

Управление образования администрации Ковровского района
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Дворец творчества детей и молодежи» Ковровского района

«Согласовано»

методический совет

от «22» мая 2024г.

Протокол № 1

«Утверждаю»

Директор МАУДО «ДТДиМ»

Алексеева Л.В.

Приказ № 38 «24» мая 2024 г.

«Принято»

Педагогический совет от 24 мая 2024 г.

Протокол № 33

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«Школа современной хореографии»

Возраст обучающихся: 7-18 лет, срок реализации: 4 года

Уровень: углубленный

Автор-составитель: Малькова М.В. - педагог дополнительного образования
первой квалификационной категории

П. Мелехово, 2024

Содержание программы

1. Основные характеристики программы.....	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель и задачи программы.....	5
1.3. Содержание программы.....	6
1.3.1 Учебный план 1 года обучения.....	6
1.3.2. Содержание учебного плана 1 года обучения.....	6
1.3.3. Учебный план 2 года обучения	9
1.3.4. Содержание учебного плана 2 года обучения.....	12
1.3.5. Учебный план 3 года обучения	14
1.3.6. Содержание учебного плана 3 года обучения	
1.3.7. Учебный план 4 года обучения	
1.3.8 Содержание учебного плана 4 года обучения.....	15
1.4. Прогнозируемые результаты и способы их проверки.....	16
2. Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации.....	17
2.1 Календарный учебный график (Приложение 1).....	17
2.2. Условия реализации программы.....	17
2.3. Формы аттестации.....	17
2.4. Оценочные материалы.....	18
2.5. Методические материалы.....	18
2.6. Список литературы.....	18
2.6.1. Список литературы для педагога.....	18
2.6.2. Список литературы для учащихся и родителей.....	20
Приложение 1	21
Приложение 2.....	22
Приложение 3.....	26

1. ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОГРАММЫ

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Общеразвивающая программа дополнительного образования «Школа современной хореографии» имеет художественную направленность и разработана в соответствии с учетом требований государственных нормативных актов для системы дополнительного образования, таких как:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный закон от 26.05.2021 г. N 144-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
3. Указ Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»
4. Указ Президента Российской Федерации от 7 мая 2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года».
5. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 г., утверждённая распоряжением правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р;
6. Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022г № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
7. Национальный проект «Образование» (протокол заседания Президиума Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам от 24.12.2018 г. № 16).
8. Федеральный проект «Успех каждого ребенка» (протокол заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 7.12.2018 г. № 3.
9. Письмо Минобрнауки от 18.11.2015г. № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы), разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования» и АНО дополнительного профессионального образования «Открытое образование»;
10. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 30 ноября 2016г. № 11).
11. Распоряжение правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года»;
12. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России от 2009 г. ;
Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (с изменениями от 02.02.2021 № 38)
13. Распоряжение Администрации Владимирской области от 18 мая 2020 № 396-р «О создании Межведомственного совета по внедрению и реализации Целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей во Владимирской области».

14. Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. № 28.
15. Приказ Минтруда РФ от 22.09.2021 №652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

Актуальность программы «Школа современной хореографии» заключается в том, что танец – это первый и единственный всеобъемлющий и универсальный способ выразить при помощи языка мимики и жестов все свои чувства. Танец – это сама гармония. Человек, умеющий хорошо танцевать, человек гармоничный, ибо гармония – это равновесие и порядок. В современном мире танец возведен одновременно в ранг самого доступного и самого элитного искусства.

Одной из важнейших задач дополнительного образования является формирование у обучающихся художественно-эстетического мышления, развитие творческих способностей.

Отличительные особенности программы

Новизна программы - овладение детьми хореографическим искусством. Научиться взаимодействию тела с музыкой, развить гибкость и пластичность, укрепить физическое здоровье в целом. Программа включает в себя следующие разделы: «Основы классического танца», «Основы современного танца», «Репетиционно-постановочная работа».

Педагогическая целесообразность программы дополнительного образования «Школа современного танца» заключается в том, что применение хореографического искусства в учебном процессе формирует художественно-эстетическое мышление, что дает возможность для развития творческих способностей у детей.

Адресат программы

Программа рассчитана на углубленное обучение детей. Младшая группа от 7 до 11 лет, средняя от 12 до 14, старшая от 15-18 лет. Программа сориентирована как на девочек, так и на мальчиков. Вид детской группы –

профильная, состав группы - постоянный, набора детей – свободный. Основной формой обучения является самостоятельная практическая работа, которая выполняется малыми (до 12 человек) группами.

Форма работы – групповая.

Объем и срок освоения программы

Программа рассчитана на 4 года.

Общее количество часов – 216 часов, 1 год – 216 часов, 2 год – 216 часа, 3 год-216 часов, 4 год – 216 часов.

Режим, периодичность и продолжительность занятий

Занятия группы проводятся в объединении «Школа современной хореографии» 3 раз в неделю по 2 часа. Продолжительность занятий для младшей группы-40 минут, для средней и старшей - 45 минут. Перерыв между занятиями 10 минут.

Форма обучения – очная

Особенности организации образовательного процесса

Программа построена на принципах:

Доступности – при изложении нового материала учитываются возрастные особенности детей, в зависимости от возраста и опыта детей, один и тот же материал преподается по-разному. Занятия распределены в программе по принципу: от простого к сложному. При необходимости допускается повторение пройденного ранее материала через некоторое время.

Наглядности – на занятиях объединения активно используется хореографический станок, реквизит для развития гибкости, музыкальное сопровождение.

Сознательности и активности – для активизации самостоятельной деятельности обучающихся на занятиях используются такие формы обучения, как конкурсы, совместные обсуждения вопросов и дни свободного творчества.

