Управление образования Администрации города Нижний Тагил
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
Дом детского творчества Ленинского района

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА ЛЕНИНСКОГО РАЙОНА

Подписано цифровой подписью: МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА ЛЕНИНСКОГО РАЙОНА
Дата: 2026.10.01 10:10:18 +05'00'

ПРИНЯТА:
на Педагогическом совете
Протокол № 4 от 04.06.2026 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБУ ДО ДДТ
Ленинского района
_____ Н.В. Кравченко
Приказ от 04.06.2026 г. № 115

Дополнительная общеразвивающая программа художественной направленности

«ХОРЕОГРАФИЯ»

Возраст учащихся — 7 – 18 лет
Срок реализации — 3 года

Составитель программы:
Газизова Светлана Анатольевна,
педагог дополнительного образования

г. Нижний Тагил

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной или адаптированной дополнительной общеразвивающей программы

1.1 Пояснительная записка

1.1.1. **Направленность (профиль) Программы**

Дополнительная общеразвивающая программа «Хореография» имеет художественную направленность.

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный закон Российской Федерации от 14.07.2022 № 295-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации».
3. Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.).
4. Федеральный закон от 28.12.2024 N 543-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации".
5. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р.
6. Указ Президента Российской Федерации от 19.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».
7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее - СанПиН).
8. Постановление 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».
9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее - Порядок).
10. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».
11. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».
12. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.2018 № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».
13. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 29.06.2023 № 785-Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных образовательных программ в соответствии с социальным сертификатом».
14. Устав Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования Дома детского творчества Ленинского района.
15. Приказ директора МБУ ДО ДДТ Ленинского района № 124 от 22.05.2025 г. «Об утверждении Положения о дополнительных общеобразовательных и адаптированных дополнительных общеобразовательных программах Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования Дома детского творчества Ленинского района».

1.1.2. **Актуальность и педагогическая целесообразность Программы**

Актуальность реализации программы обусловлена объективными и субъективными причинами:

- необходимостью приобщения детей младшего школьного возраста и подростков к здоровому образу жизни и к общечеловеческим культурным ценностям, повышения их общего культурного уровня;

- необходимостью сохранения, укрепления и приумножения составляющих их здоровья (физического, психического, социального, интеллектуального, духовно-нравственного);

- усилением у подрастающего поколения тенденции отклонений в развитии костно-мышечного аппарата, координации, культуры движения, ориентировки в пространстве и т.д.;

- необходимостью знакомства школьников и подростков, занимающихся различными видами танца, со специальными знаниями, умениями и навыками в области хореографического искусства.

В настоящее время одной из ключевых задач воспитания детей и подростков является их гармоничное — психофизическое, социальное, интеллектуальное и духовно-нравственное — развитие. Решение данной задачи осуществляется в условиях образовательных учреждений, в том числе учреждений дополнительного образования. Наиболее эффективно указанная задача в дополнительном образовании реализуется в рамках такой культурной дисциплины, как хореография — танцевальное искусство в целом, во всех его разновидностях. Занятия хореографией объединяют в себе элементы физкультурно-спортивного и художественно-эстетического направлений, т. е. не только обеспечивают выполнение нормы суточной двигательной активности, сохранение, укрепление и приумножение здоровья подрастающего поколения, развитие пластики, совершенствуют координацию движений, правильно развивают костно-мышечный аппарат, помогают избавиться от физических недостатков, сформировать красивую фигуру, но и позволяют воспитанникам творчески развивать и реализовать себя, приобщают к миру прекрасного, отечественной и мировой танцевальной культуре, дают представление об актёрском мастерстве, формируют эстетические вкусы и культуру поведения, чувство стиля, художественное «я», чувство собственной значимости, связанное с определением социальной роли, способствует эмоциональному раскрепощению и самовыражению, что, особенно в подростковом возрасте, снижает риск возникновения комплексов и возрастных проблем. Общение с танцем как формой хореографического искусства, в которой средством создания художественного образа являются движения и положения человеческого тела, учит воспитанников красоте, пластичности и выразительности движений, умению слушать, воспринимать и оценивать музыку, развивает у них чувство ритма, физическую силу, выносливость, ловкость, образное мышление, фантазию, эмоциональную отзывчивость и непринужденность, актерское мастерство, национальное самосознание и т.д.

Педагогическая **целесообразность** настоящей дополнительной образовательной программы заключается в оказании ей комплексного воздействия на личность воспитанников (способствование развитию их творческих способностей, совершенствование физических данных, социальной коммуникативности, воспитание чувства коллективизма и ответственности), в организации досуговой деятельности, в формировании у детей и подростков культуры здоровья, художественно-эстетического вкуса, самооценки через сравнение себя с группой сверстников, в предоставлении

возможности укрепления их статуса в коллективе, в приобщении к танцевальной и музыкально-художественной культуре, здоровому образу жизни, в применении полученных знаний, умений и навыков хореографического творчества в повседневной деятельности, в возможности улучшения своего образовательного результата, создания индивидуального творческого продукта.

Занятия по программе «Хореография» открывают большие возможности для многостороннего развития способностей и реализации воспитанников.

1.1.3. **Отличительные особенности Программы**

Применение электронного обучения и дистанционных образовательных технологий при принятии решения руководящих органов о переходе на дистанционное обучение в целях профилактики и предотвращения инфекционных заболеваний.

Возможно проведение индивидуальных занятий с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий для детей, пропускающих занятия по уважительной причине.

Уровень программы: 1 год обучения – базовый,

2 и 3 года обучения – продвинутый.

1.1.4. **Адресат программы**

Возраст детей, участвующих в реализации программы «Хореография» 7-18 лет.

Условия приема детей:

- с мотивацией к данному виду деятельности;
- без ограничений по физическому здоровью (необходима справка-допуск к занятиям от врача-терапевта).

1.1.5. **Объем и срок реализации Программы**

Продолжительность реализации программы: трехгодичная (216 часов). Долгосрочность освоения программы определяется постепенным характером формирования физического аппарата воспитанников, процессами их психического развития, большим объемом материала, много предметностью, групповым характером освоения программы и предъявления образовательного результата.

1.1.6. **Особенности организации образовательного процесса**

Режим занятий

Программа рассчитана на 216 часов, занятия проводятся 3 раза в неделю по 45 мин., с 15 минутным перерывом.

Форма реализации – групповая. Кроме того, занятия могут проходить со всем коллективом, по подгруппам, индивидуально.

При электронном обучении с применением дистанционных образовательных технологий продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности составляет не более 30 минут.

Форма обучения: очная, с элементами дистанционного обучения.

Основной формой образовательной работы с детьми являются музыкально-тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого участника объединения. Данные занятия включают чередование различных видов деятельности: слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения, беседы, о хореографическом искусстве, истории его развития и традициях, соответствующие возрасту и степени развития детей, и т.д. Содержание занятий направлено на обеспечение разносторонней подготовки

воспитанников на основе требований хореографических и музыкальных дисциплин. Основной объем учебного материала для занятий составляют упражнения для развития двигательных качеств и упражнения тренировочного характера на развитие и совершенствование танцевальных способностей, умений и навыков.

Для реализации программы применяют комбинированные и практические занятия. В зависимости от содержания тем и их целей индивидуально –групповая форма обучения. Форма обучения: очная.

При реализации программы может применяться электронное обучение и дистанционные образовательные технологии.

