

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ ТВЕРСКОЙ ОБЛАСТИ  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА ТОРЖКА ТВЕРСКОЙ ОБЛАСТИ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №5  
ИМЕНИ ГЕРОЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
КЛЕЩЕНКО ВАСИЛИЯ ПЕТРОВИЧА»

СОГЛАСОВАНО  
Педагогическим советом  
протокол №6  
от «29» августа 2025 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

кружка «Основы хореографии»

Направленность: художественная

Общий объем программы в часах: 102 ч.

Возраст обучающихся: 7-13 лет

Срок реализации программы: 2025-2026 учебный год

Уровень: базовый

Автор: преподаватель Орёл Елена Борисовна

Торжок, 2025 г.

## Информационная карта программы

<b>Наименование программы</b>	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа кружка «Основы хореографии»
<b>Направленность</b>	Художественная
<b>Разработчик программы</b>	Преподаватель Орёл Елена Борисовна
<b>Общий объем часов по программе</b>	102 часа
<b>Форма реализации</b>	Очная
<b>Целевая категория обучающихся</b>	Обучающиеся в возрасте от 7-12 лет
<b>Аннотация программы</b>	<p><b>Цель программы</b> – создание условий, способствующих раскрытию и развитию природных задатков и творческого потенциала ребенка в процессе обучения искусству хореографии.</p> <p><b>Задачи программы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• сформировать интерес к хореографическому искусству, раскрыв его многообразие и красоту;</li><li>• привить учащимся умение слышать и слушать музыку и передавать ее содержание в движении;</li><li>• преподать азбуку классического танца;</li><li>• укреплять костно-мышечный аппарат воспитанников;</li><li>• совершенствовать выразительность исполнения, развивать силу, выносливость, координацию движений;</li><li>• формировать художественно-образное восприятие и мышление;</li><li>• воспитывать художественный вкус и эмоциональную отзывчивость.</li></ul> <p>Так как занимаются дети с разной хореографической подготовкой, поэтому программой предусмотрены следующие <b>формы занятий</b>:</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• групповые,</li> <li>• подгрупповые,</li> <li>• индивидуальные,</li> <li>• репетиционные.</li> </ul>
<p><b>Планируемый результат реализации программы</b></p>	<p>По итогам программы обучающиеся будут знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• единые требования о правилах поведения в хореографическом классе и требования к внешнему виду на занятиях;</li> <li>• термины азбуки классического танца</li> <li>• новые обозначения классических элементов и связок</li> <li>• хореографические названия изученных элементов.</li> <li>• сведения о новых направлениях и виды хореографии в музыке</li> </ul> <p>будут уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• выполнять движения и комбинации у станка и на середине зала в ускоренном темпе;</li> <li>• согласовывать движения корпуса, рук, ног при переходе из позы в позу;</li> <li>• выражать образ с помощью движений;</li> <li>• свободно и грамотно ориентироваться в терминологии классического танца</li> <li>• самостоятельно и грамотно выполнять изученные элементы классического танца;</li> <li>• владеть исполнительским мастерством сценического танца.</li> <li>• работать над выразительностью исполнения танцевального репертуара.</li> <li>• эмоционально и технически верно выступать перед зрителями.</li> <li>• самостоятельно и грамотно выполнять движения народного танца</li> <li>• владеть корпусом во время исполнения движений;</li> <li>• ориентироваться в пространстве;</li> <li>• координировать свои движения;</li> <li>• исполнять хореографический этюд в</li> </ul>

группе.

- Соединять отдельные движения в хореографической композиции

Контроль знаний и умений учащихся проводиться на отчетном концерте в конце учебного года.

## **1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа кружка «Основы хореографии» составлена в соответствии с требованиями Федерального закона от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказа Министерства просвещения Российской Федерации РФ от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», письма Минобрнауки РФ от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О Примерных требованиях к программам дополнительного образования детей», письма Минобрнауки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» вместе с методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы).

### **Направленность программы – художественная.**

Данная программа направлена на обучение детей с 7 до 13 лет. Программа кружка «Основы хореографии» направлена на обучение основам хореографического искусства, развитие общефизических, артистических, исполнительских способностей, воспитание эстетических качеств, необходимых для достижения гармоничного социального, интеллектуального и нравственного развития учащегося.

**Актуальность программы** ориентирована на удовлетворение запроса родителей в художественно-эстетическом развитии детей, возможности раскрыть и реализовать их творческий потенциал

Программа ориентирована на обучающихся в общеобразовательной школе

**Цель реализации программы:** заключается в разрешении у детей проблем физического и эмоционального характера через развитие координации и передачи эмоций с помощью движений

**Отличительной особенностью** данной программы является то, что при реализации учебного плана программы планируется разнообразный танцевальный и музыкальный репертуар, комплексный подход к развитию творческих способностей.

**Адресат программы.** Программа предназначена для обучающихся в возрасте 7-12 лет, без ограничений возможностей здоровья, проявляющих интерес к танцевальному искусству.