Занятия объединения строятся (методы проведения занятий, организация коллективной работы, время для теории и практики) в полном соответствии с

возрастными особенностями учеников. Каждое занятие включает в себя теорию, демонстрацию учебных пособий и видеороликов и практическую деятельность.

Формы организации образовательной деятельности обучающихся.

Занятия в объединении могут проводиться по группам, индивидуально или всем составом

Объединения. Постановка танцевальных номеров может быть индивидуальной, дуэтной, трио, квартет, малая группа (до 8 человек), большая группа (от 8 человек), смешанных возрастов.

Уровень усвоения программы – углубленный.

Тип программы – программа модифицированная. Программа построена на трудах великих мастеров балета. Перечень указан в списке использованной литературы.

1.2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель: Овладение детьми хореографическим искусством. Научиться взаимодействию тела с музыкой, развить гибкость и пластичность, укрепить физическое здоровье в целом.

Задачи программы:

1.Личностные.

Формирование общественной активности личности, гражданской позиции, культуры общения и поведения в социуме, навыков здорового образа жизни.

2.Метапредметные.

Развитие мотивации к хореографическому искусству, потребности в саморазвитии, самостоятельности, ответственности, активности, аккуратности, самодостаточности, научиться добиваться цели.

3. Образовательные (предметные)

Развитие познавательного интереса к искусству, включение в познавательную деятельность, приобретение знаний, умений, навыков в хореографическом искусстве.

1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1.3.1. УЧЕБНЫЙ ПЛАН 1 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Задачи 1 года обучения

- овладение основными движениями классического танца у станка, выполнение их под музыкальное сопровождение, в медленном темпе, делая основной упор на развитие выворотности;
- развитие умения работать на середине зала базовых движений классического танца, выполнение их под музыкальное сопровождение, делая основной упор на умение держать корпус, развитие выворотности;
- овладение основной техникой поворотов, вращений. Акцентировать свое внимание на удержание равновесия;
- развитие умения выполнять базовые allegro, использовать повороты и вращения в воздухе, при этом научиться сохранять выворотные позиции;
- развитие данных для занятий хореографией, используя для достижения этой цели балетную гимнастику;
- овладеть основами современного танца с помощью проучивания базовых движений у станка, на середине;
- научиться исполнять базовые движения в партере, использовать кроссы, вращения и повороты;
- овладение базой выполнения акробатических элементов;
- развитие умения работать в команде, выполнять поставленную перед группой задачу.

№	Название раздела, темы	Количество часов	Формы аттестации/
---	------------------------	------------------	-------------------

					контроль
		Всего	Теория	Практика	Опрос
1.	Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях.	2	2	-	Зачет
2.	Раздел 1. Основы классического танца	100	5	93	
2.1.	Глава 1.1. Экзерсис у станка	10	1	9	Зачет
2.2.	Глава 1.2 Работа на середине зала	20	1	19	
2.3.	Глава 1.3 Повороты. Вращения	20	1	19	
2.4.	Глава 1.4 Allegro. Повороты и вращения в воздухе.	20	1	19	
2.5.	Глава 1.5 Балетная гимнастика	30	1	29	
3	Раздел 2. Основы современного танца	62	5	57	Зачет
3.1.	Глава 2.1 Разминочные комбинации у станка	8	1	7	
3.2.	Глава 2.2 Комбинации на середине	18	1	17	
3.3.	Глава 2.3 Партер	6	1	5	
3.4.	Глава 2.4 Кросс. Вращения. Повороты.	14	1	13	
3.5.	Глава 2.5 Акробатические элементы	16	1	15	
4	Раздел 3. Репетиционно-постановочная работа	48	-	48	Концерты
5	Раздел 4. Промежуточные аттестации за 1 и 2 полугодие	4	-	4	Зачет
6	Итого	216	12	202	

1.3.2. Содержание учебного плана 1 года обучения

Вводное занятия

Теория - техника безопасности при работе на занятиях. Ознакомление с планом работы на учебный год. Вводный инструктаж по соблюдению техники безопасности и пожарной безопасности при работе. Правила поведения в образовательном учреждении. Требования педагога к обучающимся на период обучения.

РАЗДЕЛ 1. Основы классического танца

Глава 1.1. Эжзерсис у станка

Теория: История возникновения танца. Истоки классического танца. Классический танец как «пик вершины мастерства». Практика: позициног, позицирук, epaulement. Техникавыполнения plie, battement tendu, battement tendujete, battement tendu pour batterie, rond de jambe par terre, battement fondu, battement frappe, rond de jambeen I air, adajio, grand battement.

Глава 1.2 Работа на середине зала.

Теория: Анатомия и физиология выполнений упражнений на середине.

Практика: Понятие точек, малые, средние, большие позы. Танцевальные шаги. Комбинации: tempslie, маленькое adajio, plie, battementtendu , battementtendujete, ronddejambeparterre, fondu, frappe, pasdebourree (разными подходами endh и endd и тп), pasbalance, pastombee, pasdegage,pascoupe, pascouru, flic-flac.

Глава 1.3 Повороты. Вращение

Теория: Повроты и их виды. Видывращений, техникавыполнения.

Практика: Элементарныедвижениявповороте. battement tendu, battement tendujete, grand battement, battement developpe, rond de jambe par terre, battement fondu, battement frappe, rond de jambeen I air, battement soutenu, flic-flac, четвертныебатманы. Позывповорот : tour lent, поворотыfouette, grand fouette, поворотыrenverrse. Танцевальныешагивповороте: pas degage, pas glisse, pas tombee, pas de bouree, pas balance. Пируэты: Малыепируэты(пируэтысо 2, 4, 5 позиций, пируэтс grand plie, пируэт с petit temps releve, пируэтсмалойилибольшойпозы, пируэтс pas tombee, с pas degage, с pas coupe, с pas fouette 45, с pas tire-bouchon. Полупируэты: с pas coupe, с pas tombee, pas emboite, pas jete, tours chaines. Большие пируэты: alasecond, в attitude, в арабеск, пируэты в позу с раскрытой ногой вперед 90. Большие полупируэты.

