

Муниципальное образовательное учреждение дополнительного образования  
Дом детского творчества Кольского района Мурманской области

ПРИНЯТА на заседании  
педагогического совета  
от 31.05.2023 протокол № 5

Председатель  А.Ю. Серякова

 УТВЕРЖДАЮ  
директор ДДТ Кольского района  
И.Г. Киценко  
31 » мая 2023 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

**«Основы хореографического искусства»**

Срок реализации программы: 1 год обучения  
Объем программы: 108 часов  
Возраст учащихся: 7 – 15 лет

Составитель: **Белых Юлия Андреевна,**  
педагог дополнительного образования

г. Кола 2023 г.

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Основы хореографического искусства» разработана согласно требованиям следующих нормативных документов:

1. Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273ФЗ;

2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

3. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 года № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающим программ»;

4. Распоряжение правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 года № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»;

5. Распоряжение правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года №996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;

6. «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (Постановление Главного государственного санитарного врача России от 28.09.2020 №СП 2.4.3648-20;

7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 года №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»;

8. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021.№ 652н « Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»

9. Уставом ДДТ Кольского района с учетом кадрового потенциала и материально-технических условий образовательного учреждения.

Данная программа имеет художественную направленность и направлена на формирование и развитие творческих способностей учащихся. Реализуется **1 год и имеет стартовый уровень** подготовки.

**1.1. Актуальность.** Хореографические занятия совершенствуют детей физически, укрепляют их здоровье. Они способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, способствуют исправлению нарушений осанки, формируют красивую фигуру. Эти занятия хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию. В танце находит выражение жизнерадостность и активность ребёнка, развивается его творческие способности: ребёнок учится сам создавать пластический образ.

**1.2. Педагогическая целесообразность** обусловлена важностью художественного образования, использования познавательных и воспитательных возможностей хореографических занятий, формирующих у обучающихся творческие способности, чувство прекрасного, эстетический вкус, нравственность.

**1.3. Цель:** создание условий для художественно-эстетического образования детей средствами хореографии.

#### **1.4. Задачи.**

##### **Обучающие:**

- обучить основам классического танца и пластической выразительности;
- познакомить с историей хореографического искусства;
- помочь в овладении теоретическими знаниями, практическими умениями и навыками в области хореографии.

##### **Воспитательные:**

- приобщить к духовным и культурным ценностям мирового танцевального искусства; – воспитать эстетический вкус;
- сформировать у детей нравственное отношение к окружающему миру;
- сформировать адекватную самооценку, уверенность в себе.

##### **Развивающие:**

- развивать познавательные процессы: внимание, воображение, память, образное и логическое мышление;
- развивать пластичность и ритмичность движений, мышечную свободу; фантазию, пластику;
- развивать творческие и организаторские способности;
- активизировать познавательные интересы, самостоятельность мышления.

#### **1.5. Условия набора:** Адресат программы-учащиеся 7 – 15 лет.

Условия набора: в объединение принимаются все желающие без предварительного отбора.

Кандидаты желающие заниматься в объединении «Основы хореографического искусства», но не соответствующие возрастному цензу программы, зачисляется в объединение на основании вводной диагностики и занимается по индивидуальному маршруту, который разрабатывается педагогом в течение 2-х недель.

Условия добора: при наличии свободных мест в объединении учащиеся могут быть дозачислены на основании вводной диагностики.

**1.6 Срок реализации программы** – 1 год. 36 учебных недель (1 год обучения – 108 часов). Форма обучения – очная, занятия проводятся в хореографическом классе. Занятия ведутся на русском языке. Уровень подготовка – стартовый. Занятия первого года обучения проводятся 2 раз в неделю по 1,5 часа (3 часа в неделю) Продолжительность академического часа – 45 минут.

## **1.7. Форма организации занятий**

Занятия проводятся с использованием различных форм организации учебной деятельности: коллективная, групповая, индивидуальная, фронтальная и парная форма организации учебной деятельности, а также нетрадиционные формы занятий: занятие - спектакль; занятие-путешествие; занятие – фантазия; репетиционные занятия, занятие-концерт, конкурсы, праздники, видео занятия; занятия-консультации; занятие взаимообучения учащихся; занятие-зачёт; занятие- игра.

Процесс обучения в хореографическом коллективе основывается на общепедагогических принципах дидактики:

- активности;
- единства теории и практики;
- наглядности;
- доступности;
- систематичности;
- прочности усвоения знаний

Работа с родителями (законными представителями) предполагает проведение родительских собраний, массовых мероприятий, открытых занятий, на которых родители (законные представители) имеют возможность наблюдать рост исполнительского мастерства своих детей. Родители (законные представители) становятся помощниками педагога в образовательном процессе, активно участвуют в жизни коллектива.

**1.8 Ожидаемые результаты.** В целом, реализация программы «Основы хореографического искусства» позволяет сформировать у обучающихся следующее:

- эстетических взглядов, нравственных установок и потребности общения с духовными ценностями, произведениями искусства;
- общехудожественной (музыкальной) культуры обучающегося как части духовной;
- воспитание активного слушателя, зрителя, участника творческой деятельности;
- приобщение ребенка к миру музыкального искусства через собственное исполнительское творчество и освоение музыкальнохудожественного опыта;
- интерес к музыке через развитие творческих возможностей обучающихся.