**Количество обучающихся в группе** – 15-20 человек.

**Уровень программы:** базовый

**Форма реализации образовательной программы:** групповые

**Режим занятий:** занятия с обучающимися проводятся 2 раза в неделю по 45 минут и 90 минут.

## Введение

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

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

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

Систематическая работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает детям понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях танцем, но и в повседневной жизни.

Танцевальное искусство обладает огромной силой в воспитании творческой, всесторонне развитой личности. Занятия хореографией приобщают ребенка к миру прекрасного, воспитывают художественный вкус. Соприкосновение с танцем учит детей слушать, воспринимать, оценивать и любить музыку. Хореографические занятия совершенствуют детей физически,

укрепляют их здоровье. Они способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру. Эти занятия хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и, в целом, повышают жизненный тонус учащегося. В танце находит выражение жизнерадостность и активность ребенка, развивается его творческая фантазия, творческие способности: воспитанник учится сам создавать пластический образ. Выступления перед зрителями являются главным воспитательным средством: переживание успеха приносит ребенку моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувство ответственности, дружбы, товарищества. Поэтому **главная задача педагога** – помочь детям проникнуть в мир музыки и танца, а не подготовить их к профессиональной сцене.

Данная образовательная программа по хореографии (без специального отбора учащихся, в отличие от специализированных учреждений) рассчитана на год и предполагает проведение занятий с детьми дошкольного возраста. Содержание программы распределено таким образом, что в учебном году воспитанники овладевают определенным минимумом хореографических знаний, умений, и навыков и решают определенные задачи для достижения основной цели.

**Цель программы** – создание условий, способствующих раскрытию и развитию природных задатков и творческого потенциала ребенка в процессе обучения искусству хореографии.

### **Задачи программы:**

- сформировать интерес к хореографическому искусству, раскрыв его многообразие и красоту;
- привить учащимся умение слышать и слушать музыку и передавать ее содержание в движении;
- преподать азбуку классического танца;
- укреплять костно-мышечный аппарат воспитанников;

- совершенствовать выразительность исполнения, развивать силу, выносливость, координацию движений;
- формировать художественно-образное восприятие и мышление;
- воспитывать художественный вкус и эмоциональную отзывчивость.

Так как занимаются дети с разной хореографической подготовкой, поэтому программой предусмотрены следующие **формы занятий**:

- групповые,
- подгрупповые,
- индивидуальные,
- репетиционные.

Кроме занятий, проводимых по учебному плану практикуется участие детей в школьных и городских мероприятиях.

Для достижения цели образовательной программы необходимо опираться на следующие **основные принципы**:

- **наглядность** – демонстрация упражнений педагогом, образный рассказ, имитация движений;
- **доступность** – обучение от простого к сложному, от известного к неизвестному;
- **систематичность** – регулярность занятий с постепенным увеличением количества упражнений, усложнением способов их выполнения;
- **индивидуальный подход** – учет особенностей восприятия каждого ребенка;
- **увлеченность** – каждый должен в полной мере участвовать в работе;
- **сознательность** – понимание выполняемых действий, активность.

Программа состоит из отдельных тематических блоков, но в связи со спецификой обучения в хореографическом коллективе, границы их сглаживаются. На одном и том же занятии происходит изучение элементов

классического танца (одновременно выполняются задачи физического и музыкального развития) и изучаются движения танца.

В программу учебного года вводится теоретический материал, соответствующий содержанию основных разделов.

### **Основные разделы программы кружка**

- «Введение» – педагог знакомит в игровой форме с одним из видов искусства (хореографией) и содержанием программы. Рассказывает о правилах поведения на занятии, о технике безопасности во время пользования техническими средствами и особенностях внешнего вида учащегося.
- «Ритмика» – включает в себя коллективно-порядковые и ритмические упражнения, имеющие целью музыкально-ритмическое развитие детей. Раздел «Ритмика» включает ритмические упражнения, музыкальные игры, музыкальные задания по слушанию и анализу танцевальной музыки, поскольку недостаточной музыкальное развитие детей обычно является основным тормозом в развитии их танцевальных способностей. Упражнения этого раздела должны способствовать развитию музыкальности: формировать музыкальное восприятие, представления о выразительных средствах музыки развивать чувство ритма. При этом в первую очередь, следует обратить внимание на те навыки, развитие которых не могут в полной степени обеспечить другие дисциплины учебного плана. К ним относятся: умение ориентироваться в маршевой и танцевальной музыке, определять ее характер, метроритм, строение и, особенно, умение согласовывать музыку с движением.
- «Азбука классического танца» – знакомит с азами классического танца. Изучение позиций рук и ног. Pile , Port de bra , Releve ,Battemen ,Grand plie, Rond de jambe, основные движения " Allegro ", расширение знаний в области классических терминов «па», изучение и исполнение классического экзерсиса. Выполняя движение классического экзерсиса, дети приобретают aplomb , выразительность и четкость в движениях, что важно для любого

танцовщика. Оздоровительный момент экзерсиса это развитие выносливости, физических данных и исправление физических недостатков.

