюдение

						«перегибание корпуса» назад и в сторону (лицом к станку). Выполнение: «перегибание корпуса» назад и в сторону (лицом к станку).		
39.				Теория, практика	2	Правила техники исполнения «перегибание корпуса» назад и в сторону (лицом к станку). Выполнение, наработка техники исполнения «перегибание корпуса» назад и в сторону (лицом к станку).	Хореографический зал	Наблюдение
40.				Теория, практика	2	Техника исполнения Portde Bras – II с координацией головы и точек класса. Правила выполнения Portde Bras – II с координацией головы и точек класса. Выполнение: Portde Bras – II с координацией головы и точек класса.	Хореографический зал	Наблюдение
41.				Теория, практика	2	Правила выполнения Portde Bras – II с координацией головы и точек класса. Выполнение: Portde Bras – II с координацией головы и точек класса.	Хореографический зал	Наблюдение
42.				Теория, практика	2	Техника исполнения «поджатого» прыжка по IV позиции. Правила техники исполнения «поджатого» прыжка по IV позиции. Выполнение «поджатого» прыжка по IV позиции.	Хореографический зал	Наблюдение
43.				Теория, практика	2	Вводное занятие. Цели, задачи обучения в изучаемом танцевальном направлении. История возникновения современных танцевальных направлений. Импровизация на заданную тему.	Хореографический зал	Опрос
44.				Теория, практика	2	Постановка ног, рук. Простейшие шаги и переходы Правила постановки ног, рук согласно правилам современного танца. Выполнение постановки ног, рук в современном танце.	Хореографический зал	Наблюдение
45.				Теория, практика	2	Правила постановки ног, рук согласно правилам современного танца. Изучение комбинаций на основных шагах и переходах.	Хореографический зал	Наблюдение
46.				Практика	2	Выполнение комбинаций на основные шаги и переходы; наработка техники исполнения.	Хореографический зал	Контрольные упражнения
47.				Теория, практика	2	Техника исполнения движений и элементов современного танца. Правила техники исполнения движений и элементов современного танца («пружинка», «батут», «мельница», «окошки», «ёлочки и палочки»). Выполнение движений: «пружинка», «батут».	Хореографический зал	Контрольные упражнения
48.				Теория, практика	2	Правила техники исполнения движений и элементов современного танца. Выполнение движений:	Хореографический зал	Контрольные упражнения

						«мельница», «окошки».		
49.				Практика	2	Выполнение и наработка техники исполнения движений: «ёлочки и палочки».	Хореографический зал	Контрольные упражнения
50.				Практика	2	Выполнение и наработка техники исполнения движений: «пружинка», «батут», «мельница», «окошки», «ёлочки и палочки».	Хореографический зал	Контрольные упражнения
51.				Теория, практика	2	Техника исполнения упражнений на развитие координации с применением элементов современного танца. Правила техники исполнения упражнений. Выполнение упражнений: «книжка-раскладушка».	Хореографический зал	Контрольные упражнения
52.				Теория, практика	2	Правила техники исполнения упражнений на развитие координации с применением элементов современного танца. Выполнение упражнений: «реактивный самолет».	Хореографический зал	Контрольные упражнения
53.				Практика	2	Выполнение, наработка техники исполнения упражнений на развитие координации с применением элементов современного танца («книжка-раскладушка», «реактивный самолет»).	Хореографический зал	Контрольные упражнения
54.				Теория, практика	2	Комбинации на заданную тему. Составление комбинаций с использованием изученных элементов и движений современного танца. Выполнение комбинаций.	Хореографический зал	Контрольные упражнения
55.				Теория, практика	2	Составление комбинаций с использованием изученных элементов и движений современного танца. Выполнение комбинаций.	Хореографический зал	Контрольное задание
56.				Теория	2	Вводное занятие. Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановочной работе на данном этапе обучения. Знакомство с музыкальным материалом.	Хореографический зал	Опрос
57.				Теория, практика	2	Экзерсис на середине зала (репетиционная, концертная деятельность). Создание сценического образа. Изучение танцевальных движений и комбинаций к постановочной работе. Выполнение танцевально-художественной деятельности: создание сценического образа.	Хореографический зал	Наблюдение
58.				Теория, практика	2	Музыкальность. Выполнение ТХД: работа над музыкальностью.	Хореографический зал	Наблюдение
59.				Теория, практика	2	Выразительность и эмоциональность исполнения. Выполнение ТХД: упражнения на развитие выразительности.	Хореографический зал	Наблюдение
60.				Теория, практика	2	Рисунок танца. Выполнение ТХД: изучение танцевальных движений.	Хореографический зал	Наблюдение

