

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
-Моздокский Центр детского творчества

ПРИНЯТО

на Педагогическом

совете протокол


№ 1

от «01» 09 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУДО

Моздокского ЦДТ

 Л.А. Алавердова

Приказ № 05

от «01» 09 2025 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

«Хореография для объединения «Фантазия»

Направленность: художественная

Уровень программы: 2 уровень (продвинутый)

Возраст обучающихся: 12 - 18 лет

Срок освоения: 5 лет

Составитель: Горбовцова Роза

Магометовна, педагог дополнительного
образования

г. Моздок

2025 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Искусство танца – это синтез эстетического и физического развития человека. Танцы имеют большое воспитательное значение и доставляют эстетическую радость. Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие. Синкретичность танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умение слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность.

НАПРАВЛЕННОСТЬ ПРОГРАММЫ: художественная.

АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОГРАММЫ

Занятия хореографией дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта, формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотные манеры поведения в обществе, дают представление об актерском мастерстве.

ОТЛИЧИТЕЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ

Программа сочетает в себе элементы классического, народного, эстрадного и современного танца, общефизические упражнения и дает возможность педагогу использовать танцевальные движения при минимуме тренировочных упражнений. В основе программы лежит классическая хореография, но при постановке танцевальных композиций больше внимания уделяется эстраднему направлению. С каждым годом в программе предусмотрено увеличение количества часов на постановочную работу. Программа даёт возможность обучающимся овладеть навыками хореографии и актёрского мастерства.

ДАННАЯ ПРОГРАММА предназначена к реализации для девочек в возрасте от 13 до 18 лет, имеющих базовую подготовку по хореографии и имеющие медицинское заключение об отсутствии противопоказаний для занятий хореографией

ОБЪЁМ ПРОГРАММЫ: 1080 часов.

1-й и последующие года обучения по 216 часов в год.

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ: очная.

УРОВЕНЬ ПРОГРАММЫ: продвинутый (углубленный)

МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ:

- наглядные;
- практические

ФОРМА РЕАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА: традиционная

СРОК РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ: 5 лет.

ЯЗЫК РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ: обучение по программе осуществляется на русском языке в соответствии со ст.14 ФЗ-273 и Уставом МБУДО Моздокского ЦДТ.

РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ: Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа в группах от 12 до 15 человек. Общее количество часов в неделю- 6.

ЦЕЛЬ: формирование и развитие индивидуальных, творческих способностей учащихся посредством хореографии, оказание помощи в профессиональной ориентации.

ЗАДАЧИ:

Предметные

- формирование теоретических знаний, практических умений и навыков в области хореографического искусства
- владение профессиональной терминологией различных танцевальных направлений, грамотное ее применение
- совершенствование навыков основ хореографии с элементами свободной пластики с опорой на содержательный и выразительный музыкальный материал.
- знакомство с основами профессии хореографа

Метапредметные

- совершенствование умения планировать и регулировать свою деятельность.
- совершенствование умения применять полученные теоретические знания и практические навыки, полученный лексический материал
- развитие компетентности в области работы с информацией, анализа и самоанализа, умения осуществлять информационную, познавательную и практическую деятельность с использованием различных средств информации и коммуникации
- формирование общекультурных компетенций
- развитие умения анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, искать возможности и способы их улучшения.

Личностные

- создание мотивации к саморазвитию, самообразованию и личностному самоопределению

- дальнейшее формирование нравственных норм и ценностей в поведении и сознании
- формирование осознания российской идентичности в поликультурном социуме
- развитие рефлексивной деятельности
- формирование готовности и способности обучающихся к саморазвитию самоопределению на основе мотивации к познанию, творчеству, труду
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни

СВОДНЫЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Разделы программы	Количество часов				
		1 год	2 год	3 год	4 год	5 год
1	Вводное занятие	2	2	2	2	2
2	Классическая хореография	56	58	60	56	46
3	Партерная гимнастика	56	54	46	40	40
4	Элементы современного танца	20	20	16	16	16
5	Элементы народного танца	10	10	10	10	10
6	Постановочная работа	70	70	80	90	100
7	Контрольное занятие	2	2	2	2	2
ИТОГО:		216	216	216	216	216

Учебный план 1 года обучения

:

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации, контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2		Экспресс-опрос
2	Классическая хореография.	56	11	45	
2.1	Заноски	16	3	13	Наблюдение педагога
2.2	Разновидности прыжков	12	2	10	Гимнастические тесты
2.3	Разновидности поворотов	12	2	10	Наблюдение педагога
2.4	Адажио на середине зала	8	2	6	Наблюдение педагога
2.5	Экзерсис у станка на полупальцах	8	2	6	Терминологический диктант(по названиям)
3	Партерная гимнастика	56	10	46	
3.1	Развитие выворотности	12	2	10	Наблюдение педагога
3.2	Развитие гибкости	12	2	10	Наблюдение педагога
3.3	Растяжка ног, махи	18	2	16	Гимнастические тесты
3.4	Большие и малые махи	14	2	12	Наблюдение педагога
4.	Элементы современного танца	20	3	17	

4.1	Прыжковая часть с выпадами	8	1	7	Наблюдение педагога
4.2	Упражнения для техники работы рук	4	1	3	Наблюдение педагога
4.2	Отработка изученных элементов	8	1	7	Составление танцевальных комбинаций из выученных элементов
5.	Элементы народного танца	10	2	8	
5.1	«Моталочка», приподанье	4	1	3	Наблюдение педагога
5.2	Танцевальные комбинации	6	1	5	Творческое задание
6.	Постановочная работа	70	10	56	
6.1	Разбор рисунков танца	12	2	10	Наблюдение педагога
6.2	Разучивание элементов	12	2	10	Открытое занятие
6.3	Разучивание комбинаций в танце	12	2	10	Наблюдение педагога
6.4	Отработка синхронности танца	20	2	18	Наблюдение педагога
6.5	Умение передать образ	10	2	8	Танцевальные этюды
7.	Контрольное занятие	2		2	Фиксация результатов
	Итого:	216			

СОДЕРЖАНИЕ

Раздел №1. Вводное занятие.

Организационный сбор. Встреча с обучающимися. Обсуждение планов на учебный год. Инструктаж по технике безопасности.

Раздел №2 Классическая хореография.

Экзерсис на середине зала на полупальцах:

- battements developpes на plie;
- demi grand rond de jambe developpes на полупальцах;
- rond de jambe en l'atr en dehors et en dedans с окончанием в demi plie, с plie -releve et releve на полупальцах;
- экзерсис у станка на полупальцах;
- pirouettes en dehors et en dedans ctemps releve;
- battements frappe с выносом ноги в сторону;
- атитюды на полупальцах у станка;
- arabesques;
- по диагонали;
- шпагаты, перекидное, верчение;
- battements developpes tombes на середине зала;
- tours lents en dehors et en dedans в больших позах;
- fourteen dehors et en dedans;
- demi grand rond de jambe developpes из позы в позу;
- pirouettes en dehors по диагонали;
- на середине зала tours chaines;
- tours fouettes на 45° на середине зала;
- allegro pas faiti вперед и назад;
- allegro pas assemble battue;
- battements fondus en tournant en dehors et en dedans;
- battements developpes tombeen face -allegro-grand pas jete вперед в позах attitude croisee.