**К концу обучения, обучающиеся должны знать:**

- специальную танцевальную терминологию и лексику;
- особенности и историю развития классического, народного, историкобытового танцевального искусства;
- жанры музыкальных произведений;
- танцевальные стили;

– методические правила исполнения танцевальных движений и упражнений в классическом, народном и историко-бытовом танцах.

**Обучающиеся должны уметь:**

- применять специальную терминологию;
- исполнять в соответствии с методическими правилами программные танцевальные движения и упражнения по всему залу;
- самостоятельно выполнять пространственные перестроения композиций в танце;
- самостоятельно определять точки танцевального класса, свободно ориентироваться в пространстве;
- импровизировать под музыку, создавая пластический образ с использованием разученных танцевальных движений;
- корректировать с помощью педагога и самостоятельно свои танцевальные движения при выполнении заданий;
- анализировать с помощью педагога собственное исполнение и исполнение других.

**1.9. Способы определения результативности**

В процессе реализации программы используются следующие виды контроля: входной, текущий, промежуточный (рубежный) и итоговый.

В начале учебного года проводится входной контроль с целью определения развитости способностей, наличия интереса к танцевальному искусству. Данный контроль позволяет определить эффективность обучения по программе, внести изменения в учебный процесс.

В течение учебного года проводится текущий и промежуточный контроль, целью этого контроля является определение степени усвоения учащимися учебного материала. Текущий контроль проводится на каждом занятии в виде контроля правильности выполнения упражнений.

В конце учебного года проходит открытый урок (итоговый контроль).

Важным параметром успешного обучения является устойчивый интерес к занятиям, который проявляется в регулярном посещении занятий каждым ребенком, стабильном составе групп. Эти показатели постоянно анализируются педагогом и позволяют ему корректировать свою работу.

## 2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов			Форма контроля
		теория	практика	всего	
1	Вводное занятие	1	1	2	тестирование
2	Основы классического танца	10	36	46	Текущий контроль (опросы, анкетирование, демонстрация, экзерсис) Итоговый контроль - экзерсис – постановка танца
3	Основы народносценического танца	7	34	41	Текущий контроль (опросы, анкетирование, демонстрация, экзерсис) Итоговый контроль - экзерсис – постановка танца
5	Итоговый блок	0	5	5	Экзамен (экзерсис) Подготовка к отчетному концерту. Генеральные прогоны и репетиции. Выступление на отчетном концерте
6	Индивидуальное сопровождение (работа с солистами и малыми группами)	4	10	14	
<b>Итого</b>		<b>22</b>	<b>86</b>	<b>108</b>	

## 3. Содержание программы

**Вводное занятие 2 часа:** 1 час теории, 1 час практики

**Теория:** Вводный инструктаж. Беседа по организационным вопросам, требованиям к внешнему виду, форме поведения, знакомство с планом работы на год. Цели и содержание занятий.

**Практика:** устный опрос. Игры на командообразование

**I блок – Основы классического танца. (46 часов)**

**1.1 Введение. Дисциплина - классический танец 2 часа:** 1 час теории, 1 час практики

**Теория:** Понятие классического танца. История возникновения

**Практика:** опрос

**1.2 Знакомство с основными позициями рук, ног, головы 2 часа:** 1 час теории, 1 час практики

**Теория:** Словесное объяснение техники выполнения позиций ног и рук с показом. Разъяснение возможных ошибок и способы их устранения. Понятие Preparation (препарасьон – приготовление) подготовительное движение.

**Практика:** Разучивание основных позиций рук, ног и головы в классическом танце. Постановка корпуса и головы. Выполнение подготовительных движений перед турами, пируэтами и т.д. Работа над ошибками

### **1.3. Партерная гимнастика 4 часа:** 1 час теории, 3 часа практики

**Теория:** Словесное объяснение техники выполнения упражнений  
Разъяснение возможных ошибок и способы их устранения

**Практика:** Упражнения на растягивание связок и мышц. Упражнения на развитие эластичности суставов. «Активная растяжка» (за счет усилия собственных мышц) – махи, пружины; «Пассивная растяжка» (в парах, с весом, статика).  
Упражнения на равновесие и развитие вестибулярной устойчивости

### **1.4. Экзерсис у станка 8 часов:** 2 часа теории, 6 часов практики

**Теория:** Понятие классического экзерсиса. Терминология на французском языке. Основы классического танца. Словесное объяснение техники выполнения упражнений с показом. Разъяснение возможных ошибок и способы их устранения

**Практика:** Показ движений классического экзерсиса. Показ движений и положения частей тела в классическом танце.

### **1.5. Экзерсис на середине зала 8 часов:** 2 часа теории, 6 часов практики

**Теория:** Разъяснение терминологии и французских названий движений. Словесное объяснение техники выполнения упражнений с показом. Разъяснение возможных ошибок и способы их устранения.