Методы обучения:

- Словесные (основываются на объяснении, беседе, рассказе)
- практические (основываются на обучении навыкам хореографии)
- наглядные (исполнительское мастерство педагога, его профессиональный показ)
- метод убеждения (помогать ребенку увидеть проблему, с другой стороны, помочь ему)

Перечень видов занятий

Занятие – тренировка, репетиция, конкурс, творческая встреча, концерт, праздник, праздник.

Программа содержит **основы теории и практики** по следующим разделам: техника безопасности и этикет поведения на занятии и сцене; направления танца (уличный, эстрадный танец), внутри каждого из которых подробно изучаются упражнения на развития двигательных качеств и умений, позиции, элементы движений, стили; стретчинг.

Перечень форм подведения итогов реализации Программы

- открытые занятия
- конкурсы
- концертная деятельность

Форма организации обучения по программе: по количеству детей — групповая; по особенностям коммуникативного взаимодействия педагога и детей — практикум, конкурсы, фестивали, отчетные концерты и иные мероприятия; по дидактической цели — вводное занятие, занятие по углублению знаний, практическое занятие, занятие по контролю знаний, умений и навыков, комбинированные формы занятий.

1.2. **Цель и задачи общеразвивающей Программы**

Цель программы: психофизиологическое развитие, социальное становление и эстетическое воспитание духовно богатой, высоконравственной личности, способной к творческому самовыражению через хореографическое искусство.

Достижение данной цели представляется возможным в случае решения следующих **задач**:

I. Образовательных:

1. Создавать положительную мотивацию к изучению курса и его конкретных разделов и тем, развивать познавательный интерес к классическому и современному танцу, к танцевальному искусству, к профессии хореографа через повышение общего культурного уровня воспитанников.

2. Дать представление об общих закономерностях отражения действительности в хореографическом искусстве.

3. Формировать хореографические знания, умения и навыки на основе овладения программным материалам с учетом индивидуальных особенностей детей и подростков:

навыки танцевального мастерства, музыкально-ритмичные навыки, навыки актерского мастерства.

4. Формировать приемы передачи художественного образа и музыкального восприятия языком танца.

5. Закрепить полученные образовательные компетенции в концертной деятельности и участии в различных мероприятиях; использовать технические навыки и специфически сложные, и условные по своей природе выразительные средства хореографического искусства при решении исполнительских задач, сочетая их со сценическим действием.

II. Развивающих:

1. Способствовать формированию правильной осанки, фигуры, функциональному совершенствованию органов дыхания, профилактике плоскостопия, нарушений опорно-двигательного аппарата.

2. Развивать двигательные качества и умения: выразительность, координацию, точность, гибкость и пластичность движений, ловкость, выносливость, физическую силу и т.д.

3. Развивать слуховую, зрительную и двигательную память, общий кругозор, интеллектуальные способности, способности к анализу и синтезу, логику.

4. Развивать у воспитанников адекватное представление о красоте и гармонии.

5. Развивать внимательность и наблюдательность, воображение, образное мышление, творческую активность и инициативу, самостоятельную фантазию воспитанников средствами разработки новых танцевальных движений и сюжетов, их названий.

6. Развивать артистические способности, эмоциональные качества.

7. Развивать деловые качества воспитанников: дисциплинированность, ответственность, пунктуальность, трудолюбие, целеустремленность, силу воли, навыки адекватной самооценки, стремление к совершенству, умения рефлексии.

8. Формировать потребности в самопознании, саморазвитии и самореализации.

9. Развивать навыки самостоятельной учебно-познавательной деятельности, практической работы, самопознания, умения работать на занятии, свободно излагать материал, анализировать, самостоятельно мыслить, опираясь на имеющиеся знания.

10. Формировать творческие способности через развитие музыкально-ритмических и танцевальных движений.

III. Воспитательных:

1. Обогащать эстетические представления детей на примере лучших образцов сценического танцевального образа и воспитывать на их основе ценностные ориентации и художественно-эстетический (музыкальный, хореографический) вкус.

2. Воспитывать у детей понимание сущности и социальной значимости ведения здорового образа жизни, формировать начальные навыки его ведения, приобщить к нему и гармонии тела.

3. Побуждать к самостоятельному творчеству, раскрытию индивидуальности в процессе личной и коллективной творческой деятельности.

4. Содействовать социальной адаптации воспитанников, формировать у них социальную активность, воспитывать культуру поведения на занятиях и на сцене.

5. Содействовать развитию навыков эмоциональной саморегуляции, снятию психофизиологической закомплексованности, зажатости на сцене, напряжения, страха выступать перед публикой.

6. Воспитывать умения работать в коллективе (паре, группе), осуществлять взаимосотрудничество, взаимоконтроль и взаимопомощь; воспитывать чувство личной ответственности нравственные качества по отношению к окружающим: чувство товарищества, доброжелательность, вежливость, гуманность, терпимость, тактичность, культуру речи, коммуникативную культуру, ценностные отношения к окружающей действительности, умения переносить культуру поведения и общения в танце на межличностное общение в повседневной жизни.

1.3. **Планируемые результаты реализации Программы**

Программа «Хореография» носит, дифференцированный и вариативный характер, по этому планируемые результаты распределяются по модулям.

Модуль	**Планируемые результаты**		
	Предметные	**Метапредметные**	**Личностные**
1 модуль	технику безопасности при работе с оборудованием, технику безопасности и этикет при нахождении на занятиях и репетициях в танцевальном классе и на сцене во время выступления; ключевые понятия и термины по каждому разделу программы; основы теоретической подготовки по каждому разделу программы: значение хореографии для ведения здорового образа жизни человека; историю возникновения и пути развития хореографии на современном этапе; особенности классического экзерсиса; основы современной хореографии, ее жанры; многообразие танцевальных стилей и стилизаций; значение стретчинга в хореографии;	свободно излагать материал, самостоятельно мыслить, опираясь на имеющиеся знания, осуществлять самооценку; вести самостоятельную учебно-познавательную деятельность; использовать полученные знания в практической творческой деятельности; прилагать максимум усилий репетиционной и концертной деятельности для совершенствования своих исполнительских качеств; анализировать удачность выступлений других исполнителей (в целом и отдельные элементы); видеть, анализировать и исправлять свои ошибки;	уметь работать в коллективе (паре, группе), контролировать свое собственное исполнение, согласовывая его с коллективом, согласовывать свои потребности с интересами партнеров и других представителей социального окружения, осуществлять взаимосотрудничество, взаимоконтроль и взаимопомощь; сформировать чувство команды и общего дела.

