

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №310  
ФРУНЗЕНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА «СЛОВО»

ПРИНЯТА  
Педагогическим советом,  
протокол №1 от 30 августа 2024

УТВЕРЖДЕНА  
Директор \_\_\_\_\_ И.В.Полуян  
приказ № 421-ОД от 30 августа 2024

**Дополнительная общеразвивающая программа  
«Хореография (повышенный уровень)»**

Возраст обучающихся: 9-13 лет

**Срок освоения: 2 года**

Автор-составитель:  
Тихомирова Марина Олеговна  
педагог дополнительного образования

### Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Хореография 2.0» разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

1. Федерального закона от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федерального закона Российской Федерации от 14.07.2022 № 295-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации»;
3. Распоряжения Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
4. Приказа Минобрнауки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
5. Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
6. Распоряжения Комитета по образованию от 25.08.2022 № 1676-р «Об утверждении критериев оценки качества дополнительных общеразвивающих программ, реализуемых организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и индивидуальными предпринимателями Санкт-Петербурга»;
7. Письма Департамента государственной политики в сфере воспитания, дополнительного образования и детского отдыха от 19.08.2022 № 06-1129 «Об адаптированных дополнительных общеразвивающих программах»;
8. Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил «Санитарно-эпидемиологические требования организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (СП 2.4.3648-20)»;
9. Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685- 21
10. «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (разд. VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»);
11. Распоряжения Комитета по образованию от 05.09.2022 № 1779-р «Об утверждении Правил проведения независимой оценки качества дополнительных общеразвивающих программ, планируемых к реализации в рамках персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Санкт-Петербурге»;
12. Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (письмо Министерства образования и науки Российской Федерации Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242),
13. Методических комментариев. – ГБНОУ «СПБ ГДТЮ», 2022 «Проектирование дополнительных общеразвивающих программ»,
14. Методических рекомендаций по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий» (письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 19.03.2020 № ГД-39/04);
15. Устава Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 310 Фрунзенского района Санкт-Петербурга «Слово»;

16. Положения о структурном подразделении «Отделение дополнительного образования детей ГБОУ школы №310 Фрунзенского района Санкт-Петербурга «Слово»
17. Положения о проектировании рабочих программ Отделения Дополнительного образования детей ГБОУ школы №310 Фрунзенского района Санкт-Петербурга «Слово»

Танцевальное искусство обладает огромной силой в воспитании творческой, всесторонне развитой личности. Занятия хореографией приобщают ребенка к миру прекрасного, воспитывают художественный вкус. Соприкосновение с танцем учит детей слушать, воспринимать, оценивать и любить музыку. Хореографические занятия совершенствуют детей физически, укрепляют их здоровье. Они способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру. Эти занятия хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и, в целом, повышают жизненный тонус учащегося. В танце находит выражение жизнерадостность и активность ребенка, развивается его творческая фантазия, творческие способности: воспитанник учится сам создавать пластический образ. Выступления перед зрителями являются главным воспитательным средством: переживание успеха приносит ребенку моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувство ответственности, дружбы, товарищества. Поэтому главная задача педагога – помочь детям проникнуть в мир музыки и танца, а не подготовить их к профессиональной сцене.

**Направленность программы.** «Хореография (повышенный уровень)» по содержанию является художественной.

**По уровню освоения** программа является базовой.

**По форме организации:** групповой и индивидуальной (в рамках группы).

**Актуальность программы** обусловлена тем, что в настоящее время общество осознало необходимость духовного и нравственно-эстетического возрождения России через усиление роли эстетического образования подрастающего поколения, что повлекло за собой повышение интереса к созданию и реализации программ, сориентированных на изучение культуры, истории и искусства, изучения народного творчества и охрану здоровья детей.

Детский хореографический коллектив – это особая среда, предоставляющая самые широчайшие возможности для развития ребенка: от изначального пробуждения интереса к искусству танца до овладения основами профессионального мастерства.

Хореография как вид искусства обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Это синтетический вид искусства, основным средством которого является движение во всем его многообразии. Высочайшей выразительности оно достигает при музыкальном оформлении. Музыка – это опора танца.

Движение и музыка, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память, учат благородным манерам. Воспитанник познает многообразие танца: классического, народного, современного. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

**Новизна программы** и педагогическая целесообразность в том, что она направлена на укрепление физического и психологического здоровья обучающихся, повышение эмоционального благополучия детей. Программа основана на принципах: систематичность, доступность, последовательность, поэтапность, индивидуализация, наглядность, связь теории с практикой, актуальность, результативность.

**Объем и срок освоения программы.** Программа рассчитана на 2 года обучения по 144 часа в год. На полное освоение программы требуется 288 часов, включая проведение мастер-классов, участие в конкурсах и фестивалях, посещение концертов.

**Адресат программы.** Программа адресована детям 9-13 лет. При реализации программы учитываются психические и физиологические особенности детей среднего школьного возраста. В подростковом возрасте происходят наибольшие изменения в организме ребенка. Наиболее существенные изменения происходят в интеллектуальной сфере. В этот период формируются навыки логического мышления, развивается логическая память. Активно развиваются творческие способности, и формируется индивидуальный стиль деятельности. В подростковом возрасте организм продолжает свое активное формирование, масса тела и рост стремительно увеличиваются, перестраивается нервно-эндокринная сфера и начинается половое созревание. Ведущими факторами развития в этом возрасте становятся общение со сверстниками и проявление индивидуальных особенностей личности.