Раздел №3 Партерная гимнастика

Упражнения для стоп из положения сидя. Большие круги ногами к себе и от себя, поочередно. «Складочка», «лягушка», «бабочка»;

Поднимание ног из положения лежа на 90 градусов. Броски ног на 90 градусов из положения лежа. «Заноски» лежа на спине.

Лежа на животе:

- махи назад прямой ногой;
- поднимаем руки в 3 поз. с последующей фиксацией в конечной точке;

Лёжа на боку:

мелкое покачивание вытянутой ногой в положении;
- большие броски вытянутой ногой;
Стоя на четвереньках махи в кольцо назад.
Взявшись за носки в положении сидя лечь грудью в складочку.
Упражнения, развивающие гибкость, выворотность; растяжку;

Раздел №4 Элементы современного танца

Комплекс тренажа современной пластики:

- одновременная работа рук и ног;
- отдельные элементы собранные в композиции танцевальные;
- прыжковая часть с выпадами;
- упражнения для техники работы рук;
- отработка изученных элементов;
- отдельные движения, которые можно соединить в композицию;
- отработка разученных элементов и создание различных связок;

Раздел №5 Элементы народного танца.

«Винт» с полуприседанием и с подъемом на полупальцы,
«моталочка», приподанье. Танцевальные комбинации.
Греческий танец: основной ход, положение рук, позиции ног.

Раздел №6 Постановочная работа

Прислушивание музыкального репертуара. Творческая работа над сюжетом танца.
Разбор рисунков танца. Разучивание танцевальных элементов.
Отработка синхронности. Работа над актерским мастерством, передача образа.
Характер танца.

Раздел №7 Контрольное занятие. Конец каждого полугодия. Промежуточная аттестация

Учебный план 2 года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации, контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2		Экспресс-опрос.
2	Классическая хореография.	50	10	40	
2.1	Заноски	12	2	10	Наблюдение педагога
2.2	Прыжки	12	2	10	Наблюдение педагога
2.3	Подготовка к tours и знакомство с техникой их исполнения	12	2	10	Терминологический диктант
2.4	Адажио на середине зала	8	2	6	Наблюдение педагога
2.5	Экзерсис у станка на полупальцах	6	2	4	Диктант понятий
3	Партерная гимнастика	40	8	32	
3.1	Развитие выворотности	10	2	8	Наблюдение педагога
3.2	Развитие гибкости	10	2	8	Гимнастические тесты
3.3	Растяжка ног, махи	10	2	8	Гимнастические тесты
3.4	Большие и малые прыжки	10	2	8	Наблюдение педагога

4.	Элементы современного танца	16	4	12	
4.1	Прыжковая часть с выпадами	6	1	5	Открытое занятие
4.2	Упражнения для техники работы рук	4	1	3	Наблюдение педагога
4.2	Отработка изученных элементов	6	1	5	Творческое задание
5.	Элементы народного танца	10	2	8	
5.1	«Моталочка», приподанье	4	1	3	Наблюдение педагога
5.2	Танцевальные комбинации	6	1	5	Творческое задание
6.	Постановочная работа	96	20	76	
6.1	Разбор рисунков танца	12	2	10	Наблюдение педагога
6.2	Разучивание элементов	12	2	10	Составление танцевальных комбинаций из выученных элементов
6.3	Разучивание комбинаций в танце	20	2	20	Танцевальные этюды
6.4	Отработка синхронности танца	36	2	34	Наблюдение педагога
6.5	Умение передать образ	16	6	10	Наблюдение педагога
7.	Контрольное занятие	2		2	Фиксация результатов

	Итого:	216			

СОДЕРЖАНИЕ.

Раздел №1. Вводное занятие.

Организационный сбор. Встреча с детьми. Обсуждение планов на следующий учебный год. Инструктаж по технике безопасности.

Раздел №2 Классическая хореография.

Экзерсис на полупальцах на середине зала, усложненное построение адажио. Изучение заносок;

Большие прыжки, подготовка к tours и отработка техники и исполнения;

- экзерсис у станка, экзерсис на середине зала;
- battements developpes на plie;
- demi grand rond de jambe developpes на полупальцах;
- rond de jambe en l'atr en dehors et en dedans с окончанием в demi plie, cplie -releve et -releve на полупальцах;
- экзерсис у станка на полупальцах;
- pirouettes en dehors et en dedans ctemps releve;
- battements frappes выносом ноги в сторону -атитюды на полупальцах у станка – arabesques;
- по диагонали: шпагаты, перекидное, верчение;
- battements developpes tombes на середине зала;
- tours lents en dehors et en dedans в больших позах;
- fouette en dehors et en dedans;
- demi grand rond de jambe developpes из позы в позу;
- pirouettes en dehors по диагонали;
- на середине зала tours chaines;
- tours fouettes на 45° на середине зала;
- allegro pas faiti вперед и назад;
- allegro pas assemble battue;
- battements fondus en tournant en dehors et en dedans;
- battements developpes tombeen face -allegro-grand pas jete вперед в позах attitude croisee.

Раздел №3 Партерная гимнастика

Упражнения для стоп из положения сидя. Большие круги ногами к себе и от себя, поочередно. «Складочка», «лягушка», «бабочка»;

Поднимание ног из положения лежа на 90 градусов. Броски ног на 90 градусов из положения лежа. «Заноски» лежа на спине.

Лежа на животе:

- махи назад прямой ногой;
- поднимаем руки в 3 поз. с последующей фиксацией в конечной точке;

Лежа на боку:

мелкое покачивание вытянутой ногой в положении;

- большие броски вытянутой ногой;

Стоя на четвереньках махи в кольцо назад.

Взявшись за носки в положении сидя лечь грудью в складочку.

Упражнения, развивающие гибкость, выворотность; растяжку;

Раздел №4 Элементы современного танца

Комплекс тренажа современной пластики:

- одновременная работа рук и ног;
- отдельные элементы собранные в композиции танцевальные;
- прыжковая часть с выпадами;
- упражнения для техники работы рук;
- отработка изученных элементов;
- отдельные движения, которые можно соединить в композицию;
- отработка разученных элементов и создание различных связок;

Раздел №5 Элементы народного танца.

«Винт» с полуприседанием и с подъемом на полупальцы., «моталочка», приподанье. Танцевальные комбинации;

Основной ход, положение рук, позиции ног в русском танце.

Раздел №6 Постановочная работа

Прослушивание музыкального репертуара. Творческая работа над сюжетом танца.

Разбор рисунков танца. Разучивание танцевальных элементов.

Отработка синхронности. Работа над актерским мастерством, передача образа.

Характер танца.

Раздел №7 Контрольное занятие. Конец каждого полугодия. Промежуточная аттестация.

