

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА КАЛУГИ  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР КОСМИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ГАЛАКТИКА» ГОРОДА КАЛУГИ

ПРИНЯТА  
педагогическим советом  
МБОУДО ДЮЦКО  
«Галактика» г. Калуги  
протокол № 4 от 03.06.2024

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУДО ДЮЦКО  
«Галактика» г. Калуги  
Приказ № 144/01-09 от 03.06.2024  
А.Ю. Кононова



**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа художественной направленности**

**Хореография**

Возраст учащихся: 6-16 лет  
Срок реализации программы: 4 года

**Автор-составитель программы:**  
Шишкина Олеся Александровна,  
педагог дополнительного образования

Калуга, 2024 г.

Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «Хореография»
Автор-составитель программы	Шишкина Олеся Александровна, педагог дополнительного образования
Вид программы	- по степени авторства – модифицированная; - по уровню сложности – 1 год – стартовый; 2 год – базовый; 3 год – базовый; 4 год – продвинутый.
Направленность программы	Художественная
Срок реализации программы	4 года, 1 год - 144 часа в год; 2 год - 144 часа в год, 216 часов в год; 3 год - 216 часов в год; 4 год - 216 часов в год.
Возраст обучающихся	6-16 лет
Название объединения	Хореография

# 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

## 2.1 Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа «Хореография» направлена на воспитание художественного вкуса, трудолюбия, самодисциплины, развитие физических качеств, укрепление здоровья, формирование правильной осанки и улучшение координации движений. В ходе обучения танцевальному искусству школьники научатся понимать язык движения и красоту хореографии, познакомятся с историей танца, овладеют основами классического и народного танца, освоят актерское мастерство в танце, получат опыт концертной деятельности.

**Направленность программы – художественная.**

**Вид программы**

По степени авторства – модифицированная.

По уровню сложности –

1 год – стартовый;

2 год – базовый;

3 год – базовый;

4 год – продвинутый.

**Язык реализации программы – русский.**

Дополнительная общеобразовательная программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

- Федеральным Законом РФ от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации».

- Федеральным Законом от 31.07.2020 N 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».

- Приказом Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

- Приказом Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

- Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года».

- Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».

- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

- Письмом Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» с методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».

- Постановлением Правительства Калужской области от 29.01.2019 № 38 «Об утверждении государственной программы Калужской области «Развитие общего и дополнительного образования в Калужской области». Подпрограмма «Дополнительное образование» государственной программы Калужской области «Развитие общего и дополнительного образования в Калужской области».

### Документы МБОУДО ДЮЦКО «Галактика» города Калуги:

«Положение о детском творческом объединении», утвержденное приказом директора МБОУДО ДЮЦКО «Галактика» города Калуги № 122/-09 от 15.08.2022;

- «Положение о порядке обучения по индивидуальному учебному плану», утвержденное приказом директора МБОУДО ДЮЦКО «Галактика» города Калуги № 122/01-09 от 15.08.2022;

- «Положение о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся», утвержденным приказом директора МБОУДО ДЮЦКО «Галактика» города Калуги № 122/-09 от 15.08.2022;

- «Методические рекомендации педагогу дополнительного образования по разработке и оформлению дополнительных общеобразовательных программ», утвержденные приказом директора МБОУДО ДЮЦКО «Галактика» города Калуги № 122/-09 от 31.08.2020.

- «Положение о рабочей программе педагога дополнительного образования», утвержденным приказом директора МБОУДО ДЮЦКО «Галактика» города Калуги № 122/-09 от 31.08.2020.

**Актуальность программы** заключается в том, что занятия хореографией дают активное и эффективное раскрытие творческого потенциала учащихся в условиях учреждений дополнительного образования. Происходит эстетическое и эмоциональное развитие учащихся, раскрываются такие стороны личностного потенциала как воображение, активное творческое мышление. Знания, полученные на занятиях в рамках освоения данной программы, смогут помочь детям и в выборе будущей профессии.

#### **Новизна программы**

Достижение максимальной усвояемости материала за счет темпоритма занятий и использование инновационных приемов и методов обучения:

- мастер-классов с приглашением педагогов других танцевальных коллективов;
- применение психофизических тренингов для создания комфортной обстановки и развития креативности;
- презентации самостоятельных работ учащихся – творческие танцевальные конкурсы внутри коллектива и показ этих работ на концертах, фестивалях.

