



Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«САМАРСКИЙ МЕДИКО-ТЕХНИЧЕСКИЙ ЛИЦЕЙ»  
городского округа Самара

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СМТЛ г.о. Самара



А.А. Волчкова

Приказ № 210 от 27.09.2023 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«Танцевальная студия Стиль»

Срок реализации- 1 год

Возраст обучающихся- 11-18 лет

Самара, 2023г.

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	1
МОДУЛЬ «ПАРТЕРНАЯ ГИМНАСТИКА. ОСНОВЫ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА».....	12
МОДУЛЬ «ОСНОВЫ НАРОДНОГО ТАНЦА».....	18
МОДУЛЬ «ОСНОВЫ СОВРЕМЕННОГО ТАНЦА. ПОСТАНОВОЧНАЯ РАБОТА» .....	22
ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ .....	25
РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ.....	27
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	29
<i>Приложение № 1</i> .....	30
<i>Приложение № 2</i> .....	31
<i>Приложение № 3</i> .....	33
<i>Приложение № 4</i> .....	34

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**Направленность программы:** художественная.

**Уровень программы:** ознакомительный.

**Актуальность** программы заключается в том, что на современном этапе развития общества она отвечает запросам учащихся и родителей (законных представителей несовершеннолетних учащихся). Формирует социально значимые знания, умения и навыки, способствует приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям, формирует эстетические и нравственные качества личности, приобщает учащихся к творчеству.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцевальный коллектив «СТИЛЬ» разработана с учетом требований следующих нормативных документов:

- Декларация прав ребенка (провозглашена Резолюцией 1386 (XIV) Генеральной Ассамблеи ООН от 20 ноября 1959 г.);
- Конвенция о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989);
- Федеральный закон от 29 декабря 2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями до 6 февраля 2020 г.);
- Федеральный закон от 29 декабря 2010 г. N 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию»;
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждено Распоряжением Правительства РФ от 29 мая 2015 года № 996-р);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении порядка организации осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к

организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

– Постановление Правительства Самарской области от 29 октября 2018 года N 616 «О реализации в Самарской области в 2019 году мероприятий по формированию современных управленческих и организационно-экономических механизмов в системе дополнительного образования детей, в том числе по внедрению целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей в рамках федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование»;

– Распоряжение Правительства Самарской области от 09.08.2019 № 748-р «О внедрении модели функционирования системы персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Самарской области на основе сертификатов персонифицированного финансирования дополнительного образования детей, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам;

– Стратегия комплексного развития Самары до 2025 года (утверждена Решением Думы городского округа Самара от 26 сентября 2013 г № 358);

– Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (Утверждена распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015г. N 996-р);

– Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных программ» Приложение к письму министерства образования и науки Самарской области от 03.09.2015 N MO -16-09-01/826-ТУ;

– Приказ Министерства науки и высшего образования РФ и Министерства просвещения РФ от 5 августа 2020 г. N 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»

– Приказ Минобрнауки России от 23.08.2017 N 816 «Об

утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»

– Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 г. «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»

– Указ Президента РФ от 21.07.2020 г. N 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»

– Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 N 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г.»;

– Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (направленных Письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242);

– Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных программ».

**Новизной данной дополнительной** общеобразовательной программы является её разноуровневость, как в общем содержании (каждый последующий модуль усложняется), так и внутри каждого модуля. В программе определены 2 уровня сложности: ознакомительный, базовый, углубленный. На обучение принимаются дети с разным уровнем подготовки и общего развития.

Разноуровневость программы позволяет учитывать разный уровень развития и разную степень освоенности содержания детьми.

Такая программа предполагает реализацию параллельных процессов освоения содержания программы на его разных уровнях углубленности, доступности и степени сложности, исходя из диагностики и стартовых возможностей каждого учащегося.

### **Педагогическая целесообразность**

Образовательная и воспитательная деятельность по программе

«Танцевальный коллектив «СТИЛЬ» направлена на:

- формирование и развитие творческих способностей учащихся;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся;
- обеспечение духовно-нравственного, гражданско-патриотического, военно-патриотического, трудового воспитания учащихся;
- выявление, развитие и поддержку талантливых учащихся, а также лиц, проявивших выдающиеся способности;
- профессиональную ориентацию учащихся;
- создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, укрепление здоровья, профессионального самоопределения и творческого труда учащихся;
- формирование общей культуры учащихся.

В некоторых случаях обучающийся может осваивать программу в формате дистанционного обучения (как по некоторым темам, так и по всему модулю). Дистанционное обучение осуществляется в соответствии с «Порядком применения электронного обучения и дистанционных технологий при реализации дополнительных общеобразовательных программ МБУ ДО «ЦДО «Экология детства» г.о. Самара».

**Отличительной особенностью** данной дополнительной общеразвивающей программы является наставничество.

Основной формой наставничества является «ученик-ученик». Данная форма предполагает взаимодействие учащегося, который только начал обучение с учащимися, успешно освоившими модуль или с учениками, которые осваивают базовый или углубленный уровень обучения, оказывающим первому разностороннюю поддержку. Применяемые в программе элементы технологий: традиционная модель наставничества, ситуационное наставничество, партнёрское.

Педагог самостоятельно определяет детей наставников. Наставники помогают в процессе обучения, показывают правильность исполнения движений, помогают в осваивании теоретического материала и показывают, поставленные этюды.

**Группа учащихся, для которой программа актуальна:** 7 – 16 лет

Степень предварительной подготовки детей: без предварительной подготовки.

Наполняемость групп: 10-15 человек.