Глава 1.4 Allegro. Повороты и вращения в воздухе.

Теория: особенности техники выполнения прыжков, анатомические особенности, травмы при неправильном исполнении

Практика: прыжки с двух ног на две ноги: tempssauté, changementdepied, pasechappe. Прыжкисдвухногнаодну: sissonne simple, sissonnetombe, sissonneouverte, sissonneferme, pas failli. Прыжкисоднойногинадвеноги: pas assamble. Прыжкисоднойногинадругую: pas jete, pas glissade, pas chasse, pas de chat, pas de basque, pas ballote, pas coupe. Прыжкинаоднойноге: temps leve, pas ballonne, rond de jambeen l air sauté, cabriole. Заноски: entrechats. Поворотыивращенияввоздухе. Прыжкисповоротом temps sauté, changement de pied, pas echappe, sissonne simple, sissonnetombe, sissonneouverte,saut de basque, temps lie (simple, tombee, впозахсповоротом, изоднойпозывдругуюсповоротом), перекидноеjete, pas chasse, grand pas jete, grand jetefouette. Заноски с поворотом: entrechatsc поворотом.

Глава 1.5 Балетная гимнастика.

Упражнения для стоп:флажок, пальчики, кулачок, ушки зайчика, рыбий хвостик. Упражнения для развития выворотности: русалочка, вытягивание и сокращение стоп по Ппозиции, выворотная складка, складочка с оттягиванием носков на себя, бабочка, лягушка, угол. Продольный и поперечный шпагаты. Упражнения для развития гибкости и пластичности позвоночника: сфинкс, коробочка, корзиночка, лодочка, кошечка, мостик из положения стоя на коленях, мостик из положения стоя на вытянутых ногах. Упражнения для развития шага и силы ног (а также для развития подколенных связок, выворотности)

Раздел 2. Основы современного танца.

Глава 2.1 Разминочные комбинации у станка.

Теория: истоки современного танца, понятие скорости движения, уровни, изучение терминов.

Практика: комбинациинаоснове plie, battement tendu, battement tendujete, rond de jambe par terre, battement fondu, grand battement попрямымивыворотнымпозициям.

Глава 2.2 Комбинациинасередине.

Комбинациииспользованиетакихдвиженийкак flat step, flex, flik, fouette, frog position, glissade, grand battement, gandjete, plie,high release, hinge, hiplift, hop, jack kniff, jelli roll, jeck position, Jump,kick, layout, wing,tilt, tombee, touch, zundari, arch, bounce, bruch, contraction, curve, deep body bend, deep contraction, degage, drop, flat back, pas balance, release, roll down, roll up, rondde jamb par terre, sauté, shimmy, square, step ball change, surlecou-de-pied, thrust, spiral на полупальцы без переноса тяжести корпуса.

Глава 2.3 Партер.

Теория: теоретические основы выполнения упражнений в партере

Практика. Упражнения на основе: dropendd, dropendh, свинг, crossedswastika, кувырок, укладка, книжка, blackfalls, frontfalls, banans.

Глава 2.4 Кросс. Вращения. Повороты.

Теория: понятие aplomb, смещение уровня.

Практика: Упражнения:corkscrew, paschasse, pasdebouree, pirouette, soutenuentournant, tourpiqe, цыркуль, с использованием движений из главы 2.2 и 2.3 в поворотах, в разных уровнях, со смещением центра тяжести.

Глава 2.5 Акробатические элементы.

Теория: техника безопасности при выполнении акробатических элементов.

Практика: упражнения, направленные на подготовку к акробатическим элементам. Кувырок вперед, кувырок назад, мост, стойка на лопатках, колесо, кувырок назад в полушпагат, из стойки ноги врозь с наклоном назад мост, бланж вперед, переворот вперед, рондат, сальто назад, фляк назад,

Раздел 3. Репетиционно-постановочная работа

Подготовка концертных номеров и показ их на сцене.

Форма контроля - концерты

Раздел 4.. Промежуточные аттестации за 1 и 2 полугодие в форме зачета

1.3.3 Учебный план 2 года обучения

Задачи 2 года обучения

- овладение основными движениями классического танца у станка, выполнение их под музыкальное сопровождение, в умеренном темпе, делая основной упор на развитие выворотности;
- развитие умения работать на середине зала базовых движений классического танца, выполнение их под музыкальное сопровождение, делая основной упор на умение держать корпус, развитие выворотности, выполнять движения в рисунке танца;
- овладение основной техникой поворотов, вращений. Акцентировать свое внимание на удержание равновесия;
- развитие умения выполнять базовые allegro, использовать повороты и вращения в воздухе, при этом научиться сохранять выворотные позиции;
- развитие данных для занятий хореографией, используя для достижения этой цели балетную гимнастику;
- овладеть основами современного танца с помощью проучивания базовых движений у станка, на середине;
- научиться исполнять базовые движения в партере, использовать кроссы, вращения и повороты;
- овладение базой выполнения акробатических элементов;
- развитие умения работать в команде, выполнять поставленную перед группой задачу.