Учебный план 3 года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации, контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2		Экспресс- опрос
2	Классическая хореография.	50	10	40	
2.1	Перекидное	6	2	4	Наблюдение педагога
2.2	Прыжки	12	2	10	Наблюдение педагога
2.3	Подготовка к tours и знакомство с техникой их исполнения	12	2	10	Наблюдение педагога
2.4	Адажио на середине зала	8	2	6	Терминологический диктант
2.5	Экзерсис на середине зала на полупальцах	12	2	10	Наблюдение педагога
3	Партерная гимнастика	40	8	32	
3.1	Развитие выворотности	10	2	8	Гимнастические тесты
3.2	Развитие гибкости	10	2	8	Наблюдение педагога
3.3	Растяжка ног, махи	10	2	8	Гимнастические тесты
3.4	Большие и малые прыжки	10	2	8	Наблюдение педагога

4.	Элементы современного танца	16	4	12	
4.1	Прыжковая часть с выпадами	6	1	5	Наблюдение педагога
4.2	Упражнения для техники работы рук	4	1	3	Наблюдение педагога
4.2	Отработка изученных элементов	6	1	5	Творческое задание
5.	Элементы народного танца	10	2	8	
5.1	Греческий танец (шаг), положение рук.	4	1	3	Наблюдение педагога
5.2	Танцевальные комбинации	6	1	5	Наблюдение педагога
6.	Постановочная работа	96	20	76	
6.1	Разбор рисунков танца	12	2	10	Танцевальные этюды
6.2	Разучивание элементов	12	2	10	Составление танцевальных комбинаций из выученных элементов
6.3	Разучивание комбинаций в танце	20	2	20	Составление танцевальных комбинаций из выученных элементов
6.4	Отработка синхронности	36	2	34	Наблюдение

	танца				педагога
6.5	Умение передать образ	16	6	10	Наблюдение педагога
7.	Контрольное занятие	2		2	Экспресс-опрос
	Итого:	216			

СОДЕРЖАНИЕ .

Раздел №1. Вводное занятие.

Организационный сбор. Встреча с детьми. Обсуждение планов на учебный год. Инструктаж по технике безопасности.

Раздел №2 Классическая хореография.

Закрепляется и усложняется классическая хореография.

Развиваются навыки правильного и четкого исполнения заносок, закрепление устойчивости и развитие координации, в дальнейшем это развитие силы ног и выносливости. Добавляется экзерсис на полупальцах на середине зала, усложняется построение адажио:

- подготовка к toursи знакомство с техникой их исполнения;
- экзерсис у станка, экзерсис на середине зала;
- battements developpes на plie;
- demi grand rand de jambe developpes на полупальцах;
- rond de jambe en l'atr en dehors et en dedans с окончанием в demi plie,
- plie releve et releve на полупальцах;
- экзерсис у станка на полупальцах;
- pirouettes en dehors et en dedans ctemps releve;
- battements frappe с выносом ноги в сторону;
- атитюды на полупальцах у станка;
- Arabesques;
- по диагонали: шпагаты, перекидное, верчение;
- battements developpes tombes на середине зала;
- tours lents en dehors et en dedans в больших позах;
- fouette en dehors et en dedans;
- demi и grand rond de jambe developpes из позы в позу;
- pirouettes en dehors по диагонали;
- на середине зала tours chaines;
- tours fouettes на 45* на середине зала;
- allegro pas faiti вперед и назад;
- allegro pas assemble battue;

- battements fondus en tournant en dehors et en dedans;
- battements developpes tombeen face;
- allegro-grand pas jete вперед в позах attitude croisee.

Раздел №3 Партерная гимнастика

Упражнения для стоп из положения сидя. Большие круги ногами к себе и от себя, поочередно. «Складочка», «лягушка», «бабочка»;

Поднимание ног из положения лежа на 90 градусов. Броски ног на 90 градусов из положения лежа. «Заноски» лежа на спине.

Лежа на животе:

- махи назад прямой ногой;
- поднимаем руки в 3 поз. с последующей фиксацией в конечной точке;

Лёжа на боку:

мелкое покачивание вытянутой ногой в положении;

- большие броски вытянутой ногой;

Стоя на четвереньках махи в кольцо назад.

Взявшись за носки в положении сидя лечь грудью в складочку.

Упражнения, развивающие гибкость, выворотность; растяжку;

Раздел №4 Элементы современного танца

Комплекс тренажа современной пластики:

- одновременная работа рук и ног;
- отдельные элементы собранные в композиции танцевальные;
- прыжковая часть с выпадами;
- упражнения для техники работы рук;
- отработка изученных элементов;
- отдельные движения, которые можно соединить в композицию;
- отработка разученных элементов и создание различных связок;

Раздел №5 Элементы народного танца.

Винт» с полуприседанием и с подъемом на полупальцы., «моталочка», приподанье.

Танцевальные комбинации;

Основной ход, положение рук, позиции ног в украинском танце.

Раздел №6 Постановочная работа

Прослушивание музыкального репертуара. Творческая работа над сюжетом танца.

Разбор рисунков танца. Разучивание танцевальных элементов.

Отработка синхронности. Работа над актерским мастерством, передача образа.

Характер танца.

Раздел №7 Контрольное занятие. Конец каждого полугодия. Промежуточная аттестация.

Учебный план 4 года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации, контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2		Экспресс-опрос
2	Классическая хореография.	50	10	40	
2.1	Экзерсис на середине зала, на полупальцах	12	2	10	Терминологический диктант
2.2	Разновидности прыжков	12	2	10	Наблюдение педагога
2.3	Подготовка к tours и знакомство с техникой их исполнения	12	2	10	Диктант понятий (по названиям)
2.4	Адажио на середине зала	8	2	6	Наблюдение педагога
2.5	Экзерсис у станка на полупальцах	6	2	4	Терминологический диктант
3	Партерная гимнастика	40	8	32	
3.1	Развитие выворотности	10	2	8	Гимнастические тесты
3.2	Развитие гибкости	10	2	8	Наблюдение педагога
3.3	Растяжка ног, махи	10	2	8	Гимнастические тесты
3.4	Большие и малые прыжки	10	2	8	Наблюдение педагога

4.	Элементы современного танца	16	4	12	
4.1	Прыжковая часть с выпадами	6	1	5	Наблюдение педагога
4.2	Упражнения для техники работы рук	4	1	3	Творческое задание
4.2	Отработка изученных элементов	6	1	5	Танцевальные этюды
5.	Элементы народного танца	10	2	8	
5.1	Дроби	4	1	3	Наблюдение педагога
5.2	Танцевальные комбинации	6	1	5	Творческое задание
6.	Постановочная работа	96	20	76	
6.1	Разбор рисунков танца	12	2	10	Наблюдение педагога
6.2	Разучивание элементов	12	2	10	Составление танцевальных комбинаций из выученных элементов
6.3	Разучивание комбинаций в танце	20	2	20	Наблюдение педагога
6.4	Отработка синхронности танца	36	2	34	Составление танцевальных комбинаций из выученных элементов
6.5	Умение передать образ	16	6	10	Наблюдение

					педагога
7.	Контрольное занятие	2		2	Экспресс-опрос
	Итого:	216			

СОДЕРЖАНИЕ.

Раздел №1. Вводное занятие.

Организационный сбор. Встреча с детьми. Обсуждение планов на следующий учебный год. Инструктаж по технике безопасности.

Раздел N2 Классическая хореография.

Закрепляется и усложняется классическая хореография.

Развиваются навыки правильного и четкого исполнения, закрепление устойчивости и развитие координации в дальнейшем это развитие силы ног и выносливости. Добавляется экзерсис на полупальцах на середине зала, усложняется построение адажио. В этом этого году является изучение заносок, знакомство с большими прыжками, подготовка к tours знакомство с техникой их исполнения.