- «Танцевальные этюды» – способствуют развитию танцевальности, эмоциональности.

- «Постановка» – знакомство с композицией танца. Данный раздел включает в себя разбор и отработку основных движений, отработку сложных движений, изучение рисунка танцевальной композиции и различных связок. Показ танца является необходимым этапом постановочной работы. Во время выступления учащиеся воспитывают отношение к публичному выступлению и самоутверждаются. Репертуар постановок планируется в соответствии с актуальными потребностями и творческим состоянием той или иной группы. В связи с этим каждый год делается анализ педагогической и художественно-творческой работы коллектива, определяется новый репертуар.

- «Индивидуальные занятия» – работа с воспитанниками, не усвоившими материал из-за болезни, с вновь прибывшими детьми.

Работа с учащимися и создание для них наиболее благоприятных условий развития может осуществляться разными путями с использованием различных методов и приемов, выбор которых связан с интересами и особенностями самого педагога и его мастерством.

### **Ожидаемые результаты и способы их проверки**

В соответствии с поставленными целями и задачами образовательной программы «Основы хореографии» ожидаются следующие результаты

#### **Учащийся будет знать:**

- единые требования о правилах поведения в хореографическом классе и требования к внешнему виду на занятиях;
- термины азбуки классического танца
- новые обозначения классических элементов и связок
- хореографические названия изученных элементов.

- сведения о новых направлениях и виды хореографии в музыке

**Учащийся будет уметь:**

- выполнять движения и комбинации у станка и на середине зала в ускоренном темпе;
- согласовывать движения корпуса, рук, ног при переходе из позы в позу;
- выражать образ с помощью движений;
- свободно и грамотно ориентироваться в терминологии классического танца
- самостоятельно и грамотно выполнять изученные элементы классического танца;
- владеть исполнительским мастерством сценического танца.
- работать над выразительностью исполнения танцевального репертуара.
- эмоционально и технически верно выступать перед зрителями.
- самостоятельно и грамотно выполнять движения народного танца
- владеть корпусом во время исполнения движений;
- ориентироваться в пространстве;
- координировать свои движения;
- исполнять хореографический этюд в группе.
- соединять отдельные движения в хореографической композиции

Контроль знаний и умений учащихся проводиться на отчетном концерте в конце учебного года.

Критерии оценивания приведены в таблицах 1 и 2.

**Таблица 1**

**Критерии оценивания сформированности компетенций**

Уровень	Описание поведенческих проявлений
1 уровень - недостаточный	Обучающийся не владеет навыком, не понимает его важности, не пытается его применять и развивать.
2 уровень – развивающийся	Обучающийся находится в процессе освоения данного навыка. Обучающийся понимает важность освоения навыков, однако не всегда эффективно применяет его в практике.
3 уровень –	Обучающийся полностью освоил данный навык.

опытный пользователь	Обучающийся эффективно применяет навык во всех стандартных, типовых ситуациях.
4 уровень – продвинутый пользователь	Особо высокая степень развития навыка. Обучающийся способен применять навык в нестандартных ситуациях или ситуациях повышенной сложности.
5 уровень – мастерство	Уровень развития навыка, при котором обучающийся становится авторитетом и экспертом в среде сверстников. Обучающийся способен передавать остальным необходимые знания и навыки для освоения и развития данного навыка.

**Таблица 2**  
**Критерии оценивания уровня освоения программы**

Уровни освоения программы	Результат
Высокий уровень освоения программы	Обучающиеся демонстрируют высокую заинтересованность в учебной, познавательной и творческой деятельности, составляющей содержание программы. На итоговом тестировании показывают отличное знание теоретического материала, практическое применение знаний воплощается в качественный продукт
Средний уровень освоения программы	Обучающиеся демонстрируют достаточную заинтересованность в учебной, познавательной и творческой деятельности, составляющей содержание программы. На итоговом тестировании показывают хорошее знание теоретического материала, практическое применение знаний воплощается в продукт, требующий незначительной доработки
Низкий уровень освоения программы	Обучающиеся демонстрируют низкий уровень заинтересованности в учебной, познавательной и творческой деятельности, составляющей содержание программы. На итоговом тестировании показывают недостаточное знание теоретического материала, практическая работа не соответствует требованиям

## 2. Содержание программы

### 2.1 УЧЕБНЫЙ ПЛАН

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы  
кружка «Основы хореографии»