	отличительные черты, манеры исполнения различных изученных танцевальных стилей и направлений; основные позиции, элементы различных изученных танцевальных стилей и направлений, правила постановки различных частей тела в танце; теоретические основы методики исполнения движений различных изученных танцевальных стилей и направлений; стилистические особенности музыкальных произведений для различных изученных танцевальных стилей и направлений.	безошибочно определять и различать различные изученные танцевальные стили и направления; анализировать музыкальный материал: слышать начало и окончание музыкальных фраз, различать строение музыкальных произведений, их темп и ритм, характер; слушать музыку и соотносить движения в соответствии с ее темпом и ритмом, распознавать контрастный характер музыки, уметь выразить его в движении; использовать в исполнении танца, отработке движений и (или) упражнений сформированные двигательные качества и умения: выразительность, координацию, точность, гибкость и пластичность движений, ловкость, выносливость, физическую силу и т.д.; держать правильную осанку, координировать движения рук, ног, головы и корпуса;	

		легко воспринимать, запоминать и воспроизводить движения; правильно встать в требуемую позицию, верно, выполнить необходимый хореографический элемент; соединять движения, производить их в последовательности, правильно выполнять комплексные упражнения танцевальные комбинации и движения; четко и синхронно выполнять все элементы изученных танцев; выполнять движения в более высоком темпе без потери качества исполнения; работать с оборудованием танцевального класса.	
2 модуль	технику безопасности при работе с оборудованием, технику безопасности и этикет при нахождении на занятиях и репетициях в танцевальном классе и на сцене во время выступления; ключевые понятия и термины по каждому разделу программы; основы теоретической подготовки по каждому разделу программы: значение хореографии	видеть, анализировать и исправлять свои ошибки; безошибочно определять и различать различные изученные танцевальные стили и направления; слушать музыку и соотносить движения в соответствии с ее темпом и ритмом, распознавать контрастный характер музыки, уметь	проявлять учебно-познавательный интерес к учебному материалу и решению программных задач; проявлять интерес к хореографическому искусству, здоровому образу жизни и культуре здоровья, понимать сущность и социальную значимость ведения здорового образа жизни; иметь и воплощать желание самосовершенствоваться

	для ведения здорового образа жизни человека; историю возникновения и пути развития хореографии на современном этапе; особенности классического экзерсиса; основы современной хореографии, ее жанры; многообразие танцевальных стилей и стилизаций; значение стретчинга в хореографии; отличительные черты, манеры исполнения различных изученных танцевальных стилей и направлений; основные позиции, элементы различных изученных танцевальных стилей и направлений, правила постановки различных частей тела в танце; теоретические основы методики исполнения движений различных изученных танцевальных стилей и направлений; стилистические особенности музыкальных произведений для различных изученных танцевальных стилей и направлений.	выразить его в движении; использовать в исполнении танца, отработке движений и (или) упражнений сформированные двигательные качества и умения: выразительность, координацию, точность, гибкость и пластичность движений, ловкость, выносливость, физическую силу и т.д.; держать правильную осанку, координировать движения рук, ног, головы и корпуса; легко воспринимать, запоминать и воспроизводить движения; правильно встать в требуемую позицию, верно, выполнить необходимый хореографический элемент; соединять движения, производить их в последовательности, правильно выполнять комплексные упражнения танцевальные комбинации и движения; четко и синхронно выполнять все элементы изученных танцев;	психофизически, интеллектуально, социально-культурно, духовно-нравственно, художественно-эстетически, проявлять свою индивидуальность в самостоятельном творчестве, в процессе личной и коллективной творческой деятельности; иметь развитые эстетические представления в области красоты и гармонии в целом и хореографического искусства в частности, подбора музыкальных произведений для исполнения танца на основе знакомства с мировой и отечественной художественной культурой; уметь работать в коллективе (паре, группе), контролировать свое собственное исполнение, согласовывая его с коллективом, согласовывать свои потребности с интересами партнеров и других представителей социального окружения, осуществлять взаимосотрудничество, взаимоконтроль и взаимопомощь; сформировать чувство команды и общего дела; демонстрировать активную познавательную деятельность,

		выполнять движения в более высоком темпе без потери качества исполнения; проявлять упорство при повторении одних и тех же элементов для достижения наилучшего результата; воплощать музыкально-хореографическое произведение в движении, хореографическом тексте, жесте, пластике, ритме, динамике с учетом его жанровых и стилистических особенностей, создавать хореографический сценический образ в зависимости от требований конкретной постановки; сохранять рисунок танца: линейное и круговое построение, положения в парах, основные фигуры; уверенно чувствовать себя в сценическом пространстве, уметь держать середину, интервалы, дистанцию, ракурсы, максимально использовать пространство; владеть техникой исполнения движений	повышенный уровень самостоятельности от подражательного к активно-поисковому, творческому; развитое творческое мышление и воображение, память и внимание, творческую инициативу, общий кругозор, интеллектуальные способности, способности к анализу и синтезу, логику, эмоционально-ценностные отношения к окружающей действительности и другие сформированные личностные психофизиологических особенности.

		различных изученных танцевальных стилей и направлений; работать с оборудованием танцевального класса; использовать выразительные средства, пластику и мимику для создания сценического образа, передачи мыслей, чувств, эмоций в танце, владеть навыками актерского мастерства; участвовать в репетиционной работе и публичных выступлениях; импровизировать, проявлять фантазию и творческое воображение при создании новых танцевальных движений и сюжетов, композиций из базовых фигур, при выполнении упражнений, если они того требуют; проявлять творческую индивидуальность в своей хореографической деятельности; представить свою индивидуальную работу по созданию танца, придумыванию его отдельных элементов, а также работу в группе, коллективе;	

		танцевать репертуар коллектива; адаптироваться к условиям работы в конкретном хорео-графическом коллективе, на конкретной сценической пло-щадке; эмоционально и психофизически раскрепоститься на сцене; учитывать особенности сценической площадки и зрительской аудитории при исполнении поручаемых партий, ролей, концертных номеров, устанавливать с публикой контакт; ориентироваться в сценическом пространстве, координировать свои действия, органичного и естественно существовать на сцене, взаимодействуя с партнером; быстро реагировать на неожиданные ситуации на сцене; раскрывать перед зрителями во время выступления смысловую образность, характер и музыкальность различных изученных танцевальных стилей и направлений;	

		вести здоровый образ жизни.	
3 модуль	технику безопасности при работе с оборудованием, технику безопасности и этикет при нахождении на занятиях и репетициях в танцевальном классе и на сцене во время выступления; ключевые понятия и термины по каждому разделу программы; основы теоретической подготовки по каждому разделу программы: значение хореографии для ведения здорового образа жизни человека; историю возникновения и пути развития хореографии на современном этапе; особенности классического экзерсиса; основы современной хореографии, ее жанры; многообразие танцевальных стилей и стилизаций; значение стретчинга в хореографии; отличительные черты, манеры исполнения различных изученных танцевальных стилей и направлений; основные позиции, элементы различных изученных танцевальных стилей и направлений, правила	видеть, анализировать и исправлять свои ошибки; безошибочно определять и различать различные изученные танцевальные стили и направления; слушать музыку и соотносить движения в соответствии с ее темпом и ритмом, распознавать контрастный характер музыки, уметь выразить его в движении; использовать в исполнении танца, отработке движений и (или) упражнений сформированные двигательные качества и умения: выразительность, координацию, точность, гибкость и пластичность движений, ловкость, выносливость, физическую силу и т.д.; держать правильную осанку, координировать движения рук, ног, головы и корпуса; легко воспринимать, запоминать и воспроизводить движения;	проявлять учебно-познавательный интерес к учебному материалу и решению программных задач; проявлять интерес к хореографическому искусству, здоровому образу жизни и культуре здоровья, понимать сущность и социальную значимость ведения здорового образа жизни; иметь и воплощать желание самосовершенствоваться психофизически, интеллектуально, социально-культурно, духовно-нравственно, художественно-эстетически, проявлять свою индивидуальность в самостоятельном творчестве, в процессе личной и коллективной творческой деятельности; иметь развитые эстетические представления в области красоты и гармонии в целом и хореографического искусства в частности, подбора музыкальных произведений для исполнения танца на основе знакомства с мировой и отечественной художественной культурой; уметь работать в коллективе (паре, группе),