Состав групп. Группы формируются по возрастному принципу: 7 – 9 лет, 10 – 13 лет, 14 –16 лет. Каждой возрастной группе соответствует свой уровень сложности:

- первый уровень сложности - группа 7 – 9 лет;
- второй уровень сложности - группа 10 – 13 лет;
- третий уровень сложности - группа 14 – 16 лет.

Психологические особенности детей в 7-9 лет:

У детей дошкольного и младшего школьного возраста весь костно-мышечный аппарат и аппарат связок еще очень слаб и пребывает в стадии развития, поэтому не следует их перегружать. В этом возрасте еще недостаточно развернуты стопы. Быстрота движений зависит от быстроты протекания физиологических процессов в нервно-мышечном аппарате и центральной нервной системе. Параллельно с возрастом, развитием ребенка возрастает и быстрота ходьбы.

Особенность детей в этом возрасте заключается в том, что он все воспринимает через игру. Наиболее действенным способом развития и тренировки есть игра. Этот период в жизни период развития фантазии и воображения. Для правильного формирования высшей нервной деятельности ребенка педагогу необходимо подбирать такие игровые танцы, которые соответствуют его возрасту.

Психологические особенности детей в 10-13 лет:

Это период бурного и неравномерного физического развития. Происходит ускорение роста, интенсивно происходит рост скелета и конечностей, а грудная клетка и таз отстают, отсюда долговязость. Происходит увеличение массы мышц, мышечной силы, но мышцы не способны к длительному напряжению. Необходимо следить за тем, чтобы ребёнок не уставал при длительной физической нагрузке, давать ему отдохнуть.

#### Психологические особенности детей в 14-16 лет:

В этот период происходит формирование навыков логического мышления, развивается логическая память. Активно развиваются творческие способности, и формируется индивидуальный стиль деятельности, который находит свое выражение в стиле мышления. В это время организм продолжает свое активное формирование, масса тела и рост стремительно увеличиваются, интенсивно осуществляются обменные процессы в организме. Этот возраст характеризуется завершением формирования скелета и скелетной мускулатуры, легочной и сердечно-сосудистой систем, системы иммунологической защиты, пищеварительного тракта. Ребята в возрасте 14-16 лет произвольно владеют навыками выразительного и ритмического движения. Знание возрастных физиологических особенностей необходимо для определения эффективных методов обучения двигательным действиям, для разработки двигательных навыков, развития двигательных качеств, для определения содержания кружковой работы.

**Срок реализации программы:** 1 учебный год - 136 часа

#### **Режим занятий:**

Группа занимается 4 часа в неделю (2 занятия по 2 академических часа). Для детей в возрасте до 8 лет продолжительность 1 академического часа составляет 30 минут (в соответствии с СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи») и 40 минут для остальных обучающихся.



Продолжительность одного занятия:

- Для детей до 8 лет составляет 1 час 10 минут (2 академических часа с перерывом 10 мин);
- Для учащихся старше 8 лет занятие составляет – 1 час 30 минут (2 академических часа с перерывом 10 мин).

Первый час занятия обучающиеся разогревают мышечный аппарат, 2-й час – изучаются танцевальные комбинации и проводится отработка репертуара коллектива.

**Цель программы:** создание условий для раскрытия и развития творческого потенциала ребенка, его танцевальных и физических способностей в творческой деятельности посредством изучения основ хореографического искусства.

**Задачи:**

**Обучающие:**

- познакомить с основами классического, народного и современного танца (все уровни);
- ознакомление с основными движениями танца (все уровни);
- ознакомление с историей развития русского народного танца (ознакомительный, базовый);
- дать представление о танцевальном образе (все уровни).

**Развивающие:**

- развивать способности и хореографические данные детей (все уровни);
- развивать творческие способности обучающихся (все уровни);
- развитие выразительности и осмысленности исполнения танцевальных движений (углубленный уровень);
- развитие мышечного чувства, правильной осанки, умения управлять своим телом (все уровни);
- развивать психофизические характеристики: память, внимание, координацию движений (все уровни).

### **Воспитательные:**

- воспитать в процессе обучения у учащихся артистические качества (все уровни);
- содействовать воспитанию таких необходимых качеств, как дисциплина, самодисциплина, умение слушать, воспринимать и запоминать (все уровни);
- привитие интереса к занятиям, любовь к танцам (все уровни);
- приучить детей добиваться результата через труд (все уровни).

### **Планируемые результаты программы.**

Личностные результаты - отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые они должны приобрести в процессе освоения данной программы, а именно

- высокий уровень взаимодействия с другими детьми в танцевальной группе (базовый уровень);
- наличие устойчивой мотивации к познанию и творчеству (углубленный уровень);
- уважительное отношение к педагогу и партнеру в танце (все уровни);
- проявление целеустремленности, воли, трудолюбия, терпения (ознакомительный уровень)
- ценностное отношение к культуре хореографии (базовый уровень).

**Метапредметные результаты** – характеризуют уровень сформированности универсальных учебных действий учащихся, проявляющихся в познавательной и практической деятельности:

#### **Познавательные:**

- умение слышать музыку и свободно двигаться с определенным ритмическим рисунком (базовый уровень);

#### **Регулятивные:**

– умение импровизировать на основе изученного материала (углубленный уровень);

– умение решать поставленные задачи (базовый уровень).

Коммуникативные:

– умение работать в группе (базовый уровень);

– умение задавать вопросы (ознакомительный уровень).

### **Предметные результаты.**

Модульный принцип построения программы предполагает описание предметных результатов в каждом модуле.

**Форма обучения:** очная, очно-заочная (с использованием дистанционных технологий).

**Форма организации деятельности:**

– всем составом;

– группами.