### **Цель программы**

Повышение уровня образования в области эстетического воспитания детей, через изучение хореографического искусства.

### **Задачи**

#### **Обучающие:**

- сформировать навык постановки корпуса, рук и ног;
- сформировать знания отличительных особенностей разных видов танца;
- познакомить с основами музыкально-ритмической грамотности;
- сформировать исполнительскую культуру и исполнительское мастерство;
- сформировать художественный вкус путем знакомства с лучшими образцами мировой танцевальной культуры.

#### **Развивающие:**

- развить творческие способности;
- развить физические качества и двигательные навыки;
- развить музыкальный слух и чувство ритма;
- развить артистизм и эмоциональность;
- развить психофизические способности.

#### **Воспитательные:**

- развить дисциплинированность и аккуратность;
- приобщить к активному и здоровому образу жизни;
- воспитать чувство товарищества и личной ответственности;
- помочь преодолеть страх перед выступлением на сцене.

### **Организационно-педагогические условия реализации программы**

**Язык реализации:** русский.

**Форма обучения:** очная.

**Условия набора и формирования групп:** В группу первого года обучения принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний по заявлению на добровольной основе. На вакантные места в группу второго года обучения принимаются дети соответствующего уровня подготовки. Группа может формироваться как разновозрастной, так и разновозрастной.

Наполняемость в группах составляет: первый год обучения — 15 человек, второй год обучения — 12 человек. Уменьшение числа обучающихся в группе на втором году обучения объясняется увеличением объема и сложности изучаемого материала.

**Форма организации занятий:** фронтальная, групповая, ансамблевая, индивидуальная (для работы с солистами или коррекции пробелов в знаниях).

**Форма проведения занятий:** традиционная, репетиция, концерт, конкурс, праздник мастер-класс, открытое занятие, поход в театр.

### **Режим занятий**

На 1-м и 2-м годах обучения занятия проводится 2 раза в неделю по 2 академических часа с обязательным перерывом 10 минут (дополнительно — походы в театр, на концерты).

## **Методика организации занятий**

На занятиях дети знакомятся с основами хореографического мастерства, музыкальной грамотой, принципами здорового образа жизни. Освоение материала в основном происходит в процессе практической творческой деятельности. Подача материала основана на принципе последовательности и систематичности. Используемые методы и приемы обусловлены структурой урока:

- Словесный метод. Беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений, анализ выступлений, оценка.
- Практический метод. Заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения.
- Наглядный метод. Выразительный показ под счет, с музыкой.
- Игровой метод. Игры на развитие музыкально-ритмической координации, актерского мастерства.
- Концентрический метод. Возвращение к изученным движениям и композициям, но в более усложненном варианте.
- Импровизационный метод. Игры и упражнения с элементами импровизации.
- Музыкальное сопровождение как методический прием. Умелый подход к выбору музыкального материала для каждого упражнения позволяет научить ребенка согласовывать свои движения с музыкой.

### **Планируемые результаты освоения программы**

*К концу первого года обучения обучающийся будет:*

- знать единые требования о правилах поведения в хореографическом классе, и на сцене;
- знать требования к внешнему виду на занятиях;
- знать музыкальные размеры, темп и характер музыки;
- знать хореографические названия изученных элементов.;
- владеть корпусом во время исполнения движений;
- ориентироваться в пространстве;
- уметь координировать свои движения;
- уметь исполнять хореографический этюд в группе.

*К концу второго года обучения обучающийся будет:*

- знать музыкальную грамоту;
- знать хореографические названия вновь изученных элементов;
- знать историю возникновения и особенности танцев различных народов;
- знать основные элементы танцев различных народов;
- знать историю возникновения и особенности современных направлений танца;
- уметь корректировать свою деятельность в соответствии с заданиями и замечаниями педагога;
- уметь контролировать собственное исполнение, согласовывая его с коллективным;
- уметь анализировать музыкальный материал;
- самостоятельно выполнять изученные элементы классического танца;
- владеть исполнительским мастерством сценического танца.

### **Способы проверки результатов**

Контроль знаний и умений учащихся осуществляется через использование разных форм и методов:

- педагогическое наблюдение за ребенком на занятии;
- текущий контроль знаний в процессе работы над упражнениями;
- мониторинг самооценки обучающихся;

- педагогический анализ участия обучающихся в различных массовых мероприятиях, конкурсах, фестивалях, открытых занятиях;
- итоговый контроль умений и навыков при анализе работы.

#### **Материально-техническое оснащение**

- Хореографический класс с зеркалами;
- Раздевалка;
- Костюмерная;
- Магнитофон;
- Коврики для занятий на полу.

*Для занятий необходима специальная одежда.*

*Для девочек:*

- Гимнастический черный купальник (короткий рукав);
- Резинка на талию шириной 3 см;
- Носки;
- Балетки черные;
- Балетки белые концертные;
- Туфли черные для народного танца;
- Джазовки для современного танца;
- Волосы убраны в «кичку».

*Для мальчиков:*

- Футболка белая;
- Шорты черные;
- Носки;
- Балетки черные;
- Балетки белые (концертные);
- Сапоги черные для народного танца;
- Джазовки для современного танца.