**Практика:** Показ движений классического экзерсиса на середине зала. Показ движений и положения частей тела в классическом танце.

### **1.6. Прыжки 5 часов:** 1 часа теории, 4 часа практики

**Теория:** Словесное объяснение техники выполнения движений рабочий adagio, прыжки allegro. Разъяснение возможных ошибок и способы их устранения.

**Практика:** Постепенное изучение движения adagio(по частям). developpe и port de bras,исполняемые в медленном темпе на всей ступне. Маленькие прыжки allegro, с двух ног на две, начинать с plie, в прыжке помогать руками и заканчивать движение на demi plie. Allegro: Temps leve sauté, Changement de pied, Pas echappe. Adagio в ускоренном темпе. Большие прыжки allegro, с одной ноги на одну. Комбинации больших с маленькими прыжками allegro

### **1.7 Вращения 5 часов:** 1 часа теории, 4 часа практики

**Теория:** Словесное объяснение техники вращения. Педагог рассказывает о поворотах и вращениях в классическом танце, начиная с самых азов (повороты на двух ногах) и заканчивая сложными вращениями на одной ноге.

**Практика:** изучение вращений и поворотов En dedans, En ecarte, fouette, Pirouette, Tours chaines,.

### **1.8 Растяжка 4 часов:** 1 часа теории, 3 часа практики

**Теория:** Словесное объяснение техники растяжки. Техника безопасной растяжки **Практика:** изучение упражнений на растяжение мышц: пассивная растяжка, растяжка в движении, активная растяжка, grand battement jeté.

### **1.9 Постановка танца – 8 часов:** 8 часов практики.

**Практика:** Комбинации из различных танцевальных элементов. Постановка под руководством педагога танцевальных этюдов с использованием сюжета, рисунка и предмета. Работа над образом: характер образа, специфика поз (руки, корпус, голова). Разучивание движений танца (согласно репертуарному плану). Правила поведения на сцене, за кулисами, в зрительном зале и в танцевальном классе. Раскрытие понятия артистизм. Лексическое выражение смысла танцевального номера. Анализ музыкального сопровождения к танцу обучающимися. Идеи танцевальных номеров от учащихся.

## **II блок – основы народно-сценического танца (41 час)**

### **2.1. Упражнения у станка – 4 часа:** 1 час теории, 3 часа практики

**Теория:** Основы народного танца. Словесное объяснение техники выполнения упражнений с показом. Разъяснение возможных ошибок и способы их устранения

**Практика:** Выполнение комплекса упражнений с элементами народносценической исполнительской лексики.

### **2.2 Упражнения на середине зала – 5 часов:** 1 час теории, 4 часа практики

**Теория:** Словесное объяснение техники выполнения упражнений с показом. Разъяснение возможных ошибок и способы их устранения

**Практика:** Упражнения для пластичности корпуса (portdebras, перегибы корпуса, наклоны и повороты). Упражнения исполняются в определённом стиле и характере. Упражнения для головы, рук, корпуса в манере народных и сценических танцев. Комбинирование отдельных движений, пройденных с танка, для развития техники танца. Пируэты и повороты в народнохарактерном танце.

**2.3 Основные вращения в народном танце – 5 часов:** 1 час теории, 4 часа практики

**Теория:** Словесное объяснение техники вращения. Разъяснение возможных ошибок. Педагог рассказывает о поворотах и вращениях в народном танце, начиная с самых азов (повороты на двух ногах) и заканчивая сложными вращениями на одной ноге.

**Практика:** Постановка рук для вращения. Разучивание основных вращений в народном танце. Виды вращений (вращения с продвижением, вращения точечные, вращения комбинированные). Вращение по VI позиции. Вращение с Glissade. Шене,- «блинчики» (простой, с прыжком, с каблука), вращение с поджатыми ногами – Saut de basque

### **2.4 Элементы русского танца – 5 часов:** 1 час теории, 4 часа практики

**Теория:** Основные элементы русского народного танца. Позиции ног, рук, головы. Характер подачи русского народного танца. Прослушивание и разбор народной русской народной музыки.

**Практика:** Простой ход на 1/4 такта. Народный шаркающий ход. Переменный шаг на всей стопе. Боковой ход (припадание). Повороты на месте. Сценическая форма pas de basque. Дробный ход (мелкие шаги с пристукиванием каблуком или всей стопой). «Притоп». Комбинации из простейших дробных



движений. Боковое движение с отскоком и выносом ноги на каблук. Навыки танца с платочком.

**2.5 Элементы испанского танца – 5 часов:** 1 час теории, 4 часа практики

**Теория:** история, особенности, костюмы. Положение рук и корпуса, гибкость, чувство ритма дроби. Характер исполнения (темпераментный, колоритный, страстный, немного надменный). Показ видео.