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### Учебный план ДОП «Танцевальный коллектив «СТИЛЬ»

№ п/п	Наименование модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Партерная гимнастика. Основы классического танца.	48	10	38
2	Основы народного танца.	48	9	39
3	Основы современного танца. Постановочная работа.	40	4	44
	Итого	136	23	113

#### МОДУЛЬ «ПАРТЕРНАЯ ГИМНАСТИКА. ОСНОВЫ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА»

Реализация этого модуля направлена на подготовку организма к нагрузке, разогрев мышц, суставов, связок и формирование теоретических знаний. А также на изучение и приобретение основ исполнения классического танца.

**Цель модуля:** повышение общей работоспособности обучающегося и функциональная подготовка организма, укрепление костно-мышечного аппарата, растяжка мышц и развитие координации обучающихся через изучение основных элементов классического танца.

#### **Задачи модуля:**

##### *Обучающие:*

- приобретение учащимися первоначальной хореографической подготовки (все уровни);
- ознакомить обучающихся с основной терминологией классического танца (все уровни);
- ознакомить с основными позициями рук и ног в классическом танце (все уровни);
- ознакомить с техникой выполнения основных элементов

классического танца (все уровни);

*Развивающие:*

– развитие отдельных компонентов двигательных способностей: быстроты реакции, быстроты движений, силовой выносливости, взрывной силы (базовый уровень);

– развитие координационных способностей (все уровни);

*Воспитательные:*

– воспитание интереса к классическому танцу и хореографическому искусству в целом;

**Ожидаемые результаты модуля:**

После окончания модуля учащийся должен знать (понимать):

– основные теоретические аспекты пройденного материала (ознакомительный уровень);

– основную терминологию классического танца (базовый уровень);

– жанровые и стилистические особенности классического танца (базовый уровень);

– хореографическую нумерацию точек класса (базовый уровень);

– что такое темп, ритм и характер музыки (ознакомительный уровень).

Учащийся должен уметь:

– использовать пространство класса относительно зрителя (ознакомительный уровень);

– координировать работу головы, корпуса, рук и ног (ознакомительный уровень);

– выполнять элементы гимнастики для развития физических качеств (ознакомительный уровень);

– грамотно исполнять основные позиции рук и ног в классическом танце (ознакомительный уровень);

– выполнять основные элементы классического танца

(ознакомительный уровень);

– выполнять этюд на основе основных элементов классического танца без подсказок педагога (базовый уровень).

**Учебно-тематический план модуля  
«Партерная гимнастика. Основы классического танца»**

№	Тема	Кол-во часов			Форма занятия	Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика		
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	1		Очная	Опрос
2	Педагогическая диагностика.	1		1	Очная	Контрольные упражнения
3	Упражнения для разминки, для ориентировки в пространстве.	8	2	6	Очная	Контрольные упражнения
4	Партерная гимнастика.	12	2	10	Очная	Контрольные упражнения
5	Основы классического танца.	14	2	12	Очная	Контрольные упражнения
6	Терминология классического танца.	2	1	1	Дистанционное	Тест
7	Танцевальный этюд с использованием основ классического танца.	8	2	6	Очная	Контрольные упражнения
8	Итоговое занятие. Показ танцевального этюда.	2		2	Очная	Контрольные упражнения
	<b>ИТОГО:</b>	<b>48</b>	<b>10</b>	<b>38</b>		

## Содержание модуля

### «Партерная гимнастика. Основы классического танца»

#### **Тема 1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.**

Теория: изучение правил поведения в хореографическом зале во время занятий (Приложение № 1 «Техника безопасности»).

#### **Тема 2. Педагогическая диагностика.**

Практика: тестирование учащихся для определения их физических возможностей (качеств) и предрасположенности к занятиям хореографией, а также качественных изменений при выполнении контрольных упражнений в конце обучения (Приложение № 2 «Диагностика»).

#### **Тема 3. Упражнения для разминки, для ориентировки в пространстве.**

Теория: знакомство с хореографической терминологией и объяснение правил выполнения упражнений для разогрева организма, разработки мышц и мобилизации суставно-связочного аппарата. Объяснение необходимости разогрева мышц перед изучением танцевальных элементов.

Практика: выполнение упражнений, направленных на разминку физического аппарата: наклоны головы в стороны, наклоны головы вперёд, растяжка плечевого сустава, растяжка грудных мышц, растяжка мышц спины, боковые мышцы туловища, упражнение для растяжки задней поверхности бедра, упражнение для растяжки квадрицепсов, упражнение на растяжку подколенного сухожилия и икры, упражнение для разминки голеностопного сустава, бег на месте.

#### **Тема 4. Партерная гимнастика.**

Теория: изучение правил исполнения движений, правил техники безопасности при выполнении движений.

Практика:

- Ознакомительный уровень: сокращение и вытягивание стоп по шестой позиции одновременно и поочерёдно – в положении «сидя» (руки на полу), круговые вращения стоп (одной, двумя) – в положении «сидя» (руки

на полу), наклон корпуса вперёд, ноги вытянуты, стопы вытянуты по шестой позиции – в положении «сидя», наклон корпуса назад – из положения «лёжа на животе с вытянутыми ногами»;

- Базовый уровень: сокращение и вытягивание стоп по шестой позиции одновременно и поочерёдно – в положении «сидя» (руки в стороне), круговые вращения стоп (одной, двумя) – в положении «сидя» (руки в стороне), наклон корпуса вперёд, ноги вытянуты, стопы вытянуты по шестой позиции – в положении «сидя», наклон корпуса назад – из положения «лёжа на животе с вытянутыми ногами»;

- Углубленный уровень: сокращение и вытягивание стоп по VI позиции одновременно и поочерёдно – в положении «сидя» (руки в стороне), круговые вращения стоп (одной, двумя) – в положении «сидя» (руки в стороне), наклон корпуса вперёд, ноги вытянуты, стопы вытянуты по VI позиции – в положении «сидя», наклон корпуса назад – из положения «лёжа на животе с вытянутыми ногами»;

Задания для каждого уровня сложности: «кошечка» - выгибание спины вверх и прогибание спины вниз, стоя на коленях, прямые руки на полу на уровне плеч, «колечко» - из положения «лёжа на животе с вытянутыми ногами», «мостик» - из положения «лёжа на спине» (с помощью педагога).

