

Администрация Петрозаводского городского округа  
муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Петрозаводского городского округа  
«Центр образования и творчества «Петровский Дворец»  
(МОУ «Петровский Дворец»)

ОДОБРЕНО

Методическим советом

Протокол № 1 от «29» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МОУ «Петровский Дворец»

М.М. Карасева

Приказ 08.1 – 02 д/о от «31» августа 2023 г.

Рабочая программа  
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы  
художественной направленности  
**«Территория танца»**

Возраст обучающихся: 6,6 – 11 лет

Срок освоения программы: 3 года

Разработчик: Острцова Марина Владимировна,  
педагог дополнительного образования

Петрозаводск

2023

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Территория танца» имеет художественную направленность и реализуется в хореографическом коллективе «Территория танца».

**Уровень программы – базовый.**

### **Актуальность программы.**

Современный танец - своеобразный пласт в искусстве танца, он обладает своей неповторимой спецификой, изяществом, энергетикой. Современный танец выработал свой индивидуальный язык тела, отличный от других танцевальных направлений, требующий особого подхода к его изучению. Программа «Территория танца» предполагает дать детям необходимый уровень знаний, умений, навыков в области современного танца и возможность реализовывать свои творческие способности путем поиска новых оригинальных хореографических средств.

Актуальность программы обусловлена спросом родителей и детей на подобного рода развивающие программы художественной направленности. Программа «Территория танца» помогает реализовывать комплекс вопросов связанных с формированием творческих навыков, удовлетворением индивидуальных потребностей в нравственном, художественном, интеллектуальном совершенствовании детей, организации их свободного времени. Способствует сохранению и укреплению здоровья, развитию физических данных детей.

### **Новизна.**

Новизна данной программы заключается в сочетании изучения техник современного танца: джаз танца, танца модерн, импровизации, партнеринг, техники работы с полом. На подготовительном этапе мы опираемся на ритмику, партерную гимнастику и основные элементы классического танца.

Программа разработана с учетом физических, психологических и возрастных особенностей детей и построена по принципу «от простого к сложному». Физическая нагрузка и уровень сложности движений нарастают поэтапно и последовательно, усложняются творческие задания и также возрастает уровень ответственности обучающихся. Учебно-воспитательный процесс ориентирован на личность ребенка, его индивидуальные склонности, способности и особенности, что позволяет выстраивать в

коллективе особую атмосферу сотрудничества, взаимодействия и заинтересованности в творческой активности каждого ребенка.

### **Педагогическая целесообразность.**

Педагогическая целесообразность программы заключается в ее содействии гармоничному, психическому, духовному и физическому развитию детей; формированию художественно-эстетического вкуса, умению самовыражения чувств и эмоций, физической культуры, а также нравственных качеств личности.

### **Адресат программы.**

Программа ориентирована на работу с детьми в возрасте 6,6 – 11 лет независимо от наличия у них специальных данных.

### **Объем и срок освоения программы.**

Срок освоения программы – 3 года.

Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения и необходимых для освоения программы – часов;

Занятия проводятся:

1 год обучения -3 раза в неделю по 2 часа, 6 часов в неделю, 204 часа в год;

2 год обучения -3 раза в неделю по 2 часа, 6 часов в неделю, 216 часов в год;

3 год обучения - 3 раза в неделю по 2 часа, 6 часов в неделю, 216 часов в год.

Занятия проводятся по 45 мин, перерыв 10 мин.

**Форма обучения:** Очная

### **Особенности организации образовательного процесса.**

Обучающиеся, осваивая программу «Территория танца» получают необходимый уровень знаний, умений, навыков в области современного танца и возможность реализовывать свои творческие способности путем поиска новых оригинальных хореографических средств.

Состав групп может быть разновозрастным. Набор обучающихся в учебные группы осуществляется через портал «Навигатор дополнительного образования детей Республики Карелия». При поступлении обучающегося определяется уровень его подготовки, что позволяет обеспечить индивидуальный подход при освоении им образовательной программы.

## ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

### **Цель программы:**

Формирование и развитие пластических, танцевальных способностей и творческого потенциала обучающихся посредством овладения техниками современного танца.

### **Задачи:**

#### *Обучающие:*

- выработка у обучающихся комплекса навыков и умений, способствующих свободному и выразительному овладению различными техниками и стилями современной хореографии;
- формирование исполнительской культуры и навыков ориентации в сценическом пространстве.

#### *Развивающие:*

- раскрытие и развитие творческих способностей обучающихся, правильной эмоциональной отзывчивости на музыку, способности к импровизации;
- содействие развитию опорно-двигательного аппарата, формированию осанки, профилактике плоскостопия, функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно - сосудистой и нервной систем организма;
- развитие чувства ритма, музыкального слуха, двигательной памяти;
- развитие мышечной силы, гибкости, выносливости, координационных способностей.

#### *Воспитательные*

- привитие интереса к танцевальному творчеству;
- воспитание культуры общения, способствование установлению и укреплению дружеских взаимоотношений в коллективе;
- воспитание чувства ответственности за индивидуальное и коллективное творчество;
- приобщение к здоровому образу жизни;
- способствование организации свободного времени, профилактике девиантного поведения и социальной адаптации.