**Практика:** Положение рук, корпуса, позы. Сценический ход *pas de basque*. *Balancées* с различным положением корпуса и рук. *Sissone pas 16 debourrée*. Простейшие выстукивающие движения: чередование ударов стопы с ударами полупальцев, удары каблуков и полупальцев. *Glissade* (сценический ход). Навыки владения веером. Создать свой собственный ритмический рисунок на испанскую дробь.

**2.6 Элементы итальянского танца – 5 часов:** 1 час теории, 4 часа практики

**Теория:** история, особенности, костюмы. Положение рук и корпуса, гибкость, чувство ритма. Характер исполнения (темпераментный, колоритный). Показ видео.

**Практика:** Положение рук, корпуса, позы. Навыки владения бубном.

Боковое движением с подскоком на опорной ноге. Повороты. Подскоки на одной ноге в полуприседании.

**2.7 Элементы венгерского танца – 4 часа:** 1 час теории, 3 часа практики

**Теория:** История венгерского танца. Характер подачи. Словесное объяснение техники исполнения основных движений. Прослушивание и разбор народной венгерской музыки.

**Практика:** Основной ход для медленной части. Основной ход для быстрой части. Остановка с ударом в ладоши. «Верёвочка» на месте и продвижением назад. «Голубец» с продвижением в сторону. «Ключ»

**2.8 Постановка танца – 8 часов: 8 часов практики**

**Практика:** Комбинации из различных танцевальных элементов. Постановка под руководством педагога танцевальных этюдов с использованием сюжета, рисунка и предмета. Работа над образом: характер образа, специфика поз (руки, корпус, голова). Разучивание движений танца. Лексическое выражение смысла танцевального номера. Анализ музыкального сопровождения к танцу обучающимися. Идеи танцевальных номеров от учащихся.

**Итоговый блок. – 5 часов.**

Экзамен (экзерсис) Подготовка к отчетному концерту. Повторение танца по частям. Технические репетиции (прогоны, отработка). Индивидуальные репетиции (работа с солистами) Репетиции в костюмах. Видеозапись танца. Ее просмотр педагогом и исполнителями. Анализ, доработка деталей. Генеральные репетиции.

**III блок - Индивидуальное сопровождение (работа с солистами и малыми группами) – 14 часов.**

**Теория – 4 часов.** Беседа об особенностях выполнения танцевальных элементов; настрой на танцевальную импровизацию, рассказ про импровизацию под музыку. Работа с видео, просмотр танцев, беседа о просмотренных видео.

**Практика – 10 часа.** Постановка и отработка номеров: изучение и отработка танцевальных элементов, необходимых для танца; выполнение трюковых

элементов; выполнение всех танцевальных элементов согласовано с музыкальной композицией; постановка и отработка сольных движений; отработка движений в парах (для дуэтов).

#### **Примерный репертуарный план для солистов/малых групп**

- цыганский;
- либертанго;
- татарский;
- contemporary «Одиночество», «Танцующая под дождем»;
- стилизация «Лети, перышко»;
- сентиментальный вальс.

### **3. Комплекс организационно-педагогических условий**

Календарно учебный график (приложение 1 к программе)

#### **Методическое обеспечение программы**

Весь процесс обучения построен на игровом методе проведения занятий, так как он придает учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка. В игре воспроизводятся эмоционально-положительные ситуации, которые способствуют формированию у детей устойчивого интереса к занятиям.

Для успешной реализации программы применяются так же методы:

1. Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения – образы.
2. Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др.
3. Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям (показ педагогом основных танцевальных движений и т.п.).
4. Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения. Процесс обучения происходит очень динамично со сменой различных ритмов и танцев, импровизацией движений и танцевальных игр.

С первых занятий важна работа педагога и детей над культурой движения. Каждое движение имеет начало и окончание, амплитуду и характер, оно должно исполняться в такт музыке. Использование педагогом точной, грамотной терминологии позволяет постепенно отойти от практического показа, развивает внимательность учащихся и их способность воспринимать словесную информацию. Особое внимание уделяется музыкальному оформлению занятий. Музыка подбирается к каждой части занятия, определяется ее структура, темп,

ритмический рисунок, характер. В программе обучения используются такие методы, как разъяснение, диалог, анализ структуры музыкального произведения, показ видеоматериалов, демонстрация иллюстраций и аудиоматериалов, показ педагогом приемов исполнения, тренировочные упражнения, открытые занятия и практические работы.

Материально-техническая база

- хореографический зал, оборудованный станками и зеркалами;
- комната для переодевания детей в репетиционную форму;
- магнитофон для отработки репертуара;
- гимнастические коврики;
- сценические костюмы и сценическая обувь для каждого концертного номера;
- декорации и атрибуты для постановок танцевальных композиций;
- наглядные пособия и методические разработки, специальная литература;
- персональный компьютер (ноутбук).

Блок I

Цель учебного блока – способствовать эстетическому развитию подрастающего поколения средствами хореографии.

Задачи учебного блока:

1. Освоить основы классического танца.
2. Познакомить детей с историей становления классического танца, как основы танцевального искусства.
3. Ознакомить детей с хореографическими терминами.
4. Развитие устойчивости – «апломба» и координации движений.
5. Развитие способностей держать мышцы ног выворотом и вытянуто.
6. Воспитание выразительного, эмоционального исполнения классического танца.