### **Тема 5. Основы классического танца.**

Теория: изучение основных понятий и терминологии классического танца.

Практика:

Для каждого уровня сложности: основные позиции рук, основные позиции ног, упражнения на середине зала: точки хореографического зала.

- Ознакомительный уровень: demi plie по 1,2 позиции, grand plie по 1, 2 позиции, battement tendu, battement tendu jete, temps levés sautés в I позиции ног на середине, temps levés sautés во II позиции ног на середине.

- Базовый уровень: demi plie по 1,2 позиции , grand plie по 1, 2 позиции , battement tendu, battement tendu jete, temps levés sautés в I позиции



ног на середине, temps levés sautés во II позиции ног на середине. Все упражнения выполняются с работой рук.

– Углубленный уровень: demi plie по 1, 2, 5 позиции , grand plie по 1, 2, 5 позиции , battement tendu, battement tendu jete, temps levés sautés в I позиции ног на середине, temps levés sautés во II позиции ног на середине. Все упражнения выполняются с работой рук.

#### **Тема 6. Терминология классического танца.**

Теория: Дистанционная лекция с презентацией по теме терминология классического танца.

Практика: Интерактивное тестирование по теме презентации.

#### **Тема 7. Изучение танцевального этюда с использованием основ классического танца.**

Теория: Устный разбор последовательности элементов, используемых в этюде.

Практика: Постановка движений, разучивание этюда, отработка изученного материала.

#### **Тема 8. Итоговое занятие. Показ танцевального этюда.**

Практика: Показ танцевального этюда на открытом уроке.

## **МОДУЛЬ «ОСНОВЫ НАРОДНОГО ТАНЦА»**

Реализация этого модуля направлена на приобщение детей к хореографическому искусству и на эстетическое воспитание учащихся.

**Цель модуля:** раскрытие творческого потенциала учащихся на основе приобретенного ими комплекса знаний, умений, навыков в области народной хореографии.

### **Задачи модуля:**

#### *Обучающие:*

- овладение основными теоретическими знаниями, в области народного танца (все уровни);
- ознакомить с техникой выполнения основных элементов народного танца (все уровни);

#### *Развивающие:*

- формирование необходимых качеств учащихся хореографического отделения: координации, чувства ритма, свободы тела, ориентации в сценическом пространстве (ознакомительный уровень);
- развитие яркой индивидуальности исполнителя, воспитания в нем способности при высокой исполнительской технике передать эмоционально, образно, органично своеобразие танца того или иного народа (базовый уровень, углубленный уровень);

#### *Воспитательные:*

- формирование эмоционально-ценностного отношения к искусству;

### **Ожидаемые результаты модуля:**

После окончания модуля учащийся должен знать (понимать):

- основные теоретические аспекты пройденного материала (ознакомительный уровень);
- основную терминологию народного танца (ознакомительный уровень);
- жанровые и стилистические особенности народного танца (базовый уровень).

Учащийся должен уметь:

- выполнять основные элементы народного танца (ознакомительный уровень);
- выполнять упражнения в разные направления в пространстве (ознакомительный уровень);
- выполнять этюд на основе основных элементов народного танца без подсказок педагога (базовый уровень, углубленный уровень).

**Учебно-тематический план модуля  
«Основы народного танца»**

№	Тема	Кол-во часов			Форма занятия	Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика		
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	2	2	0	Очная	Опрос
2	Терминология народного танца.	2	1	1	Дистанционное	Тест
3	Основы народного танца.	22	2	20	Очная	Опрос/ Контрольные упражнения
4	Танцевальный этюд с использованием основ народного танца	20	2	18	Очная	Контрольные упражнения
5	Итоговое занятие. Показ танцевального этюда.	2	2		Очная	Контрольные упражнения
	<b>ИТОГО:</b>	48	9	39		

## **Содержание модуля «Основы народного танца»**

### **Тема 1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.**

Теория: изучение правил поведения в хореографическом зале во время занятий (Приложение № 1 «Техника безопасности»).

упражнения выполняются с работой рук.

### **Тема 2. Терминология народного танца.**

Теория: Дистанционная лекция с презентацией по теме терминология народного танца.

Практика: Интерактивное тестирование по теме презентации.

### **Тема 3. Основы народного танца**

Теория: ознакомление учащихся с основами танцевального искусства, ознакомление с простейшими движениями русского народно-сценического танца на середине зала и их названиями.

Практика:

- Ознакомительный уровень: народный поклон, позиции и положения рук в народном танце, раскрывание и закрывание рук положения рук в парных танцах; русский шаг: с притопом и продвижением вперед и назад, притопы: одинарные; ковырялочка, веревочка, голубцы, вращение: понятие «Точка», подготовка к вращениям на середине, хлопушки: одинарные хлопки и удары; вращение: пируэт, хлопушки: двойные хлопки и удары; вращение: шене, присядки: с выбрасыванием ноги вперед.

- Базовый уровень: народный поклон, позиции и положения рук в народном танце, раскрывание и закрывание рук положения рук в парных танцах; русский шаг: с притопом и продвижением вперед и назад, притопы: одинарные; ковырялочка, веревочка, голубцы, вращение: понятие «Точка», подготовка к вращениям на середине, хлопушки: одинарные хлопки и удары; вращение: пируэт, хлопушки: двойные хлопки и удары; вращение: шене, присядки: с выбрасыванием ноги вперед. В каждом движении добавляем работу рук.