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Название дисциплины, раздела дисциплины	Количество часов			Формы аттестации/контр оля
		Всего	Теория	Практика	
<i>1-й год обучения</i>					
1.	Введение	2	1	1	Опрос, анкетирование
2.	Подготовительные упражнения	24	4	20	Педагогическое наблюдение
3.	Упражнения на развитие мышечного чувства	24	4	20	Педагогическое наблюдение
4.	Музыкально-ритмическая координация	34	4	30	Педагогическое наблюдение
5.	Основные движения и элементы классического танца	24	4	20	Педагогическое наблюдение
6.	Партерная гимнастика	34	4	30	Педагогическое наблюдение
7.	Пространственная композиция	24	4	20	Педагогическое наблюдение
8.	Танцевальные комбинации и постановка танцев	34	4	30	Педагогическое наблюдение
9.	Промежуточная аттестация	4	-	4	Открытое занятие
	<b>Всего:</b>	<b>204</b>	<b>29</b>	<b>165</b>	
<i>2-й год обучения</i>					
1.	Введение. Определение задач на текущий год.	2	1	1	Педагогическое наблюдение
2.	Основные движения и элементы классического танца	24	2	22	Педагогическое наблюдение

3.	Основные положения корпуса и упражнения для позвоночника	24	4	20	Педагогическое наблюдение
4.	Изоляция	24	4	20	Педагогическое наблюдение
5.	Стрейчинг	24	4	20	Педагогическое наблюдение
6.	Экзерсис на середине зала	24	4	20	Педагогическое наблюдение
7.	Вращения	12	2	10	Педагогическое наблюдение
8.	Работа в партере	24	4	20	Педагогическое наблюдение
9.	Кросс. Передвижение в пространстве	12	2	10	Педагогическое наблюдение
10	Танцевальные этюды, импровизация, постановка номеров	42	4	38	Педагогическое наблюдение.
11	Промежуточная аттестация	4	-	4	Класс-концерт
	<b>Всего:</b>	<b>216</b>	<b>29</b>	<b>185</b>	
<b><i>3-й год обучения</i></b>					
1.	Введение. Определение задач на текущий год.	2	1	1	Педагогическое наблюдение
2.	Основные движения и элементы классического танца	20	2	18	Педагогическое наблюдение
3.	Упражнения для позвоночника	22	2	20	Педагогическое наблюдение
4.	Изоляция	22	2	20	Педагогическое наблюдение
5.	Стрейчинг	22	2	20	Педагогическое наблюдение
6.	Экзерсис на середине зала	24	2	22	Педагогическое наблюдение

7.	Вращения	12	2	10	Педагогическое наблюдение
8.	Работа в партере	24	2	22	Педагогическое наблюдение
9.	Кросс. Перемещение в пространстве	12	2	10	Педагогическое наблюдение
10	Партнеринг	10	2	8	Педагогическое наблюдение
11	Танцевальные этюды постановка номеров	42	4	38	Педагогическое наблюдение
12	Итоговая аттестация.	4	-	4	Выступление
	<b>Всего:</b>	216	23	193	

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### 1-й год обучения

#### 1. Вводное занятие

*Теория:* знакомство с детьми, беседа о танце, правила безопасного поведения в зале.

*Практика:* игровая программа, изучение поклона.

#### 2. Подготовительные упражнения

*Теория:* объяснение методики выполнения движений и корректировка во время их выполнения.

*Практика:* постановка корпуса основные положения стоя, положения сидя со скрещенными ногам. Положение рук, условные 1, 2, 3 позиции, руки не напряжены, положение - на поясе. Исходные позиции ног (1,2 свободные, выворотные и параллельные)

#### 3. Упражнения на развитие мышечного чувства

*Теория:* объяснение основных положений, методики исполнения упражнений и исправление ошибок в процессе их изучения.

*Практика:* упражнения на расслабление и напряжение плечевого пояса, корпуса, рук и ног. Умение переносить тяжесть с одной ноги на другую, с пяток на носок и обратно. Упражнения на тренировку равновесия.

#### 4. Музыкально-ритмическая координация

*Теория:* Умение согласовывать движение частей тела во времени и пространстве под музыку.

*Практика:* Наклоны и повороты головы. Поднимание и опускание плеч, круговые движения плечами. Упражнения для рук, кистей, пальцев, локтевых и плечевых суставов. Упражнения для корпуса (наклоны и повороты), упражнения, развивающие у детей музыкальный слух, память, внимание, ритмичность, пластичную выразительность движений.

## **5. Основные движения и элементы классического танца**

*Теория:* объяснение основных движений методики исполнения и исправление ошибок в процессе их изучения.

*Практика:* ходьба и бег разного характера, галоп - в сторону, вперед, приставные шаги. Demi-plie, relive, passé, battement tendu. Лицом к станку и на середине.

## **6. Партерная гимнастика**

*Теория:* методика и поэтапное изучение упражнений в зависимости от сложности их исполнения.

*Практика:* Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклонов вперед, прогибов назад. Упражнения для развития гибкости позвоночника. Улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра, подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы. Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага. Элементы акробатики и гимнастики.

## **7. Пространственная композиция**

*Теория:* развитие навыков правой и левой руки, ноги, плеча, повороты вправо и влево

*Практика:* Построения в колонны, шеренги, цепочки, круг. Перестроения и свободное размещение по площадке с возвращением в заданное построение.