**Учебный план 1 года обучения**  
к дополнительной общеразвивающей программе  
**«Хореография (повышенный уровень)»**

№ пп	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля, аттестации
		Всего	Теория	Практик а	
1.	<b>Комплектование групп</b>	2	2		
2.	<b>Вводные занятия</b>	2	2		Беседа, анкетировани е
3.	<b>Партерная гимнастика</b>	24	10	14	Педагогическ ое наблюдение
4.	<b>Промежуточный контроль</b>	2		2	Открытое занятие
5.	<b>Основы классического танца</b>				
5. 1	Экзерсис на середине зала	18	6	12	Педагогическ ое наблюдение
5. 2	Прыжки	16	5	11	Педагогическ ое наблюдение
6.	<b>Промежуточный контроль</b>	2	2		Опрос
7.	<b>Народно-сценический танец</b>	14	4	10	Педагогическ ое наблюдение
8.	<b>Промежуточный контроль</b>	2	2		Беседа
9.	<b>Постановочная и репетиционная работа</b>	48	18	30	Педагогическ ое наблюдение,
10 .	<b>Промежуточный контроль</b>	4	1	3	Концертные выступления, конкурсы
11 .	<b>Посещение концертов, театров, выставок</b>	8	8		Беседа, опрос
12 .	<b>Итоговый контроль</b>	2		2	Отчетный концерт, зачет
	Всего часов:	144	60	84	

**Учебный план 2 года обучения**  
к дополнительной общеразвивающей программе  
«Хореография (повышенный уровень)»

№ пп	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практик а	
1.	<b>Вводные занятия</b>	2	2		Беседа, анкетирование
2.	<b>Основы классического танца</b>				
2.1	Экзерсис на середине зала	20	6	14	Педагогическо е наблюдение
2.2	Прыжки	18	6	12	Педагогическо е наблюдение
3.	<b>Промежуточный контроль</b>	2	2		Беседа, опрос
4.	<b>Народно-сценический танец</b>	18	6	12	Педагогическо е наблюдение
5.	<b>Промежуточный контроль</b>	2		2	Открытое занятие
6.	<b>Основы современного танца</b>	12	4	8	Педагогическо е наблюдение
7.	<b>Промежуточный контроль</b>	2	2		Опрос
8.	<b>Постановочная и репетиционная работа</b>	50	12	38	Педагогическо е наблюдение, концертные выступления
9.	<b>Промежуточный контроль</b>	6		6	Концертные выступления, конкурсы
10.	<b>Посещение театров, концертов, выставок, мастер-классов</b>	10	8	2	Беседа, опрос, педагогическо е наблюдение
11.	<b>Итоговый контроль</b>	2		2	Отчетный концерт, зачет
	Всего часов:	144	48	96	



ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №310  
ФРУНЗЕНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА «СЛОВО»

ПРИНЯТА  
Педагогическим советом,  
протокол №1 от 30 августа 2024

УТВЕРЖДЕНА  
Директор \_\_\_\_\_ И.В.Полюян  
приказ № 421-ОД от 30 августа 2024

**Рабочая программа**  
**к дополнительной общеразвивающей программе**  
**«Хореография (повышенный уровень)»**  
Возраст обучающихся: 9-13 лет.  
Срок реализации 2 года

**Разработчик:** Тихомирова Марина Олеговна  
педагог дополнительного образования

**Календарный учебный график**  
к дополнительной общеразвивающей программе  
«Хореография (повышенный уровень)»  
Возраст обучающихся 9-13 лет.  
Срок реализации 1 год

Год обучения	Дата начала обучения программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	2 сентября	30 мая	36	72	144	2 раза в неделю по 2 часа

**Задачи:**

**Обучающие:**

- сформировать навык постановки корпуса, рук и ног;
- сформировать знания о классическом танце;
- сформировать знания отличительных особенностей танцев народов мира;
- познакомить с основами музыкально-ритмической грамотности;

**Развивающие:**

- развить творческие способности;
- развить физические качества и двигательные навыки;
- развить музыкальный слух и чувство ритма;
- развить память и внимание.

**Воспитательные:**

- развить дисциплинированность и аккуратность;
- приобщить к активному и здоровому образу жизни;
- создать дружный коллектив;
- воспитать уважение к своей культуре и культуре других народов;
- помочь преодолеть страх перед выступлением на сцене.

**Ожидаемые результаты**

**Предметные результаты:**

*Программные требования к знаниям (результаты теоретической подготовки):*

- названия и последовательность выполнения упражнений партерной гимнастики;
- терминология классического экзерсиса на середине зала;
- последовательность и правильность выполнения упражнений классического экзерсиса;
- терминологию народно-сценического танца;
- последовательность и правильность выполнения упражнений народно-сценического танца.

*Программные требования к умениям и навыкам (результаты практической подготовки):*

- грамотно выполнять упражнения партерной гимнастики;
- грамотно выполнять упражнения классического экзерсиса;
- грамотно выполнять упражнения народно-сценического экзерсиса;
- воспроизводить разученные танцевальные композиции под счет и под музыку;
- актерски передавать танцевальный образ.

**Личностные результаты:**

*Программные требования к уровню воспитанности:*

- формирование представления о понятиях «дружба», «товарищество»;
- формирование бережного отношения к духовным ценностям;
- формирование мотивации к творческому труду.