#### **Педагогическая целесообразность**

Программа помогает детям развивать эстетическую и танцевальную культуру, музыкальные способности, навыки общения и культуры поведения, а также формировать художественный вкус и укреплять физическое здоровье.

В рамках обучения по программе «Хореография» происходит знакомство с миром профессий через изучение различных видов танцев. Учащиеся узнают о профессии хореографа, которая включает в себя создание собственных хореографических произведений, сочинение танца, постановку, репетиции и работу с костюмами и стилем.

#### **Отличительная особенность программы**

Отличительной особенностью данной образовательной программы является ее комплексность и мобильность. По, возможности, учитывается фактор как опережающего, так и отстающего развития. Если отдельные учащиеся легко овладевают учебной программой, то у них есть возможность освоить последующие этапы обучения, и, наоборот, если не справляются, не смотря на все усилия и дополнительные занятия (возможно, из-за отсутствия природных данных или по состоянию здоровья), то всегда есть возможность закончить обучение на определенном этапе.

Программа намечает определенный объём материала, который может быть использован или изменён с учётом состава группы, физических данных и возможностей каждого обучающегося, а также с учетом особенностей организации учебного процесса:

разновозрастных, разноуровневых групп детей, нестандартностью индивидуальных результатов обучения.

#### **Адресат программы**

Данная программа рассчитана на детей 6-16 лет, разных по уровню умения и вне зависимости от их природных способностей, не имеющих ограничений на двигательную деятельность в связи с проблемами в состоянии здоровья.

Комплектование групп проходит с учетом индивидуальных особенностей учащихся.

Количество учащихся в группе – 15 человек.

Получение образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано совместно с другими обучающимися.

Количество обучающихся с ограниченными возможностями здоровья устанавливается из расчета не более 3 обучающихся при получении образования с другими учащимися с учетом особенностей психофизического развития категорий обучающихся согласно медицинским показаниям, для следующих нозологических групп:

- дети с логопедическими нарушениями (фонетико-фонематическое недоразвитие речи, заикание).

- соматически ослабленные (часто болеющие дети).

Организацию работы, порядок деятельности, продолжительность учебных занятий, количество обучающихся в детских творческих объединениях МБОУДО ДЮЦКО «Галактика» города Калуги регулирует «Положение о детском творческом объединении», утвержденное приказом директора № 122/-09 от 15.08.2022.

**Объем программы и срок освоения программы** рассчитан на четыре года обучения и реализуется в объеме: 1 год - 144 часа в год; 2 год - 144 часа в год, и 216 часов в год; 3 год - 216 часов в год; 4 год - 216 часов в год.

#### **Формы обучения и виды занятий**

Форма обучения очная. Данная программа не предусматривает дистанционного обучения.

Образовательная программа предполагает групповую, индивидуальную и коллективную формы занятий.

В процессе проведения аудиторных занятий используются индивидуальная, групповая формы работы, работа в малых группах. Формы проведения аудиторных занятий утверждены локальным нормативным актом - «Положение о детском творческом объединении» (приказ директора № 122/-09 от 15.08.2022).

Изучение тем программы предусматривает проведение теоретических и практических занятий.

Программой предусмотрены следующие виды занятий: учебно-тренировочные практические виды занятий; занятие-объяснение; игровые занятия; постановка и репетиция танцев; открытые занятия и выступления.

#### **Уровень сложности программы**

1 год – стартовый;

2 год – базовый;

3 год – базовый;

4 год – продвинутый.

#### **Режим занятий**

1-ый год обучения – 2 раза в неделю по 2 часа - 4 часа в неделю; 144 часов в год;

2-ой год обучения – 3 раза в неделю по 2 часа - 6 часов в неделю; 216 часов в год или 2 раза в неделю по 2 часа 144 часа в год;

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

4-ий год обучения – 2 раза в неделю по 3 часа - 6 часов в неделю; 216 часов в год.

Каждое занятие длится 45 минут с перерывом 10 минут.

Расписание занятий формируется по представлению педагога с учетом пожеланий обучающихся, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся и возрастных особенностей учащихся.