## **8. Танцевальные комбинации и постановка танца**

*Теория:* активизация и развитие творческих способностей.

*Практика:* творческие задания на использование и выразительное исполнение знакомых движений, самостоятельное придумывание новых элементов движений, разучивание танцевальных комбинаций, постановочные работы.

## **9. Промежуточная аттестация**

*Практика:* открытое занятие для родителей

# **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

## **Личностные**

- обучающиеся демонстрируют трудолюбие и самодисциплину, волю и выносливость, ответственность за собственный и коллективный результат;



- демонстрируют способность справляться с конфликтными ситуациями;
- умеют устанавливать дружеские взаимоотношения в коллективе.

### **Предметные**

- знают основные позиции ног и умеют переходить из выворотных позиций в параллельные,
- знают основные положения рук,
- умеют выполнять согласованно движения корпуса, рук, ног, при переходе из позы в позу,
- выполняют элементарные движения и комбинации (экзерсис) у станка и на середине,
- умеют выразить образ с помощью движения,
- умеют ориентироваться в пространстве, свободно перестраиваться в заданные рисунки,
- умеют самостоятельно создавать музыкально-двигательные образы,
- владеют навыком ансамблевого исполнения танцевальных комбинаций.

### **Метапредметные**

- развитие музыкальных способностей: чувство ритма, эмоциональная отзывчивость на музыку,
- развитие фантазии, способность к импровизации,
- развитие мотивации к творческой деятельности,
- развитие интереса к самостоятельной и коллективной работе,
- повышается уровень культурного развития.

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

### **2-й год обучения**

#### **1. Вводное занятие**

*Теория:* о пользе занятий хореографией, ознакомление с различными стилями.

*Практика:* игровая программа

#### **2. Основные движения и элементы классического танца**

*Теория:* объяснение методики выполнения движений и корректировка во время их выполнения.

*Практика:* постановка корпуса, ног, рук, головы в процессе освоения основных движений классического тренажа у станка и на середине. Изучение выворотных и параллельных позиций ног, классических и джазовых позиций рук, demi-plie, battement tendu, cou-de-pied, passe по выворотным и параллельным позициям. Развитие элементарных навыков координации движений.

### **3. Основные положения корпуса и упражнения для позвоночника**

*Теория:* объяснение основных положений, методики исполнения упражнений и исправление ошибок в процессе их изучения.

*Практика:* наклоны и повороты корпуса в стороны, flat back, скручивание (roll down, roll up), arch, волны, свинги.

### **4. Изоляция**

*Теория:* изучение движений изолированных центров и техники их исполнения.

*Практика:* повороты и наклоны головы, движение плечами (вверх-вниз, вперед-назад, круги поочередно и вместе), движения грудной клеткой (диафрагма из стороны в сторону, вперед-назад, круги), пелвис (движения из стороны в сторону, вперед-назад, по кругу) координация 2х центров одновременно.

### **5. Стрейчинг**

*Теория:* методика проучивания упражнений стрейчинга

*Практика:* технически грамотное выполнение упражнений на гибкость.

### **6. Экзерсис на середине зала**

*Теория:* объяснение основных движений, методики исполнения и исправление ошибок в процессе их изучения.

*Практика:* Развернутые комбинации с использованием plie, battemens tendus, passé, rond в стиле джаз-модерн танца

### **7. Вращения**

*Теория:* знакомство с понятием “точка“, “ось вращения“, “tour”

*Практика:* полуповороты на двух ногах, вращения на двух ногах на полупальцах на месте (с поворотом головы в зеркало), упражнения для тренировки равновесия повороты на различных уровнях

### **8. Работа в партере**

*Теория:* объяснение основных движений, методики исполнения и исправление ошибок в процессе их изучения

*Практика:* развернутые комбинации с использованием движений изолированных центров, движений позвоночника (твисты, спирали), падения и подъёмов, а так же переходов из уровня в уровень, возможны перекаты, кувырки и т.п.

### **9. Кросс. Передвижение в пространстве**

*Теория:* объяснение основных движений, методики исполнения и исправление ошибок в процессе их изучения

*Практика:* разучивание танцевальных шагов, прыжков.

### **10. Танцевальные этюды и постановка номеров**

*Теория:* объяснение основных движений, методики исполнения и исправление ошибок в процессе.

*Практика:* развернутые комбинации с перемещением в пространстве, с использованием смены уровней, различных способов вращения и прыжков

### **11. Промежуточная аттестация**

*Практика:* открытое занятие, класс-концерт

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

### **Личностные**

- обучающиеся демонстрируют трудолюбие и самодисциплину, волю и выносливость, ответственность за собственный и коллективный результат;
- демонстрируют способность справляться с конфликтными ситуациями;
- умеют устанавливать дружеские взаимоотношения в коллективе.

### **Предметные**

- знают трансформацию движений классического экзерсиса в современном танце;
- самостоятельно выполняют изученные элементы танца;
- свободно владеют терминологией современного танца;
- выполняют различные виды кросса и гимнастические элементы;
- создают комбинации различной степени сложности, используя знания современного лексического материала;
- умеют творчески реализовать поставленную педагогом задачу;
- владеют навыками ансамблевого исполнения танцевальных номеров;
- владеют навыками выступления на сцене.

## **Метапредметные:**

- развито умение организовывать и адекватно оценивать свою деятельность;
- развито умение слышать и творчески выполнять задания педагога;
- приобретен опыт публичных выступлений.