61.				Теория, практика	2	Создание сценического образа. Выполнение ТХД: изучение танцевальных движений.	Хореографический зал	Наблюдение
62.				Теория, практика	2	Изучение танцевальных движений и комбинаций к постановочной работе. Выполнение ТХД: соединение движений в танцевальные комбинации.	Хореографический зал	Наблюдение
63.				Практика	2	Выполнение ТХД: упражнения на развитие выразительности и эмоциональности исполнения. отработка элементов.	Хореографический зал	Наблюдение
64.				Практика	2	Выполнение ТХД: разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах.	Хореографический зал	Наблюдение
65.				Практика	2	Выполнение ТХД: работа над техникой исполнения.	Хореографический зал	Наблюдение
66.				Практика	2	Выполнение ТХД: работа над техникой исполнения.	Хореографический зал	Наблюдение
67.				Практика	2	Выполнение ТХД: синхронность в исполнении.	Хореографический зал	Наблюдение
68.				Практика	2	Выполнение ТХД: отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений.	Хореографический зал	Наблюдение
69.				Практика	2	Выполнение ТХД: отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений.	Хореографический зал	Наблюдение
70.				Практика		Выполнение ТХД: рабочие репетиции на сценической площадке.	Хореографический зал	Наблюдение
71.				Практика	2	Выполнение ТХД: рабочие, сводные, генеральные репетиции на сценической площадке.	Хореографический зал	Наблюдение
72.				Практика	2	Итоговое занятие. Исполнение основных упражнений, танцевальных движений и комбинаций.	Хореографический зал	Открытое занятие

Календарный учебный график

Детского объединения «Современный танец (стартовый уровень)», год обучения – 2, количество часов – 144 (2 раза в неделю по 2 часа)

Педагог д/о: Блинова В.А.

Расписание:

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.				Теория, практика	2	Ритмико-танцевальный комплекс. Вводное занятие. Инструктаж по ТБ и ПБ, «Правила поведения в хореографическом классе». Изучение танцевального приветствия – «поклон». Выполнение: «поклон». Повторение упражнений, танцевальных движений и комбинаций, изученных на первом году обучения.	Хореографический зал	Опрос
2.				Практика	2	Ритмическая разминка (разогрев всех частей тела). Выполнение упражнений и элементов для разогрева всех частей тела: разогрев ног – выполнение шаговых, беговых и прыжковых упражнений – «ходьба на полупальцах», «цапля», «мячики», «цирковая лошадка», «хвостики с захлестом».	Хореографический зал	Контрольные упражнения
3.				Практика	2	Выполнение: разогрев шейного отдела позвоночника (движения головой): наклоны головы вправо-влево, вперед-назад; движение головы по квадрату.	Хореографический зал	Контрольные упражнения
4.				Практика	2	Выполнение: разогрев плечевого пояса (варианты движений плечами); разогрев рук (варианты упражнений); круговые движения кистей; круговые движения рук от плечевого сустава; круговые движения рук от локтевого сустава; комбинации для рук с использованием упражнения «волна».	Хореографический зал	Контрольные упражнения
5.				Практика	2	Выполнение: разогрев позвоночника (наклоны, изгибы, твисты торса); расслабление позвоночника (свинговое раскачивание, gpor); упражнения stretch характера. Растягивание.	Хореографический зал	Контрольные упражнения
6.				Теория, практика	2	Основы партерной гимнастики (parterre). Упражнения для развития подвижности стоп. Правила выполнения комбинации упражнений для развития эластичности и подвижности стоп.	Хореографический зал	Контрольные упражнения