Все перечисленные задачи блока оказывают благотворное влияние на освоение лексики любого вида или характера танца. Методы обучения. Организация и сам процесс осуществления учебно-познавательной деятельности предполагают передачу, восприятие, осмысливание, запоминание учебной информации и практическое применение получаемых при этом знаний и умений.

Исходя из этого, основными методами обучения являются:

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

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

- проблемно-поисковые методы обучения. Педагог создает проблемную ситуацию, организует коллективное обсуждение возможных подходов к ее разрешению. Ученики, основываясь на прежнем опыте и знаниях, выбирают наиболее рациональный вариант разрешения проблемной ситуации. Поисковые методы в большей степени способствуют самостоятельному и осмысленному овладению информацией;

- методы эмоционального восприятия. Подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений. Опора на собственный фонд эмоциональных переживаний каждого учащегося;

- методы контроля обучения (опросы, контрольные уроки, зачеты и экзамены и т.д.) Основной задачей первого блока обучения является постановка ног, корпуса, рук, головы в процессе усвоения основных движений классического тренажа у станка и на середине, развитие элементарных навыков координации движений.

## Блок II

Цель учебного блока: художественно-эстетическое и физическое развитие детей посредством обучения народно-сценическому танцу, развитие у обучающихся интереса к истории, традициям, культуре танцев народов мира. Задачи учебного блока:

1. Освоить основы народного танца.

2. Научить детей не только правильно выполнять движения танца, но и передавать национальный характер танца;

3. Научить управлять мышечным аппаратом в соответствии с заданным ритмом и характером музыкального произведения.

4. Сформировать интерес к искусству танца, раскрыв его многообразие и красоту;

5. Привить бережное отношение к фольклорному материалу.

6. Воспитать дисциплинированность, собранность, настойчивость, работоспособность

7. Сформировать толерантное и уважительное отношение к другим культурам.

Методы обучения. Для достижения цели, задач учебного блока необходимо опираться в процессе обучения на следующие хореографические принципы:

- принцип формирования у детей художественного восприятия через танец;

- принцип развития чувства ритма, темпа, музыкальной формы;

- принцип обучения владению культурой движения: гибкость, выворотность, пластичность.

- принцип движения от простого к сложному, как постепенное усложнение инструктивного материала, упражнений, элементов народного танца;

- принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения, показа;

- принцип доступности и посильности.

## 1. Список литературы

### Список литературы для педагога:

1. Бочкарева, Н.И. Ритмика и хореография [Текст]/Н.И. Бочкарева.– Кемерово, 2015. – 101 с.
2. Борисова, В. Гимнастика. Основы хореографии [Текст] / В. Борисова. - М.: Бибком, 2017. -101 с.
3. Венгер, Н.Ю. Путь к развитию творчества / Н.Ю. Венгер.– М.: Просвещение, 2016.
4. Горшкова, Е.В. О музыкально-двигательном творчестве в танце / Е.В. Горшкова. – М.: Дошкольное воспитание, 2018. – 150с.
5. Зенн Л. В. Всестороннее развитие ребенка, средствами музыки и ритмических движений на уроках ритмики // <http://www.kindergenii.ru> (дата обращения 19/05/2022)
6. Зимина, А.Н. Основы музыкального воспитания и развития детей младшего возраста / А.Н. Зимина. М.: Владос, 2014.
7. Информационная справка по вопросам деятельности ДШИ / Багаева И.М.; Маярская Г.В., – М.; 2017г. – 16 с.
8. Киселева, Е.А. Основные концепции творческих способностей / Е.А. Киселева [Электронный ресурс] МПГУ <http://www.ucheba.com/met> (дата обращения 19/05/2022)
9. Куцакова, Л. В. Воспитание ребенка дошкольника / Л.В. Куцакова, С.И. Мерзлякова. – М.: Владос, 2013.
10. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., О.В. Кветная. Учите детей танцевать. – М.: Владос, 2013. – С.6.
11. Зигфрид, В. Танец —искусство движения: красота как свойство поведения // Красота и мозг. Биологические аспекты эстетики. М.: Мир, 2017. С.125—154.
12. Сантем, А.А. Ступени мастерства для практикующих преподавателей танца: метод. пособие / А.А Сантем, А. С. Суфит. М.: ИЙГАС, 2016. – 58 с.
13. Смирнова, М.В. Классический танец [Текст]: книга для учителей / М.В. Смирнова. – М., 2015;. – 230с.
14. Ушакова Е.Е. Основные положения методики творческих игр на уроках ритмики <http://www.openclass.ru> (дата обращения 19/05/2022)
15. Пуртова, Т.В., Учите детей танцевать учеб.- метод. пособие / Т.В. Пуртова; - М.: ВЛАДОС, 2013. – 234 с.
16. Барышникова, Т.А, Азбука хореографии учеб.- метод. пособие / Т.А. Барышникова.– Санкт-Петербург: ВЛАДОС, 2013. – 128с.
17. Васильева, Т.К. Секрет танца. учеб.- метод. пособие / Т.К.Васильева. – СанктПетербург: Диамант, 2016– 180с.