	постановки различных частей тела в танце; теоретические основы методики исполнения движений различных изученных танцевальных стилей и направлений; стилистические особенности музыкальных произведений для различных изученных танцевальных стилей и направлений.	правильно встать в требуемую позицию, верно, выполнить необходимый хореографический элемент; соединять движения, производить их в последовательности, правильно выполнять комплексные упражнения танцевальные комбинации и движения; четко и синхронно выполнять все элементы изученных танцев; выполнять движения в более высоком темпе без потери качества исполнения; проявлять упорство при повторении одних и тех же элементов для достижения наилучшего результата; воплощать музыкально-хореографическое произведение в движении, хореографическом тексте, жесте, пластике, ритме, динамике с учетом его жанровых и стилистических особенностей, создавать хореографический сценический образ в зависимости от	контролировать свое собственное исполнение, согласовывая его с коллективом, согласовывать свои потребности с интересами партнеров и других представителей социального окружения, осуществлять взаимосотрудничество, взаимоконтроль и взаимопомощь; сформировать чувство команды и общего дела; демонстрировать активную познавательную деятельность, повышенный уровень самостоятельности от подражательного к активно-поисковому, творческому; развитое творческое мышление и воображение, память и внимание, творческую инициативу, общий кругозор, интеллектуальные способности, способности к анализу и синтезу, логику, эмоционально-ценностные отношения к окружающей действительности и другие сформированные личностные психофизиологических особенности.

		требований конкретной постановки; сохранять рисунок танца: линейное и круговое построение, положения в парах, основные фигуры; уверенно чувствовать себя в сценическом пространстве, уметь держать середину, интервалы, дистанцию, ракурсы, максимально использовать пространство; владеть техникой исполнения движений различных изученных танцевальных стилей и направлений; работать с оборудованием танцевального класса; использовать выразительные средства, пластику и мимику для создания сценического образа, передачи мыслей, чувств, эмоций в танце, владеть навыками актерского мастерства; участвовать в репетиционной работе и публичных выступлениях; импровизировать, проявлять фантазию и творческое воображение при создании новых танцевальных	

		движений и сюжетов, композиций из базовых фигур, при выполнении упражнений, если они того требуют; проявлять творческую индивидуальность в своей хореографической деятельности; представить свою индивидуальную работу по созданию танца, придумыванию его отдельных элементов, а также работу в группе, коллективе; танцевать репертуар коллектива; адаптироваться к условиям работы в конкретном хорео-графическом коллективе, на конкретной сценической пло-щадке; эмоционально и психофизически раскрепоститься на сцене; учитывать особенности сценической площадки и зрительской аудитории при исполнении поручаемых партий, ролей, концертных номеров, устанавливать с публикой контакт; ориентироваться в сценическом	

		пространстве, координировать свои действия, органичного и естественно существовать на сцене, взаимодействуя с партнером; быстро реагировать на неожиданные ситуации на сцене; раскрывать перед зрителями во время выступления смысловую образность, характер и музыкальность различных изученных танцевальных стилей и направлений; вести здоровый образ жизни.	

1.4. **Содержание общеразвивающей Программы:**
Учебный план первого модуля «1 год обучения»

№ п/п	Наименование раздела и темы программы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		общее	теория	практика	
Раздел 1. Введение в курс «Хореография»					
1.1.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	**1**	1	0	Опрос
1.2.	История возникновения и становления хореографического искусства	**1**	1	0	Опрос
ИТОГО:		**2**	**2**	**0**	
Раздел 2. Стретчинг					
2.1.	Упражнения стоя, сидя, на четвереньках, на коленях, лежа	**8**	0	8	Наблюдение
2.2.	Парные упражнения	**8**	0	8	Наблюдение
2.3.	Упражнения в сцеплении	**8**	0	8	Наблюдение
2.4.	Упражнения на устойчивость	**8**	0	8	Наблюдение
2.5.	Упражнение на шпагате	**8**	0	8	Наблюдение
2.6.	Силовые упражнения	**8**	0	8	Наблюдение
ИТОГО:		**48**	**0**	**48**	
Раздел 3. Современный танец					
3.1.	Основные понятия и принципы в современной хореографии	**4**	2	2	Опрос
3.2.	Великие танцоры	**2**	2	0	Опрос
3.3.	Позиции рук, ног, дыхание	**4**	0	4	Наблюдение

3.4.	Упражнения свингового характера	**10**	0	10	Наблюдение
3.5.	Разогрев (у станка, на середине, в партере)	**10**	0	10	Наблюдение
3.6.	Изоляция и координация	**10**	0	10	Наблюдение
3.7.	Адажио	**10**	0	10	Наблюдение
3.8.	Кросс-шаги, прыжки, вращения	**10**	0	10	Наблюдение
3.9.	Комбинации	**14**	0	14	Наблюдение
	ИТОГО:	**74**	**4**	**70**	
Раздел 4. Актерский тренинг					
4.1.	Импровизация в танце	**6**	2	4	Импровизация
4.2.	Игры-Этюды	**4**	0	4	Импровизация
	ИТОГО:	**10**	**2**	**8**	
Раздел 5. Уличный танец					
5.1.	История возникновения уличных стилей и под стилей	**4**	4	0	Опрос
5.2.	Хип-хоп. Термины, основные позиции, положения. Базовые упражнения.	**10**	0	10	Опрос
5.3.	Комбинации и связки	**16**	0	16	Наблюдение
5.4.	Импровизация	**6**	0	6	Импровизация
5.5.	Танцевальный фристайл	**4**	0	4	Импровизация
	ИТОГО:	**40**	**4**	**36**	
Раздел 6. Постановочная работа					
6.1.	Передача образа танцевальной постановки	**2**	2	0	Импровизация
6.2.	Разучивание основных движений	**10**	0	10	Наблюдение
6.3.	Разучивание комбинаций, связок	**16**	0	16	Наблюдение
6.4.	Построение композиции танца	**4**	0	4	Наблюдение
6.5.	Отработка танцевального номера	**10**	0	10	Отчетный концерт
	ИТОГО:	**42**	**2**	**40**	
	ВСЕГО за год:	**216**	**14**	**202**	

Содержание учебного плана

Раздел 1. Введение в курс «Хореография»

Тема 1.1. Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.

Теория: Техника безопасности на занятиях в танцевальном зале. Инвентарь: скакалки, мячи, мобильные станки. Уход за танцевальным классом, инвентарем. Правила использования мобильных станков, бережное отношение. Танцевальная одежда, обувь, уход за ней. Правило гигиены, соблюдение санитарно-гигиенических требований во время занятий.

Первичный мониторинг.

Тема 1.2. История возникновения и становления хореографического искусства

Теория: Зарождение хореографического искусства, его развитие, становление. Роль хореографии в жизни человека.