						Выполнение комбинации упражнений: вытягивание и сокращение стопы.		
7.				Практика	2	Выполнение комбинации упражнений: круговые и полукруговые движения стопой; разворот стопы из VI позиции в I; «Взлетная полоса» - пятки полетели.	Хореографический зал	Контрольные упражнения
8.				Практика	2	Упражнения для развития тазобедренных суставов, эластичности мышц бедра, выворотности. Выполнение, наработка техники исполнения упражнений: «складывание», «перетягивание корпуса», наклоны в положении «разножка».	Хореографический зал	Контрольные упражнения
9.				Практика	2	Выполнение: упражнение «солнце», «бабочка», «лягушка», «звездочка».	Хореографический зал	Контрольные упражнения
10.				Практика	2	Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника. Выполнение и наработка техники исполнения упражнений: «лодочка», «кораблик», «качалка».	Хореографический зал	Контрольные упражнения
11.				Практика	2	Выполнение и наработка техники исполнения упражнений: упражнение «колечко», «кошечка», «змейка».	Хореографический зал	Контрольные упражнения
12.				Теория, практика	2	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса. Правила выполнения комбинации упражнений для укрепления мышц брюшного пресса. Выполнение: медленный подъем ног вверх в положении «лежа»; «уголок»; упражнение «велосипед».	Хореографический зал	Контрольные упражнения
13.				Практика	2	Выполнение: «велосипед» + «скрутка»; «ножницы» (с натянутой, сокращенной стопой) + подъем ног «снизу вверх» и обратно; «планка» (+ диагональ).	Хореографический зал	Контрольные упражнения
14.				Практика	2	Упражнения на растяжку мышц и связок и развитие балетного шага. Выполнение и наработка техники исполнения упражнений: «шпагат» вперед (с правой, левой ноги).	Хореографический зал	Контрольные упражнения
15.				Практика	2	Выполнение и наработка техники исполнения упражнений: «шпагат» вперед (с правой, левой ноги); «шпагат» поперечный.	Хореографический зал	Контрольные упражнения
16.				Практика	2	Акробатические упражнения. Выполнение и наработка техники исполнения акробатических упражнений: «березка»; «собака мордой вниз» + Grand Bat jetes; «мостик»; «стойка на руках» (проучивание – у опоры).	Хореографический зал	Контрольные упражнения

17.				Практика	2	Выполнение: «кувырок» - вперед, назад (через правое, левое плечо); «колесо» + «колесо с разножкой»; переворот «вперед», «назад» из положения «мостик».	Хореографический зал	Контрольные упражнения
18.				Теория, практика	2	Основы классического танца. Техника исполнения Grand Plie (I, II) (боком к балетному станку). Правила техники выполнения Grand Plie (I, II) (боком к балетному станку). Выполнение.	Хореографический зал	Наблюдение
19.				Теория, практика	2	Техника исполнения комбинации Demi Plie at Grand Plie по I, II, V позициям с Port de Bras (боком к балетному станку). Правила выполнения. Выполнение комбинации Demi Plie at Grand Plie по I, II, V позициям с Port de Bras (боком к балетному станку).	Хореографический зал	Наблюдение
20.				Теория	2	Техника исполнения комбинации Battement Tandu по I, V позициям по всем направлениям (боком к балетному станку). Правила выполнения.	Хореографический зал	Наблюдение
21.				Практика	2	Выполнение комбинации Battement Tandu по I, V позициям по всем направлениям (боком к балетному станку).	Хореографический зал	Наблюдение
22.				Теория	2	Техника исполнения комбинации Battement Tandu jete по I, V позициям по всем направлениям (боком к балетному станку). Правила выполнения.	Хореографический зал	Наблюдение
23.				Практика	2	Выполнение комбинации Battement Tandu jete по I, V позициям по всем направлениям (боком к балетному станку).	Хореографический зал	Наблюдение
24.				Теория	2	Техника исполнения Rond de jambe par terre (боком к балетному станку). Правила техники исполнения.	Хореографический зал	Наблюдение
25.				Практика	2	Выполнение и наработка техники исполнения упражнения Rond de jambe par terre (боком к балетному станку).	Хореографический зал	Наблюдение
26.				Теория, практика	2	Техника исполнения Grand Bat jetes на 90°. Правила техники исполнения упражнения. Выполнение, наработка техники исполнения упражнения Grand Bat jetes на 90°.	Хореографический зал	Наблюдение
27.				Теория, практика	2	Основы русского народного танца. Вводное занятие. Народный танец как вид хореографического искусства. Изучение правил постановки корпуса, рук, головы в русском народном танце. Манера исполнения, характер. Изучение техники исполнения «раскрытия» и «закрытия» рук в русском народном танце.	Хореографический зал	Опрос