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях.	2	2	-	Опрос
2.	Раздел 1. Основы классического танца	100	5	93	
2.1.	Глава 1.1. Экзерсис у станка	10	1	9	Зачет
2.2.	Глава 1.2 Работа на середине зала	20	1	19	

2.3.	Глава 1.3 Повороты. Вращения	20	1	19	
2.4.	Глава 1.4 Allegro. Повороты и вращения в воздухе.	20	1	19	
2.5.	Глава 1.5 Балетная гимнастика	30	1	29	
3	Раздел 2. Основы современного танца	62	5	57	
3.1.	Глава 2.1 Разминочные комбинации у станка	8	1	7	Зачет
3.2.	Глава 2.2 Комбинации на середине	18	1	17	
3.3.	Глава 2.3 Партер	6	1	5	
3.4.	Глава 2.4 Кросс. Вращения. Повороты.	14	1	13	
3.5.	Глава 2.5 Акробатические элементы	16	1	15	
4	Раздел 3. Репетиционно-постановочная работа	48	-	48	Концерты
5	Раздел 4. Промежуточные аттестации за 1 и 2 полугодие	4	-	4	Зачет
6	Итого	216	12	202	

1.3.4. Содержание учебного плана 2 года обучения

Вводное занятия

Теория - техника безопасности при работе на занятиях. Ознакомление с планом работы на учебный год. Вводный инструктаж по соблюдению техники безопасности и пожарной безопасности при работе. Правила поведения в образовательном учреждении. Требования педагога к обучающимся на период обучения.

РАЗДЕЛ 1. Основы классического танца

Глава 1.1.Экзерсис у станка

Теория: История возникновения танца. Истоки классического танца. Классический танец как «пик вершины мастерства». Практика: позициног, позицирук, epaulement. Техникавыполнения plie, battement tendu, battement tendujete, battement tendu pour batterie, rond de jambe par terre, battement fondu, battement frappe, rond de jambeen I air, adajio, grand battement.

Глава 1.2 Работа на середине зала.

Теория: Анатомия и физиология выполнений упражнений на середине.

Практика: Понятие точек, малые, средние, большие позы. Танцевальные шаги. Комбинации: tempslie, маленькое adagio, plie, battementendu , battementtendujete, ronddejambe par terre, fondu, frappe, pasdebourree (разными подходами endh и endd и тп), pasbalance, pastombee, pasdegage, pascoupe, pascouru, flic-flac.

Глава 1.3 Повороты. Вращение

Теория: Повороты и их виды. Виды вращений, техника выполнения.

Практика: Элементарные движения в повороте. battement tendu, battement tendujete, grand battement, battement developpe, rond de jambe par terre, battement fondu, battement frappe, rond de jambe en l'air, battement soutenu, flic-flac, четвертные батманы. Позы поворот : tour lent, повороты fouette, grand fouette, повороты enverree. Танцевальные шаги в повороте: pas degage, pas glisse, pas tombee, pas de bouree, pas balance. Пируэты: Малые пируэты (пируэты со 2, 4, 5 позиций, пируэт grand plie, пируэт с petit temps releve, пируэт с малой или большой позы, пируэт с pas tombee, с pas degage, с pas coupe, с pas fouette 45, с pas tire-bouchon. Полу пируэты: с pas coupe, с pas tombee, pas emboite, pas jete, tours chaines. Большие пируэты: alasecond, в attitude, в арабеск, пируэты в позу с раскрытой ногой вперед 90. Большие полу пируэты.

Глава 1.4 Allegro. Повороты и вращения в воздухе.

Теория: особенности техники выполнения прыжков, анатомические особенности, травмы при неправильном исполнении

Практика: прыжки с двух ног на две ноги: temps sauté, changement de pied, pas echappe. Прыжки с двух ног на одну: sissonne simple, sissonne tombee, sissonne ouverte, sissonne ferme, pas failli. Прыжки с одной ноги на две ноги: pas assemble. Прыжки с одной ноги на другую: pas jete, pas glissade, pas chasse, pas de chat, pas de basque, pas ballote, pas coupe. Прыжки на одной ноге: temps leve, pas ballonne, rond de jambe en l'air sauté, cabriole. Заноски: entrechats. Повороты и вращения в воздухе. Прыжки с поворотом temps sauté, changement de

pied, pas echappe, sissonne simple, sissonnetombe, sissonneouverte, saut de basque, temps lie (simple, tombee, в позах споворотом, изодной позы в другую споворотом), перекидное jete, pas chasse, grand pas jete, grand jete fouette. Заноски с поворотом: entrechats с поворотом.

Глава 1.5 Балетная гимнастика.

Упражнения для стоп: флажок, пальчики, кулачок, ушки зайчика, рыбий хвостик. Упражнения для развития выворотности: русалочка, вытягивание и сокращение стоп по Позиции, выворотная складка, складка с оттягиванием носков на себя, бабочка, лягушка, угол. Продольный и поперечный шпагаты. Упражнения для развития гибкости и пластичности позвоночника: сфинкс, коробочка, корзиночка, лодочка, кошечка, мостик из положения стоя на коленях, мостик из положения стоя на вытянутых ногах. Упражнения для развития шага и силы ног (а также для развития подколенных связок, выворотности)

Раздел 2. Основы современного танца.

Глава 2.1 Разминочные комбинации у станка.

Теория: истоки современного танца, понятие скорости движения, уровни, изучение терминов.

Практика: комбинации на основе plie, battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe par terre, battement fondu, grand battement попрямым и выворотным позициям.

Глава 2.2 Комбинации на середине.

Комбинации с использованием таких движений как flat step, flex, flik, fouette, frog position, glissade, grand battement, grand jete, plie, high release, hinge, hiplift, hop, jack kniff, jelli roll, jeck position, Jump, kick, layout, wing, tilt, tombee, touch, zundari, arch, bounce, bruch, contraction, curve, deep body bend, deep contraction, degage, drop, flat back, pas balance, release, roll down, roll up, rondde jamb par terre, sauté, shimmy, square, step ball change, surlecou-de-pied, thrust, spiral на полупальцы без переноса тяжести корпуса.

Глава 2.3 Партер.

Теория: теоретические основы выполнения упражнений в партере

Практика. Упражнения на основе: dropendd, dropendh, свинг, crossedswastika, кувырок, укладка, книжка, blackfalls, frontfalls, banans.

Глава 2.4 Кросс. Вращения. Повороты.