№ п/п	Название раздела, модуля, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.1	Введение. Ознакомление с хореографическим искусством	3	1	2
1.2	Музыкально-ритмическое развитие детей. Формирование навыка работы у станка	3	1	2
1.3	Развитие музыкальности, чувства ритма и образного мышления	3	1	2
1.4	Развитие специальных музыкальных способностей. Работа над гибкостью и пластичностью	3	1	2
1.5	Музыкально – ритмическое развитие детей. Повторение пройденного материала	3	1	2
1.6	Развитие творческих способностей (воображение и фантазия)	3	1	2
1.7	Развитие выразительности и эмоциональности исполнения	3	1	2
1.8	Знакомство с танцем «Русская пляска». Разбор характерных движений	3	1	2
1.9	Работа над техникой, синхронностью выполнения движений.	3	1	2
1.10	Формирование навыков работы у станка. Развитие выразительности и чёткости в движениях	3	1	2
1.11	Работа над техникой исполнения движений классического танца	3	1	2
1.12	Обучение детей ориентированию в сценическом пространстве	3	1	2
1.13	Развитие двигательной сферы	3	1	2
1.14	Развитие чувства ритма и двигательных способностей	3	1	2
1.15	Развитие и обогащение двигательного опыта	3	1	2
1.16	Развитие чувства ритма и двигательных способностей	3	1	2
1.17	Психологическая и эмоциональная подготовка к концертному выступлению	3	1	2
1.18	Формирование у детей танцевальных движений, способствующих повышению общей культуры ребенка	3	1	2
1.19	Формирование навыка работы у станка	3	1	2
1.20	Развитие ритма и техники танцевальных движений	3	1	2

1.21	Обучение детей ориентироваться в пространстве и осваивать различные виды построений и перестроений	3	1	2
1.22	Развитие двигательных качеств и умений, Работа над гибкостью, выворотностью и растяжкой.	3	1	2
1.23	Развитие интереса к русскому народному искусству	3	1	2
1.24	Формирование навыков выразительности, пластичности, музыкального слуха, памяти и внимания	3	1	2
1.25	Развитие творческих способностей	3	1	2
1.26	Формирование навыков грациозности и изящества движений	3	1	2
1.27	Повышение работоспособности и двигательной активности в танце	3	1	2
1.28	Развитие образного мышления	3	1	2
1.29	Обогащение двигательного опыта	3	1	2
1.30	Развитие творческих способностей, воображения и фантазии	3	1	2
1.31	Общая физическая подготовка, ориентация в пространстве	3	1	2
1.32	Формирование навыков работы у станка и на середине, на примере прыжков	3	1	2
1.33	Развитие выразительности движений корпуса в свободных наклонах и перегибах в сочетании с движениями рук и головы	3	1	2
1.34	Психологическая и эмоциональная подготовка к концертному выступлению	3	1	2
<b>Итого:</b>		<b>102 ч.</b>	<b>34</b>	<b>68</b>

## 2.2 УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы  
кружка «Основы хореографии»

№ п/п	Наименование раздела, модуля, темы	Кол- во часов, всего	в том числе		Форма аттестации/ контроля
			теория	прак тика	
<b>1</b>	<b>Ритмика</b>	<b>36</b>	<b>12</b>	<b>24</b>	
1.1	Введение. Ознакомление с хореографическим искусством	3	1	2	Устный опрос, выполнение упражнений, показ
1.2	Музыкально-ритмическое развитие детей. Формирование навыка работы у станка	3	1	2	Устный опрос, выполнение упражнений, показ
1.3	Развитие музыкальности,	3	1	2	Устный опрос,

	чувствия ритма и образного мышления				выполнение упражнений, показ
1.4	Развитие специальных музыкальных способностей. Работа над гибкостью и пластичностью	3	1	2	Устный опрос, выполнение упражнений, показ
2.1	Музыкально – ритмическое развитие детей. Повторение пройденного материала	3	1	2	Устный опрос, выполнение упражнений, показ
2.2	Развитие творческих способностей (воображение и фантазия)	3	1	2	Устный опрос, выполнение упражнений, показ
1.7	Развитие выразительности и эмоциональности исполнения	3	1	2	Устный опрос, выполнение упражнений, показ
1.8	Знакомство с танцем «Русская пляска». Разбор характерных движений	3	1	2	Устный опрос, выполнение упражнений, показ
1.9	Работа над техникой, синхронностью выполнения движений.	3	1	2	Устный опрос, выполнение упражнений, показ
1.10	Формирование навыков работы у станка. Развитие выразительности и чёткости в движениях	3	1	2	Устный опрос, выполнение упражнений, показ
1.11	Работа над техникой исполнения движений классического танца	3	1	2	Устный опрос, выполнение упражнений, показ
1.12	Обучение детей ориентированию в сценическом пространстве	3	1	2	Устный опрос, выполнение упражнений, показ
<b>2</b>	<b>Основы классического танца</b>	<b>36</b>	<b>12</b>	<b>24</b>	
2.1	Развитие двигательной сферы	3	1	2	Устный опрос, выполнение упражнений, показ
2.2	Развитие чувства ритма и двигательных способностей	3	1	2	Устный опрос, выполнение упражнений, показ
2.3	Развитие и обогащение двигательного опыта	3	1	2	Устный опрос, выполнение упражнений, показ
2.4	Развитие чувства ритма и двигательных способностей	3	1	2	Устный опрос, выполнение упражнений, показ
2.5	Психологическая и эмоциональная подготовка к концертному выступлению	3	1	2	Устный опрос, выполнение упражнений, показ
2.6	Формирование у детей танцевальных движений,	3	1	2	Устный опрос, выполнение упражнений,