## 1.2. Цель и задачи программы.

**Цель программы** – развитие творческих способностей обучающихся средствами искусства танца.

### Задачи:

#### Образовательные:

- сформировать практические умения и навыки;
- сформировать теоретические знания о танцевальном искусстве;
- научить лучше чувствовать собственное тело, как в физических аспектах, так и духовных его проявлениях;
- научить самостоятельно пользоваться полученными практическими навыками и теоретическими знаниями.

#### Воспитательные:

- воспитать человека, способного существовать в современном мире с максимальной пользой;
- создать дружный коллектив;
- сформировать нравственную культуру;
- выработать у учащихся чувство энергетической наполненности, помогающей им преодолевать сложные жизненные ситуации.

#### Развивающие:

- приобщить детей к танцевальному искусству;
- сформировать определенную эстетическую танцевальную культуру;
- сформировать умение терпимо относиться к любым видам искусства, в том числе и к национальному, правильно их оценивать в собственном сознании;
- развить нравственно – эстетическую отзывчивость на прекрасное и безобразное в жизни и в искусстве;
- укрепить здоровье и развить физическую выносливость.

## 1.3. Содержание программы

### Учебный план 1 год обучения, 144 часа в год

№	Тема занятия	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	Опрос
2	<b>Танец</b>	<b>76</b>	<b>17</b>	<b>59</b>	
2.1	Постановка корпуса	20	4	16	Опрос. Практич. задание
2.2	Развитие чувства ритма	16	4	12	Практич. задание
2.3	Ориентация в пространстве	20	5	15	Практич. задание

2.4	Танцевальные элементы	20	4	16	Практич. задание
3	<b>Актерское мастерство в танце</b>	<b>30</b>	<b>10</b>	<b>20</b>	Опрос. Практич. задание
4	<b>Постановочная и индивидуальная работа</b>	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>10</b>	опрос
5	<b>Концертная деятельность</b>	<b>24</b>	<b>10</b>	<b>14</b>	Опрос. Практич. задание
	<b>Всего:</b>	<b>144</b>	<b>40</b>	<b>104</b>	

## Содержание учебного плана 1 год обучения, 144 часа в год

### 1. Вводное занятие (2 час.).

Теория. Знакомство

Практика. Изучение Техники безопасности на занятиях.

### 2. Танец (76 час.).

#### 2.1. Постановка корпуса.

Теория. Лекции и беседы о постановке корпуса. Изучение правил постановки корпуса.

Практика. Практические упражнения по постановке корпуса, упражнения по развитию координации, упражнения по развитию двигательной памяти. Изучение позиций ног: I, II, III. Изучение положений рук: на поясе, варианты простых *port de bras* с вытянутыми руками. Постановка спины: а) упражнения на ассоциациях (“солдатик”, “столбик” и т.д.);

б) работа с предметами (палка, скакалка). Упражнения на натянутость ног и постановку спины: а) *vattmantendu* вперед по III позиции; б) ходьба с носочка на п/п, на пятках, шаг с высоким подъёмом ног с сокращением стопы в воздухе.

#### 2.2. Развитие чувства ритма.

Теория. Лекция по основам ритмики.

Практика. Упражнения на развитие чувства ритма и определение законченности музыкальных фраз: а) разучивание различных стихов и считалок с ударением на сильную долю при работе под музыку; б) всевозможные ритмические рисунки с хлопками и притопами на разные музыкальные доли, на начало и конец музыкальной фразы.

Пространство зала.

#### 2.3. Ориентация в пространстве.

Теория. Лекция по ориентации в пространстве

Практика. Деление зала по точкам; Упражнения по развитию умения держать линию, колонну; Обучение навыкам соблюдения интервалов, построению круга; Упражнения по соблюдению интервалов во время движения. Упражнения по нахождению своего места в зале.

#### 2.4. Танцевальные элементы.

Теория. Что такое танцевальные элементы. Какие они бывают.

Практика. бег; прыжки по VI позиции; приставной шаг; приставной шаг с *plie*; вынос ноги на каблук в сторону; притоп; подскоки на месте и в продвижении; галоп.

### 3. Актерское мастерство в танце (30 час.).

Теория. Понятие термина «Актерское мастерство». В чем оно проявляется. Практика. Невербальных выражений. Создаем характеры. Мимика лица

### 4. Постановочная и индивидуальная работа (12 час.).

Теория. Изучить ход постановки танца.