# **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

## **3-й год обучения**

### **1. Вводное занятие**

*Теория:* знакомство с разными стилями и направлениями в хореографии.

*Практика:* игровая программа

### **2. Основные движения и элементы классического танца**

*Теория:* объяснение методики выполнения движений и корректировка во время их выполнения

*Практика:* упражнения на развитие силы ног путём введения полупальцев в экзерсис у станка и увеличения количества упражнений; развитие устойчивости; освоение техники исполнения упражнений в более быстром темпе

### **3. Упражнения для позвоночника**

*Теория:* объяснение методики выполнения движений и корректировка во время их выполнения

*Практика:* наклоны и твист корпуса, спирали, волны. Flat back в комбинации может исполняться крестом, квадратом flat back в сторону может быть переведён во flat back по диагонали. В сочетании с demi-plie, releve и другими движениями можно составлять большое количество комбинаций

### **4. Изоляция**

*Теория:* объяснение методики выполнения движений и корректировка во время их выполнения

*Практика:* соединение движений одного центра в простейшие комбинации: крест, квадрат, круг, полукруг. Соединение в более сложные комбинации, более сложные ритмические структуры

### **5. Стрейчинг**

*Теория:* объяснение методики выполнения движений и корректировка во время их выполнения

*Практика:* упражнения на гибкость суставов улучшению эластичности мышц и связок. Упражнения на наращивание силы мышц.

## **6. Экзерсис на середине зала**

*Теория:* объяснение методики выполнения движений и корректировка во время их выполнения

*Практика:* развернутые комбинации с использованием plié, battemens tendus, passé, rond в стиле джаз-модерн танца; увеличения количества упражнений; развитие устойчивости; освоение техники исполнения упражнений в более быстром темпе

## **7.Вращения**

*Теория:* объяснение методики выполнения движений и корректировка во время их выполнения.

*Практика:* вращения могут исполняться на месте и с передвижением в пространстве. Основные виды поворотов: на двух ногах; на одной ноге; повороты по кругу вокруг воображаемой оси; повороты на различных уровнях; трехшаговый поворот

## **8.Работа в партере**

*Теория:* объяснение методики выполнения движений и корректировка во время их выполнения

*Практика:* развернутые комбинации с использованием движений изолированных центров, движений позвоночника (твисты, спирали), падения и подъёмов, а также переходов из уровня в уровень, возможны перекаты, кувырки и тп.

## **9.Кросс. Перемещение в пространстве**

*Теория:* объяснение методики выполнения движений и корректировка во время их выполнения

*Практика:* комбинации шагов, соединённые с вращениями и стабильными позами; комбинации прыжков, исполняемых по диагонали; использование всего пространства класса (смены направлений в комбинации шагов)

## **10.Партнеринг**

*Теория:* объяснение методики выполнения движений и корректировка во время их выполнения

*Практика:* работа с весом партнера, импульсы

## **11.Танцевальные этюды, постановка номеров**

*Теория:* объяснение методики выполнения движений и корректировка во время их выполнения

*Практика:* развернутые комбинации с перемещением в пространстве, с использованием смены уровней, различных способов вращения и прыжков

## **12. Итоговая аттестация**

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

### **Личностные**

- обучающиеся демонстрируют трудолюбие и самодисциплину, волю и выносливость, ответственность за собственный и коллективный результат;
- демонстрируют способность справляться с конфликтными ситуациями;
- умеют устанавливать дружеские взаимоотношения в коллективе.

### **Предметные**

- самостоятельно выполняют отдельные элементы и движения современного танца;
- ориентируются в пространстве;
- координируют свои движения;
- выполняют упражнения для укрепления мышц спины;
- выполняют танцевальные связки и комбинации;
- умеют самостоятельно работать над выразительностью исполнения танцевального репертуара;
- эмоционально и технически верно выступают перед зрителями.

### **Метапредметные**

- обладают спектром знаний в области танцевальной культуры,
- приобретен большой опыт межличностного общения в условиях практической деятельности,
- владеют танцевальным материалом для осуществления собственных постановок,
- развит музыкальный вкус,
- повышен уровень культурного развития.

## **ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

## **КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК**

<b>Год обучения</b>	<b>Дата начала обучения</b>	<b>Дата окончания обучения</b>	<b>Кол-во недель (кол-во дней)</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Режим занятий</b>
1 год обучения	15.09.2023	31.05.2024	34 недели (102 дня)	204	2 ч*3 раз/нед
2 год обучения	01.09.2024	31.05.2025	36 недель (108 дн)	216	2 ч*3 раз/нед
3 год обучения	12.09.2025	31.05.2026	36 недель (108 дн)	216	2 ч*3 раз/нед

## **МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

Для реализации данной программы необходимы:

- Оборудованный балетными станками и зеркалами просторный класс со специальным покрытием пола (паркет, линолеум);
- Раздевалка для обучающихся;
- Наличие специальной танцевальной формы;
- Наличие аудиоаппаратуры;
- Наличие музыкальной фонотеки;
- Наличие концертных костюмов.

## **ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

### **Документы, регулирующие нормативно-правовые взаимоотношения**

#### **в дополнительном образовании**

1. Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ.
2. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. N 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей».
3. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха, и оздоровления детей и молодежи».
4. Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
5. Устав МОУ «Петровский Дворец», утвержден постановлением Администрации Петрозаводского городского округа от 24.12.2018 № 3837

6. Локальные акты МОУ «Петровский Дворец».