	способствующих повышению общей культуры ребенка				показ
2.7	Формирование навыка работы у станка	3	1	2	Устный опрос, выполнение упражнений, показ
2.8	Развитие ритма и техники танцевальных движений	3	1	2	Устный опрос, выполнение упражнений, показ
2.9	Обучение детей ориентироваться в пространстве и осваивать различные виды построений и перестроений	3	1	2	Устный опрос, выполнение упражнений, показ
2.10	Развитие двигательных качеств и умений. Работа над гибкостью, выворотностью и растяжкой.	3	1	2	Устный опрос, выполнение упражнений, показ
2.11	Развитие интереса к русскому народному искусству	3	1	2	Устный опрос, выполнение упражнений, показ
2.12	Формирование навыков выразительности, пластиности, музыкального слуха, памяти и внимания	3	1	2	Устный опрос, выполнение упражнений, показ
<b>3</b>	<b>Постановка танцевальных номеров</b>	<b>30</b>	<b>12</b>	<b>20</b>	
3.1	Развитие творческих способностей	3	1	2	Устный опрос, выполнение упражнений, показ
3.2	Формирование навыков грациозности и изящества движений	3	1	2	Устный опрос, выполнение упражнений, показ
3.3	Повышение работоспособности и двигательной активности в танце	3	1	2	Устный опрос, выполнение упражнений, показ
3.4	Развитие образного мышления	3	1	2	Устный опрос, выполнение упражнений, показ
3.5	Обогащение двигательного опыта	3	1	2	Устный опрос, выполнение упражнений, показ
3.6	Развитие творческих способностей, воображения и фантазии	3	1	2	Устный опрос, выполнение упражнений, показ
3.7	Общая физическая подготовка, ориентация в пространстве	3	1	2	Устный опрос, выполнение упражнений, показ
3.8	Формирование навыков работы у станка и на середине, на примере прыжков	3	1	2	Устный опрос, выполнение упражнений, показ

3.9	Развитие выразительности движений корпуса в свободных наклонах и перегибах в сочетании с движениями рук и головы	3	1	2	Устный опрос, выполнение упражнений, показ
3.10	Психологическая и эмоциональная подготовка к концертному выступлению	3	1	2	Устный опрос, выполнение упражнений, показ
	<b>Итого:</b>	<b>102 ч.</b>	<b>34</b>	<b>68</b>	

## 2.3 СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе кружка  
«Основы хореографии»

№ п/п	Наименование раздела, модуля, темы	Кол-во часов, всего	Содержание занятия
<b>1</b>	<b>Ритмика</b>	<b>36</b>	
1.1	Введение. Ознакомление с хореографическим искусством	3	Познакомить в форме игры с хореографией - как видом искусства и содержанием программы. Объяснить правила поведения в муз. зале и форму одежды.
1.2	Музыкально-ритмическое развитие детей. Формирование навыка работы у станка	3	Ритмика - выполнение муз.- ритмических упражнений, марш «исполняется со сменой размеров», шаг переменный, шаг польки Азбука классического танца – правильная постановка у станка (Руки, ноги, голова, спина). Танцевальный этюд – «Весёлые лошадки» Постановка – Знакомство с муз. материалом постановки, изучение основного хода и основных движений.
1.3	Развитие музыкальности , чувства ритма и образного мышления	3	Ритмика – строевые упражнения (построение в шеренгу и колонну, «ходьба на носках» «кошечка» и с высоким подниманием бедра «Цапля» Азбука классического танца – позиции ног 1,2,3; позиции рук 1-4 Танцевальный этюд – «Весёлые лошадки» Постановка - работа над техникой выполнения основных движений.
1.4	Развитие специальных музыкальных способностей. Работа над гибкостью и пластичностью	3	Ритмика – повороты головы, наклоны головы, постановка корпуса, наклоны вперёд , в сторону , назад Азбука классического танца - Demi – plie в I и II позиции Танцевальный этюд – «На птичьем дворе» (ход на полупальцах, махи руками)