Экзерсис у станка, экзерсис на середине зала:

- battements developpes на plie;
- demi grand rand de jambe developpes на полупальцах;
- rond de jambe en l'atr en dehors et en dedans с окончанием в demi plie, cplie -releve et releve на полупальцах;
- экзерсис у станка на полупальцах;
- pirouettes en dehors et en dedans ctemps releve;
- battements frappe с выносом ноги в сторону -атитюды на полупальцах у станка;
- arabesques;
- по диагонали: шпагаты, перекидное, верчение;
- battements developpes tombes на середине зала;
- tours lents en dehors et en dedans в больших позах;
- foute en dehors et en dedans;
- demi grand rond de jambe developpes из позы в позу;
- pirouettes en de hors по диагонали;
- на середине зала tours chaines;
- tours foutes на 45* на середине зала;
- allegro pas faiti вперед и назад;
- allegro pas assemble battue;
- battements fondus en tournant en dehors et en dedans;
- battements developpes tombeen face;
- allegro grand pas jete вперед в позах attitude croisee.

Раздел №3 Партерная гимнастика.

Упражнения для стоп из положения сидя. Большие круги ногами к себе и от себя, поочередно. «Складочка», «лягушка», «бабочка»;

Поднимание ног из положения лежа на 90 градусов. Броски ног на 90 градусов из положения лежа. «Заноски» лежа на спине.

Лежа на животе:

- махи назад прямой ногой;
- поднимаем руки в 3 поз. с последующей фиксацией в конечной точке;

Лежа на боку:

мелкое покачивание вытянутой ногой в положении;

- большие броски вытянутой ногой;

Стоя на четвереньках махи в кольцо назад.

Взявшись за носки в положении сидя лечь грудью в складочку.

Упражнения, развивающие гибкость, выворотность; растяжку;

Раздел №4 ЭЛЕМЕНТЫ СОВРЕМЕННОГО ТАНЦА

Комплекс тренажа современной пластики:

- одновременная работа рук и ног;
- отдельные элементы собранные в композиции танцевальные;
- прыжковая часть с выпадами;
- упражнения для техники работы рук;
- отработка изученных элементов;
- отдельные движения, которые можно соединить в композицию;
- отработка разученных элементов и создание различных связок;

Раздел №5 Элементы народного танца.

Винт» с полуприседанием и с подъемом на полупальцы., «моталочка», приподанье. Танцевальные комбинации;

Основной шаг, положение рук, позиции ног в еврейском танце.

Раздел №6 Постановочная работа

Прослушивание музыкального репертуара. Творческая работа над сюжетом танца. Разбор рисунков танца. Разучивание танцевальных элементов.

Отработка синхронности. Работа над актерским мастерством, передача образа.

Характер танца.

Раздел №7 Контрольное занятие. Конец каждого полугодия. Промежуточная аттестация.

Учебный план 5 года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации, контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2		Экспресс-опрос
2	Классическая хореография.	50	10	40	
2.1	Экзерсис у станка и на середине зала, на полупальцах	12	2	10	Наблюдение педагога
2.2	Прыжки с большой амплитудой	12	2	10	Наблюдение педагога
2.3	Подготовка к tours и знакомство с техникой их исполнения	12	2	10	Диктант понятий
2.4	Адажио на середине зала	8	2	6	Наблюдение педагога
2.5	Экзерсис у станка на полупальцах	6	2	4	Терминологический диктант
3	Партерная гимнастика	40	8	32	
3.1	Развитие выворотности	10	2	8	Гимнастические термины
3.2	Развитие гибкости	10	2	8	Наблюдение педагога
3.3	Растяжка ног, махи	10	2	8	Гимнастические термины
3.4	Большие и малые прыжки	10	2	8	Наблюдение педагога

4.	Элементы современного танца	16	4	12	
4.1	Прыжковая часть с выпадами	6	1	5	Творческое задание
4.2	Упражнения для техники работы рук	4	1	3	Наблюдение педагога
4.2	Отработка изученных элементов	6	1	5	Танцевальные этюды
5.	Элементы народного танца	10	2	8	
5.1	Дроби	4	1	3	Наблюдение педагога
5.2	Танцевальные комбинации	6	1	5	Наблюдение педагога
6.	Постановочная работа	96	20	76	
6.1	Разбор рисунков танца	12	2	10	Творческое задание
6.2	Разучивание элементов	12	2	10	Наблюдение педагога
6.3	Разучивание комбинаций в танце	20	2	20	Составление танцевальных комбинаций из выученных элементов
6.4	Отработка синхронности танца	36	2	34	Наблюдение педагога
6.5	Умение передать образ	16	6	10	Составление танцевальных комбинаций из выученных

					элементов
7.	Контрольное занятие	2		2	Экспресс-опрос
	Итого:	216			

СОДЕРЖАНИЕ.

Раздел №1. Вводное занятие.

Организационный сбор. Встреча с детьми. Обсуждение планов на следующий учебный год. Инструктаж по технике безопасности.

Раздел №2 Классическая хореография.

Закрепляется и усложняется классическая хореография.

Основными задачами являются навыки правильного и четкого исполнения, закрепление устойчивости и развитие координации в дальнейшем это развитие силы ног и выносливости. Добавляется экзерсис на полупальцах на середине зала, усложняется построение адажио.

- знакомство с большими прыжками, подготовка к tours знакомство с техникой их исполнения;
- экзерсис у станка, экзерсис на середине зала;
- battements developpes на plie;
- demi grand rond de jambe developpes на полупальцах;
- rond de jambe en l'atr en dehors et en dedans с окончанием в demi plie, cplie -releve et --releve на полупальцах;
- экзерсис у станка на полупальцах
- pirouettes en dehors et en dedans ctemps releve;
- battements frappes выносом ноги в сторону;
- атитюды на полупальцах у станка;
- arabesques;
- по диагонали:
- шпагаты, перекидное, верчение;
- battements developpes tombes на середине зала;
- tours lents en dehors et en dedans в больших позах;
- fouette en dehors et en dedans;
- demi grand rond de jambe developpes из позы в позу.
- pirouette en de hors по диагонали;
- на середине зала tours chaines;
- tours fouettes на 45° на середине зала;
- allegro pas faiti вперед и назад;
- allegro pas assemble battue;
- battements fondus en tournant en dehors et en dedans;

- battements developpes tombeen face;
- allegro-grand pas jete вперед в позах;

Раздел №3 Партерная гимнастика

Упражнения для стоп из положения сидя. Большие круги ногами к себе и от себя, поочередно. «Складочка», «лягушка», «бабочка»;

Поднимание ног из положения лежа на 90 градусов. Броски ног на 90 градусов из положения лежа. «Заноски» лежа на спине.

Лежа на животе:

- махи назад прямой ногой;
- поднимаем руки в 3 поз. с последующей фиксацией в конечной точке;

Лёжа на боку:

мелкое покачивание вытянутой ногой в положении;

- большие броски вытянутой ногой;

Стоя на четвереньках махи в кольцо назад.

Взявшись за носки в положении сидя лечь грудью в складочку.

Упражнения, развивающие гибкость, выворотность; растяжку;

Раздел N4 Элементы современного танца

Комплекс тренажа современной пластики:

- одновременная работа рук и ног;
- отдельные элементы собранные в композиции танцевальные;
- прыжковая часть с выпадами;
- упражнения для техники работы рук;
- отработка изученных элементов;
- отдельные движения, которые можно соединить в композицию;
- отработка разученных элементов и создание различных связок;

Раздел №5 Элементы народного танца.

Винт» с полуприседанием и с подъемом на полупальцы., «моталочка», приподанье. Танцевальные комбинации;

Основной ход, положение рук, позиции ног в народных танцах.

