

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
БИЛИБИНСКИЙ РАЙОННЫЙ ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ



Дополнительная образовательная общеразвивающая программа

«AT-DANCE кувыркком»

художественно-эстетическое направление для детей школьного возраста от
7 до 18 лет.

Сроки реализации программы 5 лет

автор-составитель программы:
педагог дополнительного
образования
Галкина Анна Евгеньевна

Принята на заседании методического
(педагогического) совета
от «25 » августа 2025г.
Протокол N1

Утверждаю:
Директор МОУ ДО БР ЦДО
Маслова Л.В. _____
от «25» августа 2025г. №153-од

г. Билибино
2025г.

1. Пояснительная записка.....	3
2. Цель и задачи программы.....	5
3. Цели и задачи программы по уровням.....	6
4. Формы и режим занятий.....	8
5. Возрастные особенности обучающихся.....	9
6. Формы контроля и планируемый результат.....	10
7. Учебно-тематический план 1-го года обучения.....	11
8. Содержание программы 1-го года обучения.....	12
9. Учебно-тематический план 2-го года обучения.....	15
10. Содержание программы 2-го года обучения.....	16
11. Учебно-тематический план 3-го года обучения.....	19
12. Содержание программы 3-го года обучения.....	20
13. Учебно-тематический план 4-го года обучения.....	23
14. Содержание программы 4-го года обучения.....	24
15. Учебно-тематический план 5-го года обучения.....	27
16. Содержание программы 5-го года обучения.....	28
17. Методическое обеспечение программы.....	31
18. Условия реализации программы.....	33
19. Список литературы.....	34

Пояснительная записка.

Настоящая образовательная программа разработана на основании:

1. Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (последняя редакция).
2. Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года (Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р).
3. Постановления Главного государственного санитарного врача РФ 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».
4. Письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г. № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ.
5. Приказа Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
6. Письма Министерства просвещения РФ от 30.11.2023 г. № АЗ-1750/04 «О направлении методических рекомендаций».
7. Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г.
8. Устава МАОУ ДО БР ЦДО (Постановление Администрации МО БМР ЧАО от 12.04.2021 г. № 199).

Направленность (профиль) программы

Данная программа относится к программам художественной направленности и обеспечивает создание условий для социального, культурного, профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка.

Хореография - искусство синтетическое, в ней музыка живёт в движении, приобретает осязательную форму, а движения как бы становятся слышимыми. В «век гиподинамии», когда дети проводят большое количество времени сидя за партой, за компьютером или просто у телеэкрана, занятия хореографией становятся особенно актуальными. Во-первых, танец – это движение, которое развивает физическую силу, выносливость, ловкость, формирует фигуру. Во-вторых - искусство, развивающее художественное воображение, ассоциативную память, творческие способности. Хореография является дополнительным резервом двигательной активности детей, источником их здоровья, радости, повышения работоспособности, разрядки умственного и психического напряжения, а следовательно, одним из условий их успешной подготовки к учебной и трудовой деятельности. В результате анализа учебно-воспитательного процесса, после изучения потребностей детей и родителей было выявлено, что за последние годы в нашем городе вырос интерес к занятиям хореографией. Чему во многом способствует активная концертная деятельность хореографической студии «AT-DANCE».

Созданная нами структура студии, а также программа поэтапного становления профессиональной направленности детей на всех возрастных этапах, начиная с дошкольного возраста и заканчивая выпуском, даёт возможность обучающимся не только развить свои творческие способности, но и приобрести конкретные умения и навыки в области хореографического искусства. Это часто приводит обучающихся к самоопределению в мире профессий.

Программа рассчитана на 5 лет обучения детей 7-18 лет.

Цель программы:

Создание благоприятных условий для приобщения к богатству танцевального творчества и развития способности к культурно-личностному самоопределению.

Для достижения данной цели необходимо решить следующие задачи.

- Сформировать представление о специфике разнообразных жанров танцевального искусства;
- Развить устойчивый интерес к изучению различных областей хореографического искусства;
- Сформировать навыки самостоятельной деятельности в освоении основ танцевально культуры;
- Развить навыки самостоятельной творческой деятельности.
- Развить индивидуальные способности к межличностному взаимодействию в танцевальном коллективе.

Программа построена с учётом целостного подхода к педагогическому процессу, предполагающему выделение следующих принципов обучения:

- Принцип гуманистической направленности, предполагающий подчинении образовательно-воспитательной работы задачам формирования личности;
- Принцип адекватности особенностям психического развития ребёнка; предполагает изучение педагогом психофизиологических возрастных особенностей детей; умение педагога общаться с детьми на их уровне развития с небольшим опережением;
- Принцип дифференциации и индивидуального подхода; предполагает дополнительные занятия с учётом уровня развития каждого ребёнка; кроме того, при

осуществлении воспитательного процесса, он предполагает учёт темперамента каждого участника коллектива;

- Принцип последовательности и систематичности знаний, умений и навыков их развития и совершенствования; предполагает чёткое следование разработанной педагогом экспериментальной программе;

- Принцип координации «педагог - воспитанник - семья» предполагает тесное сотрудничество педагога с родителями обучающегося, где воспитанник выступает не только в роли субъекта.

Программа разработана на основе собственной практической работы с обширным контингентом обучающихся, разных по музыкальным и физическим данным, складу психики и нервной системы, с учётом интересов ребят, их познавательной активности и творческих возможностей. В отличие от большинства программ, эта программа позволяет обучаться детям с любым уровнем исходных природных данных (наличие выворотности, танцевального шага, пропорционального телосложения и. т. д.).

Представленная программа позволяет наиболее эффективно организовать учебный процесс в соответствии с требованиями, предъявляемыми современной педагогикой. С одной стороны, она должна способствовать подъёму хореографической культуры и отвечать запросам самых широких и различных слоёв общества и различных социальных групп. С другой стороны - обеспечить совершенствование процесса развития и воспитания наиболее способных детей.