						Выполнение движений.		
28.				Практика	2	Техника исполнения элементарных «ходов» и «проходов» (с «раскрытием» и «закрытием» рук). Правила выполнения «ходов» и «проходов».	Хореографический зал	Наблюдение
29.				Практика	2	Техника исполнения «притопов», «перескоков». Правила выполнения и наработка техники исполнения «притопов», «перескоков».	Хореографический зал	Наблюдение
30.				Теория, практика	2	Техника исполнения движений «гармошечка», «ёлочка» (с «раскрытием» и «закрытием» рук). Правила выполнения движений. Выполнение движений «гармошечка», «ёлочка» (с «раскрытием» и «закрытием» рук).	Хореографический зал	Наблюдение
31.				Практика	2	Техника исполнения комбинации «моталочная». Правила выполнения комбинации «моталочная».	Хореографический зал	Наблюдение
32.				Практика	2	Техника исполнения комбинации «ковырялочка». Правила выполнения комбинации «ковырялочка».	Хореографический зал	Наблюдение
33.				Практика	2	Техника исполнения движения «припадание». Правила выполнения движения «припадание».	Хореографический зал	Наблюдение
34.				Практика	2	Техника исполнения вращений: «шене», «бегунок». Правила выполнения вращений: «шене», «бегунок».	Хореографический зал	
35.				Практика	2	Выполнение вращений: «шене», «бегунок».	Хореографический зал	Наблюдение
36.				Практика	2	Техника исполнения дробных выстукиваний. Выполнение дробных выстукиваний.	Хореографический зал	Наблюдение
37.				Практика	2	Выполнение дробных выстукиваний.	Хореографический зал	Наблюдение
38.				Теория, практика	2	Современный танец. Техника исполнения движения корпусом в современном танце («боковой кач», «кач вперед-назад»). «Манера исполнения» и «характер» в современном танце. Выполнение движения.	Хореографический зал	Контрольные упражнения
39.				Теория, практика	2	Техника исполнения комбинации движений рук на развитие координации. Правила выполнения. Выполнение комбинации движений рук на развитие координации.	Хореографический зал	Контрольные упражнения
40.				Практика	2	Выполнение комбинации движений рук на развитие координации.	Хореографический зал	Контрольные упражнения

41.				Теория, практика	2	Техника исполнения упражнений на развитие координации и слаженности движений в современном стиле. Правила выполнения.	Хореографический зал	Контрольные упражнения
42.				Практика	2	Выполнение упражнений на развитие координации и слаженности движений в современном стиле.	Хореографический зал	Контрольные упражнения
43.				Практика	2	Выполнение упражнений на развитие координации и слаженности движений в современном стиле (закрепление).	Хореографический зал	Контрольные упражнения
44.				Теория, практика	2	Техника исполнения движений, комбинаций на заданную тему. Техника выполнения движений, комбинаций на заданную тему. Выполнение.	Хореографический зал	Контрольные упражнения
45.				Практика	2	Выполнение движений, комбинаций на заданную тему.	Хореографический зал	Контрольные упражнения
46.				Теория	2	Танцевально-художественное творчество. Вводное занятие. Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановочной работе на данном этапе обучения. Знакомство с музыкальным материалом.	Хореографический зал	Опрос
47.				Теория	2	Экзерсис на середине зала (репетиционная, концертная деятельность). Сценический образ. Музыкальность. Выполнение танцевально-художественной деятельности, направленной на создание хореографической композиции, ее сценического воплощения.	Хореографический зал	Контрольные упражнения
48.				Теория	2	Актерское мастерство. Характер танца, манера исполнения.	Хореографический зал	Контрольные упражнения
49.				Теория	2	Изучение танцевальных движений и комбинаций. Рисунок танца.	Хореографический зал	Контрольные упражнения
50.				Практика	2	Выполнение ТХД: создание сценического образа.	Хореографический зал	Контрольные упражнения
51.				Практика	2	Выполнение ТХД: создание сценического образа, музыкальность.	Хореографический зал	Контрольные упражнения
52.				Практика	2	Выполнение ТХД: работа над музыкальностью. Выразительность и эмоциональность исполнения.	Хореографический зал	Контрольные упражнения
53.				Практика	2	Выполнение ТХД: сценический образ, эмоциональная выразительность, манера исполнения.	Хореографический зал	Контрольные упражнения
54.				Практика	2	Выполнение ТХД: изучение танцевальных движений.	Хореографический зал	Контрольные упражнения
55.				Практика	2	Выполнение ТХД: изучение танцевальных движений (продолжение).	Хореографический зал	Контрольные упражнения