*Программные требования к уровню развития:*

- формирование мотивации к обучению и познанию;
- формирование устойчивого интереса к занятиям танцами;
- формирование уважительного отношения к России, родному краю.

**Метапредметные результаты:**

- умение придерживаться правил поведения в хореографическом классе, и на сцене;
- способность соблюдать требования к внешнему виду на занятиях;
- умение адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- освоение начальных форм личностной рефлексии.

**Календарно-тематическое планирование**

педагог: Тихомирова М.О.

2 года обучения

Раздел	Тема	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
Комплектование групп	Комплектование групп.	2		2
Вводные занятия.	Инструктаж по технике безопасности. Содержание и форма занятий. Внешний вид и дисциплина во время занятий. Взаимоотношения «учащийся-преподаватель» и отношения между ними. Анкетирование.	2		2
Партерная гимнастика	Поклон. Сокращение и вытягивание стоп в прямом и выворотном положении. Упражнения для подвижности пальцев ног.	0,5	1,5	2
Партерная гимнастика	Упражнения для развития подъема стопы в парах. Упражнения для развития выворотности стопы.	0,5	1,5	2
Партерная гимнастика	Упражнения для развития выворотности бедра «бабочка», «лягушка». Подъем пяток в положении «лягушка».	0,5	1,5	2
Партерная гимнастика	Наклоны в сторону в положении «разножка». Наклоны вперед в положении «разножка».	0,5	1,5	2

Партерная гимнастика	Подъем ноги при наклоне в положении «разножка». Упражнение «ножницы» сидя.	0,5	1,5	2
Партерная гимнастика	Упражнение «ножницы» с подниманием и опусканием ног. Упражнение «разножка» лежа на спине.	0,5	1,5	2
Партерная гимнастика	Махи прямыми ногами вперед и в сторону. Махи прямыми ногами назад в позе «сфинкса».	0,5	1,5	2
Партерная гимнастика	Перегибы спины под лопатками и в пояснице. Упражнения “лодочка” и “тюльпанчик”.	0,5	1,5	2
Партерная гимнастика	Упражнения для укрепления мышц спины. «Перекат» вперед из положения лежа на животе.	0,5	1,5	2
Партерная гимнастика	Упражнение “мостик” стоя на коленях. Упражнение “мостик” на вытянутых ногах, из положения стоя.	0,5	1,5	2
Партерная гимнастика	Махи назад и в сторону стоя на коленях. Наклоны к вытянутой ноге стоя на коленях.	0,5	1,5	2
Партерная гимнастика	Полушпагаты и шпагаты. Подготовка к открытому занятию.	0,5	1,5	2
Промежуточный контроль	Открытое занятие.		2	2
Посещение концертов, театров, выставок.	Посещение балета «Дюймовочка».	2		2
Постановочная и репетиционная работа.	Прослушивание музыкального материала танца «Классический вальс». Разбор сюжета и образов танца «Классический вальс».	2		2
Постановочная и репетиционная работа.	Разучивание подготовительных движений танца «Классический вальс». Объяснение правильности исполнения подготовительных движений танца «Классический вальс».	0,5	1,5	2
Постановочная и репетиционная работа.	Разучивание основного хода в танце «Классический вальс». Отработка основного хода в танце «Классический вальс».	0,5	1,5	2
Постановочная и репетиционная работа.	Разучивание основных движений танца «Классический вальс». Отработка основных движений танца «Классический вальс».	0,5	1,5	2
Постановочная и репетиционная работа.	Разучивание движений рук в танце «Классический вальс». Отработка движений рук в танце «Классический вальс».	0,5	1,5	2

Постановочная и репетиционная работа.	Соединение основных движений в комбинации. Отработка комбинаций танца «Классический вальс» с педагогом.	0,5	1,5	2
Постановочная и репетиционная работа.	Отработка комбинаций танца «Классический вальс» индивидуально. Отработка комбинаций танца «Классический вальс» в парах.	0,5	1,5	2
Посещение концертов, театров, выставок.	Посещение концерта посвященного «Дню матери».	2		2
Постановочная и репетиционная работа.	Разбор рисунков танца «Классический вальс». Развод исполнителей по рисункам танца «Классический вальс».	0,5	1,5	2
Постановочная и репетиционная работа.	Отработка танца «Классический вальс» блоками и целиком. Работа над выразительностью рук в танце «Классический вальс».	0,5	1,5	2
Постановочная и репетиционная работа.	Работа над образами в танце «Классический вальс». Репетиция номера «Классический вальс» к конкурсу.	0,5	1,5	2
Постановочная и репетиционная работа.	Участие в конкурсе с номером «Классический вальс».		2	2
Основы классического танца.	Значение выворотности в классическом танце. Постановка корпуса. Позиции ног 1, 2, 3.	0,5	1,5	2
Основы классического танца.	Плие и гранд по 1, 2 и 3 позициям. Релеве по 1, 2 и 3 позициям.	0,5	1,5	2
Основы классического танца.	Батман тандю по 3 позиции в сторону и вперед. Батман тандю по 3 позиции назад.	0,5	1,5	2
Основы классического танца.	Батман тандю с плие по 3 позиции вперед, в сторону и назад. Батман тандю жете по 3 позиции в сторону и вперед.	0,5	1,5	2
Основы классического танца.	Деми ронд де жамб пар тер ан деор и ан дедан. Ронд де жамб пар тер ан деор и ан дедан.	0,5	1,5	2
Посещение концертов, театров, выставок.	Посещение новогоднего концерта в ДДЮТ.	2		2
Основы классического танца.	Сюр ле кудепье спереди: учебное и условное. Сюр ле кудепье сзади. Релеве лян на 90 градусов в сторону и вперед.	0,5	1,5	2