Практика. Разучивание простых танцевально-ритмических комбинаций и танцевальных этюдов на основе пройденных движений.

**5. Концертная деятельность (24 час.).**

Теория. Изучение организационных моментов при участии в концертах и конкурсных программах. Культура поведения.

Практика. Подготовка к концертам и конкурсным программам Центра и города. Участие в творческих конкурсах и фестивалях.

**Учебный план  
2 год обучения, 216 часов в год**

№	Тема занятия	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	<b>Вводное занятие</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	Опрос
2	<b>Танец</b>	<b>81</b>	<b>15</b>	<b>66</b>	
2.1	Постановка корпуса	18	2	16	Практич. задание
2.2	Развитие чувства ритма	18	3	15	Практич. задание
2.3	Ориентация в пространстве	21	6	15	Практич. задание
2.4	Танцевальные элементы	24	4	20	Практич. задание
3	<b>Классический танец</b>	<b>48</b>	<b>8</b>	<b>40</b>	
3.1	Экзерсис у станка.	24	4	20	Практич. задание
3.2	Упражнения на середине.	24	4	20	Практич. задание
4	<b>Народный танец</b>	<b>48</b>	<b>8</b>	<b>40</b>	
4.1	Русский народный танец (Хоровод)	24	4	20	Практич. задание
4.2	Полька. (Чешский танец) Скакуха. (Белорусский танец)	24	4	20	Практич. задание
5	<b>История танца</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	Опрос
6	<b>Постановочная и индивидуальная работа</b>	<b>12</b>	<b>0</b>	<b>12</b>	Опрос
7	<b>Концертная деятельность</b>	<b>18</b>	<b>0</b>	<b>18</b>	Практич. задание
	<b>Всего</b>	<b>216</b>	<b>36</b>	<b>180</b>	

**Содержание учебного плана  
2 год обучения, 216 часов в год**

**1. Вводное занятие (6 час.).**

Теория. Обсуждение планов на новый учебный год.

Практика. Изучение Техники безопасности на занятиях.

**2. Танец (81 час.).**

**2.1. Постановка корпуса.**

Теория. Беседы о постановке корпуса. Повторение правил постановки корпуса.



Практика. Практические упражнения по постановке корпуса, упражнения по развитию координации, Изучение III позиции ног. Изучение положение рук: «за юбочки» (девочки). Постановка спины: продолжение работы с предметами.

## 2.2. Развитие чувства ритма.

Теория. Беседа по основам ритмики.

Практика. Упражнения на развитие чувства ритма:

а) сочетание хлопков и притопов;

б) сочетание прыжков и шагов.

## 2.3. Ориентация в пространстве.

Теория. Беседа по ориентации в пространстве.

Практика. Сочетание упражнений на натянутость ног и перемещений в пространстве:

а) варианты ходьбы по диагонали, по кругу;

б) танцевальные движения на месте и в продвижении по залу в различных направлениях.

Движения в пространстве:

а) прочёсы;

б) змейка;

в) до за до

Положение в паре:

а) в продвижении по кругу;

б) по диагонали;

в) лицом друг к другу.

## 2.4. Танцевальные элементы.

Теория. Беседа о танцевальных элементах. Обсуждение элементов.

Практика. а) шаг с plie;

б) double шаг с plie;

в) pas полонеза;

г) pas польки.

## 3. Классический танец (48 час.).

### 3.1. Экзерсис у станка;

Теория. Лекция, о правилах занятия у опоры. Обсуждение и запоминание правил.

Практика упражнения под музыку у станка.

### 3.2. Упражнения на середине.

Теория. Лекция, о правилах занятия на середине. Обсуждение и запоминание правил.

Практика упражнения под музыку на середине.

## 4. Народный танец (48 час.).

### 4.1. Русский народный танец. (Хоровод).

Теория. Исторические аспекты хороводных танцев.

Практика. Разучивание и исполнение хороводных танцев.

### 4.2. Полька.

Теория. Основные ходы и движения танца.

Практика. Исполнение ходов и движений танца.

Скакуха.

Теория. Основные ходы и движения танца.

Практика. Исполнение ходов и движений танца.

## 5. История танца (3 час.).

Теория. История возникновения и развития танца.

## 6. Постановочная и индивидуальная работа (12 час.).

Практика Разучивание танцевально-ритмических комбинаций и танцевальных этюдов на основе пройденных движений.