56.				Практика	2	Выполнение ТХД: изучение танцевальных движений (закрепление).	Хореографический зал	Контрольные упражнения
57.				Практика	2	Выполнение ТХД: соединение движений в танцевальные комбинации; изучение танцевальных движений.	Хореографический зал	Контрольные упражнения
58.				Практика	2	Выполнение ТХД: соединение движений в танцевальные комбинации.	Хореографический зал	Контрольные упражнения
59.				Практика	2	Выполнение ТХД: соединение движений в танцевальные комбинации (продолжение).	Хореографический зал	Контрольные упражнения
60.				Практика	2	Выполнение ТХД: соединение движений в танцевальные комбинации; синхронность в исполнении.	Хореографический зал	Контрольные упражнения
61.				Практика	2	Выполнение ТХД: разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах.	Хореографический зал	Контрольные упражнения
62.				Практика	2	Выполнение ТХД: разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах (продолжение).	Хореографический зал	Контрольные упражнения
63.				Практика	2	Выполнение ТХД: отработка элементов.	Хореографический зал	Контрольные упражнения
64.				Практика	2	Выполнение ТХД: отработка элементов (продолжение).	Хореографический зал	Контрольные упражнения
65.				Практика	2	Выполнение ТХД: работа над техникой исполнения.	Хореографический зал	Контрольные упражнения
66.				Практика	2	Выполнение ТХД: работа над техникой исполнения (продолжение).	Хореографический зал	Контрольные упражнения
67.				Практика	2	Выполнение ТХД: синхронность в исполнении.	Хореографический зал	Контрольные упражнения
68.				Практика	2	Выполнение ТХД: отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений.	Хореографический зал	Контрольные упражнения
69.				Практика	2	Выполнение ТХД: отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений (продолжение).	Хореографический зал	Контрольные упражнения
70.				Практика	2	Выполнение ТХД: рабочие, сводные репетиции на сценической площадке.	Хореографический зал	Контрольные упражнения
71.				Практика	2	Выполнение ТХД: рабочие, сводные, генеральные репетиции на сценической площадке.	Хореографический зал	Контрольные упражнения
72.				Практика	2	Итоговое занятие. Открытое занятие. Исполнение основных упражнений, танцевальных движений и комбинаций. Демонстрация хореографической композиции.	Хореографический зал	Открытое занятие

Приложение 2

Диагностическая карта

Детское объединение: «Современный танец (стартовый уровень)»
Бюджет/платный сертификат/внебюджет (подчеркнуть)

Дата проведения:
Форма проведения:

Контроль:
Год обучения: 1

	Фамилия, имя	Теоретические знания		Практическая подготовка			Уровень развития и воспитанности			Уровень освоения программы (Высокий, Средний, Низкий)
		содержание понятий	методическое правила выполнения программных упражнений и элементов	импровизация	актерское мастерство	танцевально-художественное творчество	культура организации самостоятельной деятельности	аккуратность и ответственность при работе	взаимодействие в коллективе	
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										
11										
12										
13										
14										
15										
16										
17										
18										