Программа рассчитана на пять лет обучения, реализуется по двум уровням:

1 - базовый

- 1 год обучения - дети 6-8 лет - 144 ч. в год, 2 раза в неделю по 2 ч.
- 2 год обучения - дети 9-11 лет - 216 ч. в год, 3 раза в неделю по 2 ч.
- 3 год обучения - дети 11-13 лет - 216 ч. в год, 3 раза в неделю по 2 ч.,
1 раз в неделю 2 ч. и 1 ч. индивидуальных занятий.

Цель базового уровня:

Способствование гармонизации развития и творческому самовыражению детей посредством хореографии.

Задачи:

- Ознакомить детей с различными направлениями хореографического искусства;
- Развить коммуникативные способности;
- Выявить и развить природные задатки и способности детей, способствующие успеху в освоении танцевальной культуры;
- Активизировать образное мышление и эмоциональную сферу ребёнка; 2 углубленный, креативный
- 4 год обучения - дети 12-14 лет - 324 ч. в год, 3 раза в неделю по 2 ч., 1 раз в неделю 2 ч. и 1 ч. индивидуальных занятий.
- 5 год обучения - дети 14-18 лет - 324 ч. в год, 3 раза в неделю по 2 ч., 1 раз в неделю 2 ч. и 1 ч. индивидуальных занятий.

Цель креативного уровня:

Формирование устойчивых профессиональных интересов и склонностей, путём приобщения к богатству танцевальной культуры.

Задачи:

- Освоение способов и приёмов, технологий творческого решения художественных задач;
- Воспитать интерес к самостоятельному изучению истории танцев народов мира;
- Развитие интереса к профессиональной деятельности выдающихся танцоров;
- Развить способность к творческому самовыражению в творческом коллективе и самостоятельной деятельности в освоении основ танцевальной культуры.

Формы и режим занятий

Для достижения поставленных целей и задач, основной формой учебной и воспитательной работы является занятие с группой, планируя которое, педагог должен

ясно представлять себе его задачи, связь с другими занятиями. Ни одно занятие нельзя мыслить как обособленное звено, в него всегда входит и повторение пройденного, и новый материал, и перспектива связи с дальнейшими заданиями. На одном занятии могут сочетаться изучение элементов классического и народного танцев и исполняться задания на импровизацию. С особо одарёнными детьми проводятся индивидуальные занятия, на которых педагог разучивает сольные партии и номера, отличающиеся некоторой сложностью, соответствующей уровню индивидуального развития и уровню техники исполнения обучающегося.

Индивидуально с педагогом занимаются дети, которые менее интенсивно усваивают новый материал. С этой категорией обучающихся дополнительно работают и солисты ансамбля, выступая в роли педагога-репетитора.

Группы 1-го года обучения занимаются три раза в неделю по два часа, 2-го года три раза в неделю по два часа, 3-го и 4-го годов обучения три раза в неделю по два часа и один раз два часа плюс час индивидуальных занятий для особо одарённых детей, 5-го года обучения три раза в неделю по три часа и индивидуальные занятия.

Количество обучающихся в группах первого и второго года целесообразно в пределах 12-20 человек, третьего года 10-20 человек, четвёртого и пятого года 8-15 человек.

- Учебное занятие
- Отчетный концерт
- Открытое занятие
- Конкурсы

Учёт индивидуальных и возрастных особенностей обучающихся на занятиях хореографией:

Воспитанники в возрасте 7-10 лет располагают значительными резервами развития. Их выявление и эффективное использование – одна из главных задач. В этом возрасте закрепляются и развиваются основные характеристики познавательных процессов: восприятие, внимание, память, воображение, мышление, речь. Комплексный подход к особенностям психофизического развития данной возрастной категории: высокому уровню активности, повышенной работоспособности, быстрой утомляемости,

предусматривает частую смену деятельности с использованием элементов импровизации, созданием ситуации игры.

В возрасте 11-15 лет активно идёт процесс познавательного развития. Подростки и юноши уже могут мыслить логически, заниматься теоретическими рассуждениями и самоанализом.

- Особенно заметным в эти годы становится рост сознания и самосознания детей, представляющий собой существенное расширение сферы осознаваемого и углубление знаний о себе, о людях, об окружающем мире.

- Подростки могут длительное время удерживать внимание, быть в состоянии переключать или распределять его между несколькими действиями и поддерживать довольно высокий темп работы.

- Доверие взрослого весьма импонирует подростку, так как в этом случае удовлетворяется его потребность быть и казаться взрослым, выполнить какую-либо работу вполне самостоятельно.

- На занятиях хореографией этих ребят привлекает работа над техникой движений, над определённой сложностью танцевального номера, примитив же действует расхолаживающее.

Планируемый результат и способы

Итогом полугодия служит зачёт - открытое занятие, либо выступление на концерте. По окончании каждого года обучения проводится экзамен, для выявления результатов реализации программы и отчётный концерт коллектива.

Планируемый результат:

- владение основами классического танца и знание основных правил исполнения упражнений;

- умение исполнять танцы, построенные на движениях разных жанров, стилей грамотно и выразительно;

- знание основных особенностей танцев народов мира;

- умение свободно импровизировать; знание основ теории хореографического искусства, его направлений.

**Основные показатели танцевальной культуры и эстетической воспитанности
детей:**

- музыкальность и выразительность;
- правдивость и искренность в передаче танцевального образа;
- благородство манеры исполнения;
- осмысленное отношение к танцу как художественному произведению;
- понимание единства формы и содержания танца;
- эмоциональное восприятие хореографического искусства;
- способность самостоятельно оценивать хореографическое произведение;
- наличие нравственной воспитанности выражающейся в поведении в коллективе, в трудолюбии, взаимопомощи и доброжелательности.

1 год обучения

Учебно-тематический план.

Тема	Общее количество часов	Теоретические (час)	Практические (час)
1 .Теоретические сведения.	2	2	-
2. Партерная гимнастика и ритмика			
2.1. Ритмика	20	6	14
2.2. Партерная гимнастика.	20	-	20
3. Классический танец.			
3.1. Упражнения у палки	22	2	20
3.2. Упражнения на середине зала	22	2	20
3.3. Закрепление упражнений	10	-	10
4.Народносценический танец.			
4.1 Русский танец	10	2	8
5.Импровизация и актёрское мастерство.	6	-	6
6. История хореографического искусства.	4	4	-
7. Репетиции и постановка танцев.	28	-	28
Итого.	144	18	126

Содержание программы.