Раздел 2. Стретчинг

Тема 2.1. Упражнения стоя, сидя, на четвереньках, на коленях, лежа

Теория: Показать особенности и отличия упражнений в разные положений

Практика: Уровневые «цепочки»: стоя: верхний уровень (полупальцы); средний уровень (на стопе); нижний уровень (колени согнуты); «на четвереньках»: опора на руках и

коленях; одна или две ноги вытянуты назад при опоре на руки; одна нога открыта в сторону или назад при опоре на руках и колене; на коленях: стоя на 2-х коленях; стоя на одном колене, другая нога открыта на пол в любом направлении; г) сидя: колени согнуты, стопы вместе

Тема 2.2. Парные упражнения

Теория: Показать правильное положение по отношению к партнеру. Определить точку соприкосновения с партнером

Практика: Делают оба одни и те же движения; один выполняет, другой поддерживает; взаимное сопротивление; один выполняет пассивные движения при активной помощи другого.

Тема 2.3. Упражнения в сцеплении

Теория: Учить работать в партнерстве

Практика: Упражнение в сцеплении (стол на двух и одной ногах, упражнение по принципу дерева и т.д.)

Тема 2.4. Упражнения на устойчивость

Теория: Определить правильное положение тела

Практика: Положении выпада; в положении после кувырков; после прыжков.

Тема 2.5. Упражнение на шпагат

Теория: Стретч-характера растяжки на шпагат, способы их исполнения.

Практика: Фиксированные наклоны торса к ногам; пульсирующие наклоны торса (pulse); открытые ноги с помощью руки или обеих рук (сидя, лежа, лежа на боку; рукой держа «рабочую» ногу за пятку или за щиколотку); комбинации «растяжек» с помощью руки.

Тема 2.6. Силовые упражнения

Теория: Силовые качества.

Практика: Поднимание и опускание ног в положение лежа, отжимание от пола, приседание на двух ногах, качание пресса, планка на согнутых руках.

Раздел 3. Современный танец

Тема 3.1. Основные понятия и принципы в современной хореографии

Теория: Термины. Принципы.

Практика: Фраст, релис, контракшн, арч, флэт бэк, флэт бэк сайд, джаз хэнд, аттитюд, стрейч, браш, флекс, поинт, банман тандю, банман тандю жете, деми плие, гран батман, гран плие, релеве.

Использование позы «Коллапс», полиметрия танца, комбинирование и музыки танца.

Тема 3.2. Великие танцоры

Теория: Биография и жизненный путь.

Практика: Айседора Дункан, Эмиль Жак-Далькроз, Лои Фуллер.

Тема 3.3. Позиции рук, ног, дыхание

Теория: Единая плоскость. Выворотность. Позиции рук. Дыхание.

Практика: Первая, вторая, третья, четверная, пятая позиции ног (параллельные позиции ног). Подготовительная, первая вторая, третья позиция рук. Активные выдохи на «Сброс», расслабление рук и тела.

Тема 3.4. Упражнения свингового характера

Теория: Расслабление торса, снятие напряжения.

Практика: Исполнение свободных движений торса, отдельной частью тела.

Тема 3.5. Разогрев (у станка, на середине, в партере)

Теория: Рабочее состояние мышц.

Практика: Последовательный разогрев: стопы, коленный сустав, подколенные связки, ахиллесовое сухожилие, тазобедренный сустав, мышцы паха, мышцы спины и торса.

Тема 3.6. Изоляция и координация

Теория: соединение движений одного центра в простейшие комбинации: крест, квадрат, круг, полукруг.

Практика: Упражнение от головы до ног.

Тема 3.7. Адажио

Теория: Комбинации на Адажио.

Практика: Отработка устойчивости и развитие высоты подъема ноги, отработка пространственного расположение.

Тема 3.8. Кросс-шаги, прыжки, вращения

Теория: Танцевальность. Стиль. Координация.

Практика: Отработка техники прыжка, вращения, шагов.

Тема 3.9. Комбинации

Теория: Танцевальные комбинации.

Практика: Исполнение комбинации под «Квадратную» музыку.

Раздел 4. Актерский тренинг

Тема 4.1. Импровизация в танце

Теория: Передача образа в танцевальной постановке.

Практика: Упражнения для выразительности танцевальных движений.

Тема 4.2. Игры-Этюды

Теория: Передача образа в танцевальной постановке.

Практика: Игры для развития внимания и слуха, творческого воображения («Встреча эмоций», «Заряд бодрости»)

Раздел 5. Уличный танец

Тема 5.1. История возникновения уличных стилей и под стилей

Теория: Зарождение уличного стиля, его развитие.

Тема 5.2. Хип-хоп. Термины, основные позиции, положения. Базовые упражнения.

Теория: Название упражнений и движений.

Практика: Положение рук и ног, переход от одной позиции к другой. Контролируемые и ритмичные перемещения. Упражнение для развитие тела.

Тема 5.3. Комбинации и связки

Теория: Элементы современной хореографии.

Практика: Кач, степ.

Тема 5.4. Импровизация

Теория: Передача образа в танце.

Практика: Задания и упражнения для показа образа.

Тема 5.5. Танцевальный фристайл

Теория: Контрольное занятие.

Практика: Показательные выступления, батлы.

Раздел 6. Постановочная работа

Тема 6.1. Передача образа танцевальной постановки

Теория: Рисунок танца, импровизация.

Практика: Первоначальное представления о танцевальном образе.

Тема 6.2. Разучивание основных движений

Теория: Базовые движения.

Практика: Разучивание танцевальных движений.

Тема 6.3. Разучивание комбинаций, связок

Теория: Координация. Импульс. Темпо-ритм.

Практика: Разучивание танцевальных комбинаций, связок.

Тема 6.4. Построение композиции танца

Теория: Передача образа в танцевальной постановке. Рисунок танца

Практика: Определить композиционные линии в танце.

Тема 6.5. Отработка танцевального номера

Теория: Фиксации музыки и движений в танце.
Практика: Экспозиция, завязка, развитие действия, кульминация и развязка.

Учебный план второго модуля «2 год обучения»

№ п/п	Наименование раздела и темы программы	Кол-во часов			Формы аттестации/ контроля
		общее	теория	практика	
Раздел 1. Введение в курс «Хореография»					
1.1.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	**1**	1	0	Опрос
1.2.	История возникновения и становления хореографического искусства	**1**	1	0	Опрос
	ИТОГО:	**2**	**2**	**0**	
Раздел 2. Стретчинг					
2.1.	Статические и динамические занятия	**2**	2	0	Наблюдение
2.2.	Пассивный, активный методы	**2**	2	0	Наблюдение
2.3.	Растяжка грудных мышц и пресса	**10**	0	10	Наблюдение
2.4.	Растяжка подколенных сухожилий и позвоночника	**10**	0	10	Наблюдение
2.5.	Растяжка квадрицепсов	**10**	0	10	Наблюдение
2.6.	Растяжка боковых мышц корпуса	**10**	0	10	Наблюдение
2.7.	Парные упражнения	**10**	0	10	Наблюдение
2.8.	Силовой тренинг	**10**	0	10	Наблюдение
2.9.	Правильное дыхание — залог здорового образа жизни	**4**	2	2	Наблюдение
	ИТОГО:	**68**	**6**	**62**	
Раздел 3. Эстрадный танец.					
3.1.	Специфика эстрадного танца. Разновидности	**4**	4	0	Опрос
3.2.	Базовые движения	**10**	0	10	Наблюдение
3.3.	Кросс	**10**	0	10	Наблюдение
3.4.	Комбинации и связки	**10**	0	10	Наблюдение
	ИТОГО:	**34**	**4**	**30**	
Раздел 4. Актерское мастерство					
4.1	Язык движений в танце	**4**	4	0	Опрос
4.2.	Система Станиславского	**4**	4	0	Опрос
4.3.	Этюды	**6**	0	6	Импровизация
	ИТОГО:	**14**	**8**	**6**	
Раздел 5. Постановочная работа					
5.1.	Передача образа танцевальной постановки	**4**	2	2	Импровизация
5.2.	Разучивание основных движений	**10**	0	10	Наблюдение
5.3.	Разучивание комбинаций, связок	**10**	0	10	Наблюдение
5.4.	Построение композиции танца	**4**	0	4	Наблюдение
5.5.	Отработка танцевального номера	**10**	0	10	Концертная деятельность
	ИТОГО:	**38**	**2**	**36**	
Раздел 6. Уличный танец Крамп					
6.1.	Ритм и бит	**2**	0	2	Самоконтроль
6.2.	Базовые движения	**8**	0	8	Наблюдение