### 7. Концертная деятельность (18 час.).

Теория. Изучение организационных моментов при участии в концертах и конкурсных программах. Культура поведения.

Практика Подготовка к концертам и конкурсным программам Центра и города. Участие в творческих конкурсах и фестивалях.

### Учебный план 2 год обучения, 144 часа в год

№	Тема занятия	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	<b>Вводное занятие</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	Опрос
2	<b>Танец</b>	<b>54</b>	<b>12</b>	<b>42</b>	
2.1	Постановка корпуса	12	2	10	Практич. задание
2.2	Развитие чувства ритма	12	2	10	Практич. задание
2.3	Ориентация в пространстве	14	4	10	Практич. задание
2.4	Танцевальные элементы	16	4	12	Практич. задание
3	<b>Классический танец</b>	<b>32</b>	<b>8</b>	<b>24</b>	
3.1	Экзерсис у станка.	16	4	12	Практич. задание
3.2	Упражнения на середине.	16	4	12	Практич. задание
4	<b>Народный танец</b>	<b>32</b>	<b>8</b>	<b>24</b>	
4.1	Русский народный танец (Хоровод)	16	4	12	Практич. задание
4.2	Полька. (Чешский танец) Скакуха. (Белорусский танец)	16	4	12	Практич. задание
5	<b>История танца</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	Опрос
6	<b>Постановочная и индивидуальная работа</b>	<b>8</b>	<b>0</b>	<b>8</b>	Опрос
7	<b>Концертная деятельность</b>	<b>12</b>	<b>0</b>	<b>12</b>	Практич. задание
	<b>Всего</b>	<b>144</b>	<b>32</b>	<b>112</b>	

### Содержание учебного плана 2 год обучения, 144 часа в год

#### 1. Вводное занятие (4 час.).

Теория. Обсуждение планов на новый учебный год.

Практика. Изучение Техники безопасности на занятиях.

#### 2. Танец (54 час.).

##### 2.1. Постановка корпуса

Теория. Беседы о постановке корпуса. Повторение правил постановки корпуса.

Практика. Практические упражнения по постановке корпуса, упражнения по развитию координации, Изучение III позиции ног. Изучение положение рук: «за юбочки» (девочки). Постановка спины: продолжение работы с предметами.

## 2.2. Развитие чувства ритма.

Теория. Беседа по основам ритмики.

Практика. Упражнения на развитие чувства ритма.

а) сочетание хлопков и притопов;

б) сочетание прыжков и шагов.

## 2.3. Ориентация в пространстве.

Теория. Беседа по ориентации в пространстве.

Практика. Сочетание упражнений на натянутость ног и перемещений в пространстве:

а) варианты ходьбы по диагонали, по кругу;

б) танцевальные движения на месте и в продвижении по залу в различных направлениях.

Движения в пространстве:

а) прочёсы;

б) змейка;

в) до за до

Положение в паре:

а) в продвижении по кругу;

б) по диагонали;

в) лицом друг к другу.

## 2.4. Танцевальные элементы.

Теория. Беседа о танцевальных элементах. Обсуждение элементов.

Практика. а) шаг с plie;

б) double шаг с plie;

в) pas полонеза;

г) pas польки.

## 3. Классический танец (32 час.).

### 3.1. Экзерсис у станка.

Теория. Лекция, о правилах занятия у опоры. Обсуждение и запоминание правил

Практика упражнения под музыку у станка

### 3.2. Упражнения на середине.

Теория. Лекция, о правилах занятия на середине. Обсуждение и запоминание правил

Практика упражнения под музыку на середине.

## 4. Народный танец (32 час.).

### 4.1. Русский народный танец (Хоровод).

Теория. Исторические аспекты хороводных танцев.

Практика. Разучивание и исполнение хороводных танцев.

### 4.2. Полька.

Теория. Основные ходы и движения танца.

Практика. Исполнение ходов и движений танца.

Скакуха.

Теория. Основные ходы и движения танца.

Практика. Исполнение ходов и движений танца.

## 5. История танца (2 час.).

Теория. История возникновения и развития танца.

## 6. Постановочная и индивидуальная работа (8 час.).

Практика Разучивание танцевально-ритмических комбинаций и танцевальных этюдов на основе пройденных движений.