			Постановка – работа над танцем, соединение движений в муз. композиции
2.1	Музыкально – ритмическое развитие детей. Повторение пройденного материала	3	Индивидуальная работа с детьми, не усвоившими материал
2.2	Развитие творческих способностей (воображение и фантазия)	3	Ритмика: хлопки в такт музыки (образно – звуковые действия «горошинки»), акцентированная ходьба, поднимание и отпускание рук на 4 счёта, на 2 счёта и на каждый счёт. Азбука классического танца: Battements tendus с I позиции в сторону, вперед, назад на 2 т. 4/4; затем 1 т. 4/4. Танцевальный этюд: «На птичьем дворе» Постановка: разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах.
1.7	Развитие выразительности и эмоциональности исполнения	3	Ритмика: Постановка корпуса. Наклоны корпуса вперёд. Назад, в сторону. Основные положения ног: свободная и 4 позиция Азбука классического танца: Battements tendus jete I позиции по 1 т. 4/4. Танцевальный этюд «Оловянные солдатик»- марш, перестроения. Постановка: Работа над выразительностью движений и техникой выполнения
1.8	Знакомство с танцем «Русская пляска». Разбор характерных движений	3	Ритмика: Упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов, выворотности ног. Азбука классического танца: Battements tendus: с demi plie в I позиции в сторону, вперед, назад. Постановка: знакомство с новым танцем. Отработка основных элементов танца
1.9	Работа над техникой, синхронностью выполнения движений.	3	Ритмика Прыжки (на двух ногах, на одной ноге с поворотом) Азбука классического танца: V и IV позиции ног. Demi plie по V и IV позиции.
1.10	Формирование навыков работы у станка. Развитие выразительности и чёткости в движениях	3	Ритмика: партерная гимнастика Упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов, выворотности ног, исполняются в положении сидя, лёжа на спине и животе. Растяжка на полу Азбука классического танца: Demi raud de jambe par terre en dehors et en dedans. Танцевальный этюд «Пляска» Постановка, отработка элементов связок, перестроений. Работа над музыкальностью и пластичностью движений
1.11	Работа над техникой исполнения движений классического танца	3	Ритмика Элементы портерной гимнастики. Упражнения для гибкости спины Азбука классического танца: Battements tendus jetes: с I и V позиций в сторону, вперед, назад;

			<p>rigues в сторону, вперед, назад.</p> <p>Танцевальный этюд «Кукла» - с использованием элементов классического танца</p> <p>Постановка: разбор нового танца, обработка старого. Демонстрация движений, его музыкального расклада, особенности исполнения.</p>
1.12	Обучение детей ориентированию в сценическом пространстве	3	<p>Ритмика: построение и перестроения в соответствии со структурой музыкальных произведений</p> <p>Азбука классического танца: Relevés на полупальцах в I, II и V позициях.</p> <p>Танцевальный этюд: Вариации с включением изученных элементов</p> <p>Постановка: Изучение сложных элементов. Исполнение в медленном темпе, а затем в обычном</p>
2	<b>Основы классического танца</b>	<b>36</b>	
2.1	Развитие двигательной сферы	3	<p>Ритмика: Шаг польки, галоп (прямой и боковой)</p> <p>Азбука классического танца: Battements frappes в сторону, вперед, назад. Вначале носком в пол, позднее – на 45 градусов.</p> <p>Танцевальный этюд: импровизация на музыку П.И. Чайковского «времена года»</p> <p>Постановка. Отработка техники выполнения движений (темп, ритм, повторяемость). Повтор «Русской пляски»</p>
2.2	Развитие чувства ритма и двигательных способностей	3	Индивидуальная работа с детьми, отстающими в освоении программы и репертуара
2.3	Развитие и обогащение двигательного опыта	3	<p>Ритмика: Шаг польки, галоп (прямой и боковой)</p> <p>Азбука классического танца: Battements frappes в сторону, вперед, назад. Вначале носком в пол, позднее – на 45 градусов.</p> <p>Танцевальный этюд: импровизация на музыку П.И. Чайковского «Времена года»</p> <p>Постановка. Отработка техники выполнения движений (темп, ритм, повторяемость). Повтор «Русской пляски»</p>
2.4	Развитие чувства ритма и двигательных способностей	3	Индивидуальная работа с детьми, отстающими в освоении программы и репертуара
2.5	Психологическая и эмоциональная подготовка к концертному выступлению	3	Повтор и закрепление выученных танцев Новогодний концерт
2.6	Формирование у детей танцевальных движений,	3	<p>Ритмика: Упражнения для мышц шеи и верхнего плечевого пояса, упражнения на корпуса и ноги</p> <p>Азбука классического танца Grand plie в I, II, V,</p>

	способствующих повышению общей культуры ребенка		VI позициях. Танцевальный этюд «Лепим из глины» Постановка: Работа над техникой выполнения. Добиваться синхронности исполнения. Разводка танцевальных комбинаций в переходах, образах.
2.7	Формирование навыка работы у станка	3	Ритмика: упражнения на развитие плавности движения рук Азбука классического танца Battements fondu в сторону, вперед, назад, носком в пол, позднее – на 45 градусов Танцевальный этюд «Пластичный – механический» Постановка: знакомство с новым танцем. Прослушать музыкальный материал, разводка танцевальной композиции, закрепление танца «Русская пляска»
2.8	Развитие ритма и техники танцевальных движений	3	Ритмика: Упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов. выворотности ног, исполняются в положении сидя, лёжа на спине и животе. Растворка на полу Азбука классического танца V и IV позиции ног. Demi plie по V и IV позиции. Танцевальный этюд «Кукла» Постановка: Разбор сложных элементов работа над пластичностью и музыкальностью
2.9	Обучение детей ориентироваться в пространстве и осваивать различные виды построений и перестроений	3	Ритмика: Строевые упражнения построение в шеренгу, бег по кругу с ориентирами, перестроение в круг. Азбука классического танца Battements tendus: с опусканием пятки во II позицию; с demi plie во II позицию без перехода с опорной ноги и с переходом с опорной ноги. Танцевальный этюд «Часики» Постановка Работа над техникой выполнения движений Закрепление выученного танца
2.10	Развитие двигательных качеств и умений, Работа над гибкостью, выворотностью и растяжкой.	3	Ритмика: Партерная гимнастика: освоение простейших элементов на полу (растяжка, работа над осанкой), упражнения на развитие выворотности стопы, упражнения для укрепления мышц брюшного пресса. Азбука классического танца Grand plie в I, II, V, VI позициях. Танцевальный этюд «Большая птица» Постановка: Изучение танцевальных движений, соединение движений в танцевальные композиции
2.11	Развитие интереса к русскому народному искусству	3	Ритмика: упражнения для развития подъёма стопы, упражнения на растяжку связок и развития выворотности тазобедренного сустава Азбука классического танца . Battement developpes вперед, в сторону, назад. Танцевальный этюд «Хоровод»

