

Управление образования администрации  
муниципального образования Кандалакшский район  
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования  
«Детско-юношеский центр «Ровесник»  
имени Светланы Алексеевны Крыловой»  
муниципального образования Кандалакшский район

**ПРИНЯТА**  
педагогическим советом  
от 16 апреля 2024 г.  
Протокол №4

**УТВЕРЖДЕНА**  
приказом директора  
от 16 апреля 2024 г. № 62  
Директор О.Ю. Савенкова



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
художественной направленности  
**«Современный танец «SNAP» (стартовый уровень)»**  
Возраст обучающихся: 7-10 лет  
Срок реализации программы: 2 года  
Уровень сложности: стартовый

Автор-составитель:  
Блинова В.А.,  
педагог дополнительного  
образования

Кандалакша  
2024

## Пояснительная записка

к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе  
художественной направленности  
«Современный танец «SNAP» (стартовый уровень)».

Настоящая дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Современный танец «SNAP» (стартовый уровень)» разработана с учетом:

- Федерального Закона Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Распоряжения Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г. № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- Устава МАУДО ДЮЦ «Ровесник» им. С.А. Крыловой.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Современный танец «SNAP» (стартовый уровень)» имеет **художественную направленность**, создана на основе:

- дополнительной общеобразовательной программы «Современный танец», автор-составитель: Блинова В.А., педагог дополнительного образования МАУДО «ДЮЦ «Ровесник», 2014г.;
- дополнительной общеразвивающей программы по хореографии «Ступени к вершинам творчества» образцового театра танца «Талисман», автор-

составитель: Буюва О.А., педагог дополнительного образования МАУДО ДДТ «Городской» им. С.А.Шмакова, г. Липецк, 2016г.

В содержание программы внесены следующие изменения:

- включены темы из следующих разделов: «Основы партерной гимнастики (parterre)», «Основы классического танца», «Основы современного танца», «Основы русского народного танца», «Танцевально-художественное творчество»;
- добавлен раздел «Ритмико-танцевальный комплекс»;
- исключены разделы «Игровая пластика», «Элементы восточной гимнастики (йоги)».

**Вид программы:** общеразвивающая дополнительная общеобразовательная программа.

**Актуальность программы.** В настоящее время культурные ориентации подрастающего поколения развиваются в рамках формирования новой социокультурной ситуации, возрастает интерес детей и подростков к новаторским направлениям искусства, неотъемлемой частью которых является современный танец. Развитие современного танцевального искусства невозможно представить вне процесса расширения жанрового и стилевого разнообразия, обогащения выразительного языка будущего исполнителя. Это направление искусства танца, которое сформировалось на основе европейского, американского танца модерн и постмодерн. Современный танец включает в себя все танцевальные стили, направления и техники XX – начала XXI веков. В настоящее время современный танец вызывает активный общественный интерес, как у обычного зрителя, так и у критиков. Появление новых, в корне отличающихся от традиционных, академических систем хореографического искусства заставляет обратиться к изучению новых техник танца.

Социальный запрос и неудовлетворенность педагога существующими типовыми программами по хореографии определили необходимость разработки данной программы.

Программа обусловлена социальным заказом, запросом школьников и их родителей.

**Педагогическая целесообразность программы** направлена на создание условий для развития личности ребенка средствами современной хореографии, его мотивации к познанию и творчеству, приобщение к общечеловеческим ценностям, профилактику асоциального поведения. Целостность процесса обучения по программе формирует психическое, физическое, умственное и духовное развитие личности ребенка.

В процессе обучения создаются условия для социального, культурного и профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, его интеграции в мировой и отечественной культуре.

**Отличительные особенности программы** «Современный танец «SNAP» (стартовый уровень)» от других образовательных программ заключается в интеграции двух основных направлений хореографического искусства – традиционной академической школы классического танца и

новой, развивающейся по сей день – современной хореографии. Ведущими направлениями современной хореографии являются – модерн («Modern»), джаз («Jazz»), «Contemporary». Это динамично развивающиеся системы, органично соединяющие технику джазового танца, танца-модерн и классического балета. Развиваясь в течение последних лет, эти танцевальные техники сформировали свой лексический модуль, форму урока и методику преподавания.

Содержание данной программы позволяет сформировать и развить творческие способности обучающихся через интеграцию основных хореографических направлений современного танца.

Танцевально-художественное творчество на всех годах обучения предполагает организацию постановочной, репетиционной и концертной деятельности обучающихся и организационно-массовых мероприятий воспитательного характера.

**Новизна программы** заключается в особом подходе к реализации ее цели и задач. В образовательном процессе применяется метод синтеза ведущих техник современных танцевальных направлений и фундаментальной базы классического танца.

**Уровень программы:** стартовый.

**Адресат программы:** программа рассчитана на детей 7-10 лет, преимущественно прошедших обучение по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Ритмика «SNAP».

**Объем и срок освоения.** Программа рассчитана на 2 года обучения, всего 288 часов: 1-й год обучения – 144 часа, 2-й год обучения – 144 часа.

**Режим занятий:** занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа. Продолжительность академического часа в группах 1-го года обучения – 35 минут, второго – 45 минут. Режим занятий соответствует санитарно-эпидемиологическим требованиям к обеспечению безопасных условий образовательной деятельности (СП 2.4. 3648-20, СанПиН 1.2.3685-21).

**Количество обучающихся:** 1 год обучения – 15-18 человек, 2 год обучения 15-18 человек.

**Условия приема.** Набор осуществляется в соответствии с «Положением приема, перевода, отчисления обучающихся и комплектования объединений в Муниципальном автономном учреждении дополнительного образования «Детско-юношеский центр «Ровесник» имени Светланы Алексеевны Крыловой муниципального образования Кандалакшский район (утвержден приказом директора МАУДО «ДЮОЦ «Ровесник» от 06.05.2020г. № 39/3). Учащиеся зачисляются в учебные группы при наличии письменного заявления родителей (законных представителей). Учащиеся зачисляются в учебные группы при наличии заявления родителей (законных представителей), на основании медицинской справки о допуске к занятиям.

**Форма обучения:** очная.

**Форма организации занятий:** всем составом.

**Цель программы** – формирование и развитие творческих способностей обучающихся через ознакомление с основами хореографического искусства и сценического мастерства, мотивация на дальнейшее обучение.

**Задачи программы:**

**обучающие:**

- формировать основу танцевальной культуры;
- знакомить с особенностями современного танца;
- формировать навыки технично грамотного исполнения программных элементов и движений;
- формировать расширенное представление об искусстве и стилях современного танцевального движения;
- формировать эстетико-хореографическую культуру и вкус в различных условиях педагогического взаимодействия с обучающимися;

**развивающие:**

- развивать танцевальные данные, совершенствовать физическую форму обучающихся;
- развивать ритмичность, музыкальность, артистичность;
- развивать навыки технично грамотного исполнения программных упражнений, движений и элементов,
- развивать художественно-творческие, индивидуальные способности обучающихся.

**воспитательные:**

- воспитывать ответственность, трудолюбие, терпение, чувство коллективизма;
- формировать художественно-эстетический вкус;
- приобщать к здоровому образу жизни.

**Прогнозируемые результаты:**

**Предметные результаты:**

Обучающиеся по окончании 1 года обучения должны

**знать:**

- инструктажи по ТБ и ПБ, «Правила поведения в хореографическом классе»;
- правила выполнения танцевального приветствия 1 года обучения «поклон»;
- правила техники выполнения программных упражнений и элементов на разогрев частей тела (ритмическая разминка);
- основные задачи партерной гимнастики; требования к технике исполнения изучаемых упражнений и элементов партерной гимнастики;
- правила техники выполнения упражнений для развития эластичности и подвижности стоп;
- правила техники выполнения упражнений для развития тазобедренных суставов, эластичности мышц бедра, выворотности;

- правила техники выполнения упражнений для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника;
- правила техники выполнения упражнений для укрепления мышц брюшного пресса;
- правила техники выполнения упражнений на растяжку мышц и связок и развитие балетного шага;
- правила техники выполнения акробатических упражнений;
- французские термины и перевод названий классических pas;
- «точки» танцевального зала – 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8;
- правила техники выполнения позиций ног (I, II, III, V) классического танца;
- правила техники выполнения releve на полупальцы (I, V позиции) лицом к балетному станку;
- правила техники выполнения DemiPliepo I, II, V позициям лицом к балетному станку;
- правила выполнения BattementTandu по I, V позициям по всем направлениям лицом к балетному станку;
- правила выполнения Battement Tandu jete по I, V позициям по всем направлениям лицом к балетному станку;
- правила техники исполнения «перегибание корпуса» назад и в сторону (лицом к станку);
- правила выполнения Portde Bras – II с координацией головы и точек класса;
- правила техники исполнения «поджатога» прыжка по IV позиции;
- историю возникновения современных танцевальных направлений;
- технику исполнения простейших шагов, переходов, движений и элементов современного танца;