Теория: понятие arlomb, смещение уровня.

Практика: Упражнения: corkscrew, paschasse, pasdebouree, pirouette, soutenuentournant, tourpiqe, цыркуль, с использованием движений из главы 2.2 и 2.3 в поворотах, в разных уровнях, со смещением центра тяжести.

Глава 2.5 Акробатические элементы.

Теория: техника безопасности при выполнении акробатических элементов.

Практика: упражнения, направленные на подготовку к акробатическим элементам. Кувырок вперед, кувырок назад, мост, стойка на лопатках, колесо, кувырок назад в полушпагат, из стойки ноги врозь с наклоном назад мост, бланж вперед, переворот вперед, рондат, сальто назад, фляк назад,

Раздел 3. Репетиционно-постановочная работа

Подготовка концертных номеров и показ их на сцене.

Форма контроля - концерты

Раздел 4.. Промежуточные аттестации за 1 и 2 полугодие в форме зачета

1.3.5. Учебный план 3 года обучения

Задачи 3 года обучения

- овладение основными движениями классического танца у станка, выполнение их под музыкальное сопровождение, в среднем темпе, делая основной упор на развитие выворотности; усложняя комбинации;
- развитие умения работать на середине зала базовых движений классического танца, выполнение их под музыкальное сопровождение, делая основной упор на умение держать корпус, развитие выворотности, постепенно усложняя комбинации;

- овладение основной техникой поворотов, вращений. Акцентировать свое внимание на удержание равновесия, выполнять 2 вращения за один раз;
- развитие умения выполнять базовые allegro, использовать повороты и вращения в воздухе, при этом научиться сохранять выворотные позиции;
- развитие данных для занятий хореографией, используя для достижения этой цели балетную гимнастику;
- овладеть основами современного танца с помощью разучивания более технически сложных базовых движений у станка, на середине;
- научиться исполнять более технически сложные базовые движения в партере, использовать кроссы, вращения и повороты;
- овладение базой выполнения акробатических элементов;
- развитие умения работать в команде, выполнять поставленную перед группой задачу.

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях.	2	2	-	Опрос
2.	Раздел 1. Основы классического танца	100	5	93	Зачет
2.1.	Глава 1.1. Экзерсис у станка	10	1	9	
2.2.	Глава 1.2 Работа на середине зала	20	1	19	
2.3.	Глава 1.3 Повороты. Вращения	20	1	19	
2.4.	Глава 1.4 Allegro. Повороты и вращения в воздухе.	20	1	19	
2.5.	Глава 1.5 Балетная гимнастика	30	1	29	
3	Раздел 2. Основы современного танца	62	5	57	Зачет
3.1.	Глава 2.1 Разминочные комбинации у станка	8	1	7	
3.2.	Глава 2.2 Комбинации на середине	18	1	17	
3.3.	Глава 2.3 Партер	6	1	5	

3.4.	Глава 2.4 Кросс. Вращения. Повороты.	14	1	13	
3.5.	Глава 2.5 Акробатические элементы	16	1	15	
4	Раздел 3. Репетиционно-постановочная работа	48	-	48	Концерты
5	Раздел 4. Промежуточные аттестации за 1 и 2 полугодие	4	-	4	Зачет
6	Итого	216	12	202	

1.3.6. Содержание учебного плана 3 года обучения

Вводное занятия

Теория - техника безопасности при работе на занятиях. Ознакомление с планом работы на учебный год. Вводный инструктаж по соблюдению техники безопасности и пожарной безопасности при работе. Правила поведения в образовательном учреждении. Требования педагога к обучающимся на период обучения.

РАЗДЕЛ 1. Основы классического танца

Глава 1.1.Экзерсис у станка

Теория: История возникновения танца. Истоки классического танца. Классический танец как «пик вершины мастерства». Практика: позициног, позицирук, epaulement. Техникавыполнения plie, battement tendu, battement tendujete, battement tendu pour batterie, rond de jambe par terre, battement fondu, battement frappe, rond de jambeen I air, adajio, grand battement.

Глава 1.2 Работа на середине зала.

Теория: Анатомия и физиология выполнений упражнений на середине.

Практика: Понятие точек, малые, средние, большие позы. Танцевальные шаги. Комбинации: tempslie, маленькое adagio, plie, battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe par terre, fondu, frappe, pas de bourree (разными подходами en deh и en der и тп), pas balance, pas tombee, pas de gage, pas coupe, pas couru, flic-flac.

Глава 1.3 Повороты. Вращение

Теория: Повороты и их виды. Виды вращений, техника выполнения.

Практика: Элементарные движения в повороте. battement tendu, battement tendu jete, grand battement, battement developpe, rond de jambe par terre, battement fondu, battement frappe, rond de jambe en l'air, battement soutenu, flic-flac, четвертные батманы. Позы поворот : tour lent, повороты fouette, grand fouette, повороты enversee. Танцевальные шаги в повороте: pas de gage, pas glisse, pas tombee, pas de bourree, pas balance. Пирюэты: Малые пирюэты (пирюэты со 2, 4, 5 позиций, пирюэты grand plie, пирюэты с petit temps releve, пирюэты с малой или большой позы, пирюэты с pas tombee, с pas de gage, с pas coupe, с pas fouette 45, с pas tire-bouchon. Полу пирюэты: с pas coupe, с pas tombee, pas emboite, pas jete, tours chaines. Большие пирюэты: a la seconde, в attitude, в арабеск, пирюэты в позу с раскрытой ногой вперед 90. Большие полу пирюэты.

Глава 1.4 Allegro. Повороты и вращения в воздухе.