6.3.	Танцевальные связки по стилю	**10**	0	10	Наблюдение
6.4.	Импровизация	**4**	0	4	Импровизация
6.5.	Фристайл	**2**	0	2	Импровизация
ИТОГО:		**26**	**0**	**26**	
Раздел 7. Постановочная работа					
7.1.	Передача образа танцевальной постановки	**2**	2	0	Импровизация
7.2.	Разучивание основных движений	**8**	0	8	Наблюдение
7.3.	Разучивание комбинаций, связок	**10**	0	10	Наблюдение
7.4.	Построение композиции танца	**4**	0	4	Наблюдение
7.5.	Отработка танцевального номера	**10**	0	10	Отчетный концерт
ИТОГО:		**34**	**2**	**32**	
ВСЕГО за год:		**216**	**24**	**192**	

Содержание учебного плана

Раздел 1. Введение в курс «Хореография»

Тема 1.1. Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.

Теория: Техника безопасности на занятиях в танцевальном зале. Инвентарь: скакалки, мячи, мобильные станки. Уход за танцевальным классом, инвентарем. Правила использования мобильных станков, бережное отношение. Танцевальная одежда, обувь, уход за ней. Правило гигиены, соблюдение санитарно-гигиенических требований во время занятий.

Первичный мониторинг.

Тема 1.2. История возникновения и становления хореографического искусства

Теория: Зарождение хореографического искусства, его развитие, становление. Роль хореографии в жизни человека.

Раздел 2. Стретчинг

Тема 2.1. Статические и динамические занятия

Теория: Техника стретчинга.

Практика: Развитие гибкости, фиксация тела, энергичные движения без пауз.

Тема 2.2. Пассивный, активный методы

Теория: Степень вовлеченности в стретчинг.

Практика: Работа в паре с педагогом. Техника пассивной растяжки, партнерская работа. Простейшие упражнения.

Тема 2.3. Растяжка грудных мышц и пресса

Теория: Пресс.

Практика: Упражнения стоя на коленях.

Тема 2.4. Растяжка подколенных сухожилий и позвоночника

Теория: Растяжка.

Практика: Упражнения на полу в рамках пассивного стретчинга.

Тема 2.5. Растяжка квадрицепсов

Теория: Растяжка.

Практика: Упражнения в вертикальном положении.

Тема 2.6. Растяжка боковых мышц корпуса

Теория: Растяжка.

Практика: Упражнения сидя.

Тема 2.7. Парные упражнения

Теория: Показать правильное положение по отношению к партнеру. Определить точку соприкосновения с партнером

Практика: Делают оба одни и те же движения; один выполняет, другой поддерживает; взаимное сопротивление; один выполняет пассивные движения при активной помощи другого.

Тема 2.8. Силовой тренинг

Теория: Силовые качества.

Практика: Поднимание и опускание ног в положение лежа, отжимание от пола, приседание на двух ногах, качание пресса, планка на согнутых руках.

Тема 2.9. Правильное дыхание — залог здорового образа жизни

Теория: Основы правильного дыхания.

Практика: Различаем вдох и выдох, дышим «животом», дышим глубоко.

Раздел 3. Эстрадный танец

Тема 3.1. Специфика эстрадного танца. Разновидности

Теория: Идейность, лаконичность, оригинальность замысла.

Практика: Акробатический танец, классический, сюжетно-характерный, народный, военная пляска

Тема 3.2. Базовые движения

Теория: Ритм и танец.

Практика: Синхронные ритмические движения, исполняющиеся под эстрадную музыку.

Тема 3.3. Кросс

Теория: Определить движении с точки в диагональ.

Практика: Работа в диагональ (прыжки, махи, упражнения на координацию, крутка, прыжки на скакалке, акробатические упражнения).

Тема 3.4. Комбинации и связки

Теория: Правильно координировать с помощью упражнений, комбинаций и связок.

Практика: Подбор движений на усмотрение педагога.

Раздел 4. Актерское мастерство

Тема 4.1. Язык движений в танце

Теория: Выразительность. Чувственность подачи.

Практика: Беседа о правильной подачи танца для зрителей.

Тема 4.2. Система Станиславского

Теория: Составляющие в системе Станиславского.

Практика: «Разведка умом», «Сверх задача», ключ и роли.

Тема 4.3. Этюды

Теория: Передача образа в танцевальной постановке.

Практика: Импровизация на тему придуманные истории.

Раздел 5. Постановочная работа

Тема 5.1. Передача образа танцевальной постановки

Теория: Рисунок танца, импровизация.

Практика: Первоначальное представления о танцевальном образе.

Тема 5.2. Разучивание основных движений

Теория: Базовые движения.

Практика: Разучивание танцевальных движений.

Тема 5.3. Разучивание комбинаций, связок

Теория: Координация. Импульс. Темпо-ритм.

Практика: Разучивание танцевальных комбинаций, связок.

Тема 5.4. Построение композиции танца

Теория: Передача образа в танцевальной постановке. Рисунок танца.

Практика: Определить композиционные линии в танце.

Тема 5.5. Отработка танцевального номера

Теория: Фиксации музыки и движений в танце.

Практика: Экспозиция, завязка, развитие действия, кульминация и развязка.

Раздел 6. Уличный танец Крамп

Тема 6.1. Ритм и бит

Теория: Бит-ритм и музыкальность.

Практика: Попадание в акцент, чувствовать музыку.

Разница между ритмом и музыкальностью.

Тема 6.2. Базовые движения

Теория: Название упражнений и движений.

Практика: Положение рук и ног, переход от одной позиции к другой. Контролируемые и ритмичные перемещения. Упражнение для развитие тела.

Тема 6.3. Танцевальные связки по стилю

Теория: Жесткость. Импульс. Бит. Координация.

Практика: Упражнения подобранные на усмотрение педагога.

Тема 6.4. Импровизация

Теория: Передача образа в танце.

Практика: Задания и упражнения для показа образа.

Тема 6.5. Фристайл

Теория: Контрольное занятие.

Практика: Показательные выступления, батлы.

Раздел 7. Постановочная работа

Тема 7.1. Передача образа танцевальной постановки

Теория: Рисунок танца, импровизация.

Практика: Первоначальное представления о танцевальном образе.

Тема 7.2. Разучивание основных движений

Теория: Базовые движения.

Практика: Разучивание танцевальных движений.

Тема 7.3. Разучивание комбинаций, связок

Теория: Координация. Импульс. Темпо-ритм.

Практика: Разучивание танцевальных комбинаций, связок.