1. Теоретические сведения.

Введение в предмет. Задачи 1-го года обучения. Правила поведения в коллективе. Права и обязанности воспитанников. Техника безопасности.

2. Партерная гимнастика и ритмика.

Знакомство с простейшими элементами музыкальной грамоты, исполнение различных ритмических рисунков. Базовые упражнения на полу, готовящие детей к более сложным упражнениям у станка. Разучивание разминки - разогрева. Упражнения развивающие силу ног, выворотность; правильную осанку; гибкость; подвижность суставов. Разучивание батман тандю, плие, ронд. Упражнения на развитие ориентации в пространстве: построение в колонну по одному, по два, расход парами, четвёрками, построение в круг, движение по кругу.

3. Классический танец.

Основа тренажа, постановка рук корпуса и головы. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата. Выработка выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов.

3.1. Упражнения у палки:

Позиции рук, ног; постановка корпуса по 1,2,5 позициям; батман тандю в сторону, вперёд и назад из 1 -й позиции, лицом к станку, затем держась одной рукой за палку; деми и гранд плие по 1,2,5-й позициям; пассе партер; деми ронд де жамб партер, положение ноги на кудепье, батман тандю пурлепье, батман тандю сутеню, батман тандю жете.

3.2. Упражнения на середине зала:

Разминка: шаг с носка, шаг на полупальцах, бег выбрасывая прямые ноги вперёд и назад, бег сгибая ноги, наклоны корпуса в стороны, вперёд и назад, низкие выпады вперёд и в стороны. Точки плана класса, эпальман; 1-е пор де бра; постановка корпуса по 1-й позиции; танцевальные движения.

4. Народно-сценический танец.

Русский народный танец - часть национальной культуры русского народа. В этот раздел входит знакомство с основными позициями и положениями рук и ног в русском

танце, развитие координации движений, во время исполнения простейших элементов и движений на середине зала. Лекция связи русского народного танца с песней, обычаями, обрядами, бытом, разнообразии народных игр, хороводов, плясок. Русские праздничные костюмы, их связь с бытом, танцами и природой. Традиции сложившиеся в исполнении русского народного танца. Изучение разминки в характере русского танца; Разучивание характерных движений: гармошка, бег молоточками, переменный ход, шаги с носка, с каблучка, «моталочки», «верёвочки», припадание. Поворот на месте «точка», бег в повороте, двигаясь по диагонали зала. Сценические танцы: «Лесной хоровод», «Подружки», «Калинка» разучиваем любой на выбор педагога, в зависимости от возможностей обучающихся.

5. Импровизация и актёрское мастерство.

Раздел, помогающий развить в воспитанниках: внимание, воображение, ассоциативную память, чувство правды и навыки актёрского мастерства. Игры развивающие артистичность, наблюдение за походками людей и копирование пластикой, пантомимические этюды на воображение «Во дворе», «Осень», «Домашние животные». Этюды под музыку на заданную тему: «Новогодняя сказка» (используя выученные движения изобразить Снеговика, Снегурочку, снежинку и т.д.)

6. История хореографического искусства.

Происхождение танца и хореографии. Танец эпохи первобытно-общинного строя. Танец в культуре древних цивилизаций. Танцевальный фольклор. Народный танец - исток хореографической культуры народов. Бытовые танцы, салонные танцы, современные бальные танцы. Беседа по книге А. Дешковой «Загадки Терпсихоры»; «Вступление в балет». М. Тальони и первые пуанты; видеопросмотр отрывков балетных спектаклей.

7. Репетиции и постановка танцев.

Разучивание движений к танцу, постановка танцевального номера: «Кошкимышки», «Ягодка-малинка», «Вальс-цветов» или других в зависимости от фантазии педагога и возможностей ребят. Отработка готовых номеров в танцевальном зале и на сцене, подготовка к концертным выступлениям.

8. Сценическая практика.

Неотъемлемая часть учебного процесса в подготовке юного артиста, развивающая его смелость, выразительность и артистичность. Первые выступления для родителей.

По окончании 1-го года обучения воспитанники должны:

- знать основы музыкальной грамоты;
- уметь ориентироваться в пространстве;
- знать основные движения русского и белорусского танцев;
- уметь держать правильную осанку;
- уметь работать в группе.

2 год обучения.

Учебно-тематический план.

Тема	Общее количество часов	Теоретические (час)	Практические (час)
1 .Теоретические сведения	2	2	-
2.Партерная гимнастика и ритмика			
2.1.Ритмика	14	2	12
2.2 Партерная гимнастика	14	2	12
3. Классический танец			
3.1 Упражнения у палки	24	2	22
3.2 Упражнения на середине зала	20	2	18
3.3 Закрепление упражнений	20	-	20
4. Народносценический танец			
4.1 Русский танец	20	2	18
5.Импровизация и актёрское мастерство	10	-	10
6. История хореографического искусства	2	2	-
7. Репетиции и постановка танцев	90		90
Итого.	216	14	202

Содержание программы.

1. Теоретические сведения.

Задачи 2-го года обучения. Правила поведения в коллективе. Права и обязанности воспитанников. Техника безопасности.

2. Партерная гимнастика и ритмика.

2.1 Ритмика.

Определение и передача в движении: характера музыки, темпа, метроритма, размеров 2/4; 3/4. Упражнения на развитие ориентации в пространстве: положения в парах, свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну, построение из круга в одну шеренгу, в две, три, четыре. Упражнения на развитие мышечного чувства и отдельных групп мышц: разведение рук в стороны с напряжением; напряжение и расслабление мышц шеи; напряжение и расслабление мышц плечевого пояса, корпуса.

2.2 Партерная гимнастика.