Теория: особенности техники выполнения прыжков, анатомические особенности, травмы при неправильном исполнении

Практика: прыжки с двух ног на две ноги: temps sauté, changement de pied, pas échappé. Прыжки с двух ног на одну: sissonne simple, sissonne tombe, sissonne ouverte, sissonne fermée, pas failli. Прыжки с одной ноги на две ноги: pas assamblé. Прыжки с одной ноги на другую: pas jeté, pas glissade, pas chasse, pas de chat, pas de basque, pas ballote, pas coupe. Прыжки на одной ноге: temps levé, pas ballonné, rond de jambe en l'air sauté, cabriole. Заноски: entrechats. Повороты и вращения в воздухе. Прыжки с поворотом temps sauté, changement de pied, pas échappé, sissonne simple, sissonne tombe, sissonne ouverte, saut de basque, temps lié (simple, tombee, в позах с поворотом, из одной позы в другую с поворотом), перекидное jeté, pas chasse, grand pas jeté, grand jeté fouetté. Заноски с поворотом: entrechats с поворотом.

Глава 1.5 Балетная гимнастика.

Упражнения для стоп: флажок, пальчики, кулачок, ушки зайчика, рыбий хвостик. Упражнения для развития выворотности: русалочка, вытягивание и сокращение стоп по Позиции, выворотная складка, складка с оттягиванием носков на себя, бабочка, лягушка, угол. Продольный и поперечный шпагаты. Упражнения для развития гибкости и пластичности позвоночника: сфинкс, коробочка, корзиночка, лодочка, кошечка, мостик из положения стоя на коленях, мостик из положения стоя на вытянутых ногах. Упражнения для развития шага и силы ног (а также для развития подколенных связок, выворотности)

Раздел 2. Основы современного танца.

Глава 2.1 Разминочные комбинации у станка.

Теория: истоки современного танца, понятие скорости движения, уровни, изучение терминов.

Практика: комбинации на основе plie, battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe par terre, battement fondu, grand battement по прямым и выворотным позициям.

Глава 2.2 Комбинации на середине.

Комбинации с использованием таких движений как flat step, flex, flik, fouette, frog position, glissade, grand battement, grand jete, plie, high release, hinge, hiplift, hop, jack kniff, jelli roll, jeck position, Jump, kick, layout, wing, tilt, tombee, touch, zundari, arch, bounce, bruch, contraction, curve, deep body bend, deep contraction, degage, drop, flat back, pas balance, release, roll down, roll up, rondde jamb par terre, sauté, shimmy, square, step ball change, surlecou-de-pied, thrust, spiral на полупальцы без переноса тяжести корпуса.

Глава 2.3 Партер.

Теория: теоретические основы выполнения упражнений в партере

Практика. Упражнения на основе: dropendd, dropendh, свинг, crossedswastika, кувырок, укладка, книжка, blackfalls, frontfalls, banans.

Глава 2.4 Кросс. Вращения. Повороты.

Теория: понятие arlomb, смещение уровня.

Практика: Упражнения: corkscrew, paschasse, pasdebouree, pirouette, soutenu tournant, tourpiqe, цыркуль, с использованием движений из главы 2.2 и 2.3 в поворотах, в разных уровнях, со смещением центра тяжести.

Глава 2.5 Акробатические элементы.

Теория: техника безопасности при выполнении акробатических элементов.

Практика: упражнения, направленные на подготовку к акробатическим элементам. Кувырок вперед, кувырок назад, мост, стойка на лопатках, колесо, кувырок назад в полушпагат, из стойки ноги врозь с наклоном назад мост, бланж вперед, переворот вперед, рондат, сальто назад, фляк назад,

Раздел 3. Репетиционно-постановочная работа

Подготовка концертных номеров и показ их на сцене.

Форма контроля - концерты

Раздел 4.. Промежуточные аттестации за 1 и 2 полугодие в форме зачета.

1.3.7. Учебный план 4 года обучения

Задачи 4 года обучения

- овладение основными движениями классического танца у станка, выполнение их под музыкальное сопровождение, в быстром темпе, делая основной упор на развитие выворотности;
- развитие умения работать на середине зала базовых движений классического танца, выполнение сложных комбинаций под музыкальное сопровождение, в соответствии с рисунком танца, делая основной упор на умение держать корпус, развитие выворотности;
- овладение основной техникой поворотов, вращений. Акцентировать свое внимание на удержании равновесия. Выполнение более 2 поворотов за 1 раз, комбинируя их между собой;
- развитие умения выполнять базовые allegro, использовать сложные повороты и вращения в воздухе, при этом научиться сохранять выворотные позиции.;

- развитие данных для занятий хореографией, используя для достижения этой цели балетную гимнастику;
- овладеть основами современного танца с помощью разучивания сложных базовых движений у станка, на середине;
- научиться исполнять сложные базовые движения в партере, использовать кроссы, вращения и повороты;
- овладение базой выполнения акробатических элементов;
- развитие умения работать в команде, выполнять поставленную перед группой задачу.

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях.	2	2	-	Опрос
2.	Раздел 1. Основы классического танца	100	5	93	
2.1.	Глава 1.1. Экзерсис у станка	10	1	9	Зачет
2.2.	Глава 1.2 Работа на середине зала	20	1	19	
2.3.	Глава 1.3 Повороты. Вращения	20	1	19	
2.4.	Глава 1.4 Allegro. Повороты и вращения в воздухе.	20	1	19	
2.5.	Глава 1.5 Балетная гимнастика	30	1	29	
3	Раздел 2. Основы современного танца	62	5	57	Зачет
3.1.	Глава 2.1 Разминочные комбинации у станка	8	1	7	
3.2.	Глава 2.2 Комбинации на середине	18	1	17	
3.3.	Глава 2.3 Партер	6	1	5	
3.4.	Глава 2.4 Кросс. Вращения. Повороты.	14	1	13	
3.5.	Глава 2.5 Акробатические элементы	16	1	15	
4	Раздел 3. Репетиционно-постановочная работа	48	-	48	Концерты

5	Раздел 4. Промежуточные аттестации за 1 и 2 полугодие	4	-	4	Зачет
6	Итого	216	12	202	

1.3.8. Содержание учебного плана 4 года обучения

Вводное занятия

Теория - техника безопасности при работе на занятиях. Ознакомление с планом работы на учебный год. Вводный инструктаж по соблюдению техники безопасности и пожарной безопасности при работе. Правила поведения в образовательном учреждении. Требования педагога к обучающимся на период обучения.