## 7. Концертная деятельность (12 час.).

Теория. Изучение организационных моментов при участии в концертах и конкурсных программах. Культура поведения.

Практика Подготовка к концертам и конкурсным программам Центра и города.  
Участие в творческих конкурсах и фестивалях.

**Учебный план  
3 год обучения, 216 часов в год**

№	Тема занятия	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1</b>	<b>Вводное занятие</b>	<b>8</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	Опрос
<b>2</b>	<b>Танец</b>	<b>77</b>	<b>22</b>	<b>55</b>	
2.1	Постановка корпуса;	15	5	10	Практич. задание
2.2	Движения по диагонали	12	2	10	Практич. задание
2.3	Построение рисунка танца;	20	5	15	Практич. задание
2.4	Работа с атрибутами;	15	5	10	Практич. задание
2.5	Различные варианты парных движений.	15	5	10	Практич. задание
<b>3</b>	<b>Классический танец</b>	<b>60</b>	<b>12</b>	<b>48</b>	
3.1	Исполнение прыжков на середине зала (соте, асамбле, па де ша)	20	2	18	Практич. задание
3.2	Плавные перегибы корпуса (пор де бра)	20	5	15	Практич. задание
3.3	Полуповороты и вращения на двух ногах, на одной ноге.	20	5	15	Практич. задание
<b>4</b>	<b>Народный танец</b>	<b>47</b>	<b>10</b>	<b>37</b>	
4.1	Работа над техникой исполнения основных движений русского танца; (постановка рук, постановка ног, присядка, шаги)	20	5	15	Практич. задание
4.2	Дроби, «горошек», «двойной трилистник»;	20	5	15	Практич. задание
4.3	Вращения: «бегунец», в сочетании с ковырялочками и дробью	7	-	7	Практич. задание
<b>5</b>	<b>Постановочная и индивидуальная работа</b>	<b>5</b>	<b>-</b>	<b>5</b>	Практич. задание
<b>6</b>	<b>Концертная деятельность</b>	<b>19</b>	<b>6</b>	<b>13</b>	Практич. задание
	<b>Всего</b>	<b>216</b>	<b>54</b>	<b>162</b>	

**Содержание учебного плана  
3 год обучения, 216 часов в год**

**1. Вводное занятие (8 час.).**

Теория. Обсуждение планов на новый учебный год.

Практика. Изучение Техники безопасности на занятиях

## 2. **Танец (77 час.).**

### 2.1. Постановка корпуса.

Теория. Лекции и беседы о постановке корпуса. Повторение правил постановки корпуса.

Практика. Практические упражнения по постановке корпуса, упражнения по развитию координации,

### 2.2. Движения по диагонали.

Теория. Объяснение и пример движений по диагонали

Практика. Практические упражнения с использованием движений по диагонали.

### 2.3. Построение рисунка танца.

Теория. Лекции и беседы о построении рисунка танца.

Практика. Практические упражнения по построению рисунка танца

### 2.4. Работа с атрибутами.

Теория. Объяснение и пример работы с атрибутами

Практика. Практические занятия с использованием различных атрибутов в танце.

### 2.5. Различные варианты парных движений.

Теория. Объяснение и пример парных движений

Практика. Практические упражнения для тренировки парных движений

## 3. **Классический танец (60 час.).**

### 3.1. Исполнение прыжков на середине зала; (соте, асамбле, па де ша)

Теория. Объяснение и примеры прыжков.

Практика. Практические упражнения по выполнению прыжков

### 3.2. Плавные перегибы корпуса (пор де бра).

Теория. Объяснение и пример плавного перегиба корпуса.

Практика. Практические упражнения по выполнению прыжков.

### 3.3. Полуповороты и вращения на двух ногах, на одной ноге.

Теория. Объяснение и примеры полуповоротов и вращения на двух ногах, на одной ноге.

Практика. Практические упражнения по выполнению полуповоротов и вращения на двух ногах, на одной ноге.

## 4. **Народный танец (47 час.).**

4.1 Работа над техникой исполнения основных движений русского танца; (постановка рук, постановка ног, присядка, шаги).

Теория. Объяснение и примеры техники исполнения и основных движений русского танца; (постановка рук, постановка ног, присядка, шаги).