Разминка, повторение и закрепление упражнений 1 -го года обучения. Усложнение выученного (ускорение темпа исполнения упражнений, добавление более сложных элементов.). Большое количество упражнений развивающих гибкость.

3. Классический танец.

3.1 Упражнения у палки.

Повторение и закрепление упражнений 1-го года обучения. Простейшие комбинации упражнений, ускоренный темп исполнения. Изучение батман ффраппе, батман фондю, релевелян на 45 , батман тандю жете пике, тан релеве партер, батман дубль ффраппе, релеве на полупальцы, пти батман, перегибы корпуса, гранд батман жете.

3.2 Упражнения на середине зала.

3-е пордебра; позы круазе, эфассе, экарте; батман тандю, плие, батман тандю жете, ронд де жамб партер, батман ффраппе, батман фондю, релевелян на 45; Прыжки соте, шанжман де пье.

3.3 Закрепление упражнений.

Повторение и закрепление выученного, работа над техникой исполнения.

4. Народно-сценический танец.

Продолжение разучивания элементов и движений русского танца. Особое внимание уделяется движениям рук. На основе изученных элементов вводятся небольшие танцевальные комбинации, что способствует развитию координации движений. Основные движения русского танца: простой шаг назад, переменный тройной шаг, переменный шаг

с каблука, медленный русский ход, шаркающий шаг, припадание по 3-й позиции, тройные переступания, мужской шаг с каблука, присядка вперёд по 6-й позиции с выносом ноги на каблук, «мячик» - с одинарным хлопком впереди, быстрый бег в ритмическом разнообразии.

Танцевальный этюд из выученных движений.

Разучивание танцев «Катюша» или «Кадриль» на выбор педагога, в зависимости от возможностей обучающихся.

5. Импровизация и актёрское мастерство.

Разучивание игры, развивающей умение импровизировать и работать в группе дружно и сплочённо. Продолжаем играть в игру, развивающую воображение ребят. Пантомимические этюды на заданные темы, с использованием выученных движений под музыку.

6. История хореографического искусства.

Первые балеты и их назначение. Ведущие хореографы. Единство в балетном спектакле сценарной, музыкальной, сценографической и хореографической драматургии. Термин - либретто. Изучение либретто известных балетов «Лебединое озеро», «Щелкунчик», «Жизель», «Дон Кихот». Видеопросмотр балета «Дон Кихот» сравнение лексики балета с либретто, дискуссия после просмотра.

7. Репетиции и постановка танцев.

Пополнение репертуара новыми постановками: «Нарисованный мир», «Весёлый огород», «Золотая рыбка» - на выбор педагога, из перечисленных либо другими в зависимости от фантазии педагога и возможностей детей.

8. Сценическая практика.

Выступления на различных сценических площадках города, применение умений и навыков, полученных в коллективе, на практике.

По окончании 2-го года дети должны:

- уметь передавать в движении характер и темп музыки;
- уметь перестраиваться в простые рисунки танца (круг, линии, колонны);

- знать основные движения украинского и итальянского танцев;
- иметь правильную осанку;
- уметь правильно выполнять основные упражнения классического танца у палки.

3 год обучения.

Учебно-тематический план.

Тема	Общее количество часов	Теоретические (час)	Практические (час)
1. Теоретические сведения	2	2	-
2. Партерная гимнастика и ритмика			
2.1. Ритмика	14	2	12
2.2 Партерная гимнастика	14	2	12
3. Классический танец			
3.1 Упражнения у палки	34	2	32
3.2 Упражнения на середине зала	30	2	28
3.3 Закрепление упражнений	20	-	20
4. Народносценический танец			
4.1 Русский танец	20	2	18
5. Импровизация и актёрское мастерство	20	-	20
6. История хореографического искусства	2	2	-
7. Репетиции и постановка танцев	172	-	172
Итого.	324	14	310

Содержание программы.

1. Теоретические сведения.

Задачи 3-го года обучения. Права и обязанности воспитанников. Правила поведения в коллективе. Техника безопасности.

2. Партерная гимнастика и ритмика.

2.1 Ритмика.

Определение и передача в движении: структуры музыкального произведения (период, предложение, фраза), размера 4/4. Упражнения на развитие ориентации в

пространстве. Перестроение группы из круга в квадрат, из круга в рассыпную и снова в круг. Построение двух concentрических кругов: «воротца», «звёздочка», «карусель», «змейка». Упражнения на развитие мышечного чувства и отдельных групп мышц, в сочетании с танцевально-тренировочными.

2.2 Партерная гимнастика.

Повторение выученного за 2-й год обучения, усложнение упражнений. Разучивание новых упражнений, развивающих выворотность, танцевальный шаг, гибкость, силу и выносливость; подвижность стоп, тазобедренного и голеностопного суставов.

3. Классический танец.

3.1 Упражнения у палки.

Повторение и закрепление выученного за 2-й год обучения. Основные правила движений у станка, координация рук, ног, головы в движении. Упражнения: ронд де жамб анлер, батман релеве лян на 90, батман сутеню на 45, ронд де жамб партер на плие андеор и андедан, гранд батман жете пике, батман девлоппе. Упражнения на полупальцах: пти батман, батман фондю, батман ффраппе и дубль ффраппе.

3.2 Упражнения на середине зала.

Повторение и закрепление выученного за 2-й год обучения. Разучивание упражнений: тан лие, 4-е и 5-е пор де бра. Позы классического танца на 45, а затем на 90 градусов: аттитюды, арабески. Элементарное адажио, па-де-буре. Прыжки: па эшаппе на 2-ю позицию, па ассамбле, па балансе, сиссон семпл, па жете.

3.3 Закрепление упражнений.

Повторение и закрепление упражнений, работа над техникой.

4. Народно-сценический танец.

Повторение выученного за 1-2-й годы обучения. Различия между понятиями: народный танец, народно-сценический танец и стилизация. Разучивание стилизованных движений и комбинаций. Разучивание танцевального этюда на основе выученных движений.

5. Импровизация и актёрское мастерство.