РАЗДЕЛ 1. Основы классического танца

Глава 1.1. Экзерсис у станка

Теория: История возникновения танца. Истоки классического танца. Классический танец как «пик вершины мастерства». Практика: позиционный, позицирук, epaulement. Техника выполнения plie, battement tendu, battement tendujete, battement tendu pour batterie, rond de jambe par terre, battement fondu, battement frappe, rond de jambe en I air, adagio, grand battement.

Глава 1.2 Работа на середине зала.

Теория: Анатомия и физиология выполнений упражнений на середине.

Практика: Понятие точек, малые, средние, большие позы. Танцевальные шаги. Комбинации: temps lie, маленькое adagio, plie, battement tendu, battement tendujete, rond de jambe par terre, fondu, frappe, pas de bourree (разными подходами en deh и en der и тп), pas balance, pas tombee, pas de gage, pas coupe, pas couru, flic-flac.

Глава 1.3 Повороты. Вращение

Теория: Повороты и их виды. Виды вращений, техника выполнения.

Практика: Элементарные движения в повороте. battement tendu, battement tendujete, grand battement, battement developpe, rond de jambe par terre,

battement fondu, battement frappe, rond de jambeen I air, battement soutenu, flic-flac, четвертные батманы. Позыв поворот : tour lent, повороты fouette, grand fouette, повороты renverse. Танцевальные шаги в повороте: pas degage, pas glisse, pas tombee, pas de bouree, pas balance. Пируэты: Малые пируэты (пируэты со 2, 4, 5 позиций, пируэтс grand plie, пируэт с petit temps releve, пируэтс малой или большой позы, пируэтс pas tombee, с pas degage, с pas coupe, с pas fouette 45, с pas tire-bouchon. Полупируэты: с pas coupe, с pas tombee, pas emboite, pas jete, tours chaines. Большие пируэты: alasecond, в attitude, в арабеск, пируэты в позу с раскрытой ногой вперед 90. Большие полупируэты.

Глава 1.4 Allegro. Повороты и вращения в воздухе.

Теория: особенности техники выполнения прыжков, анатомические особенности, травмы при неправильном исполнении

Практика: прыжки с двух ног на две ноги: temps sauté, changement de pied, pas echappe. Прыжки с двух ног на одну: sissonne simple, sissonnetombe, sissonne ouverte, sissonne ferme, pas failli. Прыжки с одной ноги на две ноги: pas assemble. Прыжки с одной ноги на другую: pas jete, pas glissade, pas chasse, pas de chat, pas de basque, pas ballote, pas coupe. Прыжки на одной ноге: temps leve, pas ballonne, rond de jambeen I air sauté, cabriole. Заноски: entrechats. Повороты и вращения в воздухе. Прыжки с поворотом temps sauté, changement de pied, pas echappe, sissonne simple, sissonnetombe, sissonne ouverte, saut de basque, temps lie (simple, tombee, в позах с поворотом, из одной позы в другую с поворотом), перекидное jete, pas chasse, grand pas jete, grand jete fouette. Заноски с поворотом: entrechats с поворотом.

Глава 1.5 Балетная гимнастика.

Упражнения для стоп: флажок, пальчики, кулачок, ушки зайчика, рыбий хвостик. Упражнения для развития выворотности: русалочка, вытягивание и сокращение стоп по I позиции, выворотная складка, складочка с оттягиванием носков на себя, бабочка, лягушка, угол. Продольный и

поперечный шпагаты. Упражнения для развития гибкости и пластичности позвоночника: сфинкс, коробочка, корзиночка, лодочка, кошечка, мостик из положения стоя на коленях, мостик из положения стоя на вытянутых ногах. Упражнения для развития шага и силы ног (а также для развития подколенных связок, выворотности)

Раздел 2. Основы современного танца.

Глава 2.1 Разминочные комбинации у станка.

Теория: истоки современного танца, понятие скорости движения, уровни, изучение терминов.

Практика: комбинации на основе plie, battement tendu, battement tendujete, rond de jambe par terre, battement fondu, grand battement попрямым и выворотным позициям.

Глава 2.2 Комбинации на середине.

Комбинации с использованием таких движений как flat step, flex, flik, fouette, frog position, glissade, grand battement, grandjete, plie, high release, hinge, hiplift, hop, jack kniff, jelli roll, jeck position, Jump, kick, layout, wing, tilt, tombee, touch, zundari, arch, bounce, bruch, contraction, curve, deep body bend, deep contraction, degage, drop, flat back, pas balance, release, roll down, roll up, rondde jamb par terre, sauté, shimmy, square, step ball change, surlecou-de-pied, thrust, spiral на полупальцы без переноса тяжести корпуса.

Глава 2.3 Партер.

Теория: теоретические основы выполнения упражнений в партере

Практика. Упражнения на основе: dropendd, dropendh, свинг, crossedswastika, кувырок, укладка, книжка, blackfalls, frontfalls, banans.

Глава 2.4 Кросс. Вращения. Повороты.

Теория: понятие arlomb, смещение уровня.

Практика: Упражнения: corkscrew, paschasse, pasdebouree, pirouette, soutenuentournant, tourpiqe, цыркуль, с использованием движений из главы 2.2 и 2.3 в поворотах, в разных уровнях, со смещением центра тяжести.

Глава 2.5 Акробатические элементы.

Теория: техника безопасности при выполнении акробатических элементов.