Основы классического танца.	Ретире. Батман девелопе в сторону и вперед. Гранд батман по 3 позиции в сторону и вперед.	0,5	1,5	2
Основы классического танца.	Позы классического танца. Первый и второй арабеск на 45 градусов. Тур шене. Подготовка к тур пике. Тур пике.	0,5	1,5	2
Основы классического танца.	Первое и третье порт де бра. Второе порт де бра.	0,5	1,5	2
Промежуточный контроль	Опрос. Отличительные особенности народно-сценического танца от классического.	2		2
Народно-сценический танец.	Поклон. Положения рук: I, II, III позиции, руки на поясе, скрещенные перед грудью, руки за спину на пояс. Позиции ног: I, II, III открытые позиции, I и II прямые позиции, I и II закрытые позиции.	0,5	1,5	2
Народно-сценический танец.	Положения головы: прямо, поворот, наклон. Виды шагов: простой, с каблука, шаркающий, переменный, переменный с приставкой ноги.	0,5	1,5	2
Народно-сценический танец.	Виды бега: с захлестом голени назад, с подъемом коленей, с броском прямых ног. «Елочка». «Гармошка»: с продвижением в сторону, с продвижением по кругу.	0,5	1,5	2
Народно-сценический танец.	Подготовка в «молоточкам». «Молоточки». Флик фляк по шестой позиции.	0,5	1,5	2
Народно-сценический танец.	«Моталочка». Притопы: на месте, в продвижении.	0,5	1,5	2
Народно-сценический танец.	Дробный «ключ». Понятие «точки» во вращениях. Вращения на месте.	0,5	1,5	2
Народно-сценический танец.	Вращение в беге по диагонали. Беседа об особенностях культур разных народностей.	1	1	2
Постановочная и репетиционная работа.	Беседа о различиях танцевальных культур разных народов. Прослушивание музыкального материала цыганского танца.	2		2
Постановочная и репетиционная работа.	Разбор отличительных особенностей цыганского танца. Разучивание подготовительных движений цыганского танца.	0,5	1,5	2
Постановочная и репетиционная работа.	Объяснение правильности исполнения подготовительных движений цыганского танца. Разучивание проходки с юбкой.	0,5	1,5	2
Постановочная и репетиционная работа.	Тряска на высоких полупальцах. Отработка подготовительных движений, проходки с юбкой и тряски на высоких полупальцах.	0,5	1,5	2

Постановочная и репетиционная работа.	Репетиция танца «Классический вальс» к концерту. Выступление на концерте в ГБОУ школе №310.		2	2
Посещение концертов, театров, выставок.	Посещение концерта посвященного 8 марта.	2		2
Постановочная и репетиционная работа.	Широкий ход накрест: с отбрасыванием ноги, с юбкой. Боковой ход. Переменный ход в сторону.	0,5	1,5	2
Постановочная и репетиционная работа.	Отработка широкого хода накрест, бокового хода и переменного хода в сторону. Беглый шаг с юбкой по диагонали и по кругу.	0,5	1,5	2
Постановочная и репетиционная работа.	Чечетка. Отработка беглого шага и чечетки.	0,5	1,5	2
Постановочная и репетиционная работа.	Особенности работы рук в цыганском танце. Вращения в «припадании» на месте с увеличением темпа.	0,5	1,5	2
Постановочная и репетиционная работа.	Отработка движений рук и вращений. Прыжок в «кольцо».	0,5	1,5	2
Постановочная и репетиционная работа.	Соединение движений в комбинации. Отработка комбинаций цыганского танца.	0,5	1,5	2
Постановочная и репетиционная работа.	Работа с юбкой в цыганском танце. Отработка работы с юбкой.	0,5	1,5	2
Постановочная и репетиционная работа.	Разбор рисунков цыганского танца. Развод исполнителей по рисункам цыганского танца.		2	2
Постановочная и репетиционная работа.	Отработка цыганского танца блоками и целиком. Тан леве соте по 1 и 2 позициям.	0,5	1,5	2
Основы классического танца.	Тан леве соте по 3 и 5 позициям. Шажман де пье со сменой эпольман.	0,5	1,5	2
Основы классического танца.	Комбинация тан леве соте с шажман де пье. Па эшапе ан фас.	0,5	1,5	2

Основы классического танца.	Па эшапе со сменой эпольман. Па глиссад.	0,5	1,5	2
Основы классического танца.	Па ассамблее в сторону. Па ассамблее вперед.	0,5	1,5	2
Основы классического танца.	Комбинация па глиссад с па ассамблее. Па жете в сторону.	0,5	1,5	2
Постановочная и репетиционная работа.	Репетиция номеров «Классический вальс» и «Цыганский танец» к концерту. Выступление с номерами «Классический вальс» и «Цыганский танец».67		2	2
Основы классического танца.	Па амбуате. Па де шат.	0,5	1,5	2
Основы классического танца.	Сиссон в первый арабеск. Гранд жете по диагонали.	0,5	1,5	2
Основы классического танца. Промежуточный контроль.	Гранд па де ша по диагонали. Опрос.	1	1	2
Постановочная и репетиционная работа.	Репетиция и подготовка номеров к отчетному концерту.		2	2
Итоговый контроль	Отчетный концерт ОДОД школы №310. Зачет.		2	2
	Итого часов			144