Раздел №6 Постановочная работа

Прослушивание музыкального репертуара. Творческая работа над сюжетом танца. Разбор рисунков танца. Разучивание танцевальных элементов.

Отработка синхронности. Работа над актерским мастерством, передача образа.

Характер танца.

Раздел №7 Контрольное занятие. Конец каждого полугодия. Итоговая аттестация

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ :

К концу программы обучающиеся смогут освоить навыки актерского мастерства, профессионального исполнения танцев, основные принципы техники движений. Смогут самостоятельно адаптироваться в изменяющихся условиях социума, будут сформированы навыки здорового образа жизни.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ ХОРЕОГРАФИИ отражают опыт обучающихся в танцевально-творческой деятельности:

- будут владеть теоретическими знаниями, практическими умениями и навыками в области хореографического искусства
- будут владеть профессиональной терминологией различных танцевальных направлений, грамотное ее применение
- овладеют навыками основ хореографии с элементами свободной пластики с опорой на содержательный и выразительный музыкальный материал.
- будут знать основы профессии хореографа.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ характеризуют уровень сформированности универсальных учебных действий обучающихся, проявляющихся в познавательной и практической деятельности:

- будут уметь планировать и регулировать свою деятельность;
- смогут применять полученные теоретические знания и практические навыки, полученный лексический материал;
- будут развиты компетентность в области работы с информацией, анализа и самоанализа, умение осуществлять информационную, познавательную и практическую деятельность с использованием различных средств информации и коммуникации;
- будут сформированы общекультурные компетенции.
- будут уметь анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, искать возможности и способы их улучшения.

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

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

- будет развита мотивация к саморазвитию, самообразованию и личностному самоопределению
- будут сформированы нравственные нормы и ценности в поведении и сознании
- будут осознавать российскую идентичность в поликультурном социуме
- будет развита готовность и способность обучающихся к саморазвитию самоопределению на основе мотивации к познанию, творчеству, труду
- будет развита рефлексивная деятельность
- будут владеть нормами культуры здорового и безопасного образа жизни

ФОРМЫ КОНТРОЛЯ. ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ.

Аттестация обучающихся позволяет учитывать сформированные осознанные теоретические и практические знания, умения и навыки, осуществляется в следующих формах:

1. Демонстрация практических знаний и умений на занятиях
2. Творческий отчет
3. Творческие задания
4. Рейтинг участия в районных, республиканских, всероссийских и международных конкурсах.

Входная аттестация проводится для вновь прибывших обучающихся. Ведется для выявления умений и навыков, соответствующих определенному году обучения.

Промежуточная аттестация проводится в конце каждого полугодия для отслеживания знаний тематического содержания программы, владения специальной терминологии и творческими навыками.

Итоговая аттестация проводится в конце обучения по программе.

Для входной и промежуточной аттестации используются оценочные материалы. Приложение 1.

Комплект оценочных средств аттестации

Каждый учащийся в соответствии с требованиями программы обучения хореографического объединения при прохождении входной и промежуточной аттестации должен продемонстрировать следующие навыки:

Объект оценивания:

- ✓ исполнение упражнений на развитие основных танцевальных умений и навыков;
- ✓ элементов классического танца;
- ✓ исполнение танцевальных и ритмических этюдов с предметами или без них;
- ✓ исполнение упражнений партерного экзерсиса.

Предмет оценивания:

- ✓ знание порядка движений в комбинациях и их точное исполнение;
- ✓ техника исполнений движений в комбинациях и комбинаций в целом;
- ✓ знание методики исполнения движений и умение применять эти знания на практике;
- ✓ осмысленность исполнения движений и комбинаций;
- ✓ синхронность исполнения;
- ✓ музыкальность исполнения комбинаций;
- ✓ выразительность исполнения.

Методы оценивания

Оценивание выступления обучающегося аттестационной комиссией на основе разработанных критериев и показателей. Требования к зачету являются:

1. Упражнения на развитие основных танцевальных умений и навыков в партере и на середине зала.
2. Элементы классического танца.
3. Танцевальные этюды с предметами и без них.
4. Простые танцевальные комбинации.
5. Исполнение танцевальной постановки.

Танцевальные и ритмические этюды во время зачета, обучающиеся исполняют, заранее подготовленные упражнения. Порядок упражнений составляется преподавателем из движений, указанных в перечне рекомендуемого набора упражнений партерного экзерсиса.

**МОНИТОРИНГ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ
ОФОРМЛЯЕТСЯ В ВИДЕ ТАБЛИЦЫ**

Оценивание /уровень	Критерии оценивания
высокий	Обучающийся осознанно и свободно владеет хореографическим текстом; танцевальные комбинации исполняет уверенно, выразительно, музыкально, без ошибок. Свободно владеет пластикой тела, демонстрирует эмоциональную выразительность, физическую готовность опорно-двигательного аппарата к дальнейшему обучению.
средний	Достаточно владеет пластикой тела, индивидуальной техникой, танцевальные комбинации исполняет с несущественными ошибками, которые сам исправляет, владеет умением сохранять рисунок танца. Демонстрирует развитость опорно-двигательного аппарата.
низкий	Обучающийся слабо ориентируется в содержании материала; исполняет танцевальные комбинации с существенными ошибками. Недостаточно владеет пластикой тела, индивидуальной техникой, манерой исполнения, опорно-двигательный аппарат развит слабо.

Полученные данные заносятся в таблицу (Таблица №1)

Таблица №1

№ п/п	Фамилия, имя обучающегося	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень	Примечания
1.					
2.					
3.					
4.					

5.					
6.					
7.					
8.					
9.					
10.					

Итоги:

Дата проведения

Подпись педагога.

Таблица 2.

Технология определения планируемых результатов обучающегося по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Хореография для объединения «Фантазия»

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Методы диагностики
1. Предметные результаты. Теоретическая подготовка ребенка			
1.1. Сформированные знаниями, практическими умениями и навыками хореографического искусства;	<i>Соответствие теоретических знаний обучающихся программным требованиям</i>	низкий уровень (обучающийся овладел менее чем ½ объема знаний, предусмотренных программой); средний уровень (объем усвоенных знаний составляет более ½); высокий уровень (обучающийся освоил весь объем знаний, предусмотренных программой за	Наблюдение, тестирование, опрос .

		конкретный период)	
1.2. Будут владеть профессионально й терминологией различных танцевальных направлений, грамотное ее применение	<i>Знание терминов изучаемых направлений, владение специфической лексикой, использование терминов в устной речи при описании движений</i>	низкий уровень (обучающийся, как правило, избегает употреблять специальные термины); средний уровень (обучающийся сочетает специальную терминологию с бытовой); высокий уровень (специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием)	Наблюдение
1.3. Овладение навыками основ хореографии с элементами свободной пластики с опорой на содержательный и выразительный музыкальный материал	<i>Музыкально-ритмическая координация, способность слышать фразировку и отражать её в пластике, координация разнонаправленных движений, плавность связок и переходов</i>	низкий уровень- выполнение базовых элементов только под простую музыку, минимальные элементы импровизации; средний уровень- уверенное овладение техникой в разных уровнях и направлениях, связные комбинации с плавными переходами; высокий уровень- свободная импровизация в сложной музыке(нестандарт	Наблюдение