- Углубленный уровень: народный поклон, позиции и положения рук в

народном танце, раскрывание и закрывание рук положения рук в парных танцах; русский шаг: с притопом и продвижением вперед и назад, притопы: одинарные; ковырялочка, веревочка, голубцы, вращение: понятие «Точка», подготовка к вращениям на середине, хлопушки: одинарные хлопки и удары; вращение: пируэт, хлопушки: двойные хлопки и удары; вращение: шене, присядки: с выбрасыванием ноги вперед. В каждом движении добавляем работу рук и комбинируем движения между собой.

**Тема 4. Изучение танцевального этюда с использованием основ народного танца.**

Теория: Устный разбор последовательности элементов, используемых в этюде.

Практика: Постановка движений, разучивание этюда, отработка изученного материала.

**Тема 5. Итоговое занятие. Показ танцевального этюда.**

Практика: Показ танцевального этюда на открытом уроке.

## **МОДУЛЬ «ОСНОВЫ СОВРЕМЕННОГО ТАНЦА. ПОСТАНОВОЧНАЯ РАБОТА»**

**Цель модуля:** формирование навыков реализации художественного замысла хореографического номера.

### **Задача модуля:**

#### *Обучающие:*

- ознакомить с основной терминологией современного танца (ознакомительный уровень);
- научить всем элементам и перестроениям в хореографической постановке (ознакомительный, базовый уровень).

#### *Развивающие:*

- развивать творческие способности, фантазию, воображение;
- развивать высокий уровень исполнительской культуры;

#### *Воспитательные:*

- воспитание интереса к современному танцу и хореографическому искусству в целом;

### **Ожидаемые результаты модуля:**

После окончания модуля учащийся должен знать (понимать):

- основные теоретические аспекты пройденного материала (все уровни);
- основную терминологию современного танца (все уровни);
- стилистические особенности современного танца (углубленный уровень).

Учащийся должен уметь:

- выполнять основные элементы современного танца (ознакомительный уровень);
- создавать образ с помощью пластики (базовый уровень, углубленный уровень);
- исполнять поставленную хореографическую постановку (все уровни).

**Учебно – тематический план модуля «Основы современного танца. Постановочная работа»**

№	Тема	Кол-во часов			Форма занятия	Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика		
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	1		Очная	Опрос
2	Педагогическая диагностика.	1		1	Очная	Контрольные упражнения
3	Терминология современного танца.	2	1	1	Дистанционное	Тест
4	Основы современного танца.	22	2	20	Очная	Контрольные упражнения
5	Постановочная работа.	20		20	Очная	Контрольные упражнения
6	Итоговое занятие.	2		2	Очная	Контрольные упражнения
	<b>ИТОГО:</b>	<b>48</b>	<b>4</b>	<b>44</b>		

**Содержание модуля «Основы современного танца. Постановочная работа»**

**Тема 1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.**

Теория: изучение правил поведения в хореографическом зале во время занятий (Приложение № 1 «Техника безопасности»).

**Тема 2. Педагогическая диагностика.**

Практика: тестирование учащихся для определения их физических возможностей (качеств) и предрасположенности к занятиям хореографией, а также качественных изменений при выполнении контрольных упражнений в конце обучения (Приложение № 2 «Диагностика»).

### **Тема 3. Терминология современного танца.**

Теория: Дистанционная лекция с презентацией по теме терминология современного танца.

Практика: Интерактивное тестирование по теме презентации.

### **Тема 4. Основы современного танца**

Теория: ознакомление учащихся с основными понятиями, связанными с современным танцем; изучение направлений современной хореографии.

Практика:

- упражнения для развития подвижности позвоночника: flat back в сторону, flat back вперед в сочетании с работой рук, изучение deep body bend, упражнения для развития подвижности позвоночника: body roll (волны), проучивание roll down и roll up;

- передвижения в пространстве: шаги, прыжки, вращения;
- импровизационные задания по одному, в парах, в группах.

### **Тема 5. Постановочная работа**

Практика:

Ознакомительный уровень: учащиеся заучивают порядок простых движений танцевального номера и оттачивают мастерство исполнения этого танцевального номера.

Базовый уровень: учащиеся заучивают порядок простых и сложных движений танцевального номера и оттачивают мастерство исполнения этого танцевального номера.

### **Тема 6. Итоговое занятие.**

Практика: Показ изученного материала на итоговом уроке.



## **ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ**

### **Критерии и способы определения результативности модуля**

#### **«Партерная гимнастика. Основы классического танца:**

Критерии результативности освоения модуля включают в себя:

- ритмичность (все уровни);
- гибкость (все уровни);
- владение техникой основных базовых упражнений (лягушка, бабочка, мостик, упражнения у станка) (базовый уровень, углубленный уровень);
- способность самостоятельно изменять движения в соответствии со сменой темпа музыки (углубленный уровень);
- умение танцевать в коллективе (все уровни).

Способы определения результативности:

- текущий контроль теоретических знаний в процессе устного опроса (индивидуального и группового);
- итоговая аттестация проводится в конце модуля.

**Формы проведения итогов:** открытые уроки, диагностические тесты и упражнения.

### **Критерии и способы определения результативности модуля**

#### **«Основы народного танца»:**

Критерии результативности освоения модуля включают в себя:

- ритмичность (все уровни);
- гибкость (все уровни);
- владение техникой основных базовых упражнений (вращения, хлопушки, дроби) (базовый уровень, углубленный уровень);
- способность самостоятельно изменять движения в соответствии со сменой темпа музыки (углубленный уровень);
- умение танцевать в коллективе (все уровни).