Дата _____

Педагог дополнительного образования _____

Диагностическая карта

Детское объединение: «Современный танец (стартовый уровень)»

Бюджет/платный сертификат/внебюджет (подчеркнуть)

Дата проведения:

Форма проведения:

Контроль:

Год обучения: 2

	Фамилия, имя	Теоретические знания		Практическая подготовка			Уровень развития и воспитанности			Уровень освоения программы (Высокий, Средний, Низкий)
		содержание понятий	методическое правила выполнения программных упражнений и элементов	импровизация	актерское мастерство	акробатические упражнения	культура организации самостоятельной деятельности	аккуратность и ответственность при работе	взаимодействие в коллективе	
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										
11										
12										
13										
14										
15										
16										
17										
18										

Дата _____

Педагог дополнительного образования _____

Словарь терминов

Allegro – «аллегро» - прыжки
 Battement – «батман» - размах, биение
 Battement tendu – «батман тандю» - отведение и приведение вытянутой ноги, выдвигание ноги
 Battement fondu - «батман фондю» - мягкое, плавное, «тающее» движение
 Battement developpe – «батман девелоппе» - раскрывать, вынимать ногу на 90 градусов в нужное направление, позу
 Demi plie – «дэми плие» - маленькое плавное приседание
 позицию и собиранием из второй в пятую
 En dehors – «ан дэор» - наружу, из круга
 En dedans – «ан дедан» - внутрь, в круг
 Enface - ан фас - прямо, прямое положение корпуса, головы и ног.
 Flax- «флекс»- сокращённое положение стопы
 Flat back – «флет бэк»- наклон вперёд с прямой спиной
 Grand – «гран» - большой
 Grand plie´ - «гран плие» - полное глубокое приседание
 Grand jete – «гран жете» - большой прыжок (ноги вразброс)
 Grand sauté - «гран соте» большой прыжок
 Glissade – «глиссад» - скользить, проскальзывать.
 Прыжок Jete – «жете» - бросок. Бросок ноги на месте или в прыжке
 Pas – «па» - Шаг. Движение или комбинация движений. Употребляется как равнозначное понятию «танец»
 Pas assemble´ - «па ассамбле» - собирать
 Прыжок Pas chasse´ - «па шассе» –догонять
 Pas tombe – «па томбе» - падающий шаг
 Passe´ - «пассе» - проводить, проходить. Связующее движение, проведение или переводение ноги
 Plie – «плие» - приседание
 Port de bras – «пор де бра» - упражнение для рук, корпуса, головы, наклоны корпуса, головы
 Point – «поинт» - натянутое положение стопы
 Preparation – «прэпарасион» - приготовление, подготовка
 Releve´ - «релеве» - приподнимать, возвышать. Подъем на пальцы или на полупальцы
 Releve´ lent – «релеве лян» - медленное поднятие ноги
 Rond de jambe par terre – «рон де жамб партер» - вращательное движение ноги по полу, круг носком по полу
 Rond – «ронд» - круг
 De jambe – «де жамб» – нога
 Terre - «тер» - земля
 Rond de jambe en l´air - «рон де жамб ан лер» - круг ногой в воздухе
 Soute – «соте» - прыжок на месте по позициям
 Tour – «тур» - поворот
 Contraction - «контракшн» - сжатие
 Jazz Port de bras – «джаз порт де бра» - джазовое движение рук
 Reelection – «релакшн» - расслабление
 Stretching – «стретчинг» - растяжка
 Выворотность - раскрытие ног в тазобедренном, коленном и голеностопном суставах
 Изоляция - когда каждая часть тела (центр) двигается независимо друг от друга
 Координация - соответствие и согласование всего тела
 Релаксация - умение распределять напряжение в позвоночнике

Swing – «свинг» - раскачивание любой частью тела (рукой, ногой, головой, торсом) в особом ритме

Arch - «арч» - положение арка, прогиб торса назад

Curve - «кёрв» - изгиб верхней части позвоночника (до «солнечного сплетения») вперед или в сторону.

Body Roll – «боди рол» - группа наклонов торса, связанная с поочередным перемещением центра корпуса в боковой или фронтальной плоскости (синоним «волна»)