Практика: упражнения, направленные на подготовку к акробатическим элементам. Кувырок вперед, кувырок назад, мост, стойка на лопатках, колесо, кувырок назад в полушпагат, из стойки ноги врозь с наклоном назад мост, бланж вперед, переворот вперед, рондат, сальто назад, фляк назад,

Раздел 3. Репетиционно-постановочная работа

Подготовка концертных номеров и показ их на сцене.

Форма контроля - концерты

Раздел 4.. Промежуточные аттестации за 1 и 2 полугодие в форме зачета

1.4. ПРОГНОЗИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ И СПОСОБЫ ИХ ПРОВЕРКИ

Личностные:

- Формирование у обучающихся потребности в саморазвитии;
- Формирование у обучающихся культуры общения и взаимодействия на занятиях объединения.
- Воспитание активной гражданской позиции;
- Содействие социальной адаптации обучающихся в современном обществе, проявлению лидерских качеств;
- Воспитание ответственность, трудолюбие, целеустремленность и организованность.

Метапредметные:

- Развитие коммуникативных умений: излагать мысли в четкой логической последовательности, отстаивать свою точку зрения, анализировать ситуацию и самостоятельно находить ответы на вопросы путем логических рассуждений;
- Развитие умения работать в команде;
- Совершенствование умения адекватно оценивать и презентовать результаты совместной или индивидуальной деятельности и др.

Предметные:

- Обучение основам хореографического искусства
- Формирование навыков исполнения движений, изучение балетной и современной терминологии
- Формирование навыков исполнительства;
- Развитие творческих способностей и логического мышления обучающихся;
- Развитие умений работать в коллективе, выстраивание межличностных отношений

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ, ВКЛЮЧАЮЩИХ ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

2.1. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК (ПРИЛОЖЕНИЕ №1)

2.2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Характеристика помещения:

-светлое, с хорошим освещением помещение, в соответствии с Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г.

- кабинет для занятий хореографией

-хореографический станок

-зеркала

-мультимедийная установка

-гимнастические коврики

-фитнес-резинки

-утяжелители

КАДРОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Реализацию программы обеспечивает педагог дополнительного образования, обладающий не только профессиональными знаниями, но и компетенциями в организации и ведении образовательной деятельности объединения художественного направления.

Педагог дополнительного образования имеющий высшее хореографическое образование, стаж работы не менее 8 лет

2.3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

- промежуточная аттестация учащихся объединения 1 раз – декабрь/январь – 1 занятие практическое в форме опрос/зачет, 1 раз – май -1 занятие практическое в форме опрос/зачет, творческий проект/соревнование

- итоговая аттестация в конце 3 года обучения - май - 1 занятие в форме отчетного концерта

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: видеозапись, грамота, готовая работа, диплом, журнал посещаемости, протокол соревнований, фото, отзыв детей и родителей, свидетельство (сертификат).

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: конкурсы, фестивали, мастер-классы.

2.4. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

- Карта «Мониторинг уровня усвоения образовательной программы учащимися в объединении» и карта «Мониторинг уровня воспитанности учащихся в объединении» (Приложение 2)

- Карта педагогического наблюдения (Приложение 3)

- педагогический анализ результатов опроса, решения задач поискового характера, участия обучающихся в соревнованиях, активности обучающихся на занятиях

2.5. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Образовательный процесс организуется очно

Форма организации учебных и практических занятий в объединении «Робототехника» (индивидуальная, индивидуально-групповая, фронтальная).

Формы организации учебного занятия - беседа, встреча с интересными людьми, конкурс, конференция, круглый стол, лекция, мастер-класс, наблюдение, олимпиада, практическое занятие, презентация, соревнование, фестиваль, чемпионат, экскурсия.

Педагогические технологии, используемые на занятиях - технология индивидуализации обучения, технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технология программированного обучения, технология дифференцированного обучения, технология разноуровневого обучения, технология развивающего обучения, технология проблемного обучения, технология исследовательской деятельности, технология проектной деятельности, коммуникативная технология обучения, технология портфолио, технология образа и мысли, технология решения изобретательских задач, здоровье сберегающая технология.

Алгоритм учебного занятия

Занятия проводятся как в традиционной, так и нетрадиционной форма.

Традиционная форма занятий:

- 1 Организационный момент (приветствие, обозначение темы занятия и его этапов)
2. Основная часть занятия (теория, практика, форма контроля)
3. Заключительная часть (подведение итогов, д/з)

Дидактические материалы – раздаточные материалы, книги, видео, аудио материалы.

Список литературы для педагога

1. Барышникова Т.С. «Азбука хореографии». М.: Айрис – пресс, 2000. – 266 с.
2. Ваганова А. Я. «Основы классического танца». СПб.: Издательство «Лань», 2000. — 192с.

3. Пинаева Е.А. «Детские образные танцы» Методическое пособие. — Пермь: ГОУ ДОД Областной центр художественного творчества учащихся учащихся «Росток», 2005. — 36 с.
4. Полятков С. «Основы современного танца». Методическое пособие: Ростов-на-Дону, Издательство: Феникс, 2005. - 80 с.
5. Никитин В.Ю. «Модерн-джаз танец. История. Методика. Практика. Издательство «ГИТИС», 1998. – 128 с.
6. Якушева С.Д. Основы педагогического мастерства. Учебное пособие. М., 2004. – 345с.

Список литературы для родителей и детей

1. Зарецкая Н.В. Танцы для детей среднего дошкольного возраста. М.: Айрис-пресс, 2008 г. - 112с.
2. Пуртова Т.В., Беликова А.Н. Учите детей танцевать. М.: Владос, 2001. – 256 с.
3. Горшкова Е.В. Учебно- методическое пособие О говорящих движениях и чудесных превращениях. М.: Дрофа, 2007. — 79с.