		ные размеры, полиритмия), глубокая интерпретация музыкального образа	
1.4. Овладение знаниями основ профессии хореографа	<i>Знание истории танца, основ теории хореографии, музыкальной грамотности, анатомии и биомеханики, портфолио</i>	низкий уровень - несоответствие данным критериям; средний уровень - неполное соответствие данным критериям; высокий уровень - полное соответствие данным критериям	Собеседование, наблюдение
2. Метапредметные результаты			
2.1. Умение планировать и регулировать свою деятельность;	<i>Соотносит цели с личными целями и ресурсами, умеет обосновать значимость каждой цели и её вклад в общий результат, использует инструменты планирования, умеет расставлять приоритеты</i>	По аналогии с п.1.4.	Наблюдение
2.2. Умение применять полученные теоретические знания и практические навыки, полученный лексический материал;	<i>Осознанное использование терминологии, понимание принципов хореографии, связь теории с практикой. Анализ композиции, работа в ансамбле.</i>	По аналогии с п.1.4.	Опрос, творческие процессы, наблюдение за работой в группе.
2.3. Развитая компетентность в	<i>Поиск и отбор информации,,</i>	Уровни – по аналогии с п. 1.4	Наблюдение

области работы с информацией, анализа и самоанализа, умение осуществлять информационную, познавательную и практическую деятельность с использованием различных средств информации и коммуникации;	<i>эффективность поиска, критический отбор, сравнение и сопоставление, цифровая безопасность.</i>		
2.4. Сформированные общекультурные компетенции.	<i>Осознанность мировоззренческих позиций, культурная осведомлённость, общекультурная эрудиция, критическое мышление</i>	Низкий уровень -фрагментарные, поверхностные знания о культурных явлениях, слабая рефлексия собственных культурных предпочтений; средний уровень -системное представление о ключевых этапах и явлениях культуры, применение культурных знаний для анализа современных ситуаций; высокий уровень -сформированная система ценностных ориентиров, основанная на культурных эталонах, творческое использование	Наблюдение

		культурного опыта.	
2.5. Умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, искать возможности и способы их улучшения.	<i>Способность к саморефлексии, объективность оценки, системность анализа, выявление точек роста</i>	низкий уровень - фиксирует только поверхностные результаты, избегает критики, не формулирует конкретных шагов по улучшению; средний уровень - сопоставляет фактический результат с поставленной целью и критериям качества, частично осознаёт причины отклонений, принимает конструктивную критику, не систематически использует обратную связь; высокий уровень - проводит комплексный анализ, строит причинно-следственные связи, формулирует измеримые цели улучшения и план действия, ведёт систематическую фиксацию показателей.	
3. Личностные результаты			
3.1 Развитая мотивация к саморазвитию, самообразованию и личностному самоопределению	<i>Осознанное желание узнавать новое, интерес к процессу сознания, стремление преодолевать трудности,</i>	Низкий уровень (элементарный) уровень – отсутствие осознанной потребности в саморазвитии,	Игровое задание

	<i>представление о способах самообразования, понимание связи полученных знаний с реальными жизненными задачами</i>	краткосрочная мотивация, ориентация на внешние оценки; средний уровень - эпизодическая активность в сфере саморазвития, нерегулярная способность к саморефлексии, неглубокое погружение в новые знания, частичное осознание важности саморазвития высокий уровень - чёткая система целей и планов по самообразованию, регулярная саморефлексия и анализ прогресса, поиск возможностей для роста, способность преодолевать трудности.	
3.2. Сформированные нравственные нормы и ценности в поведении и сознании	<i>Знание и понимание общечеловеческих духовно-нравственных ценностей, отношение к ним, Наличие нравственных потребностей и мотивов, побуждающих к действию в соответствии с моральными</i>	низкий уровень - приоритет прагматических ценностей над духовно-нравственными, эгоистические интересы, неполное понимание «добра» и «зла», поступки не соответствуют нравственным нормам. средний уровень - затруднение в	Наблюдение

	<i>принципами.</i>	<p>построении собственной системы этических ценностей, неполное понимание основных этических норм, не всегда способен корректировать своё поведение;</p> <p>высокий уровень- устойчивое стремление к познанию нравственных норм, глубокое понимание этических понятий, устойчивость к аморальным воздействиям, развитая способность к самоанализу</p>	
3.3. Осознание российской идентичности в поликультурном социуме	<i>Проявление уважения и чувства гордости за свою Родину, интерес к прошлому и настоящему России</i>	<p>низкий уровень - учащийся не проявляет особого интереса к беседам патриотической направленности ;</p> <p>средний уровень- принимает участие в постановках патриотических музыкальных композиций;</p> <p>высокий уровень принимает активное участие в викторинах, музыкальных композициях патриотической направленности</p>	Наблюдение

3.4. Готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самоопределению на основе мотивации к познанию, творчеству, труду	<i>Наличие устойчивой мотивации к познанию, ценностное отношение к труду, стремление к самореализации через творчество, знание о мире труда и профессий, участие в познавательной, трудовой и творческой деятельности</i>	низкий уровень -слабая или неустойчивая заинтересованность в познании, творчестве, труде, фрагментарные представления о мире профессий, пассивность на занятиях, неумение анализировать свои поступки, низкая способность к сотрудничеству; средний уровень -эпизодический интерес к познанию и труду, базовые представления о профессиях, частичное владение навыками планирования и самоконтроля; высокий уровень -устойчивая внутренняя потребность в познании, творчестве и труде, постановка долгосрочных целей, чёткое представление о мире профессий, владение информацией о ресурсах саморазвития, анализ своих действий, эффективное	Наблюдение, анкетирование.

		взаимодействие в команде	
3.5 Наличие развитой рефлексивной деятельности	<i>Способность к самоанализу, критичность мышления, анализирует прошлый опыт умеет извлекать из него уроки. планирует будущее, ставит цели и последовательно их выполняет, допускает существование разных точек зрения, не отвергая их.</i>	низкий уровень - несоответствие данным критериям; средний уровень - частичное соответствие данным критериям; высокий уровень - полное соответствие данным критериям.	Отзывы обучающихся, анкеты самооценки
3.6. Овладение нормами культуры здорового и безопасного образа жизни (режим дня, зарядка, оздоровительные мероприятия)	<i>Знания о здоровье, информационная грамотность, навыки самообслуживания, планирование деятельности и т.д.</i>	низкий уровень - обучающийся не владеет навыками самоорганизации; средний уровень обучающийся соблюдает режим дня, но не выполняет ежедневно зарядку, не активно принимает участие в оздоровительных мероприятиях; высокий уровень - (обучающийся полностью владеет данными навыками)	Собеседование

Методическое обеспечение

Обучение по данной программе предусматривает практико-ориентированный подход на всех этапах обучения: 78 % учебных часов отводится на практическую работу.

Применяются следующие педагогические технологии: этапность освоения материала, формирование динамического стереотипа, ИКТ, здоровьесберегающие технологии, технология сотрудничества

В период обучения по дополнительной общеразвивающей программе "Хореография" отдельная роль отводится самостоятельной работе учащихся во время выполнения партерной гимнастики.

Обязательный элемент реализации программы – участие в конкурсах разного уровня, концертах.

ПЕРЕЧЕНЬ ДИДАКТИЧЕСКИХ МАТЕРИАЛОВ

№	Наименование элементов перечня
1	Сборник дидактических игр по хореографии
2	Игры «Море волнуется раз...», игра «Ленточка» (для работы в паре), «Магнит» (работа в паре без контакта телесного, но в контакте эмоциональном)
3	Основы ритмики, хореографии, сценического движения (дидактический материал), cd-диски, иллюстрации
4	Игра «Мы едем в лето (путешествие по различным станциям «танцевальная», «игровая», «загадочная» с муз. сопровождением
5	Даренская Н.В. Импровизация как одна из форм развития хореографического искусства.