Упражнения на развитие художественно-творческих способностей: «ветерок и ветер», «клоуны», «жонглёры», «кузнецы». Танцевальные импровизации на музыку выбранную педагогом. Сочинение этюдов под музыку на темы: «под дождём», «трусливый заяц», «на речке» и. т. д.

6. История хореографического искусства.

Танец и пантомима. Виды современного сценического танца: классический, народно-сценический, историко-бытовой, эстрадный, свободная пластика и. т. д. Развитие танца от фольклора к современной пластике. Просмотр видеоматериалов и обсуждение. Новые течения в хореографии. «Шоу Ривер данс» - просмотр видеоматериала.

7. Современный танец.

7.1 Основы джаз-танца.

Владение техникой джазового танца позволяет глубже выражать эмоциональные и социальные переживания, использовать в танце естественные движения человека. Партер-джаз. Проработка на полу всех основных положений ног и корпуса. Закрепление мышечных ощущений, не свойственных при исполнении классического и народного танцев. Положение контракции и релаксации в положении лёжа и сидя, маленькие мостики и разножки. Сокращения и круговая работа стоп по 6-й и 5-й позициям. Растяжки лёжа и сидя. Проработка выхода на большой «мостик» из положения стоя.

7.2 Упражнения на середине

Упражнения на середине: проучивание основных позиций ног в джаз-танце: «вторая параллель», «четвёртая параллель», «перпендикуляр». Работа корпуса, плеч, рук, ног и головы в положении стоя. Тяговые пор де бра, проработка торсовых смещений, работы боков.

7.3 Хип-хоп стиль.

8. Индивидуальные занятия.

Индивидуально занимаются солисты танцевальной группы. На занятиях разучиваем сольные партии концертных номеров, отрабатываем их.

9. Репетиции и постановка танцев.

Пополнение концертного репертуара группы новыми постановками: «Золотая ярмарка», «Рок-н-ролл», «Вальс Победы», «Современный ритм» и др. Работа над техникой исполнения номеров в танцзале и на сценической площадке.

По окончании 3-го года дети должны:

- уметь определять структуру музыкального произведения;
- уметь ориентироваться в пространстве перестраиваться в любые рисунки;
- владеть методикой исполнения упражнений классического танца у станка и на середине зала;
- знать и уметь исполнять движения немецкого и греческого танца, имея представление о характере и манере исполнения данных танцев;
- знать основы овладения техникой джаз-танца;
- владеть культурой движения рук;
- иметь представление о выразительных средствах хореографии;
- знать происхождение изучаемых танцев.

4 год обучения.

Учебно-тематический план.

Тема	Общее количество часов	Теоретические (час)	Практические (час)
1 .Теоретические сведения	2	2	-

2.Партерная гимнастика и ритмика			
2.1 Партерная гимнастика	20		20
3. Классический танец			
3.1 Упражнения у палки	34	2	32
3.2 Упражнения на середине зала	30	2	28
3.3 Закрепление упражнений	10	-	10
4. Народносценический танец			
4.1 Русский танец	20	2	18
5. История хореографического искусства	4	4	-
6. Современный танец			
6.1. Модерн-танец	24	2	22
6.2. Джаз-танец	24	2	22
6.3. Контактная импровизация	14	2	12
7. Индивидуальные занятия	30		30
8. Репетиции и постановка танцев	112	-	112
9. Итого.	324	20	304

Содержание программы.

1. Теоретические сведения.

Задачи 4-го года обучения. Права и обязанности воспитанников. Правила поведения в коллективе. Техника безопасности.

2. Партерная гимнастика.

Повторение и закрепление выученных упражнений за 1-3-й годы обучения. Разучивание новых более сложных упражнений .

3. Классический танец.

3.1 Упражнения у палки.

Все упражнения повторяются в ускоренном темпе. Изучается уровень подъёма ног, добавляются полупальцы опорной стопы. Разучивание упражнений: ронд де жамб ан лер на полупальцах, полуповорот в 5-й позиции на полупальцах, пор де бра с ронд де жамб партер на плие, плие-релеве на 45 с деми ронд де жамб, батман девлоппе, тан релеве на 45

ан деор и ан дедан, ватман девлоппе расе на 90, деми ронд дежамб на 90, маленькие позы, заключающие упражнения.

3.2 Упражнения на середине зала

Поворот в 5-й позиции на полупальцах на середине зала, позы классического танца на 45, затем на 90 градусов, аттитюды, арабески на 45 затем на 90 градусов, элементарное адажио, тан лие вперёд и назад, па де буре без перемены ног в сторону, и на ефассе. Прыжки: па эшаппе на одну ногу, гранд шанжман де пье, пти шанжман де пье, па глиссад, жете в маленьких позах, па ассамблее в позах,

3.3 Закрепление упражнений.

Работа над техникой исполнения упражнений.

4. Народно-сценический танец.

5. История хореографического искусства.

Истоки западноевропейского балетного театра. Турниры, процессии, карнавалы, маскарады. Зарождение придворного балета. Драматургия и хореография. Музыкальное и хореографическое решение спектаклей, их идейное содержание. Развитие техники танца. Эволюция выразительных средств хореографических форм. Реформы в балетном театре. Перспективы развития балетного театра. Просмотр видеоматериала «Балетная школа».

6. Современный танец.

6.1 Модерн-танец.

На уроках танца модерн дети обучаясь основным движениям, учатся взаимодействовать с окружающим их пространством, учатся использовать в танце силу земного притяжения. Работа с пространством даёт неограниченные возможности в сочетании с высоким техническим уровнем подготовки. Основные понятия: контракция, кёф, арка. Учимся правильно дышать. Падения и быстрый подъём. Разучивание тренажа на полу: плие, батман тандю, жете, ронд, фондю, гранд батман жете и адажио в стиле модерн. Разучивание танцевальных комбинаций на середине зала и в продвижении.

6.2 Джаз танец.

Повторение и закрепление выученного за 3-й год обучения. Развёрнутая разминка у палки на материале современного джаза, Характерно использование чередования темпо

ритмов, синкоп, смещённого ритма, свойственных джазовому танцу. Фиксация всех основных положений и позиций проученного материала в эстетических позициях и использование простейших танцевальных комбинаций.