### Список литературы для обучающихся:

1. Бочкарева, Н.И. Развитие творческих способностей детей на уроках ритмики и хореографии [Текст]/Н.И. Бочкарева.– Кемерово, 2016.– 63 с.
2. Буренина А. И. Ритмическая мозаика. – Петербург, 2015. – С5.
3. Буренина, А.И. Коммуникативные танцы – игры для детей: учебное пособие/ А.И. Буренина. – СПб.: Издательство «Музыкальная палитра», 2014.
4. Колодницкий, Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей / Г.А. Колодницкий. – М.: Гном-Пресс, 2016. – 61с.
5. Пуляева Л.Е. Некоторые аспекты методики работы с детьми в хореографическом коллективе: Учебное пособие. Тамбов: Изд-во ТГУ им. Г.Р. Державина, 2015. – 80 с.

#### **Электронный интернет ресурсы:**

1. Все для хореографов и танцоров [Электронный ресурс].- Режим доступа: <http://www.horeograf.com> (дата обращения 19/05/2022)
2. Музыка для танцев [Электронный ресурс].- Режим доступа: [http:// music-for-dance.ru](http://music-for-dance.ru) (дата обращения 19/05/2022)
3. Музыка для танцев [Электронный ресурс].- Режим доступа: <http://muzofon.com> (дата обращения 19/05/2022)
4. Соединить песни онлайн. Соединить звук [Электронный ресурс].- Режим доступа: [http:// audio-joiner.com](http://audio-joiner.com) (дата обращения 19/05/2022)

### Календарный учебный график объединения «Основы хореографического искусства»

Педагог: Белых Ю.А.

Количество учебных недель: 36 недель.

Режим проведения занятий: 2 раза в неделю по 1,5 часа

Праздничные и выходные дни (согласно государственному календарю):

- 04.11.2023;
- 01.01 - 08.01.2024;
- 23.02. 2024;
- 08.03.2024;
- 01.05.2023; 09.05.2024;

Во время каникул занятия в объединениях проводятся в соответствии с учебным планом, допускается изменение расписания

№ п/п	месяц	число	Время проведения занятий	Форма занятий	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	вводное занятие. Инструктаж по ТБ. знакомство с программой	хореографический класс	Вводный
2.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Понятие классического танца. История возникновения основные позиции рук в классическом танце	хореографический класс	текущий
3.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Понятие Preparation основные позиции ног в классическом танце	хореографический класс	текущий
4.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Разминка. Партерная гимнастика. Постановка корпуса. Понятие апломб	хореографический класс	текущий
5.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Разминка. Партерная гимнастика. Базовые движения плие	хореографический класс	текущий

6.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Развитие способностей держать мышцы ног выворотом и вытянуто. Экзерсис на середине зала	хореографический класс	текущий
7.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Развитие устойчивости – «апломба» и координации движений. Работа над ошибками	хореографический класс	текущий
8.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Постановка корпуса и головы. Выполнение подготовительных движений перед турами, пируэтами и т.д. Работа над ошибками.	хореографический класс	текущий
9.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Постановка корпуса и головы. Выполнение подготовительных движений перед турами, пируэтами и т.д. Работа над ошибками.	хореографический класс	текущий
10.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Разъяснение терминологии и французских названий движений. Словесное объяснение техники выполнения упражнений с показом. Разъяснение возможных ошибок и способы их устранения.	хореографический класс	текущий
11.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Понятие классического экзерсиса. Терминология на французском языке. Основы классического танца. Классический экзерсис	хореографический класс	текущий
12.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Понятие классического экзерсиса. Терминология на французском языке. Основы классического танца. Классический экзерсис	хореографический класс	текущий
13.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Экзерсис у станка. Партерная гимнастика. Упражнения на	хореографический класс	текущий



						растягивание связок и мышц. «Активная растяжка»		
14.		17:00-18:30	теория/практика	1,5	Экзерсис у станка. Партерная гимнастика. Упражнения на растягивание связок и мышц. «Активная растяжка»	хореографический класс	текущий	
15.		17:00-18:30	теория/практика	1,5	Экзерсис на середине зала. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие эластичности суставов. «Активная растяжка»	хореографический класс	текущий	
16.		17:00-18:30	теория/практика	1,5	Экзерсис на середине зала. Партерная гимнастика. Упражнения на развитие эластичности суставов. «Активная растяжка»	хореографический класс	текущий	
17.		17:00-18:30	теория/практика	1,5	Изучение упражнений на растяжение мышц: пассивная растяжка, растяжка в движении, активная растяжка, grand battement jeté	хореографический класс	текущий	
18.		17:00-18:30	теория/практика	1,5	Постепенное изучение движения adagio(по частям). developpe u port de bras, исполняемые в медленном темпе на всей ступне	хореографический класс	текущий	
19.		17:00-18:30	теория/практика	1,5	Маленькие прыжки allegro, с двух ног на две, начинать с plie, в прыжке помогать руками и заканчивать движение на demi plie	хореографический класс	текущий	
20.		17:00-18:30	теория/практика	1,5	Словесное объяснение техники вращения. Изучение вращений и поворотов En dedans, En ecarte, fouette, Pirouette, Tours chaines,.	хореографический класс	текущий	
21.		17:00-18:30	теория/практика	1,5	Adagio в ускоренном темпе. Большие прыжки allegro, с одной	хореографический класс	текущий	