Практика. Практические упражнения по разучиванию техники исполнения и основных движений русского танца; (постановка рук, постановка ног, присядка, шаги).

### 4.2. Дроби, «горошек», «двойной трилистник».

Теория. Объяснение и примеры техники исполнения: дроби, «горошек», «двойной трилистник»;

Практика. Практические упражнения по разучиванию техники исполнения: дроби, «горошек», «двойной трилистник»;

### 4.3. Вращения: «бегунец», в сочетании с ковырялочками и дробью.

Теория. Объяснение и примеры техники исполнения: «бегунец», в сочетании с ковырялочками и дробью.

Практика. Практические упражнения по разучиванию техники исполнения: «бегунец», в сочетании с ковырялочками и дробью.

## 5. **Постановочная и индивидуальная работа (5 час.).**

Практика Разучивание танцевально-ритмических комбинаций и танцевальных этюдов на основе пройденных движений

**6. Концертная деятельность (19 час.).**

Теория. Изучение организационных моментов при участии в концертах и конкурсных программах. Культура поведения.

Практика Подготовка к концертам и конкурсным программам Центра и города. Участие в творческих конкурсах и фестивалях

**Учебный план  
4 год обучения, 216 часов в год**

№	Тема занятия	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	<b>Вводное занятие</b>	<b>6</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	Опрос
2	<b>Танец</b>	<b>72</b>	<b>16</b>	<b>56</b>	
2.1	Постановка корпуса	13	3	10	Практич. задание
2.2	Прыжки, повороты, вращения	15	5	10	Практич. задание
2.3	Комбинации	20	5	15	Практич. задание
2.4	Актерское мастерство в танце	24	3	21	Опрос, Практич. задание
<b>3</b>	<b>Классический танец</b>	<b>54</b>	<b>14</b>	<b>40</b>	
3.1	Экзерсис	18	5	13	Практич. задание
3.2	Ехерсисе на середине зала	18	5	13	Практич. Задание
3.3	Поклон и его разновидности	6	2	4	Практич. Задание
3.4	Позиции и положения рук	6	1	5	
3.5	Позиции ног	6	1	5	
<b>4</b>	<b>Народный танец:</b>	<b>55</b>	<b>15</b>	<b>40</b>	
4.1	Национальные танцы и образы	20	5	15	Практич. Задание
4.2	Елочка. Гармошка, Одинарный притоп, Русский галоп, Подскок, Перескок. Соскок. Вскок	20	5	15	Практич. Задание
4,3	Хореография сегодня	15	5	10	Практич. Задание
<b>6</b>	<b>Постановочная и индивидуальная работа.</b>	<b>6</b>	<b>-</b>	<b>6</b>	Практич. Задание
<b>7</b>	<b>Концертная деятельность</b>	<b>23</b>	<b>3</b>	<b>20</b>	Практич. Задание
	<b>Всего</b>	<b>216</b>	<b>51</b>	<b>165</b>	

**Содержание учебного плана  
4 год обучения, 216 часов в год****1. Вводное занятие (6 час.).**

Теория. Обсуждение планов на новый учебный год.

Практика. Изучение Техники безопасности на занятиях

## **2. Танец (72 час.).**

### 2.1. постановка корпуса;

Теория. Лекции и беседы о постановке корпуса. Повторение правил постановки корпуса.

Практика. Практические упражнения по постановке корпуса, упражнения по развитию координации,

### 2.2. Прыжки, повороты, вращения

Теория. Объяснение и примеры техники исполнения: прыжки: *temps sauté* по 1, 2, 3 позиции; *changemen de pied*; *pas assamble glissade*. Повороты, вращения: *tur chohes*.

Практика. Практические упражнения по разучиванию техники исполнения прыжки: *temps sauté* по 1, 2, 3 позиции; *changemen de pied*; *pas assamble glissade*. Повороты, вращения: *tur chohes*.

### 2.3. Комбинации

Теория. Объяснение и примеры техники исполнения *sundari* крест, *sundari* круг, *sundari* квадрат. Координация в более сложных ритмах 5/4, 7/8, 9/8 (сочетание движений двух и более центров, сочетание различных ритмических рисунков и размеров).

Практика. Практические упражнения по разучиванию техники исполнения *sundari* крест, *sundari* круг, *sundari* квадрат. Координация в более сложных ритмах 5/4, 7/8, 9/8 (сочетание движений двух и более центров, различных ритмических рисунков и размеров).