6.3 Контактная импровизация.

Используя основы техники release, учимся: совмещать в единое целое танцевальную пластику и окружающее пространство, чувствовать партнёра, коллектив, себя в коллективе как одно целое.

7. Индивидуальные занятия.

Занятия с солистами группы, на которых разучиваются сольные номера или сольные партии к массовым номерам. Работа над техникой исполнения сольного номера и артистичностью солиста. Разучиваем этюд или танцевальный номер в характере венгерского танца. в.Репетиции и постановка танцев. Пополнение концертного репертуара новыми сценическими постановками: «Сто огней», «Нежность», и. т. д. Работа над техникой исполнения номеров, характером и манерой.

8. Сценическая практика.

Применение на практике полученных знаний, умений и навыков, их закрепление.

По окончании 4-го года обучения дети должны:

- владеть методикой исполнения движений классического танца;
- владеть соответствующей координацией и силовой нагрузкой в исполнении танцевального номера;
- чувствовать национальный характер и ритм;
- иметь понятие о балетном спектакле;
- знать законы общей координации тела, рук, ног, головы, законы равновесия;
- знать основы овладения техниками джаз и модерн танца.

5 год обучения.

Учебно-тематический план.

Тема	Общее количество часов	Теоретические (час)	Практические (час)
1. Теоретические сведения	2	2	-
2. Партерная гимнастика			
3. Классический танец			
3.1 Упражнения у палки	34	2	32
3.2 Упражнения на середине зала	30	2	28
3.3 Закрепление упражнений	10	-	10
4. История хореографического искусства	4	4	-
5. Современный танец			
5.1. Модерн-танец	24	4	20
5.2. Джаз-танец	24	4	20
5.3. Контактная импровизация	14	2	12
6. Индивидуальные занятия	30		30
7. Репетиции и постановка танцев	152	-	152
Итого.	324	20	304

Содержание программы.

1. Теоретические сведения.

Задачи 5-го года обучения. Права и обязанности воспитанников. Правила поведения в коллективе. Техника безопасности.

2. Партерная гимнастика.

Повторение и закрепление выученного за 1 -4-й годы обучения. Ускоряем темп исполнения упражнений. Добавляем более сложные элементы, развивающие гибкость, танцевальный шаг, выворотность.

3. Классический танец.

Закрепление освоенной хореографической азбуки. Чистота исполнения, закрепление устойчивости в упражнениях на середине зала. Развитие танцевальности. Изучение элементов художественной окраски движений.

3.1 Упражнения у палки.

Разучивание упражнений: батман дубль фондю, батман сутеню на 90, поворот на 360, гранд ронд де жамб ан деор и ан дедан на 90, па купе, полуповороты с подменой ноги на полупальцах, подготовительные упражнения для туров из 5-й позиции.

3.2 Упражнения на середине зала.

6-е пор де бра, подготовительные упражнения к турам, па де бурее де су де сю, туры ан деор и ан дедан со 2-й позиции. Прыжки: па эшаппе в 4-ю позицию на круазе и на эфассе, сиссон уверт и сиссон ферме в позах, сиссон томбе, па баллоне, па купе, па де ша, эшаппе батю.

3.3 Закрепление упражнений.

Работа над техникой исполнения упражнений.

4. История хореографического искусства.

Ансамбли народного танца. Народный танец в современной жизни. Современный танцевальный фольклор. Анализ народной хореографии. Государственный ансамбль народного танца под руководством И. Моисеева. Эволюция репертуара. Анализ программ. Ансамбль на современном этапе. Просмотр видеозаписей концертов ансамбля.

5. Современный танец.

5.1 Джаз танец.

Овладение системой растяжки «стретч», характером и особенностями классического традиционного джаза. Вращения: простейшее вращение из релаксационного раскрытия до 2-й позиции в контракцию по 6-й, «штопор», туры с подменой ног и одновременной работой корпуса «восьмёркой», по диагонали: тур шене и тур лян. Прыжки: педальный (жете вниз), гранд жете вперёд, в сторону, назад через пассе, сиссон ферме, ранверсе. Танцевальные шаги: па томбе и па де буре. «Стретч» - скручивание и раскручивание корпуса. Постижение основ джазового танца на середине зала. Проработка стопы на позициях «параллель» через чередование выворотных и параллельных позиций с одновременной усложнённой работой корпуса через контракцию, закрытием и раскрытием корпуса с постоянной сменой работы рук в позициях «джаз».

5.2 Модерн танец.

Развёрнутая разминка у палки на материале танца модерн : батман тандю, плие, жете, ронд, адажио, гранд жете (простейшие комбинации). Разучивание различных танцевальных комбинаций на середине зала. Импровизация под музыку используя технику release, создание определённого образа.

5.3 MTV-стиль.

Разновидность современного клубного танца. В комбинациях сочетание мелких быстрых движений и медленных более широких. Основа движений MTV-стиля джаз танец. Разминка на середине зала: работа головы, плеч, средней части корпуса и бедер, коленей, стоп, паховые и боковые растяжки. Разучивание танцевальных комбинаций и составление танцевального номера.

6. Индивидуальные занятия.

Проводятся с солистами группы, для разучивания сольных номеров и сольных партий в массовых танцах, а так же для работы над техникой исполнителей и эмоциональностью.

7. Репетиции и постановка танцев.

Пополнение репертуара новыми концертными постановками: «Восточная фантазия», «Латино-денс» и. т. д. Работа над техникой и эмоциональностью исполнения концертных номеров, в танцевальном зале и на сценической площадке.

Применение полученных знаний, умений и навыков на практике. Основные требования к знаниям и умениям обучающихся:

- знать хореографическую азбуку школы классического танца;
- понимать и интересоваться фольклором, народными танцами костюмами, связывать характер танца с образом жизни народа, окружающей природой;
- знать сложные технические движения народно-сценического танца;
- знать репертуар ведущих профессиональных коллективов страны творчество балетмейстеров этих коллективов;
- уметь анализировать балетные спектакли, определять их жанр;
- исполнять танцы, построенные на движениях разных жанров, стилей;

- иметь красивую осанку, грамотность и выразительность движений;
- уметь выражать в пластике общее содержание музыки, её образные ассоциации;
- уметь свободно импровизировать в новых молодёжных стилях и направлениях;
- уметь сочинять небольшие миниатюры, этюды.