			Постановка: работа над плавностью и гибкостью рук. Над техникой выполнения движений, разбор наиболее сложных фигур. Учить вслушиваться в музыкальные фразы и чётко попадать движениями в эти фразы.
2.12	Формирование навыков выразительности, пластичности, музыкального слуха, памяти и внимания	3	Ритмика: Партерная гимнастика 6 Упражнения на гибкость (мостик, рыбка, закидушка) Азбука классического танца Grand battements jetes с I и V позиция – вперед, в сторону, назад. Танцевальный этюд «Хоровод» Постановка: Работа над танцем: синхронность выполнения, ориентировка в пространстве, работа над ритмичностью исполнения в соответствии с музыкальной фразировкой
<b>3</b>	<b>Постановка танцевальных номеров</b>	<b>30</b>	
3.1	Развитие творческих способностей	3	Ритмика упражнения для мышц шеи и верхнего плечевого пояса, тренировочный комплекс для развития координации и равновесия. Азбука классического танца Battements tendus в «маленьких» и «больших» позах. Танцевальный этюд «Волшебные цветы» Постановка: закрепление последовательности исполнения движений, работа над выразительностью и синхронностью
3.2	Формирование навыков грациозности и изящества движений	3	Ритмика партерная гимнастика на все виды мышц, Силовые упражнения (для ног- выпады с переносом тяжести тела вправо и влево. для рук – «Волна» в положении лёжа) Азбука классического танца Battements tendus jetes: balancoir; в «маленьких» и «больших» позах. Танцевальный этюд «Баба – Яга» Постановка: прослушивание музыкального материала, обсуждение сюжета, характера и настроения в музыке. Знакомство с движениями танца
3.3	Повышение работоспособности и двигательной активности в танце	3	Ритмика: Упражнения для выразительности и плавности рук под музыку в различном темпе Азбука классического танца Rond de jambe par terre en dehors et en dedans в demi-plies Танцевальный этюд «Добрая волшебница» Постановка: разучивание движениями работа над плавностью и гибкостью рук
3.4	Развитие образного мышления	3	Ритмика: Мягкий высокий шаг носках. Поворот на 180 градусов на шагах Азбука классического танца Grand battements jetes во всех позах. Танцевальный этюд «Француза» Постановка: разбор наиболее сложных движений в танце, связок и перестроений

3.5	Обогащение двигательного опыта	3	Индивидуальная работа с детьми, отстающими в усвоении программы
3.6	Развитие творческих способностей, воображения и фантазии	3	Ритмика партерная гимнастика: тренировочный комплекс для развития подъёма стопы (в положениях « выворотно» и «невыворотно») Азбука классического танца Rond de jambe en lair en dehors et en dedans на всей стопе. Танцевальный этюд «Фантастическое существо» Постановка: работа над характером , выразительностью и синхронностью выполнения движений
3.7	Общая физическая подготовка, ориентация в пространстве	3	Ритмика партерная гимнастика, тренировочный комплекс для развития выворотности стопы на основе 1 и 2 позиции, а также на полупальцах Азбука классического танца Battements fondus: с plie-releve на всей стопе; в разных позах. Танцевальный этюд «Старый – молодой» Постановка: знакомство с новым танцем, с муз. материалом постановки, изучение основного хода и основных движений.
3.8	Формирование навыков работы у станка и на середине, на примере прыжков	3	Ритмика партерная гимнастика, упражнение «Воздушные пяточки» (напряжение и расслабление мышц ноги одновременно с поднятием и опусканием стопы) Азбука классического танца Releves по I, II, V позициям. Прыжки Changement de pieds, Pas echappe
3.9	Развитие выразительности движений корпуса в свободных наклонах и перегибах в сочетании с движениями рук и головы	3	Работа у станка. Экзерсис на середине зала Альгро Прыжки Changement de pieds, Pas echappe
3.10	Психологическая и эмоциональная подготовка к концертному выступлению	3	Повтор и закрепление выученных танцев Отчётный концерт
<b>Итого:</b>		<b>102 ч.</b>	

## 2.4. Календарный учебный график реализации программы кружка

Год обучения	Название раздела, модуля, темы	Количество часов			Количество учебных		Даты начала и окончания	Продолжительность каникул
		всего	теория	практика	недель	дней		
1	Ритмика	36	12	24				
	Основы классического танца	36	12	24				
	Постановка концертных номеров	30	10	20				

### 3. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы кружка «Основы хореографии»

#### 3.1. Материально-техническое обеспечение

Программа реализуется на базе МБОУ СОШ №5 им. Героя России Клещенко В. П. Для занятий необходимо помещение – кабинет хореографии, оформленный в соответствии с профилем проводимых занятий и оборудованный в соответствии с санитарными нормами.