Способы определения результативности:

- текущий контроль теоретических знаний в процессе устного опроса (индивидуального и группового);
- итоговая аттестация проводится в конце модуля.

**Формы проведения итогов:** открытые уроки, диагностические тесты и упражнения.

**Критерии и способы определения результативности модуля «Основы современного танца. Постановочная работа»:**

Критерии результативности освоения модуля включают в себя:

- ритмичность (все уровни);
- гибкость (все уровни);
- владение техникой основных базовых упражнений (волны, прыжки, импровизация) (базовый уровень, углубленный уровень);
- способность самостоятельно изменять движения в соответствии со сменой темпа музыки (углубленный уровень);
- умение танцевать в коллективе (все уровни).

Способы определения результативности:

- текущий контроль теоретических знаний в процессе устного опроса (индивидуального и группового);
- итоговая аттестация проводится в конце модуля.

**Формы проведения итогов:** открытые уроки, диагностические тесты и упражнения.

## РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

### *Методы организации учебно-воспитательного процесса*

Ознакомительный	Базовый	Углубленный
одновременная работа со всей группой, метод показа и демонстрации, словесные методы	репродуктивный метод: воспроизведение и повторение способа деятельности по заданиям педагога, метод развития самостоятельности	Практический метод: формирование и совершенствование практических умений и навыков

### *Специфика учебной деятельности*

Уровни	Специфика учебной деятельности
Ознакомительный	выполнение несложных танцевальных элементов.
Базовый	Постановка этюдов. Активное участие в досуговых мероприятиях. Участие в конкурсах на уровне учреждения и муниципального уровня.
Углубленный	Участие муниципального, всероссийского и международного уровня.

### *Материально-техническое обеспечение:*

- Оборудованный зал для занятия: зеркала, станки, коврики;
- Форма для занятий у детей: у мальчиков черные шорты и белая футболка, у девочек черные лосины и черный гимнастический купальник, обувь черные балетки;
- Музыкальное сопровождение.

### *Методическое обеспечение:*

1. Ж.Е.Фирилевой, Е.Р.Сайкиной «СА-ФИ-данс» танцевально-игровая гимнастика для детей.- М., 2017
2. Фирилева Ж., Сайкина Е. Книга: СА-ФИ-ДАНСЕ. Танцевально-игровая гимнастика для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений Издательство: Детство-Пресс.- М., 2019;

*Информационное обеспечение:*

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии» Рольф Москва, 2017 г.
2. Гусев Г.П. «Методика преподавания народного танца», Москва «Владос», 2016 г.
3. Джим Холл Уроки танцев. Лучшая методика обучения танцам. Москва, «Издательство Астрель» - 2018 г.

*Кадровое обеспечение:*

Педагог дополнительного образования, имеющий педагогическое образование и специальную предметную подготовку в хореографии, обладающий необходимым уровнем методологической культуры и сформированной готовностью к непрерывному образованию в течение всей жизни, знающий возрастные особенности детей.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Белкин А.С. Основы возрастной педагогики. - Екатеринбург, 2016.
2. Егорова А. «Как правильно общаться с ребёнком» Астрель СПб, 2014
3. Барышникова Т. «Азбука хореографии» – М.: Айрис-Пресс, 2015.
4. Ваганова А.Я. «Основы классического танца» – С-Пб., 2018.
5. Климов А. «Основы русского народного танца» – М.: Искусство, 2018.
6. Власенко Г.Я. Танцы народов Поволжья. Сам. Гос. Университет, 2015.
7. Л. Степанова. Современные танцы. Сборник №12 2017
8. Бабенкова ЕА., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат». – М.: ТЦ Сфера, 2016.
9. Васильева Т.К. «Секрет танца» – С-Пб.: Диамант, 2017.
10. Мирный В.И. Хореографическая композиция: Учебное пособие. Самара.: СГАКИ, 2003

## «КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК»

Продолжительность учебного года:

- начало учебного года с 1 сентября.
- начало учебного года по программе первого года обучения – не позднее 15 сентября.

– окончание учебного года – 31 августа.

Количество учебных недель – 36 недель.

Количество учебных дней – 273 дня.

Продолжительность каникул - образовательная деятельность по дополнительной общеразвивающей программе ведется в течение всего календарного года, включая каникулярное время.

Дата начала учебного периода – 1 сентября.

Дата окончания учебного периода – 31 мая.

Продолжительность учебной недели - 6 дней.

Праздничные дни:

- 4, 5, 6, ноября 2022 - День народного единства;
- 31 декабря 2022, 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9 января 2023 - Новогодние каникулы;
- 23, 24, 25 февраля - День защитника Отечества;
- 8 марта - Международный женский день;
- 29 апреля, 1 мая - Праздник Весны и Труда;
- 8, 9 мая - День Победы.

## «ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ»

Общие требования по технике безопасности на занятиях.

### I. Общие требования безопасности

К занятиям допускаются учащиеся:

- прошедшие в начале каждого учебного года медицинский осмотр и предоставившие педагогу справку с разрешением врача посещать танцевальную занятия;
- прошедшие инструктаж по мерам безопасности;
- имеющие специальную обувь и танцевальную форму, не стесняющую движений и соответствующую теме и условиям проведения занятий, волосы собранные резинкой.

### II. Требования безопасности перед началом занятий

Обучающийся должен:

- переодеться, надеть на себя форму и обувь;
- снять с себя предметы, представляющие опасность для других занимающихся (серьги, браслеты, часы и т. д.);
- под руководством педагога подготовить инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятия;
- в случае плохого самочувствия сообщать об этом педагогу;
- по команде педагога занять своё место в зале.