## Содержание программы

### **Тема № 1 Вводные занятия**

**Теория:** Беседа об истории танцевального искусства. Содержание и форма занятий. Внешний вид воспитанников. Дисциплина во время обучения. Инструктаж по технике безопасности. Взаимоотношения “учащийся-преподаватель” и отношения между ними.

### **Тема № 2 Партерная гимнастика**

**Теория:** Понятие о гибкости и растяжке. Правила и порядок выполнения упражнений.

**Практика:** Сокращение и вытягивание стоп в прямом и выворотном положении. Упражнения для подвижности пальцев ног. Упражнения для развития подъема стопы в парах. Упражнения для развития выворотности стопы. Упражнения для развития выворотности бедра «бабочка», «лягушка». Подъем пяток в положении «лягушка». Наклоны в сторону в положении «разножка». Наклоны вперед в положении «разножка». Подъем ноги при наклоне в положении «разножка». Упражнение «ножницы» сидя.



Упражнение «ножницы» с подниманием и опусканием ног. Упражнение «разножка» лежа на спине. Махи прямыми ногами вперед и в сторону. Махи прямыми ногами назад в позе «сфинкса». Перегибы спины под лопатками и в пояснице. Упражнения “лодочка” и “тюльпанчик”. Упражнения для укрепления мышц спины. «Перекат» вперед из положения лежа на животе. Упражнение “мостик” стоя на коленях. Упражнение “мостик” на вытянутых ногах, из положения стоя. Махи назад и в сторону стоя на коленях. Наклоны к вытянутой ноге стоя на коленях. Полушпагаты и шпагаты.

### **Тема № 3 Основы классического танца**

**Теория:** Основы постановки корпуса. Что такое выворотность. Значение выворотности в классическом танце. Апломб. Позиции рук и ног в классическом танце. Точки зала. Работающая и опорная нога.

**Практика:** Постановка корпуса. Позиции ног 1, 2, 3. Плие и гранд по 1, 2 и 3 позициям. Релеве по 1, 2 и 3 позициям. Батман тандю по 3 позиции в сторону и вперед. Батман тандю по 3 позиции назад. Батман тандю с плие по 3 позиции вперед, в сторону и назад. Батман тандю жете по 3 позиции в сторону и вперед. Деми ронд де жамб пар тер ан деор и ан дедан. Ронд де жамб пар тер ан деор и ан дедан. Сюр ле кудепье спереди: учебное и условное. Сюр ле кудепье сзади. Релеве лян на 90 градусов в сторону и вперед. Ретире. Батман девелопе в сторону и вперед. Гранд батман по 3 позиции в сторону и вперед. Позы классического танца. Первый и второй арабеск на 45 градусов. Тур шене. Подготовка к тур пике. Тур пике. Первое, второе и третье порт де бра. Тан леве соте по 1 и 2 позициям. Тан леве соте по 3 и 5 позициям. Шажман де пье со сменой эпольман. Па эшапе ан фас. Па эшапе со сменой эпольман. Па глиссад. Па ассамблее в сторону. Па ассамблее вперед. Па жете в сторону. Па амбуате. Па де шат. Сиссон в первый арабеск. Гранд жете по диагонали. Гранд па де ша по диагонали.

### **Тема № 4 Народно-сценический танец**

**Теория:** История танцев разных народов мира. Отличительные особенности позиций рук, ног и головы в народно-сценическом танце. Особенности работы в паре. Различия в танцах разных народов. Понятие «точки» во вращениях.

**Практика:** Поклон. Положения рук: I, II, III позиции, руки на поясе, скрещенные перед грудью, руки за спину на поясе. Позиции ног: I, II, III открытые позиции, I и II прямые позиции, I и II закрытые позиции. Положения головы: прямо, поворот, наклон. Виды шагов: простой, с каблука, шаркающий, переменный, переменный с приставкой ноги. Виды бега: с захлестом голени назад, с подъемом коленей, с броском прямых ног. «Елочка». «Гармошка»: с продвижением в сторону, с продвижением по кругу. Подготовка в «молоточкам». «Молоточки». Флик фляк по шестой позиции. «Моталочка». Притопы: на месте, в продвижении. Дробный «ключ». Вращения на месте. Вращение в беге по диагонали.

### **Тема № 5 Постановочная и репетиционная работа**

**Теория:** Передача образа в танцевальной постановке. Прослушивание музыкального материала. Рисунок танца.

**Практика:** Изучение основных движений. Соединение движений в комбинации. Развод исполнителей по рисункам танца. Работа над образом. Отработка постановки. Участие в концертах, конкурсах, фестивалях. Открытые уроки.

**Примерный репертуар:** «Классический вальс», «Цыганский танец».

**Тема №6. Посещение театров, концертов, выставок.**

Посещение концертов в ДДЮТ. Посещение балетов.