**уметь:**

- правильно выполнять танцевальное приветствие 1 года обучения «Поклон»;
- правильно выполнять программные упражнения и элементы на разогрев частей тела (ритмическая разминка);
- правильно выполнять упражнения для развития эластичности и подвижности стоп;
- правильно выполнять упражнения для развития тазобедренных суставов, эластичности мышц бедра, выворотности;
- правильно выполнять упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника;
- правильно выполнять упражнения для укрепления мышц брюшного пресса;
- правильно выполнять упражнения на растяжку мышц и связок и развитие балетного шага;
- правильно выполнять акробатические упражнения;
- применять французские термины;

- ориентироваться в пространстве с применением «точек» танцевального зала – 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8;
- правильно ставить ноги (I, II, III, V) классического танца;
- правильно выполнять releve на полупальцы (I, V позиции) лицом к балетному станку;
- правильно выполнять DemiPliepo I, II, V позициям лицом к балетному станку;
- правильно выполнять Battemant Tandu по I, V позициям по всем направлениям лицом к балетному станку;
- правильно выполнять Battement Tandu jete по I, V позициям по всем направлениям лицом к балетному станку;
- правильно исполнять «перегибание корпуса» назад и в сторону (лицом к станку);
- правильно выполнять Portde Bras – II с координацией головы и точек класса;
- правильно исполнять «поджатый» прыжок по IV позиции;
- исполнять простейшие шаги, переходы, движения и элементы современного танца;
- исполнять упражнения на развитие координации с применением элементов современного танца;
- импровизировать с использованием изученных элементов, движений современного танца;
- правильно исполнять заданные хореографические комбинации;
- исполнять хореографическую композицию с использованием танцевального рисунка, текста.

Обучающиеся по окончании 2 года обучения должны

**знать:**

- инструктажи по ТБ и ПБ, «Правила поведения в хореографическом классе»;
- правила выполнения танцевального приветствия 2 года обучения «Поклон»;
- технику выполнения упражнений и элементов для разогрева всех частей тела;
- технику выполнения комбинаций упражнений партерной гимнастики;
- технику выполнения Grand Plie (I, II) (бокком к балетному станку);
- технику исполнения комбинации Demi Plieat Grand Plie по I, II, V позициям с Portde Bras (бокком к балетному станку);
- технику исполнения комбинации Battemant Tandu по I, V позициям по всем направлениям (бокком к балетному станку);
- технику исполнения комбинации Battement Tandu jete по I, V позициям по всем направлениям (бокком к балетному станку);
- технику исполнения Ronddejambeparterre (бокком к балетному станку);
- технику исполнения упражнения Grand Batjetes на 90°;

- правила постановки корпуса, рук, головы в русском народном танце; манеру исполнения, характер;
- технику исполнения «раскрытия» и «закрытия» рук в русском народном танце;
- технику исполнения элементарных «ходов» и «проходок» (с «раскрытием» и «закрытием» рук);
- технику исполнения программных движений и комбинаций русского народного танца;
- технику исполнения вращений: «шене», «бегунок»;
- технику исполнения дробных выстукиваний;
- технику исполнения программных движений, элементов и комбинаций современного танца;
- сценический образ, характер, манера исполнения запланированной постановочной работы;
- хореографический текст, рисунки запланированной постановочной работы;

**уметь:**

- правильно выполнять танцевальное приветствие 2 года обучения «поклон»;
- правильно выполнять упражнения и элементы для разогрева всех частей тела;
- правильно выполнять комбинации упражнений партерной гимнастики;
- правильно выполнять Grand Plie (I, II) (бокком к балетному станку);
- правильно исполнять комбинацию Demi Plieat Grand Plie по I, II, V позициям с Portde Bras (бокком к балетному станку);
- правильно исполнять комбинацию Battemant Tandu по I, V позициям по всем направлениям (бокком к балетному станку);
- правильно исполнять комбинацию Battement Tandu jete по I, V позициям по всем направлениям (бокком к балетному станку);
- правильно исполнять Ronddejambe par terre (бокком к балетному станку);
- правильно исполнять упражнение Grand Batjetes на 90°;
- правильно держать корпус, руки, голову в русском народном танце; демонстрировать манеру исполнения, характер;
- правильно исполнять «раскрытие» и «закрытие» рук в русском народном танце;
- правильно исполнять элементарные «ходы» и «проходки» (с «раскрытием» и «закрытием» рук);
- правильно исполнять программные движения и комбинации русского народного танца;
- правильно исполнять вращения: «шене», «бегунок»;
- правильно исполнять дробные выстукивания;
- правильно исполнять программные движения, элементы и комбинации современного танца;

- демонстрировать сценический образ, характер, манеру исполнения запланированной постановочной работы;
- выполнять хореографический текст, рисунки запланированной постановочной работы;
- исполнять хореографию постановочной работы.

**Личностные результаты:**

- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование этических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости;
- проявление дисциплинированности, внимательности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат;
- готовность и способность к саморазвитию, мотивация и познавательный интерес к современному танцу и хореографической деятельности;
- развитие межличностного общения, обеспечивающего успешность совместной деятельности.

**Учебный план первого года обучения**

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	<b>Ритмико-танцевальный комплекс</b>				
1.1.	Вводное занятие	2	1	1	Опрос
1.2.	Ритмическая разминка (разогрев всех частей тела)	10	2	8	Контрольные упражнения
	Итого	12	3	9	
2.	<b>Основы партерной гимнастики (parterre)</b>				
2.1.	Вводное занятие	2	1	1	Опрос
2.2.	Упражнения для развития подвижности стоп	4	2	2	Контрольные упражнения
2.3.	Упражнения для развития тазобедренного сустава, эластичности мышц бедра, выворотности	6	2	4	Контрольные упражнения
2.4.	Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника	6	2	4	Контрольные упражнения

2.5.	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса	6	2	4	Контрольн ые упражнения
2.6.	Упражнения на растяжку мышц и связок и развитие балетного шага	6	2	4	Контрольн ые упражнения
2.7.	Акробатические упражнения	6	2	4	Контрольн ые упражнения
	Итого	36	13	23	
3.	<b>Основы классического танца</b>				
3.1.	Вводное занятие	2	1	1	Опрос
3.2.	Техника исполнения позиций ног (I, II, III, V) – лицом к балетному станку	2	1	1	Наблюдени е
3.3.	Техника исполнения releve на полупальцы (I, V) позиции) – лицом к балетному станку	4	2	2	Наблюдени е
3.4.	Техника исполнения DemiPlie по I, II, V позициям – лицом к балетному станку	6	2	4	Наблюдени е
3.5.	Техника исполнения BattementTandu по I, V позициям по всем направлениям (лицом к балетному станку)	6	2	4	Наблюдени е
3.6.	Техника исполнения BattementTandujete по I, V позициям по всем направлениям (лицом к балетному станку)	6	2	4	Наблюдени е
3.7.	Техника исполнения «перегибание корпуса» назад и в сторону (лицом к станку)	4	2	2	Наблюдени е
3.8.	Техника исполнения PortdeDras – II с координацией головы и точек класса	4	2	2	Наблюдени е
3.9.	Техника исполнения «поджатого» прыжка по IV позиции	2	1	1	Наблюдени е
	Итого	36	15	21	
4.	<b>Основы современного танца</b>				
4.1.	Вводное занятие	2	1	1	Опрос

4.2.	Постановка ног, рук. Простейшие шаги и переходы	6	2	4	Контрольн ые упражнения
4.3.	Техника исполнения движений и элементов современного танца	8	2	6	Контрольн ые упражнения
4.4.	Техника исполнения упражнений на развитие координации с применением элементов современного танца	6	2	4	Контрольн ые упражнения
4.5.	Комбинации на заданную тему	4	2	2	Контрольное задание
	Итого	26	9	17	
5.	<b>Танцевально-художественное творчество</b>				
5.1.	Вводное занятие	2	2	-	Опрос
5.2.	Экзерсис на середине зала (репетиционная, концертная деятельность)	30	6	24	Наблюдени е
5.3.	Итоговое занятие	2	-	2	Открытое занятие
	Итого	34	8	26	
	<b>Всего по программе</b>	<b>144</b>	<b>48</b>	<b>96</b>	

## Содержание учебного плана первого года обучения

### Раздел 1. Ритмико-танцевальный комплекс

#### Тема 1.1. Вводное занятие

Теория (1 час). Инструктаж по ТБ и ПБ. Инструктаж по теме «Правила поведения в хореографическом классе». Изучение танцевального приветствия первого года обучения – «Поклон».