Обучающемуся категорически запрещается:

- танцевать около зеркала с предметами (обруч, стул, трость) и бегать около них;
- и виснуть на балетных станках;
- сидеть на подоконниках, самостоятельно открывать и закрывать окна.

### III. Требования безопасности во время занятий

Обучающийся должен:

- точно и своевременно выполнять задания педагога;

- качественно выполнять разминочную часть занятия и элементы движений, подготавливающие тело к не травмированному правильному исполнению танца.

Обучающемуся категорически запрещается:

- кричать и громко разговаривать на занятии;
- выполнять сложные элементы без страховки, без страховочное выполнение только с разрешения педагога и под его присмотром.

IV. Требования безопасности при несчастных случаях и экстремальных ситуациях

Обучающийся должен:

- при получении травмы (вывих, надрыв мышц и т.д.) во время занятия, пострадавший или очевидец случившегося обязан немедленно сообщить об этом педагогу для принятия неотложных мер по оказанию первой помощи.

- с помощью педагога оказать травмированному первую медицинскую помощь, при необходимости доставить его в больницу или вызвать «скорую помощь»;

- при возникновении пожара немедленно прекратить занятие, организованно, под руководством педагога покинуть место проведения занятия через запасные выходы согласно плану эвакуации;

- по распоряжению педагога поставить в известность администрацию учебного заведения и сообщить о пожаре в пожарную часть.

V. Требования безопасности по окончании занятий

Обучающийся должен:

- под руководством педагога убрать инвентарь в места его хранения;

- переодеться в раздевалке;

- организованно покинуть место проведения занятия.



**«ДИАГНОСТИКА»**

	ФИО	Ритмичность	Гибкость	Владение техникой основных базовых	Самостоятельно изменяет движения в соответствии со	Умение танцевать в коллективе	Общий балл	Уровень усвоения

Оценка уровня развития:

3 балла: ребенок при показе правильно выполняет упражнения, знает их последовательность; движения четкие и правильные; движения рук и ног скоординированы; развито чувство равновесия; изменяет движения в соответствии со сменой темпа музыки; проявляет самостоятельность и творчество (эмоции) при выполнении упражнений;

2 балла: ребенок требует повтора показа упражнений несколько раз, делает ошибки в последовательности упражнений; движения недостаточно четкие; делает ошибки в координации рук и ног; иногда теряет чувство равновесия; иногда изменяет движения в соответствии со сменой темпа музыки;

1 балл: ребенок выполняет движения только с помощью взрослого; координация движений рук и ног нарушена; не развито чувство равновесия; не изменяет движения в соответствии со сменой темпа музыки; не проявляет самостоятельность и творчество (эмоции) при выполнении упражнений.

Ранжирование успехов воспитанников:

высокий уровень (А): 21 - 18 баллов; средний уровень (Б): 17 - 11 баллов; низкий уровень (С): 10 - 7 баллов.

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН на 2023-2024 гг.**

Группа

Дата	Тема	Кол-во часов	Форма занятия	Форма контроля
Модуль «Партерная гимнастика. Основы классического танца»		Всего 48		
	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Педагогическая диагностика.	2	Теоретическое занятие Практическое занятие	Опрос Контрольный урок
	Формирование теоритических знаний в области разминки.	1	Теоретическое занятие	Опрос
	Наклоны головы в стороны, наклоны головы вперёд.	1	Практическое занятие	Контрольные упражнения
	Растяжка плечевого сустава, растяжка грудных мышц.	1	Практическое занятие	Контрольные упражнения
	Растяжка мышц спины, боковые мышцы туловища.	1	Практическое занятие	Контрольные упражнения

		Упражнение для растяжки задней поверхности бедра, квадрицепсов, подколенного сухожилия и икры.	1	Практическое занятие	Контрольные упражнения
		Бег на месте и в продвижении.	1	Практическое занятие	Контрольные упражнения
		Знание правил исполнения движений, правил техники безопасности при выполнении движений.	2	Теоретическое занятие	Опрос
		Сокращение и вытягивание стоп по VI позиции одновременно и поочерёдно – в положении «сидя». Круговые вращения стоп (одной, двумя) – в положении «сидя».	1	Практическое занятие	Контрольные упражнения
		Наклон корпуса вперёд, ноги вытянуты, стопы вытянуты по VI позиции – в положении «сидя».	1	Практическое занятие	Контрольные упражнения
		Наклон корпуса назад – из положения «лёжа на животе с вытянутыми	1	Практическое занятие	Контрольные упражнения

		ногами».			
		«Кошечка» - выгибание спины вверх и прогибание спины вниз, стоя на коленях, прямые руки на полу на уровне плеч.	1	Практическое занятие	Контрольные упражнения
		«Колечко» - из положения «лёжа на животе с вытянутыми ногами».	1	Практическое занятие	Контрольные упражнения
		«Мостик» - из положения «лёжа на спине» (с помощью педагога).	1	Практическое занятие	Контрольные упражнения
		«Лодочка» - из положения «лёжа на животе с вытянутыми ногами».	1	Практическое занятие	Контрольные упражнения
		«Корзиночка» - из положения «лёжа на животе с руками, держащими стопы».	1	Практическое занятие	Контрольные упражнения
		Упражнения для развития выворотности и танцевального шага.	1	Практическое занятие	Контрольные упражнения
		Повторение и закрепление изученного материала.	1	Практическое занятие	Контрольные упражнения