В процессе обучения по образовательной программе в качестве методов контроля используются:

- ежедневные наблюдения на занятиях;
- контрольные занятия;
- конкурсы;
- открытые занятия;
- диагностика мотивов посещения;
- диагностические карты результативности обучения;
- анкетирование.

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по Программе проводится диагностика:

- *Входная.* Проводится в сентябре и определяет стартовый уровень физических данных учащихся, ранее не занимавшихся по образовательной Программе.
- *Промежуточная.* Она проводится в декабре на открытом занятии. И показывает динамику результативности освоения Программы.
- *Итоговая.* Проводится в мае на открытом занятии, по итогу которой обучающийся получает зачет/не зачет и переводится на следующий год обучения.

Результаты диагностики отражаются в диагностической карте **«Результативность обучения»**, которая ведется по следующим показателям: **«Выворотность»**, **«Подъем стопы»**, **«Гибкость тела»**, **«Прыжок»**, **«Музыкально-ритмическая координация»** (Приложение 1).

Для самоанализа и отслеживания адекватности самооценки используется анкета **«Приобретенные знания и умения»** (Приложение 2). В которой учащиеся самостоятельно оценивают свой уровень освоения программы. Далее результаты сравниваются педагогом.

Для ознакомления с общими представлениями обучающегося о хореографии используется **«Анкета-знакомство»** (Приложение 3).

Для исследования мотивации родителей можно использовать анкету **«Мотивация родителей»** (Приложение 4).

Для удобства родителей разработана памятка **«Что необходимо для занятий»** (Приложение 5).

## Литература

### *Для педагога:*

1. Балетмейстер и коллектив: учебное пособие /Л.В. Бухвостова, Н.И. Заикин, С.А. Щекотихина./ - Орел, 2007.
2. Боголюбска М.С. Музыкально-хореографическое искусство в системе эстетического и нравственного воспитания. - М., 1986.
3. Боголюбска М.С. Учебно-воспитательная работа в детских самодеятельных хореографических коллективах. - М., 1982.
4. Вакулова А.Д., Бутин И.М. Развитие физических способностей детей. - Ярославль, 1999.
5. Волков Б. С. Психология младшего школьника: Учебное пособие / Б. С. Волков. М.: Пед. общ-во России, 2002.
6. Григорович Юрий Фотоальбом. «Планета», 1987.
7. Громов Ю.И. Работа педагога-балетмейстера в детском хореографическом коллективе. - СПб.:СПбГУП, 2006.
8. Громова Е.Н. Из воспоминаний педагога-репетитора. Как я работала с детьми. - СПб.:СПбГУП, 2006.
9. Громова Е.Н. Образцы детских танцев из классических балетов. - СПб.:СПбГУП, 2006.
- 10.Зарипов Р.С. драматургия и композиция танца: взгляд из зрительного зала. – Новосибирск, 2008.
- 11.Захаров Р.В. Сочинение танца. - М.: «Искусство», 1983.
- 12.Звездочкин В.А. Классический танец. – Ростов н/Д: «Феникс», 2003
- 13.Кацер О.В., Коротаяева С.А. Музыка. Дети. Здоровье. Игровая методика развития музыкальных способностей детей. - СПб.: ЛОИРО, 2007.
- 14.Козлов В.В. Физическое воспитание детей в учреждениях дополнительного образования. - М.: «ВЛАДОС», 2003.
- 15.Костровицкая В.С. 100 уроков классического танца. - Ленинград, 1981.
- 16.Лисицкая Т.С. Ритм+пластика. - М.: ФиС,1987.
- 17.Мессерер А.М. Танец, мысль, время. - Ленинград: «Искусство», 1992.
- 18.Ритмическая гимнастика и игровой танец в занятиях стрейчингом — СПб.: УМЦ «Аллегро», 1993.
- 19.Сапогов А.А. Апломб. – СПб.:СПбГУП, 2006.
- 20.Тихомирова Л.Ф. Упражнения на каждый день: развитие внимания и воображения для школьников.
- 21.Уральская В.И. Природа танца. - М.: «Советская Россия», 1981.
- 22.Фридман Л. М. Психология детей и подростков: справочник для учителей и воспитателей. - М.: Изд-во Института Психотерапии, 2003.
- 23.Шереметьевская Н. Танец на эстраде. - М.: «Искусство», 1985.
- 24.Шкробова С.В. Искусство балетмейстера: теоретические основы. - СПб, 2007.

### *Для детей и родителей:*

- Асафьев Б. О балете. – Л.: издательство «Музыка», 1974.
- Ваганова А.Я. Основы классического танца. – СПб.: Лань, 2001.
- Васильева Т.К. Секрет танца - СПб.: «Диамант», 1997.
- Громов Ю.И. Воспитание танцем. – СПб.: СПбГУП, 2006.
- Дункан А. «Моя жизнь», 1930.
- Константиновский В.С. Учить прекрасному. – М.: Молодая гвардия,1973.

- Крэйн Уильям. Психология развития человека. 25 главных теорий. - СПб «Прайм-Еврознак», 2007.
- Чернова Н.Ю. «От Гельцер до Улановой» - М: «Искусство», 1979.