Материально – техническое обеспечение

№	Наименование	Количество
1	Музыкальный центр	1
2	Ноутбук	1
3	Коврики для партерной гимнастики	15
4	Фортепиано	1

Кроме того, необходим

- просторный танцевальный зал с наличием станков и зеркал;

Кадровое обеспечение.

Программа реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим специальность хореограф. Возможно привлечение концертмейстера.

Информационное обеспечение

Нормативно-правовые акты

1. Федеральный закон РФ от 29.12.2012 № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (ред. от 08.08.2024 №329-ФЗ);
2. Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
3. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. N 678-р) с изменениями (распоряжение Правительства РФ от 15.05.2023 г. N 1230-р) ;
4. Концепция развития детско-юношеского спорта в Российской Федерации до 2030 года и план мероприятий по ее реализации (Распоряжение Правительства РФ от 28 декабря 2021 г. № 3894-р);
5. Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 г. № 467 "Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей" с изменениями (Приказ Министерства просвещения РФ от 21.04.2023 г. № 302);
6. «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»// Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28
7. Указ Президента РФ от 09.11.2022 г. № 809 «Об утверждении основ государственной политики в укреплении традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
8. Указ Президента РФ от 07.05.2024 г. № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года»;
9. Приказ Минобрнауки и Минпросвещения РФ от 05.08.2020 г. №882/391 “Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ”
10. Устав МБУДО «Моздокский ЦДТ»

Методические рекомендации

11. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ ГБОУ «Вершина», 2022 г.
12. Методические рекомендации «Разработка и реализация раздела о воспитании в составе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы», ФГБНУ «Институт изучения детства, семьи и воспитания», 2024 г.;

13. Методические рекомендации «Воспитание как целевая функция дополнительного образования детей», Рожков М.И., Байбородова Л.В., Голованов В.П., 2024 г.

Список используемой литературы:

1. Базарова Н. Мэй В. Азбука классического танца. Л. Искус, 1983
2. Богаткова Л. Хоровод друзей. – М.:Детгиз, 1957г.
3. Боголюбская М. Музыкально-хореографическое искусство в системе эстетического и нравственного воспитания.- М., 1986г
4. Ваганова А.Я. «Основы классического танца» 1984г
5. Ванслов В. Балеты Григоровича и проблемы хореографии.- М.:Искусство,1968г
6. Давыдов В. Проблемы развивающего обучения.- М., 2004г.
7. Конен В. Рождение джаза.- М., 1984г
8. Костровицкая В.С. 100 уроков классического танца 1976г
9. Костровицкая В.С. Писарева А. «Школа классического танца» Л. Искусство 1976г.
10. Конорова Е. Эстетическое воспитание средствами хореографического искусства. – М., 1963.
11. Ладыгин Л. Музыкальное оформление уроков танца. – М., 1980.
12. Пуртова Т., Беликова А., Кветная О. Учите детей танцевать: Учебное пособие для студентов учреждений СПО. – М.: Век информации, 2009.
13. Холл Д. Уроки танцев. Лучшая методика обучения танцам // Джим Холл; пер. с англ. Т. Сидориной. – М.: АСТ: Астрель, 2009.
14. Вихрева Н. Экзерсис на полу. - М.: МГАХ, 2004.
15. Левин М. Гимнастика в хореографической школе. - М.: Терра-Спорт, 2001.
- 16.Буренина А. Ритмическая мозаика. - СПб., 2000.
- 17.Горшкова Е. От жеста к танцу. - М.: Гном и Д, 2004.
- 18.Э.Жак Далькроз. Ритм. -М.-Классика –XXI, 2006.
- 19.Играем с начала: Гимнастика, ритмика, танец. - М., 2007.

Интернет-ресурсы:

www.horeograf.com.

<http://www.chel-15.ru/horejgrafia.ht>

<http://horeograf.ucoz.ru/bl>

Календарный план воспитательной работы

№	Название мероприятия, события	Форма проведения	Цель	Краткое содержание	Сроки проведения	Ответственная
1	Беседы (правила поведения в танцевальном зале, на концертах, за кулисами) История государственных ансамблей	Беседа Беседа		Правила поведения. Хореография – это одно из прекраснейших видов искусств, заставляющее человека пережить целую гамму чувств и эмоций.....	сентябрь февраль	Горбовцова Р.М.
2	собрание родительское	Беседа		Обсуждение планов на учебный год. Поездки на конкурс.	сентябрь май	Горбовцова Р.М.
3	Новогоднее чаепитие	Праздник для детей	Доставить радость детям		декабрь	Горбовцова Р.М.
4	Отчетный концерт ЦДТ	концерт	Отчет перед родителями за учебный год	Отчет о деятельности объединения	апрель	Горбовцова Р.М.
5	День защиты детей	Концерт и игровая программа	Поздравить детей с праздником	Выступление В Парке Победы	июнь	Горбовцова Р.М.
6	День учителя	концерт	Выступлени	выступление	октябрь	Горбовцова Р.М.

			перед учителя ми			
7	Здоровый образ жизни	беседа	Рассказ о вреде курения	Акция за здоровый образ жизни	декабрь апрель	Горбовцова Р.М.
8	День народного единства	беседа	Патриот ичес-кое воспита ние	Я гражданин России	ноябрь	Горбовцова Р.М.
9	День Победы	беседа	Патриот ичес-кое воспита ние	Участие в параде Победы.	май	Горбовцова Р.М.
10	Правила поведения на пешеходе	беседа	Правила безопас ности на дороге	Рассказ, как вести себя на дороге.	март	Горбовцова Р.М.
11	Правила поведения на природе	беседа	Обезопа сить от травм на природе, и предост еречь от укусов.	Рассказ, как вести себя на природе.	май	Горбовцова Р.М.

План мероприятий по реализации модуля «УЧЕБНОЕ ЗАНЯТИЕ»

№	Дата	Образовательные события	Мероприятие	Аудитория	Ответственный
1	сентяб рь	Этическое воспитание	Беседы (правила поведения в танцевальном зале, на концертах, за кулисами)	Танцевальный зал	Горбовцова Р.М.
2	февра ль	История государственных ансамблей	Беседа	Танцевальный зал	Горбовцова Р.М.

План мероприятий по реализации модуля

«ДЕТСКОЕ ОБЪЕДИНЕНИЕ»

№	Дата	Образовательные события	Мероприятие	Аудитория	Ответственный
1	декабрь	Новый год	Новогоднее чаепитие	Танцевальный зал	Горбовцова Р.М.
2	апрель	Отчет о деятельности объединения	Отчетный концерт ЦДТ	РДК	Горбовцова Р.М.
3	февраль	Отчет о деятельности объединения	Сольный концерт ансамбля	РДК	Горбовцова Р.М.

План мероприятий по реализации модуля

«ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ СРЕДА»

№	Дата	Образовательные события	Мероприятие	Аудитория	Ответственный
1	июнь	День защиты детей	Концерт и игровая программа	Парк Победы	Горбовцова Р.М.