№ п/п	Наименование	Количество, шт.
1.	<b>Профильное оборудование</b>	
1.1	Зеркала	19
1.2	Станки	7
1.3	Портативная колонка	1
2.	<b>Компьютерное оборудование</b>	
2.1	Компьютер	1
3.	<b>Концертные костюмы</b>	
3.1	Комплекты костюмов	15

#### 3.2 Кадровое обеспечение

Программу реализует педагог Орёл Елена Борисовна, имеющий высшее образование по профилю педагогической деятельности, педагогическое

образование и опыт работы с 1984 года и отвечающий квалификационным требованиям.

### **3.3 Методическое обеспечение**

Специфика обучения хореографии связана с систематической физической и психологической нагрузкой. Детям необходимо осмысливать указания педагога, слушать музыку, запоминать предложенный текст, отрабатывать различные движения. Преодолеть трудности помогает осуществление индивидуального подхода при одинаковых заданиях для всех. При этом учитывается тип личности, уровень подготовки ребенка, его умение сосредоточиться на разных аспектах задания.

Важный принцип работы на первых этапах обучения – **принцип многократного повторения** изучаемых движений в максимальном количестве всевозможных сочетаний. Длительное изучение и проработка небольшого количества движений дает возможность прочного их усвоения, что послужит фундаментом дальнейшего образовательного процесса.

Из всего многообразия средств обучения **классический танец** отличается тем, что является фундаментом всей хореографической подготовки и основой высокой исполнительской культуры. Поэтому классический экзерсис, после изучения основных его элементов, рекомендуется использовать в качестве тренажа на репетициях коллектива. Для того чтобы облегчить воспитанникам усвоение тем образовательной программы, занятие делится на три части: подготовительную, основную и заключительную.

Подготовительная часть – включает построение воспитанников на середине зала и настрой на занятие (взаимные приветствия детей и педагога), маршировку, бег и вспомогательные корректирующие упражнения на полу для подготовки мышц, суставов и связок к нагрузке.

Основная часть – постановка корпуса, ног, рук и головы для формирования балетной осанки, выработка выворотности ног в упражнениях у

станка и на середине зала, развитие гибкости, отработка шага, прыжка, развитие силы и выносливости.

Заключительная часть – включает, в основном, движения для развития танцевально-ритмической координации и выразительности. Они также направлены на то, чтобы снять нервное и физическое напряжение, поднять эмоциональный тонус у детей. В этой части разучиваются и повторяются музыкальные этюды, композиции.

Ведущими методами обучения детей хореографическому искусству являются:

- наглядная демонстрация формируемых навыков (практический показ);
- объяснение методики исполнения движения;
- демонстрация иллюстраций (наглядные пособия, видеоматериал).

Таким образом, *основные методы*, применяемые при обучении:

- качественный показ;
- словесное (образное) объяснение;
- сравнение;
- контраст;
- повторение.

Ребёнок должен знать хореографическую терминологию, пользоваться ею на занятии. Использование точной, грамотной терминологии позволит постепенно отойти от практического показа, разовьет внимательность воспитанников и их способность воспринимать словесную информацию.

С первых занятий важна работа над культурой движения. Каждое движение имеет начало и окончание, амплитуду, характер. Оно должно исполняться в такт музыке.

Одним из самых слабых мест в исполнительской практике является невыразительность лица, поэтому с первого занятия нужно обращать внимание детей на активность мышц лица, играть с ними в «маски» (грустная, веселая, сердитая).

Особое внимание уделяется музыкальному оформлению занятия. Оно должно быть разнообразным и качественным. Музыка подбирается к каждой

части занятия, определяется ее структура, темп, ритмический рисунок, характер.

### **Список рекомендованной литературы**

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. – Л.: Искусство, 1983.
2. Программа по музыкально – ритмическому воспитанию детей. А.И. Буренина
3. Захаров Р. Записки балетмейстера. – М., 1976.
4. Классический танец: Методическая разработка для преподавателей школ искусств. – М., 1988.
5. Костровицкая В. Писарев А. Школа классического танца. – Л.: Искусство, 1968.
6. Смирнов М.А. Эмоциональный мир музыки. - М.: Музыка, 1990.
7. Бриске Э. Ритмика и танец. Ч. I,II. – Челябинск: ЧГИК, 1993.
8. Тарасова Н.Б. Теория и методика преподавания народно-сценического танца.- С-Пб., 1996.
9. Матвеев В.Ф. Теория и методика преподавания русского народного танца. – С-Пб, 1999.