						ноги на одну. Комбинации больших с маленькими прыжками allegro		
22.		17:00-18:30	теория/практика	1,5	Партерная гимнастика. Комбинации из различных танцевальных элементов	хореографический класс	текущий	
23.		17:00-18:30	теория/практика	1,5	Партерная гимнастика. Комбинации из различных танцевальных элементов	хореографический класс	текущий	
24.		17:00-18:30	теория/практика	1,5	Постановка под руководством педагога танцевальных этюдов с использованием сюжета, рисунка и предмета. Работа над образом: характер образа, специфика поз (руки, корпус, голова). Разучивание движений танца	хореографический класс	текущий	
25.		17:00-18:30	теория/практика	1,5	Постановка под руководством педагога танцевальных этюдов с использованием сюжета, рисунка и предмета. Работа над образом: характер образа, специфика поз (руки, корпус, голова). Разучивание движений танца	хореографический класс	текущий	
26.		17:00-18:30	теория/практика	1,5	Экзерсис у станка. Партерная гимнастика. Adagio в ускоренном темпе. Большие прыжки allegro, с одной ноги на одну. Комбинации больших с маленькими прыжками allegro	хореографический класс	текущий	
27.		17:00-18:30	теория/практика	1,5	Экзерсис на середине зала. Партерная гимнастика. Пассивная растяжка, растяжка в движении, активная растяжка, grand battement jeté.	хореографический класс	текущий	

28.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Экзерсис у станка и на середине зала. Отработка вращений и поворотов En dedans, En ecarte, fouette, Pirouette, Tours chaines.	хореографический класс	текущий
29.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Экзерсис у станка и на середине зала. Отработка вращений и поворотов En dedans, En ecarte, fouette, Pirouette, Tours chaines.	хореографический класс	текущий
30.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Экзерсис на середине зала. Партерная гимнастика. Пассивная растяжка, растяжка в движении, активная растяжка, grand battement jeté.	хореографический класс	текущий
31.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Правила поведения на сцене, за кулисами, в зрительном зале и в танцевальном классе. Раскрытие понятия артистизм. Комбинации из различных танцевальных элементов	хореографический класс	текущий
32.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Экзерсис у станка и на середине зала. Отработка вращений и поворотов En dedans, En ecarte, fouette, Pirouette, Tours chaines.	хореографический класс	текущий
33.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Лексическое выражение смысла хореографический текущий 28 танцевального номера. Анализ музыкального сопровождения к танцу обучающимися. Постановка под руководством педагога танцевальных этюдов с использованием сюжета, рисунка и предмета	хореографический класс	текущий
34.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Экзерсис у станка и на середине зала. Отработка вращений и поворотов. Adagio в ускоренном темпе. Большие прыжки allegro,	хореографический класс	текущий

						с одной ноги на одну. Комбинации больших с маленькими прыжками allegro		
35.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Экзерсис на середине зала. Работа над образом: характер образа, специфика поз (руки, корпус, голова). Анализ музыкального сопровождения к танцу обучающимися. Идеи танцевальных номеров от учащихся. Разучивание движений танца.	хореографический класс	текущий
36.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Открытый урок	Актный зал	Промежуточный(за полугодие)
37.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Основы народного танца. Словесное объяснение техники выполнения упражнений с показом. Разъяснение возможных ошибок и способы их устранения. Выполнение комплекса упражнений с элементами народно-сценической исполнительской лексики	хореографический класс	текущий
38.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Словесное объяснение техники выполнения упражнений с показом. Упражнения для пластичности корпуса (portdebras, перегибы корпуса, наклоны и повороты). Упражнения исполняются в определённом стиле и характере.	хореографический класс	текущий
39.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Упражнения для головы, рук, корпуса в манере народных и сценических танцев. Комбинирование отдельных	хореографический класс	текущий

					1,5	движений, пройденных с танка, для развития техники танца. Пируэты и повороты в народно-характерном танце		
40.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Упражнения для головы, рук, корпуса в манере народных и сценических танцев. Комбинирование отдельных движений, пройденных с танка, для развития техники танца. Пируэты и повороты в народно-характерном танце	хореографический класс	текущий
41.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Экзерсис народного танца. Постановка рук для вращения. Разучивание основных вращений в народном танце. Виды вращений (вращения с продвижением, вращения точечные, вращения комбинированные)	хореографический класс	текущий
42.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Упражнения для головы, рук, корпуса в манере народных и сценических танцев. Комбинирование отдельных движений, пройденных с танка, для развития техники танца. Пируэты и повороты в народно-характерном танце	хореографический класс	текущий
43.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Народный экзерсис. Партерная гимнастика. Вращение по VI позиции. Вращение с Glissade. Шене,- «блинчики» (простой, с прыжком, с каблука), вращение с поджатыми ногами – Saut de basque	хореографический класс	текущий
44.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Основные элементы русского	хореографический	текущий