План мероприятий по реализации модуля

«РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ»

№	Дата	Образовательные события	Мероприятие	Аудитория	Ответственный
1	сентябрь	Начало учебного года	собрание родительское	Танцевальный зал	Горбовцова Р.М.
2	Май	Конец учебного года	собрание родительское	Танцевальный зал	Горбовцова Р.М.

План мероприятий по реализации модуля «САМООПРЕДЕЛЕНИЕ»

№	Дата	Образовательные события	Мероприятие	Аудитория	Ответственный
1	январь	Выбор профессии	Рассказ о хореографических вузах и училищах	Танцевальный зал	Горбовцова Р.М.

План мероприятий по реализации модуля «НАСТАВНИЧЕСТВО»

№	Дата	Образовательные события	Мероприятие	Аудитория	Ответственный
1	октябрь	День учителя	Концерт для учителей	РДК	Горбовцова Р.М.

План мероприятий по реализации модуля «ПРОФИЛАКТИКА»

№	Дата	Образовательные события	Мероприятие	Аудитория	Ответственный
---	------	-------------------------	-------------	-----------	---------------

1	декабрь	Здоровый образ жизни	Акция за здоровый образ жизни	Танцевальный зал	Горбовцова Р.М.
	апрель	Здоровый образ жизни	Беседа о вреде курения	Танцевальный зал	Горбовцова Р.М.

План мероприятий по реализации модуля

«ПАТРИОТИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ»

№	Дата	Образовательные события	Мероприятие	Аудитория	Ответственный
1	ноябрь	День народного единства	Я гражданин России	Танцевальный зал	Горбовцова Р.М.
2	май	День Победы	Участие в Параде Победы	Парк Победы	Горбовцова Р.М.

План мероприятий по реализации модуля «СВЕТОФОР»

№	Дата	Образовательные события	Мероприятие	Аудитория	Ответственный
1	март	Правила поведения на пешеходе	беседа	Танцевальный зал	Горбовцова Р.М.

План мероприятий по реализации модуля

«ЮНЫЕ ИНСТРУКТОРЫ ТУРИЗМА»

№	Дата	Образовательные события	Мероприятие	Аудитория	Ответственный
1	май	Правила поведения на природе	Беседа	Танцевальный зал	Горбовцова Р.М.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Реализации дополнительной общеразвивающей программы

Наименование программы «Хореография»

Педагог - Горбовцова Р.М.

Учебный год 2025 - 2026

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
3год	10 сентября	31 мая	36	72	216	3 раза в неделю по два часа
4год	10 сентября	31 мая	36	72	216	3 раза в неделю по два часа

Приложение 1.

Перечень основных составляющих элементов для прохождения промежуточной и итоговой аттестации:

Упражнения на развитие основных танцевальных умений и навыков.

- партерный экзерсис, выполнение некоторых элементов у станка;
- основные танцевальные шаги;
- упражнения для головы;
- наклоны вперед, в стороны, назад, круговые вращения;
- упражнения для плеч;
- упражнения направленные на развитие выносливости, танцевального шага;
- элементы растяжки;
- упражнения для укрепления спины;
- основные элементы классического танца (доступные для понимания в данной возрастной группе);
- элементы гимнастики;
- прыжки;
- упражнения для рук.

Упражнения для рук могут быть построены на контрасте – малой и большой амплитуде: резкие и мягкие, короткие и длинные.

- упражнения для корпуса: наклоны в стороны, вперед, назад, исполняются в различных ритмических рисунках, с постепенным увеличением и уменьшением амплитуды движения («раскачивание ветвей при сильном и слабом ветре»), то же, с добавлением движений корпуса («раскачивание стволов деревьев»);
- поклон (простой с приседанием);
- простой шаг (бытовая форма);
- простой танцевальный шаг;
- сочетание шагов на носках и на пятках;
- шаги с высоко поднятыми коленями («цапля»);
- простой шаг с ударом;
- топающий шаг;
- переменный ход;
- бег на полу пальцах;
- прыжки, подскоки; - проскоки, перескоки;
- приставной шаг и галоп.

Элементы классического танца:

- ✓ releve по I, II и V позициям;
- ✓ demi plie и grand plie по I и II позициям;
- ✓ battement tendu;
- ✓ battement tendu jete;
- ✓ rond de jambe;
- ✓ battement relevent. По группам, лицом к палке - в сторону, назад, вперед (лицом к палке). Растяжка у станка;
- ✓ grand battement jete;
- ✓ Первая и вторая форма port de bras.
- ✓ позиции рук (подготовительное положение, 1,3,2)
- ✓ Позиции ног 1.2.3.

Ориентация в пространстве:

- ✓ различие правой, левой ноги, руки, плеча;
- ✓ повороты вправо, влево;
- ✓ движение по линии танца, против линии танца;
- ✓ движение по диагонали;
- ✓ построения и перестроения в колонну по одному, в пары и обратно, из колонны по два в колонну, по четыре и обратно, из колонны в шеренгу;
- ✓ из одной линии в две линии;
- ✓ комбинационные рисунки: круг, два круга, круг в круге, сужение и расширение круга, «звездочка», «змейка», «воротца»;
- ✓ свободное размещение по залу.

Танцевальные и ритмические упражнения и этюды:

- ✓ «елочка» - постановка корпуса;
- ✓ постановка головы;
- ✓ упражнения для головы;
- ✓ «воздушный шарик» - позиции рук классического танца;
- ✓ «Буратино» - упражнение для головы, рук, плеч;
- ✓ «ножки поссорились, ножки помирились» - постановка ног;
- ✓ развитие навыка полного приседания, подъема на полупальцы, прыжка;
- ✓ «паровозик» - направлен на развитие активности плечевого и локтевого сустава;
- ✓ «лягушки» - направлен на развитие выносливости и силы ног.

Партерный экзерсис:

- ✓ «кузнечик», «звездочка», «лягушка», «старенькая бабушка» и т.п.;

✓ упражнения для развития корпуса и осанки: «солдаты», «березка», «поза дерева», «поза лебедя», «карандаш», «колесо» и т.п.

✓ упражнения для развития стопы;

✓ элементы растяжки с напряженным и сокращенным подъемом;

✓ упражнения на развитие танцевального шага, выносливости;

✓ растяжка (разножка с перегибами корпуса, «складочка», «столик»);

✓ упражнения на гибкость (мостик, скручивания, прогибы).

Творческая деятельность, основы актерского мастерства:

✓ игровые задания на передачу эмоционального состояния: радостно – грустно, весело – страшно, интересно – скучно и т.п.4

✓ танцевальные шаги в различных образах (животных, птиц);

✓ игровые этюды развивающие актерскую выразительность;

✓ Музыкально – подвижные игры, развивающие ловкость, быстроту, внимание, умение действовать совместно: «кто быстрее», «машины и пешеходы», «плетень», «узнай по походке», «кто лучше», «успей передать», «разбежались, сбежались», «похлопаем, потопаем», «тропинка» «лиса и зайцы» и др.

Оценивание результата **постановочной работы** происходит по следующим критериям. Обучающиеся **должны знать**:

✓ рисунки выученных танцев;

✓ технику исполнения, движения и комбинации;

✓ особенности взаимодействия с партнерами на сцене;

Уметь:

✓ ориентироваться в пространстве;

✓ исполнять элементы и основные танцевальные комбинации танца;

✓ контролировать мышечную нагрузку;

✓ распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок танца.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 256233904371995990837526139856067300059550830145

Владелец Алавердова Лариса Анатольевна

Действителен с 11.11.2025 по 11.11.2026