Методическое обеспечение программы

Основные формы и методы работы

Основные методы, направленные на достижение цели и выполнение

задач:

- метод сенсорного восприятия- просмотры видеофильмов о балетных школах, прослушивание аудиозаписей.
- словесный метод - рассказ нового материала; беседа о коллективе, выпускниках и. т. д.; дискуссия о прошедшем выступлении на концерте.
- наглядный метод- личный пример педагога, так как невозможно объяснить словами движение, не показав его правильного исполнения, а так же видеопросмотр выступлений профессиональных коллективов
- практический метод - самый важный, это работа у станка, тренировка упражнений на середине зала, репетиции.
- метод стимулирования деятельности и поведения - соревнование, поощрение, создание ситуации успеха.

Основная форма занятия - групповая. Чаще всего это комплексное занятие включающее в себя изучение нового материала, повторение пройденного, а так же творческие задания по актёрскому мастерству и импровизации.

Процесс обучения строится на 3-х основных этапах усвоения учебного материала:

- Ознакомление. Объяснение правил изучаемого упражнения, либо рассказ о сюжете нового танца; затем демонстрация упражнения, либо движения в правильном исполнении.

- Тренировка. Процесс самостоятельного осмысления движения или упражнения ребёнком, затем работа над техникой исполнения и работа над синхронностью исполнения движений всеми участниками группы.

- Применение. Использование полученных знаний, умений и навыков, участие в конкурсах и фестивалях, выступление на концертах.

Типы учебных занятий в ансамбле «AT-DANCE»:

- Усвоение новых знаний - теоретическая часть занятия, практическое занятие, занятие-беседа, занятие-лекция, занятие-экскурсия, занятие-игра.

- Применение усвоенных знаний - практическое занятие, занятие-игра, репетиция, импровизация, концерт.

Творческий рост моих воспитанников отражается в успешных выступлениях на фестивалях и конкурсах.

Условия реализации программы.

Материально-техническое обеспечение

- Наличие оборудованного зала для занятий. В зале должны быть: зеркала, станок, аудиоаппаратура.

- Наличие у детей специальной формы для занятий (у мальчиков

шорты и футболка, у девочек комбинезон, либо купальник для занятий и юбочка).

- Музыкальное сопровождение

- Наличие сценических костюмов для концертных номеров.

Программно-методическое обеспечение

- Методические разработки, литература по хореографическому искусству;

- Литература по педагогике и психологии;

- Методические видеоматериалы различных направлений хореографии.

- Видеозаписи балетных спектаклей и выступлений профессиональных коллективов народного танца и современной хореографии.

Список используемой литературы

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца.- Л.: Искусство, 1983.
2. Богаткова Л. Хоровод друзей. - М.: Детгиз, 1957.
3. Боголюбская М. Музыкально-хореографическое искусство в системе эстетического и нравственного воспитания. - М., 1986.
4. Ваганова А. Основы классического танца.- Л.: Искусство, 1960.
5. Ванслов В. Балеты Григоровича и проблемы хореографии.-М.: Искусство, 1968.
6. Голейзовский К. Образы русской народной хореографии.- М.: Искусство, 1964.
7. Давыдов В. Проблемы развивающего обучения.- М., 2004.
8. Жданов Л. Вступление в балет.- М.: Планета, 1986.
9. Захаров В. Радуга русского танца.- М.: Сов. Россия, 1986.
10. Климов А. Основы русского народного танца.- М.: Искусство, 1981.
11. Конен В. Рождение джаза.- М., 1984.
12. Королёва Э., Курбет В., Мардарь М. Молдавский народный танец.- М.: Искусство, 1984.
13. Костровицкая В. 100 уроков классического танца.- Л.: Искусство, 1981.
14. Кристи Г. Основы актёрского мастерства.- М.: Советская Россия, 1970.
15. Михайлова М. Развитие музыкальных способностей детей. - Ярославль, 1997.
16. Пасютинская В. Волшебный мир танца.- М.: Просвещение, 1985.
17. Прибылов Г. Методические рекомендации и программа по классическому танцу для самодеятельных коллективов.- М., 1984.
18. Ромм В. Большой театр Сибири.- Новосибирск, 1990.
19. Смирнов И. Искусство балетмейстера.- М.: Просвещение, 1986.
20. Ткаченко Т. Народные танцы.- М.: Искусство, 1975.
21. Устинова Т. Избранные русские народные танцы. - М.: Искусство, 1996.
22. Чижова А. Берёзка.- М.: Советская Россия, 1972.
23. Шишкина-Фишер Е. Немецкие народные календарные обряды обычаи танцы и песни.- М.: Готика, 2000.
24. Ярмолович Л. Принципы музыкального оформления урока классического танца.- М.: Искусство, 1968.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Программа воспитания

Воспитание в коллективе – это целенаправленный творческий процесс взаимодействия педагога и воспитанников. А также создание условий для позитивной адаптации и развития личности ребенка, социализации и интеграции воспитанника к нынешней и будущей жизни.

Воспитательный процесс в танцевальном коллективе представляет собой целостную динамическую систему, направленную на формирование творческого коллектива, создание комфортной обстановки, благоприятных условий для успешного развития индивидуальности каждого воспитанника. Создание таких условий осуществляется педагогом через включение ребенка в различные виды социальных отношений в обучении, общении и практической деятельности.

В основе программы по воспитательной работе хореографической студии лежат основные направления:

- Нравственное воспитание
- Организация здорового образа жизни
- Работа с родителями
- Мероприятия по предупреждению правонарушений воспитанников

Цель программы воспитания:

Создание условий для формирования здоровой (духовно, нравственно, физически и психически) и творческой личности методами и формами воспитательной работы через деятельность хореографической студии.