Тема 7.4. Построение композиции танца

Теория: Передача образа в танцевальной постановке. Рисунок танца.

Практика: Определить композиционные линии в танце.

Тема 7.5. Отработка танцевального номера

Теория: Фиксации музыки и движений в танце.

Практика: Экспозиция, завязка, развитие действия, кульминация и развязка.

Учебный план третьего модуля «3 год обучения»

№ п/п	Наименование раздела и темы программы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		общая	теории	практики	
Раздел 1. Введение в курс «Хореография»					
1.1.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	**1**	1	0	Опрос
1.2.	История возникновения и становления хореографического искусства	**1**	1	0	Опрос
	ИТОГО:	**2**	**2**	**0**	
Раздел 2. Основы физической подготовки					
2.1.	Упражнение на формирование осанки	**10**	0	10	Наблюдение
2.2.	Положение корпуса	**10**	0	10	Наблюдение
2.3.	Тренировочные упражнения на разогрев мышц	**10**	0	10	Наблюдение

2.4.	Упражнения на выработки выносливости	**10**	0	10	Наблюдение
2.5.	Упражнения на развитие координации	**10**	0	10	Наблюдение
2.6.	Упражнения на устойчивость	**10**	0	10	Наблюдение
2.7.	Танцевальная связка	**8**	0	8	Наблюдение
2.8.	Мышечный тонус. Расслабляющая гимнастика	**8**	0	8	Наблюдение
	ИТОГО:	**76**	**0**	**76**	
Раздел 3. Современный танец					
3.1.	Развитие джазового танца и танца модерн.	**4**	2	2	Опрос
3.2.	Центр тяжести. Перенос центра тяжести	**6**	0	6	Самоконтроль
3.3.	Волны. Техника исполнения	**8**	0	8	Наблюдение
3.4.	Скручивания. Спирали. Техника исполнения	**8**	0	8	Наблюдение
3.5.	Свинг. Техника исполнения	**8**	0	8	Наблюдение
3.6.	Положения корпуса	**6**	0	6	Наблюдение
3.7.	Кросс	**10**	0	10	Самоконтроль
3.8.	Танцевальная связка	**10**	0	10	Наблюдение
	ИТОГО:	**60**	**2**	**58**	
Раздел 4 Уличный танец Vogue					
4.1.	История зарождение стиля Vogue	**2**	2	0	Опрос
4.2.	Базовые движения	**10**	0	8	Наблюдение
4.3.	Комбинации и связки	**12**	0	10	Наблюдение
4.4.	Импровизация	**4**	0	4	Импровизация
4.5.	Танцевальный фристайл	**4**	0	4	Импровизация
	ИТОГО:	**32**	**2**	**30**	
Раздел 5. Постановочная и репетиционная работа					
5.1.	Разучивание основных движений	**10**	0	10	Наблюдение
5.2.	Разучивание комбинаций, связок	**12**	0	12	Наблюдение
5.3.	Работа с репертуаром	**6**	0	6	Самоконтроль
5.4.	Отработка номера	**12**	0	12	Самоконтроль
5.5.	Закрепление номера	**6**	0	6	Отчетный концерт
	ИТОГО:	**46**	**0**	**46**	
	ВСЕГО за год:	**216**	**6**	**210**	

Содержание учебного плана

Раздел 1. Введение в курс «Хореография»

Тема 1.1. Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.

Теория: Техника безопасности на занятиях в танцевальном зале. Инвентарь: скакалки, мячи, мобильные станки. Уход за танцевальным классом, инвентарем. Правила использования мобильных станков, бережное отношение. Танцевальная одежда, обувь, уход за ней. Правило гигиены, соблюдение санитарно-гигиенических требований во время занятий.

Первичный мониторинг.

Тема 1.2. История возникновения и становления хореографического искусства

Теория: Зарождение хореографического искусства, его развитие, становление. Роль хореографии в жизни человека.

Раздел 2.

Тема 2.1. Упражнение на формирование осанки

Теория: Хореотерапия.

Практика: Упражнения (пассивные, активные) на гибкость.

Тема 2.2. Положение корпуса

Теория: Основы классической хореографии.

Практика: Упражнения на постановку рук, ног, выворотность.

Тема 2.3. Тренировочные упражнения на разогрев мышц

Теория: Как разогреть мышцы. Преимущества разогрева мышц.

Практика: Упражнения для разогрева мышц.

Тема 2.4. Упражнения на выработки выносливости

Теория: Выносливость. Сила. Тренинг.

Практика: Комплекс упражнений на выносливость.

Тема 2.5. Упражнения на развитие координации

Теория: Координация. Роль ее в хореографии.

Практика: Физические упражнения на координацию движений.

Тема 2.6. Упражнения на устойчивость

Теория: Вестибулярная устойчивость и равновесие.

Практика: Тренировочные упражнения вестибулярного аппарата.

Тема 2.7. Танцевальная связка

Теория: Координация. Устойчивость. Равновесие.

Практика: По задумке педагога.

Тема 2.8. Мышечный тонус. Расслабляющая гимнастика

Теория: Расслабление мышц тела.

Практика: Упражнение на расслабление.

Раздел 3.

Тема 3.1. Развитие джазового танца и танца модерн.

Теория: История. Развитие. Танец нового времени. Популярность сегодня.

Практика: Ломанные движения. Классические движения.

Тема 3.2. Центр тяжести. Перенос центра тяжести

Теория: Виртуозная техника.

Практика: Выполнение прыжков.

Тема 3.3. Волны. Техника исполнения

Теория: Работа корпусом, руками.

Практика: Танцевальные связки.

Тема 3.4. Скручивания. Спирали. Техника исполнения

Теория: Подвижность суставов в современной хореографии.

Практика: Танцевальные связки.

Тема 3.5. Свинг. Техника исполнения

Теория: Свинг танец.

Практика: Танцевальные связки.

Тема 3.6. Положения корпуса

Теория: Плоскость.

Практика: Упражнения на постановку корпуса.

Тема 3.7. Кросс

Теория: Танцевальность. Стиль. Координация.

Практика: Отработка техники прыжка, вращения, шагов.

Тема 3.8. Танцевальная связка

Теория: Танцевальные комбинации.

Практика: Исполнение комбинации под «Квадратную» музыку.

Раздел 4.

Тема 4.1. История зарождение стиля Vogue
Теория: История Vogue, подстили Vogue
Практика: Подстили Vogue
Тема 4.2. Базовые движения
Теория: Определить роль основных движений танца
Практика: Движения руками, вращения кистями, демонстрация под музыку
Тема 4.3. Комбинации и связки
Теория: Определить роль комбинаций и связок в танце
Практика: Разучивание от простого к сложному
Тема 4.4. Импровизация
Теория: Передача образа в танце.
Практика: Задания и упражнения для показа образа.
Тема 4.5. Танцевальный фристайл
Теория: Контрольное занятие.
Практика: Показательные выступления, батлы.

Раздел 5.

Тема 5.1. Разучивание основных движений
Теория: Базовые движения.
Практика: Разучивание танцевальных движений.
Тема 5.2. Разучивание комбинаций, связок
Теория: Координация. Импульс. Темпо-ритм.
Практика: Разучивание танцевальных комбинаций, связок.
Тема 5.3. Работа с репертуаром
Теория: Рисунок танца, импровизация.
Практика: Первоначальное представления о танцевальном образе.
Тема 5.4. Отработка номера
Теория: Фиксации музыки и движений в танце.
Практика: Экспозиция, завязка, развитие действия, кульминация и развязка.
Тема 5.5. Закрепление номера
Теория: Контрольный урок.
Практика: Показ номера.