Практика (1 час). Выполнение танцевального приветствия 1 года обучения – «Поклон». Повторение упражнений, танцевальных движений и комбинаций, изученных ранее по программе «Ритмика».

#### Тема 1.2. Ритмическая разминка (разогрев всех частей тела)

Теория (2 часа). Изучение, освоение техники выполнения программных упражнений и элементов на разогрев частей тела.

Практика (8 час.). Выполнение программных упражнений и элементов для разогрева всех частей тела:

- разогрев ног (стопа, колено, пах) – выполнение шаговых, беговых и прыжковых упражнений – «ходьба на полупальцах», «цапля», «мячики», «цирковая лошадка», «хвостики с захлестом»;

- разогрев шейного отдела позвоночника (движения головой): наклоны головы вправо-влево, вперед-назад; движение головы по квадрату;
- разогрев плечевого пояса (варианты движений плечами): работа плечами вверх-вниз, вперед-назад; круговые движения плечами; «волна» плечами;
- разогрев рук (варианты упражнений): круговые движения кистей; круговые движения рук от плечевого сустава; круговые движения рук от локтевого сустава; комбинации для рук с использованием упражнения «волна»;
- разогрев позвоночника (наклоны, изгибы, твисты торса);
- расслабление позвоночника (свинговое раскачивание, grop);
- упражнения stretch характера. Растягивание.

## **Раздел 2. Основы партерной гимнастики (parterre)**

### **Тема 2.1. Вводное занятие**

Теория (1 час). Назначение, основные задачи партерной гимнастики. Требования к технике исполнения изучаемых упражнений и элементов.

Практика (1 час). Выполнение упражнений, изученных ранее по программе «Ритмика».

### **Тема 2.2. Упражнения для развития подвижности стоп**

Теория (2 часа). Правила выполнения упражнений для развития эластичности и подвижности стоп.

Практика (2 часа). Выполнение упражнений для развития подвижности стопы:

- вытягивание и сокращение стопы;
- круговые и полукруговые движения стопой;
- разворот стопы из VI позиции в I.

### **Тема 2.3. Упражнения для развития тазобедренных суставов, эластичности мышц бедра, выворотности**

Теория (2 часа). Правила выполнения упражнений для развития тазобедренных суставов, эластичности мышц бедра, выворотности.

Практика (4 часа). Выполнение упражнений для развития тазобедренных суставов, эластичности мышц бедра, выворотности:

- наклон корпуса вперед вдоль ног – «складывание», «перетягивание корпуса»;
- наклоны в положении «разножка»;
- упражнение «бабочка»;
- упражнение «лягушка»;
- упражнение «звездочка»

### **Тема 2.4. Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника**

Теория (2 часа). Правила выполнения упражнений для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника.

Практика (4 часа). Выполнение упражнений для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника:

- упражнение «лодочка»;
- упражнение «кораблик»;
- упражнение «качалка»;
- упражнение «колечко»;
- упражнение «кошечка»;
- упражнение «змейка»;

### **Тема 2.5. Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса.**

Теория (2 часа). Правила выполнения упражнений для укрепления мышц брюшного пресса.

Практика (4 часа). Выполнение упражнений для укрепления мышц брюшного пресса:

- медленный подъем ног вверх в положении «лежа»;
- упражнение «уголок»;
- упражнение «велосипед»;
- упражнение «ножницы»;
- упражнение «планка».

### **Тема 2.6. Упражнения на растяжку мышц и связок и развитие балетного шага**

Теория (2 часа). Правила выполнения упражнений на растяжку мышц и связок и развитие балетного шага.

Практика (4 часа). Выполнение упражнений на растяжку мышц и связок и развитие балетного шага:

- «шпагат» вперед (с правой, левой ноги);
- «шпагат» поперечный.

### **Тема 2.7. Акробатические упражнения.**

Теория (2 часа). Правила выполнения акробатических упражнений.

Практика (4 часа). Выполнение акробатических упражнений:

- упражнение «березка»;
- упражнение «мостик»;
- упражнение «стойка на руках» (изучение – у опоры);
- упражнение «кувырок» – вперед, назад (через правое, левое плечо);
- упражнение «колесо»;
- переворот «вперед», «назад» из положения «мостик».

## **Раздел 3. Основы классического танца**

### **Тема 3.1. Вводное занятие**

Теория (1 час). Правильное произношение французских терминов и перевод названий классических ras. Изучение «точек» танцевального зала – 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8.

Практика (1 час). Танцевальная импровизация на заданную тему с применением «точек» танцевального зала.

### **Тема 3.2. Техника исполнения позиций ног (I, II, III, V) – лицом к балетному станку**

Теория (1 час). Правила техники выполнения позиций ног (I, II, III, V).

Практика (1 час). Выполнение постановки ног в I, II, III, V позициях классического танца.

**Тема 3.3. Техника исполнения releve на полупальцы (I, V позиции) – лицом к балетному станку**

Теория (2 часа). Правила техники выполнения упражнения releve на полупальцы (I, V позиции).

Практика (2 часа). Выполнение упражнения releve на полупальцы (I, V позиции).

**Тема 3.4. Техника исполнения Demi Pliepo I, II, V позициям (лицом к балетному станку)**

Теория (2 часа). Правила техники выполнения комбинации DemiPliepo I, II, V позициям.

Практика (4 часа). Выполнение, наработка техники исполнения DemiPliepo I, II, V позициям.

**Тема 3.5. Техника исполнения Battemant Tandu по I, V позициям по всем направлениям (лицом к балетному станку)**

Теория (2 часа). Правила выполнения Battemant Tandu по I, V позициям по всем направлениям.

Практика (4 часа). Выполнение, наработка техники исполнения BattemantTandu по I, V позициям по всем направлениям.

**Тема 3.6. Техника исполнения Battement Tandujete по I, V позициям по всем направлениям (лицом к балетному станку)**

Теория (2 часа). Правила выполнения BattementTandujete по I, V позициям по всем направлениям.

Практика (4 часа). Выполнение, наработка техники исполнения BattementTandujete по I, V позициям по всем направлениям.

**Тема 3.7. Техника исполнения «перегибание корпуса» назад и в сторону (лицом к станку)**

Теория (2 часа). Правила техники исполнения «перегибание корпуса» назад и в сторону (лицом к станку).

Практика (2 часа). Выполнение, наработка техники исполнения «перегибание корпуса» назад и в сторону (лицом к станку).

**Тема 3.8. Техника исполнения Portde Bras – II с координацией головы и точек класса**

Теория (2 часа). Правила выполнения Portde Bras – II с координацией головы и точек класса.

Практика (2 часа). Выполнение Portde Bras – II с координацией головы и точек класса.

**3.9. Техника исполнения «поджатого» прыжка по IV позиции**

Теория (1 час). Правилатехники исполнения «поджатого» прыжка по IV позиции.

Практика (1 час). Выполнение «поджатого» прыжка по IV позиции.

**Раздел 4. Основы современного танца**

**Тема 4.1. Вводное занятие**

Теория (1 час). Цели, задачи обучения в изучаемом танцевальном направлении. История возникновения современных танцевальных направлений.

Практика (1 час). Импровизация на заданную тему.

#### **Тема 4.2. Постановка ног, рук. Простейшие шаги и переходы**

Теория (2 часа). Правила постановки ног, рук согласно правилам современного танца. Изучение комбинаций на основных шагах и переходах.

Практика (4 часа). Выполнение постановки ног, рук в современном танце. Выполнение комбинаций на основные шаги и переходы; наработка техники исполнения.

#### **Тема 4.3. Техника исполнения движений и элементов современного танца**

Теория (2 часа). Правила техники исполнения движений и элементов современного танца («пружинка», «батут», «мельница», «окошки», «ёлочки и палочки»).

Практика (6 часов). Выполнение и наработка техники исполнения движений и элементов современного танца («пружинка», «батут», «мельница», «окошки», «ёлочки и палочки»).

#### **Тема 4.4. Техника исполнения упражнений на развитие координации с применением элементов современного танца**

Теория (2 часа). Правила техники исполнения упражнений на развитие координации с применением элементов современного танца («книжка-раскладушка», «реактивный самолет»).