Данной целью определяются следующие задачи:

- Организация разнообразной, творческой деятельности, в ходе которой осуществляется развитие и благополучная социализация воспитанника («потребность в творческой деятельности»).
- Создание условий для сохранения и укрепления здоровья воспитанников. Только здоровый человек способен и готов к активной творческой деятельности («потребность быть здоровым»).
- Воспитание у детей уважительного отношения друг к другу и старшим, создание благоприятного нравственно-психологического климата, здоровых межличностных отношений в коллективе («потребность в защищенности, безопасности»).

- Создание условий для успешного самоутверждения и творческого развития каждого воспитанника, привитие сознательного поведения и самодисциплины («потребность в уважении, признании»).

- Формирование сплоченного коллектива через развитие коммуникативных способностей воспитанников, организация работы по единению и сотрудничеству руководителя и воспитанников, формирование навыков совместной деятельности («потребность в коллективной деятельности»).

Важным моментом является подбор методов и форм организации воспитательной работы в танцевальной студии, через которые будут реализовываться поставленные цели и задачи.

Формы и организация воспитательной работы

Форма, по сути, организовано обеспечивает реализацию принципов и методов воспитания детей.

Классификация форм работы:

Мероприятие – это событие, занятия, ситуации в коллективе, организованные для детей с целью непосредственного воспитательного воздействия на них. Характерные признаки такого типа форм являются созерцательно-исполнительская позиция детей и организаторская роль взрослых.

Дела – это общая работа, важные события, осуществляемые и организуемые членами коллектива на пользу и на радость кому-либо, в том числе и самим себе.

Игра – это воображаемая или реальная деятельность, целенаправленно организуемая в коллективе с целью обучения, отдыха и развлечения.

Индивидуальные формы: беседа, консультация, обмен мнениями.

Коллективные формы: конкурсы, концерты, походы.

Часы общения – предназначены для повышения познавательного уровня учащихся, развивают и обогащают умственный кругозор.

Продолжительность часов общения зависит от выбранного метода и тематической направленности. Формы проведения часов общения:

- беседы по этикету, по истории развития хореографии;
- сообщения о новостях в мире искусства;
- собрания по решению текущих проблем,
- дискуссии, тесты,
- тренинги общения, уверенности в себе, на снятие агрессии, на адаптацию в коллективе.

Воспитательная работа в студии планируется по следующим направлениям:

1. Нравственное воспитание:

Нравственное воспитание включает в себя культурное и духовное воспитание. Развивает такие качества как честность и порядочность, равнодушие к боли и страданиям окружающих. Культурное и духовное воспитание развивает эстетический вкус и хорошие манеры, умение творить и создавать. Формирует полезные привычки.

- Подготовка и участие в праздниках, проводимых в МАОУ ДО БР ЦДО.
- Творческие встречи с другими коллективами, посещение концертов.
- Экскурсии в музей, посещение различных выставок, поездка в театр.
- Беседы «Поговорим об этикете», «Посеешь привычку, пожнешь характер», «О вредных привычках».

2. Организация здорового образа жизни:

Физическое воспитание нацелено не только на формирование телесного здоровья, но и на ведение здорового образа жизни, на становление личностных качеств, которые обеспечат дошкольникам психическую устойчивость и адаптацию к стрессовым ситуациям (адаптация в новом коллективе, публичные выступления и т.д.).

- Психологические упражнения;
- Беседы о личной гигиене, здоровом питании;
- Беседы о технике безопасности на занятиях;
- Дни здоровья (походы и экскурсии с участием родителей).

3. Работа с родителями:

В детской танцевальной студии занимается большое количество детей, и большинство родителей заинтересованы в высоком качестве образовательного процесса. Совместно с родителями педагог осуществляет практически всю деятельность, связанную с воспитанием и развитием детей. С целью выявления ожидания родителей от посещения студии ребенком, педагог проводит анкетирование в начале года, а в конце учебного года анкетирование проводится с целью определения, насколько оправдались ожидания родителей. Нередко родители предъявляют высокие требования в вопросах образования и воспитания детей и задача педагога найти оптимальные варианты, формы и методы работы танцевальной студии.

- Дни открытых дверей.
- Общение с родителями (дневники контроля обучения воспитанника, благодарственные письма родителям обучающихся, которые активно участвовали в деятельности объединений и культурной жизни учреждения).
- Родительские собрания.
- Индивидуальные консультации для родителей (проводятся по мере обращения родителей к педагогу).
- Анкетирование родителей.

4. Мероприятия по предупреждению правонарушений воспитанников.

- Знакомство с правилами внутреннего распорядка;
- Знакомство с правами и обязанностями обучающихся.

Ежегодно для эффективности работы воспитательной программы составляется характеристика групп коллектива. Учитывая характеристику каждой группы, педагог организует воспитательную работу в коллективе.

Нравственное воспитание

Часы общения «Культура и поведения»

- 1.«Посвящение в танцоры»
- 2.День именинника
- 3.Беседа «Посеешь привычку, пожнешь характер»
- 4.Подготовка и участие в мероприятиях МАОУ ДО БР ЦДО и города
- 5.Часы общения «Культура поведения в общественных местах»
- 6.Посещение концертных мероприятий
- 7.Часы общения. Просмотр видео материала
- 8.Работа с родителями
- 9.«День открытых дверей»
- 10.«Набор в группу»
- 11.Индивидуальные консультации
- 12.День танца «Молод, пока танцуешь»
- 13.Работа над пошивом костюмов
- 14.Родительское собрание «Итоги полугодия»
- 15.Открытые занятия
- 16.Анкетирование родителей
- 17.Индивидуальные консультации
- 18.Родительское собрание «Итоги года»

Беседы о технике безопасности на занятиях

- 1.Правила внутреннего распорядка.
 - 2.Расписание занятий
- Беседа «Вредные привычки»
- Дни здоровья (санки, лыжи, коньки)
- Техника безопасности при поездках и экскурсиях
- Участие в конкурсах по экологии
- «День здоровья»
- Итоги года. Поход.