### **Литература:**

1. Зуев Е.И. Волшебная сила растяжки / Е.И. Зуев // Советский спорт. – 1993.– № 4. – С. 48-55.
2. Константинова А.И. Игровой стрейчинг / А.И. Константинова. – СПб.: учебно-методический центр «Аллегро», 1996.
3. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец: Методика преподавания / В.Ю. Никитин. - Москва: Всерос. Центр худож. творчества учащихся и работников нач. проф. образования, 2002 (1-я Обр. тип.). - 158 с.
4. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Начало обучения. Я вхожу в мир искусств / В.Ю. Никитин. – Москва, 1998.
5. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Продолжение обучения. Я вхожу в мир искусств / В.Ю. Никитин. – Москва, 2001.
6. Руднев С. Ритмика. Музыка. Движение / С. Руднев. – Москва, 1990.
7. Тобиас М., Стюарт М., Растягивайся и расслабляйся. / М. Тобиас // Физкультура и спорт. – Москва, 2004.
8. Джаз, классический джаз, джаз-модерн, афроджаз [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://danceclubajax.ru/jazzmodernstudy2>
9. План и варианты уроков по современному танцу [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://danceclubajax.ru/moderndance#rec366114280>
10. Модель диагностики танцевальных коллективов художественного отдела «Перспектива» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://ddtvm.ru/wp-content/uploads/2012/05/Model-diagnostiki-Perspektiva.pdf>

### **ФОРМЫ И СПОСОБЫ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ РЕАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

Программа «Территория танца» включает в себя текущую, промежуточную и итоговую аттестацию обучающихся.

Успеваемость обучающихся проверяется различными формами:

- практические учебные задания;
- аттестационный класс-концерт;
- контрольные уроки по полугодиям;
- тестирование;



- сценические выступления учащихся (участие в концертах, конкурсах, фестивалях и т.п.).

Текущий контроль проводится через педагогическое наблюдение, по полугодиям контроль проводится в форме открытых уроков.

Промежуточная аттестация проводится в форме открытого занятия.

Итоговая аттестация по завершению обучения проводится в форме класса-концерта.

Для аттестации обучающихся создаются фонды оценочных средств, которые включают в себя методы контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки.

Результаты итоговой аттестации отражают высокий, средний и опорный уровень освоения программы.

Уровень	Критерии
<b>Опорный уровень</b>	обучающийся делает только часть движений в музыку без чистоты исполнения; мало эмоционален; стеснителен; с трудом перевоплощается в образ, не импровизирует, имитационные движения повторяет за другими обучающимися; начинает движение с вступления; часто допускает ошибки в постановке корпуса, не соблюдает позиции рук, ног; в коллективном исполнении путается, допускает ошибки; плохо ориентируется в зале.
<b>Средний уровень</b>	использует свои физические данные (подъем стопы, легкость и высота прыжка, координация движений, музыкальный слух), не в полной мере; наблюдается развитие гибкости тела; допускает, но тут же исправляет 1-2 ошибки в упражнениях на координацию; верное положение корпуса, но не всегда соблюдает позиции рук, ног; движения выполняет музыкально верно, но иногда торопится, не слушая вступление; мало эмоционален, напряжен, сосредоточен на правильности выполнения движений;

	<p>перевоплощается в образ;</p> <p>импровизационные и имитационные движения выполняет музыкально верно, но нет оригинальности;</p> <p>в ранее выученных комбинациях допускает 1-2 ошибки;</p> <p>ориентируется в пространстве, допуская паузы.</p>
<b>Высокий уровень</b>	<p>максимально использует свои физические возможности (выворотность ног, подъем стопы, балетный шаг, прыжок), выполняя круговую разминку;</p> <p>ярко выраженное развитие гибкости тела;</p> <p>безошибочно выполняет упражнения на координацию движений;</p> <p>соблюдает позиции рук, ног; постановка корпуса правильная;</p> <p>движения выполняет музыкально верно, начинает движение после прослушивания вступления; эмоционален и артистичен при выполнении танцевальных комбинаций; легко перевоплощается в образ; импровизационные и имитационные движения выполняет оригинально; ранее выученные комбинации выполняет без ошибок;</p> <p>легко ориентируется в пространстве.</p>

## МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

*Форма организации образовательного процесса* – групповая, индивидуально-групповая, индивидуальная.

Группа может делиться на подгруппы:

- мальчиков и девочек, в зависимости от педагогической задачи;
- в зависимости от специфики концертного номера или спектакля формируются разновозрастные подгруппы;
- кроме того, подгруппы формируются и по количеству участников, необходимых для конкретного номера.

*Формы проведения учебных занятий.*

*Основная форма:*

- учебное занятие
- класс-концерт (открытое, контрольное занятие для родителей и специалистов)
- репетиция

- занятие-игра
- самостоятельная работа
- тренинг

*Дополнительная форма:*

- посещение спектаклей, концертов, мастер-классов и т.п.
- выход на сцену (участие в концертах, программах, спектаклях, конкурсах)
- творческая мастерская

*Алгоритм проведения занятий:*

- организационный,
- вводный инструктаж,
- погружение в тему, актуализация знаний,
- постановка проблемы,
- практическая часть,
- заключительная часть, подведение итогов, рефлексия.