Практика (4 часа). Выполнение, наработка техники исполнения упражнений на развитие координации с применением элементов современного танца («книжка-раскладушка», «реактивный самолет»).

#### **Тема 4.5. Комбинации на заданную тему**

Теория (2 часа). Составление комбинаций с использованием изученных элементов и движений современного танца.

Практика (2 часа). Выполнение комбинаций с использованием изученных элементов и движений современного танца.

### **Раздел 5. Танцевально-художественное творчество**

#### **Тема 5.1. Вводное занятие**

Теория (2 часа). Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановочной работе на данном этапе обучения. Знакомство с музыкальным материалом.

#### **Тема 5.2. Экзерсис на середине зала (репетиционная, концертная деятельность)**

Теория (6 часов). Создание сценического образа. Музыкальность. Выразительность и эмоциональность исполнения. Изучение танцевальных движений и комбинаций к постановочной работе. Рисунок танца.

Практика (24 часа). Выполнение танцевально-художественной деятельности, направленной на создание хореографической композиции, ее сценического воплощения:

- создание сценического образа;
- работа над музыкальностью;

- выразительность и эмоциональность исполнения;
- изучение танцевальных движений;
- соединение движений в танцевальные комбинации;
- разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах;
- отработка элементов;
- синхронность в исполнении;
- работа над техникой исполнения;
- отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений;
- рабочие, сводные, генеральные репетиции на сценической площадке.

### Тема 5.3. Итоговое занятие

Практика (2 часа). Открытое занятие. Исполнение основных упражнений, танцевальных движений и комбинаций.

### Учебный план второго года обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	<b>Ритмико-танцевальный комплекс</b>				
1.1.	Вводное занятие	2	1	1	Опрос
1.2.	Ритмическая разминка (разогрев всех частей тела)	8	-	8	Контрольные упражнения
	Итого	10	1	9	
2.	<b>Основы партерной гимнастики (parterre)</b>				
2.1.	Упражнения для развития подвижности стоп	4	1	3	Контрольное занятие
2.2.	Упражнения для развития тазобедренного сустава, эластичности мышц бедра, выворотности	4	-	4	Контрольное занятие
2.3.	Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника	4	-	4	Контрольное занятие
2.4.	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса	4	1	3	Контрольное занятие
2.5.	Упражнения на растяжку мышц и связок и развитие балетного шага	4	-	4	Контрольное занятие
2.6.	Акробатические упражнения	4	-	4	Контрольное занятие
	Итого	24	2	22	

3.	<b>Основы классического танца</b>				
3.1.	Техника исполнения Grand Plie (I, II) (бокком к балетному станку)	2	1	1	Наблюдение
3.2.	Техника исполнения комбинации Demi Plieat Grand Plie по I, II, V позициям с Portde Bras (бокком к балетному станку)	2	1	1	Наблюдение
3.3.	Техника исполнения комбинации Battemant Tandu по I, V позициям по всем направлениям (бокком к балетному станку)	4	2	2	Наблюдение
3.4.	Техника исполнения комбинации Battement Tandujete по I, V позициям по всем направлениям (бокком к балетному станку)	4	2	2	Наблюдение
3.5.	Техника исполнения Rondde jambeparterre (бокком к балетному станку)	4	2	2	Наблюдение
3.6.	Техника исполнения Grand Batjetes на 90°	2	1	1	Наблюдение
	Итого	18	9	9	
4.	<b>Основы русского народного танца</b>				
4.1.	Вводное занятие.	2	1	1	Опрос
4.2.	Техника исполнения элементарных «ходов» и «проходов» (с «раскрытием» и «закрытием» рук)	2	-	2	Наблюдение
4.3.	Техника исполнения «притопов», «перескоков»	2	-	2	Наблюдение
4.4.	Техника исполнения движений «гармошечка», «ёлочка» (с «раскрытием» и «закрытием» рук)	2	1	1	Наблюдение
4.5.	Техника исполнения комбинации «моталочная»	2	-	2	Наблюдение
4.6.	Техника исполнения комбинации «ковырялочка»	2	-	2	Наблюдение
4.7.	Техника исполнения движения «припадание»	2	-	2	Наблюдение

4.8.	Техника исполнения вращений: «шене», «бегунок»	4	-	4	Наблюдение
4.9.	Техника исполнения дробных выстукиваний	4	-	4	Наблюдение
	Итого	22	2	20	
<b>5.</b>	<b>Основы современного танца</b>				
5.1.	Техника исполнения движения корпусом в современном танце («боковойкач», «кач вперед-назад»)	2	1	1	Контрольное занятие
5.2.	Техника исполнения комбинации движений рук на развитие координации	4	1	3	Контрольное занятие
5.3.	Техника исполнения упражнений на развитие координации и слаженности движений в современном стиле	6	1	5	Контрольное занятие
5.4.	Техника исполнения движений, комбинаций на заданную тему	4	1	3	Контрольное занятие
	Итого	16	4	12	
<b>6.</b>	<b>Танцевально-художественное творчество</b>				
6.1.	Вводное занятие	2	2	-	Опрос
6.2.	Экзерсис на середине зала (репетиционная, концертная деятельность)	50	6	44	Контрольное занятие
6.3.	Итоговое занятие	2	-	2	Открытое занятие
	Итого	54	8	46	
	<b>Всего по программе</b>	<b>144</b>	<b>26</b>	<b>118</b>	

## Содержание учебного плана второго года обучения

### Раздел 1. Ритмико-танцевальный комплекс

#### Тема 1.1. Вводное занятие

Теория (1 час). Инструктаж по ТБ и ПБ. Инструктаж «Правила поведения в хореографическом классе». Изучение танцевального приветствия второго года обучения – «поклон».

Практика (1 час). Выполнение танцевального приветствия второго года обучения – «поклон». Повторение упражнений, танцевальных движений и комбинаций, изученных на первом году обучения.

#### Тема 1.2. Ритмическая разминка (разогрев всех частей тела)

Практика (8 часов). Выполнение упражнений и элементов для разогрева всех частей тела:

- разогрев ног (стопа, колено, пах) – выполнение шаговых, беговых и прыжковых упражнений – «ходьба на полупальцах», «цапля», «мячики», «цирковая лошадка», «хвостики с захлестом»;
- разогрев шейного отдела позвоночника (движения головой): наклоны головы вправо-влево, вперед-назад; движение головы по квадрату;
- разогрев плечевого пояса (варианты движений плечами): работа плечами вверх-вниз, вперед-назад; круговые движения плечами; «волна» плечами;
- разогрев рук (варианты упражнений): круговые движения кистей; круговые движения рук от плечевого сустава; круговые движения рук от локтевого сустава; комбинации для рук с использованием упражнения «волна»;
- разогрев позвоночника (наклоны, изгибы, твисты торса);
- расслабление позвоночника (свинговое раскачивание, gop);
- упражнения stretch характера. Растягивание.

## **Раздел 2. Основы партерной гимнастики (parterre)**

### **Тема 2.1. Упражнения для развития подвижности стоп**

Теория (1 час). Правила выполнения комбинации упражнений для развития эластичности и подвижности стоп.

Практика (3 часа). Выполнение комбинации упражнений для развития подвижности стопы:

- вытягивание и сокращение стопы;
- круговые и полукруговые движения стопой;
- разворот стопы из VI позиции в I;
- «Взлетная полоса» - пятки полетели.

### **Тема 2.2. Упражнения для развития тазобедренных суставов, эластичности мышц бедра, выворотности**

Практика (4 часа). Выполнение, наработка техники исполнения упражнений для развития тазобедренных суставов, эластичности мышц бедра, выворотности:

- «складывание», «перетягивание корпуса»;
- наклоны в положении «разножка»;
- упражнение «солнце»;
- упражнение «бабочка»;
- упражнение «лягушка»;
- упражнение «звездочка»

### **Тема 2.3. Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника**

Практика (4 часа). Выполнение и наработка техники исполнения упражнений для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника:

- упражнение «лодочка»;
- упражнение «кораблик»;
- упражнение «качалка»;
- упражнение «колечко»;
- упражнение «кошечка»;
- упражнение «змейка»;

#### **Тема 2.4. Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса**

Теория (1 час). Правила выполнения комбинации упражнений для укрепления мышц брюшного пресса.

Практика (3 часа). Выполнение комбинации упражнений для укрепления мышц брюшного пресса:

- медленный подъем ног вверх в положении «лежа»;
- упражнение «уголок»;
- упражнение «велосипед» + «скрутка»;
- упражнение «ножницы» (с натянутой, сокращенной стопой) + подъем ног «снизу вверх» и обратно;
- упражнение «планка» (+ диагональ).