		Основные понятия и терминология классического танца.	2	Теоретическое занятие	Опрос
		Основные позиции рук и ног.	2	Практическое занятие	Контрольные упражнения
		Упражнения на середине зала: точки хореографического зала.	2	Практическое занятие	Контрольные упражнения
		Demi plie и grand plie по I, II позициям.	2	Практическое занятие	Контрольные упражнения
		Battement tendu. Battement tendu jete.	2	Практическое занятие	Контрольные упражнения
		Rond de jambe par terre en dehors и en dedans. Relevés по I, II, и V позициям.	2	Практическое занятие	Контрольные упражнения
		Temps levés sautés в I позиции ног на середине. Temps levés sautés во II позиции ног на середине.	2	Практическое занятие	Контрольные упражнения
		Терминология классического танца	2	Дистанционное занятие	Тестирование
		Устный разбор элементов,	2	Практическое занятие	Творческое задание

		прослушивание музыки			
		Разучивание этюда	2	Практическое занятие	Выполнение двигательных заданий
		Разучивание этюда	2	Практическое занятие	Выполнение двигательных заданий
		Разучивание этюда	2	Практическое занятие	Выполнение двигательных заданий
		Итоговое занятие	2	Практическое занятие	Контрольные упражнения
Модуль «Основы народного танца»			Всего 48		
		Вводное занятие. Инструктаж по техники безопасности. Педагогическая диагностика.	2	Теоретическое занятие Практическое занятие	Опрос Контрольный урок
		Терминология народного танца	2	Дистанционное занятие	Тестирование
		Ознакомление с простейшими движениями по народно- сценическому танцу на середине зала	2	Теоретическое занятие	Опрос

		и их названиями.			
		Народный поклон, позиции рук в народном танце.	1	Практическое занятие	Контрольные упражнения
		Народный поклон, положения рук в народном танце.	1	Практическое занятие	Контрольные упражнения
		Раскрывание и закрывание рук положения рук в парных танцах.	2	Практическое занятие	Контрольные упражнения
		Русский шаг: с притопом и продвижением вперед.	1	Практическое занятие	Контрольные упражнения
		Русский шаг: с притопом и продвижением назад.	1	Практическое занятие	Контрольные упражнения
		Притопы: одинарные, двойные, тройные.	2	Практическое занятие	Контрольные упражнения
		Изучение ковырялочки.	2	Практическое занятие	Контрольные упражнения
		Подготовка к веревочке, веревочка. Голубцы, ключ (простой).	2	Практическое занятие	Контрольные упражнения
		Вращение: понятие «Точка»,	2	Практическое занятие	Контрольные

		подготовка к вращениям на середине. Хлопушки: одинарные хлопки и удары.			упражнения
		Вращение: пируэт. Хлопушки: двойные хлопки и удары.	2	Практическое занятие	Контрольные упражнения
		Вращение: шене. Присядки: с выбрасыванием ноги вперед.	2	Практическое занятие	Контрольные упражнения
		Закрепление изученного материала	2	Практическое занятие	Контрольные упражнения
		Устный разбор элементов, прослушивание музыки	2	Практическое занятие	Творческое задание
		Разучивание этюда	2	Практическое занятие	Выполнение двигательных заданий
		Разучивание этюда	2	Практическое занятие	Выполнение двигательных заданий
		Разучивание этюда	2	Практическое занятие	Выполнение двигательных заданий
		Разучивание этюда	2	Практическое занятие	Выполнение



					двигательных заданий
		Разучивание этюда	2	Практическое занятие	Выполнение двигательных заданий
		Разучивание этюда	2	Практическое занятие	Выполнение двигательных заданий
		Разучивание этюда	2	Практическое занятие	Выполнение двигательных заданий
		Разучивание этюда	2	Практическое занятие	Выполнение двигательных заданий
		Разучивание этюда	2	Практическое занятие	Выполнение двигательных заданий
		Итоговое занятие	2	Практическое занятие	Контрольные упражнения
Модуль «Основы современного танца. Постановочная работа»			Всего 48		
		Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Педагогическая диагностика.	2	Теоретическое занятие Практическое занятие	Опрос Контрольный урок

		Терминология современного танца	2	Дистанционное занятие	Тестирование
		Рассмотреть основные понятия, связанные с современным танцем, дать базовые знания и навыки в области современного танца.	2	Теоретическое занятие	Опрос
		Упражнения для развития подвижности позвоночника: flat back в сторону.	2	Практическое занятие	Контрольные упражнения
		Упражнения для развития подвижности позвоночника: flat back вперед в сочетании с работой рук	2	Практическое занятие	Контрольные упражнения
		Изучение deep body bend.	2	Практическое занятие	Контрольные упражнения
		Упражнения для развития подвижности позвоночника: body roll (волны).	2	Практическое занятие	Контрольные упражнения
		Проучивание roll down и roll up.	2	Практическое занятие	Контрольные

					упражнения
		Передвижения в пространстве: шаги, прыжки.	2	Практическое занятие	Контрольные упражнения
		Передвижения в пространстве: вращения.	2	Практическое занятие	Контрольные упражнения
		Импровизационные задания по одному.	2	Практическое занятие	Контрольные упражнения
		Импровизационные задания в парах.	2	Практическое занятие	Контрольные упражнения
		Импровизационные задания в группах.	2	Практическое занятие	Контрольные упражнения
		Постановочная работа.	2	Практическое занятие	Контрольные упражнения
		Постановочная работа.	2	Практическое занятие	Контрольные упражнения
		Постановочная работа.	2	Практическое занятие	Контрольные упражнения
		Постановочная работа.	2	Практическое занятие	Контрольные упражнения

					упражнения
		Постановочная работа.	2	Практическое занятие	Контрольные упражнения
		Постановочная работа.	2	Практическое занятие	Контрольные упражнения
		Итоговое занятие	2	Практическое занятие	Контрольные упражнения
Итого			136		