В соответствии с технологическим регламентом, наполняемость групп 1 и 2 года обучения составляет 15 человек, 3 года обучения – 12 человек.

*Методы обучения*

Организация и сам процесс осуществления учебно-познавательной деятельности предполагают передачу, восприятие, осмысливание, запоминание учебной информации и практическое применение получаемых при этом знаний и умений. Исходя из этого, основными методами обучения являются:

- метод словесной передачи учебной информации (рассказ, объяснение, беседа и др.);
- методы наглядной передачи и зрительного восприятия учебной информации (иллюстрация, демонстрация, показ и др.);
- методы передачи учебной информации посредством практических действий.

*Практические методы* применяются в тесном сочетании со словесными и наглядными методами обучения, так как практической работе по выполнению упражнения должно предшествовать инструктивное пояснение педагога. Словесные пояснения и показ иллюстраций обычно сопровождают и сам процесс выполнения упражнений, а также завершают анализ его результатов.

*Проблемно-поисковые методы* обучения. Педагог создает проблемную ситуацию, организует коллективное обсуждение возможных подходов к ее разрешению. Ученики, основываясь на прежнем опыте и знаниях, выбирают наиболее рациональный вариант

разрешения проблемной ситуации. Поисковые методы в большей степени способствуют самостоятельному и осмысленному овладению информацией.

*Методы эмоционального восприятия.* Подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений. Опора на собственный фонд эмоциональных переживаний каждого учащегося.

### **Воспитательная работа**

Хореографическую работу в коллективе должна отличать высокая организованность и дисциплина, культура поведения и общения между участниками коллектива и их педагогом. Работа педагога осуществляется по всем правилам формирования детского коллектива. В процессе участия в программе у детей формируется положительная оценка результатов труда: собственного и коллективного, чужого; чувство ответственности за собственные поступки, чувство солидарности, уважение к себе и другим, адекватная самооценка. В процессе воспитательной деятельности педагог использует «принцип тройственного союза»: дети – педагог – родители. Привлечение родителей к решению воспитательных вопросов положительно влияет на сплоченность коллектива и как следствие – повышается качество образовательного процесса. Посещение спектаклей, концертов на концертных площадках города. Просмотр видеофильмов шедевров классического наследия. Беседы по хореографии. Проведение праздников совместно с родителями.

### **Дидактические материалы.**

Библиотека по хореографии: учебно-методическая литература для преподавателей. –

Наглядные пособия: учебные DVD фильмы, нотный материал, CD диски, альбомы, книги по истории танца, персоналии-библиографии.

Электронные образовательные ресурсы (мультимедийные презентации, учебные пособия, интернет-контент).

**Тематический план  
1 год обучения**

№	Тема занятия	Количество часов
1.	Вводный урок. Ознакомление с предметом, характерными особенностями.	2
2.	<b>ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ</b>	<b>24</b>
3.	Постановка корпуса, выстаивание оси	2
4.	Изучение позиций ног (параллельные и условные выворотные)	4
5.	Изучение позиций рук (подготовительное положение)	2
6.	Изучение позиций рук (условная первая)	2
7.	Изучение позиций рук (условная третья)	2
8.	Изучение позиций рук (условная вторая)	2
9.	Повороты и наклоны головы	2
10.	Приседания и подъемы на полупальцы	2
11.	Наклоны и скручивания корпуса	2
12.	Пальчиковая гимнастика	2
13.	Упражнения на развитие стопы	2
14.	<b>УПРАЖНЕНИЯ НА РАЗВИТИЕ МЫШЕЧНОГО ЧУВСТВА</b>	<b>24</b>
15.	Упражнения на напряжение и расслабление в положении стоя	2
16.	Скручивание ( roll down)	2
17.	Наклоны вперед (flat back)	2
18.	Наклоны вперед со сменой рук	2
19.	Упражнение на группировку и раскрытие в положении стоя	2
20.	Комбинации с наклонами и скручиванием корпуса	2
21.	Упражнения на напряжение и расслабление в положении лежа	2
22.	Упражнения на группировку и раскрытие в положении лежа	2
23.	Подготовительные упражнения для проучивания свингов в положении стоя	2

24.	Подготовительные упражнения для проучивания свингов в положении лежа	2
25.	Свинги в положении стоя	2
26.	Свинги в положении лежа	2
27.	<b>МУЗЫКАЛЬНО - РИТМИЧЕСКАЯ КООРДИНАЦИЯ</b>	<b>34</b>
28.	Изоляция (голова,плечи)	2
29.	Комбинация №1 на соединение двух центров (голова,плечи)	2
30.	Хлопки (простукивание ритмического рисунка)	2
31.	Комбинация №2 (соединение двух движений plie, relive)	2
32.	Комбинация №3 (работа нескольких центров с добавлением хлопков)	2
33.	Изучение позиций рук в джазовом стиле	2
34.	Комбинация №4 (смена положений и направлений рук)	2
35.	Комбинация №5 (смена положения и направления рук по одной и с задержкой)	2
36.	Танцевальные шаги	2
37.	Танцевальные шаги с фиксацией	2
38.	Танцевальные шаги с добавлением работы рук	2
39.	Комбинация №6 (battement tendu со сменой рук)	2
40.	Прыжки (saute)	2
41.	Прыжковая комбинация со сменой ритма и ракурсов	2
42.	Комбинация прыжков (соте,поджатые,разножка)	2
43.	Прыжки с хлопками	2
44.	Игры на координацию и внимание	2
45.	<b>ОСНОВНЫЕ ДВИЖЕНИЯ И ЭЛЕМЕНТЫ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА</b>	<b>24</b>
46.	Постановка корпуса, выстраивание оси лицом к станку по 6 позиции	2
47.	Проучивание положения рук лицом к станку	2
48.	Проучивание releve по 6 позиции лицом к станку	2
49.	Проучивание demi plie по 6 позиции	2
50.	Комбинация №1 (plie, relive лицом к станку по 6 позиции)	2