#### **Тема 2.5. Упражнения на растяжку мышц и связок и развитие балетного шага.**

Практика (4 часа). Выполнение и наработка техники исполнения упражнений на растяжку мышц и связок и развитие балетного шага:

- «шпагат» вперед (с правой, левой ноги);
- «шпагат» поперечный.

#### **Тема 2.6. Акробатические упражнения**

Практика (4 часа). Выполнение и наработка техники исполнения акробатических упражнений:

- упражнение «березка»;
- «собака мордой вниз» + GrandBatjetes;
- упражнение «мостик»;
- упражнение «стойка на руках» (проучивание – у опоры);
- упражнение «кувырок» – вперед, назад (через правое, левое плечо);
- упражнение «колесо» + «колесо с разножкой»;
- переворот «вперед», «назад» из положения «мостик».

### **Раздел 3. Основы классического танца**

#### **Тема 3.1. Техника исполнения Grand Plie (I, II) (бокком к балетному станку)**

Теория (1 час). Правила техники выполнения Grand Plie (I, II) (бокком к балетному станку).

Практика (1 час). Выполнение упражнения Grand Plie (I, II) (бокком к балетному станку).

#### **Тема 3.2. Техника исполнения комбинации Demi Plieat Grand Plieпо I, II, V позициям с Portde Bras (бокком к балетному станку)**

Теория (1 час). Правила выполнения комбинации Demi Plieat Grand Plieпо I, II, V позициям с Portde Bras (бокком к балетному станку).

Практика (1 час.). Выполнение комбинации Demi Plieat Grand Plie по I, II, V позициям с Portde Bras (боком к балетному станку).

**Тема 3.3. Техника исполнения комбинации Battemant Tandу по I, V позициям по всем направлениям (боком к балетному станку)**

Теория (2 часа). Правила выполнения комбинации BattemantTandu по I, V позициям по всем направлениям (боком к балетному станку).

Практика (2 часа). Выполнение комбинации BattemantTandu по I, V позициям по всем направлениям (боком к балетному станку).

**Тема 3.4. Техника исполнения комбинации BattementTandujete по I, V позициям по всем направлениям (боком к балетному станку)**

Теория (2 часа). Правила выполнения комбинации BattementTandujete по I, V позициям по всем направлениям (боком к балетному станку).

Практика (2 часа). Выполнение комбинации BattementTandujete по I, V позициям по всем направлениям (боком к балетному станку).

**Тема 3.5. Техника исполнения Ronddejambeparterre (боком к балетному станку)**

Теория (2 часа). Правила техники исполнения Ronddejambeparterre (боком к балетному станку).

Практика (2 часа). Выполнение и наработка техники исполнения упражнения Rondde jambe parterre (боком к балетному станку).

**Тема 3.6. Техника исполнения Grand Batjetes на 90°**

Теория (1 час). Правила техники исполнения упражнения Grand Batjetes на 90°.

Практика (1 час.). Выполнение, наработка техники исполнения упражнения Grand Batjetes на 90°.

**Раздел 4. Основы русского народного танца**

**Тема 4.1. Вводное занятие**

Теория (1 час). Народный танец как вид хореографического искусства. Изучение правил постановки корпуса, рук, головы в русском народном танце. Манера исполнения, характер. Изучение техники исполнения «раскрытия» и «закрытия» рук в русском народном танце.

Практика (1 час). Выполнение движений «раскрытия» и «закрытия» рук.

**Тема 4.2. Техника исполнения элементарных «ходов» и «проходок» (с «раскрытием» и «закрытием» рук)**

Практика (2 часа). Правила выполнения «ходов» и «проходок» (с «раскрытием» и «закрытием» рук).

**Тема 4.3. Техника исполнения «притопов», «перескоков»**

Практика (2 часа). Правила выполнения и наработка техники исполнения «притопов», «перескоков».

**Тема 4.4. Техника исполнения движений «гармошечка», «ёлочка» (с «раскрытием» и «закрытием» рук)**

Теория (1 час). Правила выполнения движений «гармошечка», «ёлочка» (с «раскрытием» и «закрытием» рук).

Практика (1 час). Выполнение движений «гармошечка», «ёлочка» (с «раскрытием» и «закрытием» рук).

**Тема 4.5. Техника исполнения комбинации «моталочная»**

Практика (2 часа). Правила выполнения комбинации «моталочная».

**Тема 4.6. Техника исполнения комбинации «ковырялочка»**

Практика (2 часа). Правила выполнения комбинации «ковырялочка».

**Тема 4.7. Техника исполнения движения «припадание»**

Практика (2 часа). Правила выполнения движения «припадание».

**Тема 4.8. Техника исполнения вращений: «шене», «бегунок»**

Практика (4 часа). Правила выполнения вращений: «шене», «бегунок».

**Тема 4.9. Техника исполнения дробных выстукиваний**

Практика (4 часа). Выполнение дробных выстукиваний.

**Раздел 5. Современный танец**

**Тема 5.1. Техника исполнения движения корпусом в современном танце («боковой кач», «кач вперед-назад»)**

Теория (1 час). Техника исполнения движения корпусом «боковой кач», «кач» вперед-назад. «Манера исполнения» и «характер» в современном танце.

Практика (1 час). Выполнение движения корпусом «боковой кач», «кач вперед-назад».

**Тема 5.2. Техника исполнения комбинации движений рук на развитие координации**

Теория (1 час). Техника выполнения комбинации движений рук на развитие координации.

Практика (3 часа). Выполнение комбинации движений рук на развитие координации.

**Тема 5.3. Техника исполнения упражнений на развитие координации и слаженности движений в современном стиле**

Теория (1 час). Техника исполнения упражнений на развитие координации и слаженности движений в современном стиле.

Практика (5 часов). Выполнение упражнений на развитие координации и слаженности движений в современном стиле.

**Тема 5.4. Техника исполнения движений, комбинаций на заданную тему**

Теория (1 час). Техника выполнения движений, комбинаций на заданную тему.

Практика (3 часа). Выполнение движений, комбинаций на заданную тему.

**Раздел 6. Танцевально-художественное творчество**

**Тема 6.1. Вводное занятие**

Теория (2 часа). Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановочной работе на данном этапе обучения. Знакомство с музыкальным материалом.

**Тема 6.2. Экзерсис на середине зала (репетиционная, концертная деятельность)**

Теория (6 часов). Сценический образ. Музыкальность. Актерское мастерство. Характер танца, манера исполнения. Изучение танцевальных движений и комбинаций. Рисунок танца.

Практика (44 часа). Выполнение танцевально-художественной деятельности, направленной на создание хореографической композиции, ее сценического воплощения:

- создание сценического образа;

- работа над музыкальностью;
- выразительность и эмоциональность исполнения;
- изучение танцевальных движений;
- соединение движений в танцевальные комбинации;
- разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах;
- отработка элементов;
- синхронность в исполнении;
- работа над техникой исполнения;
- отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений;
- рабочие, сводные, генеральные репетиции на сценической площадке.

### **Тема 6.3. Итоговое занятие**

Практика (2 часа). Открытое занятие. Исполнение основных упражнений, танцевальных движений и комбинаций. Демонстрация хореографической композиции.

## **Комплекс организационно-педагогических условий**

**Календарно-учебный план** (Приложение 1).

**Материально-техническое оснащение программы.** Для реализации программы необходимы:

- оборудованный танцевальный зал,
- фортепиано;
- MP3 плеер, CD-диски, MP3-диски;
- эскизы, схемы, картинки,
- компьютерное оборудование для просмотра видеоматериалов, видео-иллюстрации.

**Формы подведения итогов реализации программы.** В течение года проводятся контрольные занятия. Промежуточный и итоговый контроль проходят в виде открытого занятия для родителей.

**Формы диагностики результатов обучения по программе:**

- педагогическое наблюдение за учащимися в процессе занятий;
- опрос;
- обсуждение;
- контрольные упражнения;
- контрольные задания;
- выступления перед родителями и на концертах.

**Мониторинг образовательного процесса.** Особое место в программе уделено мониторингу образовательного процесса, который необходим для формирования целостного представления о состоянии реализации программы.

Уровень достижений обучающихся в процессе освоения программы отслеживается в постепенно усложняющихся ситуациях. Это позволяет

производить оценку результативности по нескольким направлениям одновременно:

- уровню овладения конкретными умениями и навыками;
- способности взаимодействовать с партнером;
- умению чувствовать ответственность за результаты совместной деятельности;
- способности критически оценивать результаты своей деятельности;
- способности радоваться собственным достижениям и успехам своих партнеров.