2. **Организационно-педагогические условия**

2.1. **Календарный учебный график**

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01 сентября	31 мая	36	108	216	3 занятия по 2 часа в неделю
2 год	01 сентября	31 мая	36	108	216	3 занятия по 2 часа в неделю
3 год	01 сентября	31 мая	36	108	216	3 занятия по 2 часа в неделю
Летние каникулы 01 июня-31 августа						
На основании статьи 112 Трудового кодекса РФ Государственными нерабочими праздничными дни при шестидневной рабочей неделе являются:						

- 1, 2, 3, 4, 5, 6 и 8 января — Новогодние каникулы;
- 7 января — Рождество Христово;
- 23 февраля — День защитника Отечества;
- 8 марта — Международный женский день;
- 1 мая — Праздник Весны и Труда;
- 9 мая — День Победы;
- 12 июня — День России;
- 4 ноября — День народного единства.

Нерабочие дни в Учреждении в соответствии с ежегодно утверждаемым Правительством РФ Производственным календарем (по шестидневной рабочей неделе).

2.2. Условия реализации Программы

Материально-техническое обеспечение:

- мобильный станок (3 шт.);
- кубики для растяжки (15 шт.);
- скакалки (10 шт.);
- гантели (10 пар);
- танцевальный зал, оборудованный зеркалами (S= 54м^2, ширина 5 метров 50 см., длина 9 метров 84 см., 7 зеркал);
- колонка (1 шт.);
- планшет (1 шт);
- музыкальные носители (5 флэш носителей).

Методические материалы:

Направленность и содержание программы носят практический характер и определяются задачами творческого и духовно-нравственного развития ребенка.

Уровень умений двигаться зависит от качества представлений о реальных вещах. Задача руководителя – развивать детские представления, прежде всего путем наблюдения, и на их основе строить обучение, последовательно ведя детей к овладению основами изображения художественных образов языком танца.

Для проведения занятий используются:

−подборка музыкальных произведений;

−подборка упражнений и этюдов.

2.3. **Формы аттестации/контроля и оценочный материалы**

Формы определения результатов образовательной деятельности: зачетное занятие, наблюдение, концерты, конкурсы. Методы диагностики личностного развития учащихся:

−наблюдение;

−беседа;

−сравнение и анализ выполняемых упражнений, этюдов;

−итоговый анализ полученных умений и навыков за период обучения. Виды и формы контроля освоения программы:

−Первичный

−Промежуточный

−Итоговый (в конце учебного года проводится обобщающее занятие, отчетный концерт).

Форма проведения контроля	**Сроки контроля**	**Объект контроля**	**Форма предъявления результатов контроля**
Зачетное занятие.	Ноябрь – декабрь.	Разделы учебно-тематического плана	Определение уровня выполнения задания.

Зачетное занятие.	Февраль	Разделы учебно-тематического плана	Определение уровня выполнения задания.
Конкурс «Волшебный каблучок»	Апрель	Разделы учебно-тематического плана	Определение уровня выполнения задания.
Отчетный концерт	Май	Разделы учебно-тематического плана	Определение уровня выполнения задания.

Оценочные материалы

Основной упор делается на диагностику обеспечения обратной связи между педагогом и учащимися, получение объективной информации о степени усвоение учебного материала, своевременное обнаружение недостатков и пробелов в знаниях, а также выявление наиболее одаренных и мотивированных детей в области хореографического исполнительства.

В ходе диагностики отслеживаются:

- физическое развитие (координация движений, баланс, гибкость тела, прыжок…)
- творческое развитие (музыкальный слух, эмоциональность, воображение)
- личностное развитие. (Культура поведения в коллективе, нравственность, дисциплинированность, самостоятельность, активность, организаторские способности, коммуникативные навыки)

3. Список литературы

Нормативные документы:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный закон Российской Федерации от 14.07.2022 № 295-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации».
3. Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.).
4. Федеральный закон от 28.12.2024 N 543-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации".
5. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р.
6. Указ Президента Российской Федерации от 19.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».
7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее - СанПиН).
8. Постановление 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».
9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее - Порядок).
10. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».
11. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных

общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».

12. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.2018 № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».
13. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 29.06.2023 № 785-Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных образовательных программ в соответствии с социальным сертификатом».
14. Устав Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования Дома детского творчества Ленинского района.
15. Приказ директора МБУ ДО ДДТ Ленинского района № 124 от 22.05.2025 г. «Об утверждении Положения о дополнительных общеобразовательных и адаптированных дополнительных общеобразовательных программах Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования Дома детского творчества Ленинского района».

Литература, использованная при составлении Программы

1. Иванова М. Ю. Здоровье сберегающие технологии. Игровой самомассаж. Картотека нетрадиционных оздоровительных упражнений. [Электрон. ресурс]. Способ доступа: https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2013/08/01/zdorovesberegayushchie-tekhnologii-igrovoy-samomassazh
2. Счаснович А. Е. Комплекс упражнений партерной гимнастики. [Электрон. ресурс]. Способ доступа: https://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe-obrazovanie/library/2012/10/26/kompleks-uprazhneniy-parternoy-gimnastiki
3. Хореографу в помощь — Dancehelp.ru. Способ доступа: https://vk.com/horeograf_club
4. Творческое Движение "Вдохновение". Способ доступа: https://vk.com/vdoxnovenie_fesf
5. horeograf.COM. Способ доступа: https://vk.com/clubhoreograf
6. Методика постановки танца в стиле Vogue. Елена Fraules Яткина https://rutube.ru/video/252ba931553e561bbe5986cc95cba729/
7. Эд Пискор. Родословная хип-хопа, №1. - Белое Яблоко. 2017 г.
8. Эд Пискор. Родословная хип-хопа, №2. - Белое Яблоко. 2017 г.
9. Браиловская Л.В. Самоучитель по танцам. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2003.
10. Левин М. «Гимнастика в хореографической школе» М. Терра-спорт. 2001г.

Литература для обучающихся и родителей

1. Видеоматериал: Чемпионат Мира по Танцевальному шоу взрослые, юниоры, дети все финалы. horeograf.com
2. https://vk.com/dancerussia
3. Пасютинкая В. Волшебный мир танца. - М.: Просвещение, 1999 г.
4. Жданов Л. Вступление в балет. - М.: Планета, 2001 г.
5. Дешкова И. Загадки Терпсихоры. - М.: Детская литература, 1989 г
6. Майя Плисецкая. Я, Майя Плисецкая. - Олма Медиа Групп. 2015 г.
7. Матильда Кшесинская. Матильда Кшесинская. Воспоминания. – Центрполиграф. 2017 г.
8. Вадим Гаевский. Дивертисмент. Судьбы классического балета. В 2 томах. – Сеанс. 2018 г.
9. Белкин А.С. Основы возрастной педагогики. - Екатеринбург, 1999 г.
10. Смирнов М.А. Эмоциональный мир музыки. - М.: Музыка, 1990 г.

11. Давыдов В. Проблемы развивающего обучения. - М., 2004 г.
12. Федорова Г. Танцы для развития детей. М., 2000 г.