Приложение 1

Диагностическая карта

№	Список детей	Выворотность			Подъем стопы			Гибкость тела			Прыжок			Музыкально-ритмическая координация		
		Сентябрь	Декбрь	Май	Сентябрь	Декбрь	Май	Сентябрь	Декбрь	Май	Сентябрь	Декбрь	Май	Сентябрь	Декабрь	Май

**В — высокий; С — средний; Н — низкий;**

## Приложение 2

### Приобретенные знания и умения

Дорогой друг!

Оцени, пожалуйста, по пятибалльной шкале знания и умения, которые ты получил, занимаясь в кружке (коллективе) в этом учебном году и зачеркни соответствующую цифру (1 – самая низкая оценка, 5 – самая высокая).

1	Освоил теоретический материал по разделам и темам программы (могу ответить на вопросы педагога)	1	2	3	4	5

2	Знаю специальные термины, используемые на занятиях	1	2	3	4	5

3	Научился использовать полученные на занятиях знания в практической деятельности	1	2	3	4	5

4	Умею выполнить практические задания (упражнения, задачи, опыты и т.д.), которые дает педагог	1	2	3	4	5

5	Научился самостоятельно выполнять творческие задания	1	2	3	4	5

6	Умею воплощать свои творческие замыслы	1	2	3	4	5

7	Могу научить других тому, чему научился сам на занятиях	1	2	3	4	5

8		1	2	3	4	5
---	--	---	---	---	---	---

	Научился сотрудничать с ребятами в решении поставленных задач					
--	---	--	--	--	--	--

9	Научился получать информацию из различных источников	1	2	3	4	5

10	Мои достижения в результате занятий	1	2	3	4	5

---

**Анкета-знакомство**

**Имя** \_\_\_\_\_

**Фамилия** \_\_\_\_\_

**Сколько тебе лет** \_\_\_\_\_

**В каком классе ты учишься** \_\_\_\_\_

**Сколько лет ты занимаешься хореографией** \_\_\_\_\_

**Какие направления танца ты знаешь** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Какие из них тебе больше нравятся** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Каких знаменитых танцовщиков ты знаешь** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Кем ты хочешь стать в будущем** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



**Анкета «Мотивация родителей»**

Уважаемые родители!

Просим Вас выбрать один из предложенных ответов на данные вопросы, отметив его галочкой (подчеркнуть) или предложить свой вариант ответа.

- Какую роль в жизни Вашего ребенка играют занятия хореографией?
  - Значительную.
  - Второстепенную.
  - Практически никакую.
- Ваш ребенок занимается в детском творческом объединении в отделении дополнительного образования. Какое место занимает в ваших повседневных взаимоотношениях, разговорах, обмене мнениями тема его занятий?
  - Вы принимаете активное участие в его занятиях (контролируете посещаемость, интересуетесь успехами ребёнка, морально поддерживаете ребенка).
  - Вы соблюдаете «позитивный нейтралитет»; делами ребенка интересуетесь, но на занятия он ходит сам (вы не контролируете, пошел ли он на занятия или нет).
  - Вы достаточно равнодушны к занятиям вашего ребенка творчеством; посещаемость занятий не контролируете.
- Дали ли бы Вы согласие на участие ребенка в серьезном проекте (творческой поездке, фестивале, выставке или конкурсе), если при этом:
  - Требуется значительные для вашей семьи материальные вложения?
    - А) Да.
    - Б) Нет.
    - В) По ситуации.
  - Требуется напряженный режим занятий в течение определенного времени, и это может привести к снижению активности в школьных занятиях и изменению привычного распорядка?
    - А) Да.
    - Б) Нет.
    - В) По ситуации.
- Мероприятие нарушает Ваши планы на выходные (праздничные или каникулярные) дни?
  - А) Да.
  - Б) Нет.

В) По ситуации.

- Готовы ли Вы участвовать в жизни детского коллектива, в котором занимается Ваш ребенок? А именно:

1. Помогать педагогу в организации и проведении коллективных мероприятий, решении проблем коллектива -

А) регулярно;

Б) иногда;

В) практически никогда.

2. Помогать педагогу в материально-техническом оснащении образовательного процесса -

А) регулярно;

Б) иногда;

В) практически никогда.

3. Посещать текущие мероприятия коллектива (концерты, праздники, родительские собрания, консультации для родителей и т.д.) -

А) регулярно;

Б) иногда;

В) практически никогда.

**Памятка «Что необходимо для занятий»**

*Первый год обучения*

Для девочек:

- Черный гимнастический купальник (короткий рукав);
- белая резинка на талию шириной 3 см.;
- белые носки;
- черные балетки (с отдельной подошвой);
- белые балетки (для концертных выступлений);
- все для прически (резинка для волос, шпильки, невидимки).

Для мальчиков:

- Белая футболка;
- черные шорты;
- белые носки;
- черные балетки (с отдельной подошвой);
- белые балетки (для концертных выступлений).

*Второй год обучения*

Для девочек:

- Черный гимнастический купальник (короткий рукав);
- белая резинка на талию шириной 3 см.;
- белые носки;
- черные балетки (с отдельной подошвой);
- белые балетки (для концертных выступлений);
- туфли черные для народного танца;
- все для прически (резинка для волос, шпильки, невидимки).

Для мальчиков:

- Белая футболка;
- черные шорты;
- белые носки;
- черные балетки (с отдельной подошвой);
- белые балетки (для концертных выступлений);
- сапоги черные для народного танца.