Для определения уровня освоения программы, личностного роста обучающихся и уровня их эстетического развития применяется диагностический инструментарий, состоящий из двух диагностик. Контроль осуществляется по четырем этапам:

1. **Первичный контроль** проводится в сентябре. Его цель – определить, какие способности, знания, умения и навыки есть у ребенка, насколько развита культура труда, опыт сотрудничества.
2. **Промежуточный контроль в течение года** проводится в конце декабря или январе. Его цель – определить степень освоения образовательной программы, скорректировать степень ее сложности с учетом индивидуальных особенностей детей. Оценивается динамика умения овладения танцевальным искусством, умение общаться с другими воспитанниками, личностный рост каждого обучающегося, проявление самостоятельности, мотивационный уровень, артистичность и музыкальность.
3. **Промежуточный контроль в конце каждого года обучения** проводится в мае: определяется уровень освоения программы за год, результативность образовательного процесса, выявляются наиболее способные дети, планируется индивидуальная работа с ними. Оценивается развитость общения, умение оценивать и корректировать результат своего труда.
4. **Итоговый контроль по итогам обучения по программе «Современный танец «SNAP» (стартовый уровень)»** проводится в мае в форме проведения отчетных концертов: определяется уровень освоения программы. Результаты выступления обучающихся на концертах, конкурсах, фестивалях любого уровня обсуждаются, выявляются недостатки, ошибки, допущенные в концертной деятельности с тем, чтобы избежать этого в будущем.

Разработанные формы контроля позволяют делать выводы и о результатах творческого развития, труднее всего поддающихся количественной оценке. Вместе с тем, оценивая результаты, педагог имеет возможность проанализировать и скорректировать при необходимости используемые методики и само построение учебного процесса.

Но следует помнить, что результативность образовательного процесса также зависит от способностей обучающихся и их успехов, от возраста, в

котором ребенок приступил к началу занятий, от мастерства педагога, а иногда и от заинтересованности родителей и их вклада в учебно-воспитательный и художественно-творческий процесс.

### **Методическое обеспечение программы**

**Организация процесса обучения.** Учебные темы программы включают в себя теоретические и практические занятия. Основные **формы и методы**, направленные на достижение цели и выполнение задач:

- метод сенсорного восприятия – просмотры видео, прослушивание аудиозаписей;
- словесный метод – рассказ нового материала, анализ, инструктаж, беседа о выпускниках и т. д., дискуссия о прошедшем выступлении на концерте;
- наглядный метод – видео-иллюстрация, личный показ педагогом, видеопросмотр выступлений профессиональных коллективов;
- практический метод – упражнение, игра, творческая импровизация, ритмопластика, танцевальные комбинации, репетиции.
- метод стимулирования деятельности и поведения – соревнование, поощрение, конкурс внутри группы, создание ситуации успеха.

Основными в освоении программы являются методы «от простого к сложному», от «медленного к быстрому», «посмотри и повтори», «вместе с партнером», «осмысли и выполни», «от эмоций к логике», «от логики к ощущениям».

Воспитательная работа интегрирована в процесс обучения, в организацию жизни коллектива. Её основной смысл заключается в том, чтобы развить и укрепить нравственные представления, эстетические идеалы, этические нормы жизни и поведения.

#### **Примерный репертуарный план:**

<b>№ п/п</b>	<b>Хореографические постановки</b>	<b>Тематика хореографических постановок</b>
<b>1 год обучения</b>		
1.	«Открывашка»	Современная стилизация (тема праздника)
2.	«Авиаугонщики»	Детский сюжетно-игровой танец (тема дружбы и труда)
3.	«Девчонки и мальчишки»	Тема детства, дружбы
4.	«Ой, мама, я влюбилась!»	Тема детства, дружбы

5.	«Дайте детям тишину!»	Детский сюжетно-игровой танец (тема игры, детских шалостей)
6.	«Детство»	Вокально-хореографическая композиция на тему уходящего детства
<b>2 год обучения</b>		
1.	INTRO	Эстрадное шоу (праздник)
2.	«Большая стирка»	Сюжетно-игровой танец (тема дружбы и труда)
3.	«Из жизни в жизнь»... (вторая партия)	Современная стилизация (духовно-нравственная)
4.	«Не волнуйся, папа!»	Вокально-хореографическая композиция на тему детства, любви к родителям
5.	«Уж вы, стары-старика!»	Вокально-хореографическая композиция на тему любви к родителям
6.	«Аргентина»	Вокально-хореографическая композиция на тему путешествия

## ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА

Основой воспитательного процесса в образовательных организациях является национальный воспитательный идеал – это высоконравственный, творческий, компетентный гражданин России, принимающий судьбу Отечества как свою личную, осознающий ответственность за настоящее и будущее своей страны, укоренённый в духовных и культурных традициях многонационального народа Российской Федерации.

Исходя из этого, а также основываясь на базовых для нашего общества ценностях (таких как семья, труд, отечество, природа, мир, знания, культура, здоровье, человек) и специфики дополнительного образования, мы сформулировали следующую цель воспитательной работы в ДЮЦ «Ровесник»: воспитание инициативной личности с активной жизненной позицией, с развитыми интеллектуальными способностями, творческим отношением к миру, чувством личной ответственности, способной к преобразовательной продуктивной деятельности, саморазвитию, ориентированной на сохранение ценностей общечеловеческой и национальной культуры.

Данная цель ориентирует педагогов, в первую очередь, на обеспечение позитивной динамики развития личности ребенка.

Для реализации поставленных целей воспитания обучающихся необходимо будет решить следующие **основные задачи**:

- реализовать воспитательный потенциал и возможности учебного занятия, поддерживать использование интерактивных форм занятий с обучающимися;
- реализовать потенциал детского объединения в воспитании обучающихся, поддерживать активное их участие в жизни учреждения, укрепление коллективных ценностей;
- формировать позитивный уклад жизни учреждения, положительный имидж и престиж;
- организовать работу с семьями обучающихся, их родителями (законными представителями), направленную на совместное решение проблем личностного развития обучающихся;
- реализовать потенциал наставничества в воспитании обучающихся как основу взаимодействия людей разных поколений, мотивировать к саморазвитию и самореализации на пользу людям;
- формировать достойного гражданина и патриота России (воспитание у обучающихся чувства патриотизма, развитие и углубление знаний об истории и культуре России и родного края, становление многосторонне развитого гражданина России в культурном, нравственном и физическом отношениях, развитие интереса и уважения к истории и культуре своего и других народов);
- содействовать приобретению опыта личностного и профессионального самоопределения на основе личностных проб в совместной деятельности и социальных практиках;
- формировать у детей и подростков нравственные ценности, мотивации и способности к духовно-нравственному развитию интересов и личностных качеств, обеспечивающих конструктивную, социально приемлемую самореализацию, позитивную социализацию, противодействие возможному негативному влиянию среды;
- формировать духовно-нравственные качества личности, делающие её способной противостоять негативным факторам современного общества и выстраивать свою жизнь на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей.

Планомерная реализация поставленных задач позволит организовать в учреждении интересную и событийно насыщенную жизнь детей и педагогов, что станет эффективным способом профилактики антисоциального поведения обучающихся.