						народного танца. Позиции ног, рук, головы. Характер подачи русского народного танца. Прослушивание и разбор народной русской народной музыки	класс	
45.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Народный экзерсис. Партерная гимнастика. Простой ход на 1/4 такта. Народный шаркающий ход. Переменный шаг на всей стопе. Боковой ход (припадание). Повороты на месте. Сценическая форма pas de basque	хореографический класс	текущий
46.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Народный экзерсис. Партерная гимнастика. Дробный ход (мелкие шаги с пристукиванием каблуком или всей стопой). «Притоп». Комбинации из простейших дробных движений. Боковое движение с отскоком и выносом ноги на каблук. Навыки танца с платочком.	хореографический класс	текущий
49.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Элементы испанского танца. история, особенности, костюмы. Положение рук и корпуса, гибкость, чувство ритма дроби. Характер исполнения. Положение рук, корпуса, позы. Сценический ход pas de basque. Balancees различным положением корпуса и рук. Sissone pas debouree.	хореографический класс	текущий
50.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Простейшие выстукивающие движения: чередование ударов стопы с ударами полупальцев, удары каблуков и полупальцев. Glissade (сценический ход). Навыки владения веером. Создать свой собственный ритмический рисунок на испанскую дробь	хореографический класс	текущий

51.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Простейшие выстукивающие движения: чередование ударов стопы с ударами полупальцев, удары каблучков и полупальцев. Glissade (сценический ход). Навыки владения веером. Создать свой собственный ритмический рисунок на испанскую дробь	хореографический класс	текущий
52.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Итальянский танец. история, особенности, костюмы. Положение рук и корпуса, гибкость, чувство ритма. Характер исполнения (темпераментный, колоритный). Показ видео.	хореографический класс	текущий
53.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Итальянский танец. Положение рук и корпуса, гибкость, чувство ритма. Характер исполнения (темпераментный, колоритный). Показ видео.	хореографический класс	текущий
54.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Положение рук, корпуса, позы. Навыки владения бубном. Боковое движением с подскоком на опорной ноге. Повороты. Подскоки на одной ноге в полуприседании.	хореографический класс	текущий
55.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Положение рук, корпуса, позы. Навыки владения бубном. Боковое движением с подскоком на опорной ноге. Повороты. Подскоки на одной ноге в полуприседании.	хореографический класс	текущий

56.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	История венгерского танца. Характер подачи. Словесное объяснение техники исполнения основных движений. Прослушивание и разбор народной венгерской музыки.	хореографический класс	текущий
57.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Основной ход для медленной части. Основной ход для быстрой части. Остановка с ударом в ладоши. «Верёвочка» на месте и продвижением назад. «Голубец» с продвижением в сторону. «Ключ»	хореографический класс	текущий
58.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Отработка: основной ход для медленной части. Основной ход для быстрой части. Остановка с ударом в ладоши. «Верёвочка» на месте и продвижением назад. «Голубец» с продвижением в	хореографический класс	текущий
59.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Отработка: основной ход для медленной части. Основной ход для быстрой части. Остановка с ударом в ладоши. «Верёвочка» на месте и продвижением назад. «Голубец» с продвижением в сторону. «Ключ»	хореографический класс	текущий



60.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Лексическое выражение смысла танцевального номера. Анализ музыкального сопровождения к танцу обучающимися. Идеи танцевальных номеров от учащихся. Комбинации из различных танцевальных элементов. Постановка под руководством педагога танцевальных этюдов с использованием сюжета, рисунка и предмета. Работа над образом: характер образа, специфика поз (руки, корпус, голова). Разучивание движений танца	хореографический класс	текущий
61.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Комбинации из различных танцевальных элементов. Постановка под руководством педагога танцевальных этюдов с использованием сюжета, рисунка и предмета. Работа над образом: характер образа, специфика поз (руки, корпус, голова). Разучивание движений танца	хореографический класс	текущий
62.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Комбинации из различных танцевальных элементов. Постановка под руководством педагога танцевальных этюдов с использованием сюжета, рисунка и предмета. Работа над образом: характер образа, специфика поз (руки, корпус, голова). Разучивание движений танца.	хореографический класс	текущий
63.			17:00-18:30	теория/практика	3	Постановка танцевального этюда. Импровизация	хореографический класс	текущий
64.			17:00-18:30	теория/практика	3	Постановка танцевального этюда. Импровизация	хореографический класс	текущий
65.			17:00-18:30	теория/практика	1,5	Открытый урок.	хореографический класс	Итоговый

66.		17:00-18:30	теория/практика	1,5	Открытый урок.	актовый зал	Итоговый
<b>ИТОГО</b>				<b>108 часа</b>			