51.	Повороты и наклоны головы	2
52.	Упражнения для стоп сидя на коврик	2
53.	Проучивание 1ой выворотной позиции ног в положении лежа и сидя	2
54.	Проучивание battement tendu по выворотной позиции в положении лежа	2
55.	Первая свободная позиция ног лицом к станку и на середине зала	2
56.	Проучивание позиций рук	2
57.	Saute у станка и на середине по 6 и 1 позициям	2
58.	<b>ПРОСТРАНСТВЕННАЯ КОМПОЗИЦИЯ</b>	<b>24</b>
59.	Изучение точек зала	1
60.	Упражнения на смену (.).1	1
61.	Упражнения на смену уровней	2
62.	Прыжковая комбинация со сменой ракурсов	2
63.	Шаги в повороте	2
64.	Шаги со сменой ракурса	2
65.	Комбинация№1 (смена уровней и ракурсов)	2
66.	Проучивание рисунков (линия, колонна, круг, полукруг)	2
67.	Свободное перемещение в пространстве со сменой уровней	2
68.	Работа в парах (повороты, смена мест, смена уровней)	2
69.	Комбинация№2 со сменой партнеров	2
70.	Проучивание рисунков прочес, шен и другие	2
71.	Комбинация№3 на смену рисунков	2
72.	<b>ПАРТЕРНАЯ ГИМНАСТИКА</b>	<b>34</b>
73.	Упражнения для стоп	4
74.	Упражнения на выворотность	4
75.	Упражнения на гибкость вперед	4
76.	Развитие гибкости назад	4

77.	Силовые упражнения для мышц живота	4
78.	Силовые упражнения для мышц спины	4
79.	Упражнения на развитие шага	4
80.	Кувырки,перекаты,перевороты	3
81.	Прыжки	3
82.	<b>ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ КОМБИНАЦИИ И ПОСТАНОВКА ТАНЦЕВ</b>	<b>34</b>
83.	Проучивание движений рук ( танец Колыбельная)	2
84.	Танцевальная комбинация №1	2
85.	Проучивание шагов,прыжков и поворотов (Колыбельная)	2
86.	Танцевальная комбинация№2	4
87.	Танцевальная комбинация №3	4
88.	Разучивание танца Колыбельная	4
89.	Упражнения на импровизацию (образ котят)	2
90.	Танцевальная комбинация№4 (танец котят)	4
91.	Партерная комбинация№5 (танец котят)	4
92.	Проучивание движений к танцу Гусеницы	2
93.	Партерная комбинация №6 (танец Гусеницы)	2
94.	Импровизация на заданную тему	2
95.	<b>ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ</b>	<b>4</b>
96.	Открытый урок №1	2
97.	Открытый урок №2	2



	<b>Итого</b>	<b>204 часа</b>

**Тематический план  
2 год обучения**

№	Тема занятия	Количество часов
1.	Вводный урок. Ознакомление с предметом, характерными особенностями.	2
2.	<b>ОСНОВНЫЕ ДВИЖЕНИЯ И ЭЛЕМЕНТЫ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА</b>	<b>24</b>
3.	Постановка корпуса, выстраивание оси лицом к станку по 1 выворотной позиции. Повороты и наклоны головы.	1
4.	Demi plie по 1ой выворотной позиции лицом к станку	2
5.	Relive по 1ой выворотной позиции лицом к станку	2
6.	Положение sou-de-pied и passe лицом к станку	1
7.	Battement tendu в сторону по 1ой лицом к станку	2
8.	Проучивание 2ой выворотной позиции лицом к станку	1
9.	Комбинация demi plie по 1ой с переходом во 2ю позицию	2
10.	Battement tendu вперед и назад по 1ой лицом к станку	2
11.	Комбинация №1 battement tendu крестом по 1ой	2
12.	Комбинация №2 battement tendu, demi plie	2
13.	Проучивание bt-t tendu, bt-t jete лежа на спине и на животе	2
14.	Проучивание passe лежа на спине	1
15.	Releveljan лежа	2
16.	Проучивание позиций рук, переходы из позиции в позицию	2
17.	<b>ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ КОРПУСА</b>	<b>24</b>
18.	Flat back вперед	2
19.	Deep bodi bend (глубокий наклон вперед)	2
20.	Flat back в стороны	2
21.	Side stretch (наклоны в стороны с изгибом грудной клетки)	2
22.	Curve (изгиб верхней части позвоночника)	2
23.	Twist торса	2