#### План воспитательной работы:

№	Название мероприятия	Дата
1.	Профилактическая акция в рамках операции «Внимание – дети»	Август-сентябрь
2.	Профилактические беседы по темам «Схема дорожной безопасности», «Пожарная безопасность», «Антитеррористическая безопасность», «Безопасность дома, на улице, общественных местах»	Сентябрь

3.	Тематическая неделя «Неделя безопасности»	Сентябрь
4.	Профилактический месячник под девизом «Уступи дорогу поездам!» в рамках реализации комплексного плана мероприятий, направленных на повышение уровня безопасности граждан при нахождении на объектах железнодорожного транспорта, на Октябрьской железной дороге	Сентябрь
5.	День солидарности в борьбе с терроризмом	Сентябрь
6.	Оперативно-профилактическая операция «Безопасность на транспорте»	Октябрь
7.	Профилактические мероприятия «Безопасность на льду»	Ноябрь-апрель
8.	Единый урок по безопасности в сети «Интернет»	Ноябрь-декабрь
9.	Федеральное оперативно-профилактическое мероприятие «Нет ненависти и вражде!»	Ноябрь
10.	Концерт «День Матери»	Ноябрь
11.	Разработка мультфильма, посвященного мамам	Ноябрь
12.	Международный день толерантности	Ноябрь
13.	Международный день отказа от курения	Ноябрь
14.	Широкомасштабная профилактическая акция «Декада SOS»	Декабрь
15.	Всероссийская профилактическая акция «Безопасность детства»	Январь
16.	Международный день безопасного Интернета	Февраль
17.	Концерт «С Днем Защитника Отечества»	Февраль
18.	Межведомственная профилактическая акция «Детство без табака»	Март
19.	Межведомственная профилактическая акция «ПАПин Апрель», Открытое занятие «Вместе с папой»	Апрель
20.	Месячник Правового просвещения. Месячник по предупреждению противоправного поведения несовершеннолетних, профилактике социально-опасного положения в семьях и правового просвещения участников образовательных отношений.	Апрель-май
21.	Отчетный концерт	Май
22.	Профилактическая акция «Безопасные каникулы»	Октябрь, декабрь, февраль, март, май (перед каникулами)

### Список литературы для педагога:

1. Браиловская Л.В., Володина О.В., Цыганкова Р.В. Танцуют все! Клубные, бальные, восточные танцы. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2007.
2. Бриске И.Э. Основы детской хореографии. Ч.1 и Ч. 2. – Челябинск. 2012.
3. Джозеф С. Хавилер. Тело танцора. Медицинский взгляд на танцы и тренировки. – Изд-во «Новое слово», 2004.
4. Зациорский В.М., Аруин А.С., Селуянов В.Н. Биомеханика двигательного аппарата человека. – Москва: Физкультура и спорт, 1981.
5. Жуков Г.Н. Основы общей и профессиональной педагогики: учеб. пособие / Г.Н. Жуков и др.; под общей ред. проф. Г.П. Скамницкой. – Москва: Гардарики, 2009.

6. Калинина О. Н. Если хочешь воспитать успешную личность – научи ее танцевать. Практическое пособие по хореографии для детей раннего и дошкольного возраста. Часть I и II, – Харьков, 2013.
7. Кленова Н. Как оценивать результаты обучения школьников по дополнительным образовательным программам // Народное образование, 2005, №8.
8. Мэксин Тобиас, Мэри Стюарт. Растягивайся и расслабляйся. Ежедневная программа занятий. – Москва: Физкультура и спорт, 1994.
9. Нечаев М.П. Диагностика воспитания школьников. Учебно-методическое пособие. – Москва: ЦГЛ, 2006.
10. Пуртова Т. В., Беликова, А. Н., Кветная, О. В. Учите детей танцевать – Москва: центр Владос, 2003.
11. Цорн А.Я. Грамматика танцевального искусства и хореографии. 2-е изд., испр. – СПб.: Лань, 2011.
12. Шарова Н.И. Детский танец. – Санкт-Петербург: Планета музыки; Лань, 2011.

**Список литературы для обучающихся и родителей:**

1. Воронина Н.В., Михайлова М.А. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. – Ярославль: Академия развития, 2000.
2. Руднева С., Фиш Э. Музыкальное движение. – Санкт-Петербург, 2000.
3. Федорова Г.П. Поиграем, потанцуем. – Санкт-Петербург: Детство-Пресс, 2002.



### Календарный учебный график

Детское объединение: «Современный танец «SNAP» (стартовый уровень)», год обучения – 1, количество часов – 144  
(2 раза в неделю по 2 академических часа)

Педагог д/о: Блинова В.А.

Расписание:

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.				Теория, практика	2	<b>Вводное занятие.</b> Инструктаж по ТБ и ПБ. «Правила поведения в хореографическом классе». Изучение танц. приветствия 1 г. о. – «Поклон». Выполнение – «Поклон». Повторение упражнений, танцевальных комбинаций, изученных ранее.	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	Опрос
2.				Теория, практика	2	<b>Ритмическая разминка (разогрев всех частей тела).</b> Изучение, освоение техники выполнения упражнений на разогрев частей тела. Выполнение: разогрев ног (стопа, колено, пах). Выполнение шаговых, беговых и прыжковых упражнений – «ходьба на полупальцах», «цапля», «мячики», «цирковая лошадка», «хвостики с захлестом».	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	Наблюдение
3.				Теория, практика	2	Техника выполнения упражнений на разогрев частей тела. Разогрев шейного отдела позвоночника: наклоны головы вправо-влево, вперед-назад; движение головы по квадрату. Варианты движений плечами: работа вверх-вниз, вперед-назад; круговые движения; «волна».	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	
4.				Практика	2	Выполнение: разогрев рук (варианты упражнений): круговые движения кистей; круговые движения рук от плечевого сустава; круговые движения рук от локтевого сустава.	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	
5.				Практика	2	Выполнение: комбинации для рук с использованием упражнения «волна».	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	
6.				Практика	2	Выполнение: разогрев позвоночника (наклоны, изгибы, твисты торса); расслабление позвоночника (свинговое раскачивание, гроп). Упражнения stretch характера. Растягивание.	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	Контрольные упражнения

7.				Теория, практика	2	<b>Вводное занятие.</b> Назначение, основные задачи партерной гимнастики. Требования к технике исполнения изучаемых упражнений и элементов. Выполнение упражнений, изученных ранее по программе «Ритмика».	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	Опрос
8.				Теория, практика	2	<b>Упражнения для развития подвижности стоп.</b> Правила выполнения упражнений для развития эластичности и подвижности стоп. Выполнение упражнений: вытягивание и сокращение стопы; круговые и полукруговые движения стопой.	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	
9.				Теория, практика	2	Правила выполнения упражнений для развития эластичности и подвижности стоп. Выполнение упражнений: круговые и полукруговые движения стопой, разворот стопы из VI позиции в I.	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	Контрольные упражнения
10.				Теория, практика	2	<b>Упражнения для развития тазобедренных суставов, эластичности мышц бедра, выворотности.</b> Правила выполнения упражнений для развития тазобедренных суставов, эластичности мышц бедра, выворотности. Выполнение упражнений: наклон корпуса вперед вдоль ног – «складывание», «перетягивание корпуса».	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	
11.				Теория, практика	2	Правила выполнения упражнений. Выполнение: наклоны в положении «разножка». Упражнение «звёздочка», «бабочка», «лягушка».	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	
12.				Практика	2	Выполнение упражнений для развития тазобедренных суставов, эластичности мышц бедра, выворотности: упражнение «бабочка», «лягушка», «складывание», «перетягивание корпуса».	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	Контрольные упражнения
13.				Теория, практика	2	<b>Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника.</b> Правила выполнения упражнений для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника. Выполнение упражнений: «лодочка», «кораблик».	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	
14.				Теория, практика	2	Правила выполнения упражнений для развития гибкости плечевого и поясного суставов, подвижности позвоночника. Выполнение упражнений: «лодочка», «кораблик», «колечко».	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	

15.			Практика	2	Выполнение упражнений: «качалка», «колечко», «кошечка», «змея».	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	Контрольные упражнения
16.			Теория, практика	2	<b>Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса.</b> Правила выполнения упражнений для укрепления мышц брюшного пресса. Выполнение упражнений: медленный подъем ног вверх в положении «лежа», «уголок».	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	
17.			Теория, практика	2	Правила выполнения упражнений для укрепления мышц брюшного пресса. Выполнение упражнений: «велосипед», «ножницы», «планка».	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	
18.			Практика	2	Выполнение упражнений: медленный подъем ног вверх в положении «лежа», «уголок», «велосипед».	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	Контрольные упражнения
19.			Теория, практика	2	<b>Упражнения на растяжку мышц и связок и развитие балетного шага.</b> Правила выполнения упражнений на растяжку мышц и связок и развитие балетного шага. Выполнение упражнений: «шпагат» вперед (с правой, левой ноги).	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	
20.			Теория, практика	2	Правила выполнения упражнений на растяжку мышц и связок и развитие балетного шага. Выполнение упражнений: «шпагат» поперечный.	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	
21.			Практика	2	Выполнение упражнений: «шпагат» поперечный, «шпагат» вперед (с правой, левой ноги).	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	Контрольные упражнения
22.			Теория, практика	2	<b>Акробатические упражнения.</b> Правила выполнения акробатических упражнений. Выполнение упражнений: «березка», «мостик».	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	
23.			Теория, практика	2	Правила выполнения акробатических упражнений. Выполнение упражнений: «стойка на руках» (изучение – у опоры); переворот «вперед», «назад» из положения «мостик».	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	
24.			Практика	2	Выполнение упражнений: «кувырок» - вперед, назад (через правое, левое плечо), «колесо».	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	Контрольные упражнения
25.			Теория, практика	2	<b>Вводное занятие.</b> Правильное произношение французских терминов и перевод названий классических рас. Изучение «точек» танцевального зала – 1, 2, 3, 4, 5, 6,	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	Опрос

						7, 8.Танцевальная импровизация на заданную тему с применением «точек».		
26.				Теория, практика	2	<b>Техника исполнения позиций ног (I, II, III, V) – лицом к балетному станку.</b> Правила техники выполнения позиций ног (I, II, III, V). Выполнение постановки ног в I, II, III, V позициях классического танца.	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	Наблюдение
27.				Теория, практика	2	<b>Техника исполнения releve на полупальцы (I, V позиции) – лицом к балетному станку.</b> Правила техники выполнения упражнения releve на полупальцы (I, V позиции). Выполнение упражнения releve на полупальцы (I, V позиции).	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	
28.				Теория, практика	2	Правила техники выполнения упражнения releve на полупальцы (I, V позиции). Выполнение упражнения releve на полупальцы (I, V позиции).	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	Наблюдение
29.				Теория, практика	2	<b>Техника исполнения DemiPlie по I, II, V позициям (лицом к балетному станку).</b> Правила техники выполнения комбинации DemiPlie по I, II, V позициям. Выполнение упражнения: DemiPlie по I, II позиции.	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	
30.				Теория, практика	2	Правила техники выполнения комбинации DemiPlie по I, II, V позициям. Выполнение, наработка техники исполнения DemiPlie по I, II, V позициям.	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	
31.				Практика	2	Выполнение, наработка техники исполнения DemiPlie по I, II, V позициям.	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	Наблюдение
32.				Теория, практика	2	<b>Техника исполнения BattementTandu по I, V позициям (лицом к балетному станку).</b> Правила выполнения BattementTandu. Выполнение: BattementTandu по I, V позициям.	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	
33.				Теория, практика	2	Правила выполнения BattementTandu по I, V позициям. Наработка техники исполнения BattementTandu по I, V позициям.	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	
34.				Практика	2	Выполнение, наработка техники исполнения BattementTandu по I, V позициям по всем направлениям.	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	Наблюдение
35.				Теория, практика	2	<b>Техника исполнения Battement Tandu jete по I, V позициям(лицом к балетному станку).</b> Правила выполнения Battement Tandu jete по I, V позициям. Практика (4 часа). Выполнение: Battement Tandu jete по I, V позициям.	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	

36.				Теория, практика	2	Правила выполнения Battement Tandu jete по I, V позициям. Выполнение Battement Tandu jete по I, V позициям.	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	
37.				Практика	2	Выполнение, наработка техники исполнения Battement Tandu jete по I, V позициям.	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	Наблюдение
38.				Теория, практика	2	<b>Техника исполнения «перегибание корпуса» назад и в сторону (лицом к станку).</b> Правила техники исполнения «перегибание корпуса» назад и в сторону (лицом к станку).Выполнение: «перегибание корпуса» назад и в сторону (лицом к станку).	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	
39.				Теория, практика	2	Правила техники исполнения «перегибание корпуса» назад и в сторону (лицом к станку). Выполнение, наработка техники исполнения «перегибание корпуса» назад и в сторону (лицом к станку).	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	Наблюдение
40.				Теория, практика	2	<b>Техника исполнения Portde Bras – II с координацией головы и точек класса.</b> Правила выполнения Portde Bras – II с координацией головы и точек класса. Выполнение: Portde Bras – II с координацией головы и точек класса.	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	
41.				Теория, практика	2	Правила выполнения Portde Bras – II с координацией головы и точек класса. Выполнение: Portde Bras – II с координацией головы и точек класса.	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	Наблюдение
42.				Теория, практика	2	<b>Техника исполнения «поджатого» прыжка по IV позиции.</b> Правила техники исполнения «поджатого» прыжка по IV позиции.Выполнение «поджатого» прыжка по IV позиции.	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	Наблюдение
43.				Теория, практика	2	<b>Вводное занятие.</b> Цели, задачи обучения в изучаемом танцевальном направлении. История возникновения современных танцевальных направлений.Импровизация на заданную тему.	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	Опрос
44.				Теория, практика	2	<b>Постановка ног, рук. Простейшие шаги и переходы</b> Правила постановки ног, рук согласно правилам современного танца. Выполнение постановки ног, рук в современном танце.	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	
45.				Теория, практика	2	Правила постановки ног, рук согласно правилам современного танца. Изучение комбинаций на основных шагах и переходах.	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	

46.				Практика	2	Выполнение комбинаций на основные шаги и переходы; наработка техники исполнения.	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	Контрольные упражнения
47.				Теория, практика	2	<b>Техника исполнения движений и элементов современного танца.</b> Правила техники исполнения движений и элементов современного танца («пружинка», «батут», «мельница», «окошки», «ёлочки и палочки»). Выполнение движений: «пружинка», «батут».	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	
48.				Теория, практика	2	Правила техники исполнения движений и элементов современного танца. Выполнение движений: «мельница», «окошки».	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	
49.				Практика	2	Выполнение и наработка техники исполнения движений: «ёлочки и палочки».	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	
50.				Практика	2	Выполнение и наработка техники исполнения движений: «пружинка», «батут», «мельница», «окошки», «ёлочки и палочки».	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	Контрольные упражнения
51.				Теория, практика	2	<b>Техника исполнения упражнений на развитие координации с применением элементов современного танца.</b> Правила техники исполнения упражнений. Выполнение упражнений: «книжка-раскладушка».	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	
52.				Теория, практика	2	Правила техники исполнения упражнений на развитие координации с применением элементов современного танца. Выполнение упражнений: «реактивный самолет».	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	
53.				Практика	2	Выполнение, наработка техники исполнения упражнений на развитие координации с применением элементов современного танца («книжка-раскладушка», «реактивный самолет»).	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	Контрольные упражнения
54.				Теория, практика	2	<b>Комбинации на заданную тему.</b> Составление комбинаций с использованием изученных элементов и движений современного танца. Выполнение комбинаций.	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	Контрольное задание
55.				Теория, практика	2	Составление комбинаций с использованием изученных элементов и движений современного танца. Выполнение комбинаций.	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	
56.				Теория	2	<b>Вводное занятие.</b> Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановочной работе на данном этапе обучения. Знакомство с музыкальным материалом.	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	Опрос

57.				Теория, практика	2	<b>Экзерсис на середине зала (репетиционная, концертная деятельность).</b> Создание сценического образа. Изучение танцевальных движений и комбинаций к постановочной работе. Выполнение танцевально-художественной деятельности: создание сценического образа.	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	Наблюдение
58.				Теория, практика	2	Музыкальность. Выполнение ТХД: работа над музыкальностью.	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	Опрос
59.				Теория, практика	2	Выразительность и эмоциональность исполнения. Выполнение ТХД: упражнения на развитие выразительности.	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	
60.				Теория, практика	2	Рисунок танца. Выполнение ТХД: изучение танцевальных движений.	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	
61.				Теория, практика	2	Создание сценического образа. Выполнение ТХД: изучение танцевальных движений.	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	Наблюдение
62.				Теория, практика	2	Изучение танцевальных движений и комбинаций к постановочной работе. Выполнение ТХД: соединение движений в танцевальные комбинации.	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	
63.				Практика	2	Выполнение ТХД: упражнения на развитие выразительности и эмоциональности исполнения. отработка элементов.	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	
64.				Практика	2	Выполнение ТХД: разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах.	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	
65.				Практика	2	Выполнение ТХД: работа над техникой исполнения.	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	
66.				Практика	2	Выполнение ТХД: работа над техникой исполнения.	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	
67.				Практика	2	Выполнение ТХД: синхронность в исполнении.	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	Наблюдение
68.				Практика	2	Выполнение ТХД: отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений.	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	

69.				Практика	2	Выполнение ТХД: отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений.	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	
70.				Практика		Выполнение ТХД: рабочие репетиции на сценической площадке.	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	
71.				Практика	2	Выполнение ТХД: рабочие, сводные, генеральные репетиции на сценической площадке.	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	Наблюдение
72.				Практика	2	<b>Итоговое занятие.</b> Исполнение основных упражнений, танцевальных движений и комбинаций.	ДЮЦ «Ровесник», каб.№16	Контрольные задания



15										
16										
17										
18										

**Дата** \_\_\_\_\_

**Педагог дополнительного образования** \_\_\_\_\_



15										
16										
17										
18										

**Дата** \_\_\_\_\_

**Педагог дополнительного образования** \_\_\_\_\_