24.	Roll down, roll up	2
25.	Bodi roll (волна)	2
26.	Contraction в положении сидя и стоя	2
27.	Комбинация№1 flat back вперед с руками	2
28.	Комбинация№2 flat back, deep body dand, plie	2
29.	Комбинация№3 roll,side stretch, body roll	2
30.	<b>ИЗОЛЯЦИЯ</b>	<b>24</b>
31.	Наклоны и повороты головы	1
32.	Suduri (смещение только шейных позвонков в стороны)	1
33.	Комбинация№1 движения головой (крест,квадрат,круг)	2
34.	Движение плеч (вверх, вперед, назад,твист)	2
35.	Комбинация №2 работа плечами (круг, крест, квадрат)	2
36.	Движение грудной клетки (из стороны в сторону, вперед, назад)	2
37.	Комбинация№3 (грудная клетка крест, квадрат, круг)	2
38.	Движения пелвиса (вперед-назад, из стороны в сторону)	2
39.	Комбинация№4 (работа пелвиса крест, квадрат, круг)	2
40.	Комбинация№5 (координация двух центров)	2
41.	Комбинация№6 (координация рук при переводе из позиции в позицию)	2
42.	Комбинация№7 (шаги с координацией одного центра)	2
43.	Комбинация№8 (разноритмическая координация двух центров)	2
44.	<b>СТРЕЙЧИНГ</b>	<b>24</b>
45.	Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад	2
46.	Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклонов вперед	2
47.	Укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в сторону	2
48.	Укрепление мышц тазового пояса, бедер и ног	2
49.	Укрепление стоп	2
50.	Укрепление мышц плечевого сустава	2

51.	Упражнения для увеличения танцевального шага	2
52.	Упражнения для тренировки равновесия	2
53.	Элементы акробатики и гимнастики	2
54.	Упражнения на развитие силы толчка и высоты прыжка	2
55.	Растяжка в парах	2
56.	Растяжка у станка	2
57.	<b>ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА</b>	<b>24</b>
58.	Комбинация №1 разогрев	2
59.	Комбинация №2 demi plie	2
60.	Комбинация №3 bateement tendu	2
61.	Комбинация №4 bateement tendu jete	2
62.	Комбинация №5 подготовка к пируетам	2
63.	Комбинация №6 упражнения на координацию	2
64.	Комбинация №7 разогрев	2
65.	Комбинация №8 demi plie, grand plie	2
66.	Комбинация №9 bateement tendu	2
67.	Комбинация №10 bateement tendu jete	2
68.	Комбинация №11 подготовка к пируетам	2
69.	Комбинация №12 упражнения на координацию	2
70.	<b>ВРАЩЕНИЯ</b>	<b>12</b>
71.	Подготовительные упражнения (ось, баланс)	2
72.	Повороты на двух ногах (трехшаговый поворот)	2
73.	Подготовительные упражнения (умение держать точку)	2
74.	Soutenu, corkscrew	2
75.	Повороты на одной ноге	2
76.	Повороты вокруг воображаемой оси	2

77.	<b>РАБОТА В ПАРТЕРЕ</b>	<b>24</b>
78.	Упражнения на дыхание	2
79.	Изучение позы min и позы max	2
80.	Переход из позы max в позу min и обратно	2
81.	Переход из позы min в позу max на животе	2
82.	Комбинация №1 с позами mini max	2
83.	Положение лежа на спине с согнутыми коленями	2
84.	Подготовительные упражнения для проучивания свингов	2
85.	Свинги лежа на спине	2
86.	Комбинация №2 со свингами	2
87.	Повороты,перекаты	2
88.	Проучивание слайдов	2
89.	Комбинация №3	2
90.	<b>КРОСС. ПЕРЕДВИЖЕНИЕ В ПРОСТРАНСТВЕ</b>	<b>12</b>
91.	Танцевальные шаги	2
92.	Комбинации шагов с изолированными движениями	2
93.	Pas be bourre	2
94.	Прыжки soute, jete	2
95.	Комбинации прыжков	2
96.	Перекаты	2
97.	<b>ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ КОМБИНАЦИИ, ИМПРОВИЗАЦИЯ, ПОСТАНОВКА ТАНЦЕВ.</b>	<b>42</b>

98.	Танцевальная комбинация №1 (танец гусеницы)	2
99.	Танцевальная комбинация №2 (танец гусеницы)	2
100.	Постановка номера «Гусеницы»	4
101.	Танцевальная комбинация №3 ( танец птичий переполох)	2
102.	Танцевальная комбинация №4 (танец птичий переполох)	2
103.	Танцевальная комбинация №5 (танец птичий переполох)	2
104.	Постановка номера «Птичий переполох»	4
105.	Танцевальная комбинация №6 (танец котят)	2
106.	Танцевальная комбинация №7 (танец котят)	2
107.	Танцевальная комбинация №8 (танец котят)	2
108.	Постановка номера «Котята»	4
109.	Танцевальная комбинация № 9 (танец школьный бум)	2
110.	Танцевальная комбинация № 10 (танец школьный бум)	2
111.	Танцевальная комбинация № 11 (танец школьный бум)	2
112.	Постановка номера «школьный бум»	4
113.	Импровизация на тему «пластилин»	2
114.	Импровизация на тему «пластилин» в парах	2
115.	<b>ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ</b>	<b>4</b>
116.	Открытый урок №1	2
117.	Открытый урок №2	2
118.	Итого	216