### 2.4. Актерское мастерство в танце

Теория. Обсуждение «Актерское мастерство в танце». В чем оно проявляется. Практика. Выполнение творческих заданий «Художник», «Бабочка». Игра «Мяч-информатор». Невербальных выражений. Создаем характеры. Мимика лица.

## **3. Классический танец (54 час.).**

### 3.1. Экзерсис

Теория. Лекция, о правилах занятия. Обсуждение и запоминание правил

Практика *grand plie end relieve* на пальцы во всех позициях, *Battement tendu*, *Battement tendu jete*, *Rond de jamb par Terre*, *Relieve lent* крестом на 90 градусов, *Battement frappe* (поза на стопе), *Battement developed* крестом на 90 градусо, *Battement fondue* на 25 градусов. На всей стопе и на полупальцах.

### 3.2. Экзерсис на середине зала

Теория. Лекция, о правилах занятия на середине. Обсуждение и запоминание правил

Практика. Маленькое *adagio* ( *Port de bras* в различных комбинациях и позах);, *Battement tendu et tentu jete* с поворотом корпуса на 45, 90 градусов;

### 3.3. Поклон и его разновидности

Теория. Объяснение и примеры техники исполнения поклонов (сценический, учебный)

Практика. Практические упражнения по разучиванию техники исполнения поклонов.

### 3.4. Позиции и положения рук

Теория. Объяснение и примеры *позиции и положения рук* (Подготовительное положение,1,2,3, положение кисти в различных позах)

Практика Практические упражнения: Подготовительное положение,1,2,3, положение кисти в различных позах.

### 3.5. Позиции ног

Теория. Объяснение и примеры: позиций: 1,2,3,4,5

Практика практические задания.

## **4. Народный танец (55 час.).**

### 4.1. Национальные танцы и образы

Теория. Обсуждение национальных танцев и образов.

Практика. Этюды на тему национальных танцев и образов. Народные игры с элементами танца.

4.2. Елочка. Гармошка, Одинарный притоп, Русский галоп, Подскок, Перескок. Соскок. Вскок

Теория Объяснение и примеры техники исполнения: Елочка. Гармошка, Одинарный притоп, Русский галоп, Подскок, Перескок. Соскок. Вскок

Практика. Практические упражнения по разучиванию техники исполнения: Елочка. Гармошка, Одинарный притоп, Русский галоп, Подскок, Перескок. Соскок. Вскок

4.3. Хореография сегодня

Теория: Основные элементы танца джаз-модерн («изоляция», параллель и оппозиция).

Практика: Исполнение основные элементов танца джаз-модерн («изоляция», параллель и оппозиция) на середине зала.

### **5. Постановочная и индивидуальная работа (6 час.).**

Практика Разучивание танцевально-ритмических комбинаций и танцевальных этюдов на основе пройденных движений

### **6. Концертная деятельность (23 час.).**

Теория. Изучение организационных моментов при участии в концертах и конкурсных программах. Культура поведения.

Практика Подготовка к концертам и конкурсным программам Центра и города. Участие в творческих конкурсах и фестивалях.

## **2.4. Планируемые результаты.**

### **Учащиеся, освоившие программу 1-го года обучения**

#### Должны знать:

- что такое танец;
- основные танцевальные элементы;
- технику безопасности во время танца;
- знать о двигательных функциях тела;
- знать понятие «ритм»;
- знать понятия «вступление», «начало», «конец» хореографического предложения.

#### Должны уметь:

- ориентироваться в танцевальном зале;
- Правильно держать осанку;
- Показать простейшие танцевальные элементы;
- иметь простые навыки двигательной координации и памяти;
- иметь навыки исполнения простых комбинаций.

#### Должны обладать:

- знаниями по развитию музыкальных способностей (слух, ритм, память, музыкальность);
- навыками развития эмоциональности, памяти, мышления, воображения и творческой активности;

### **Учащиеся, освоившие программу 2-го года обучения**

#### Должны знать:

- историю танца;
- знать простые музыкальные размеры 2\4,3\4,4\4 и владеть римическим рисунком исполнения движений;
- знать о сценической культуре;



Должны уметь:

- держать осанку;
- овладеть основными элементами народного танца;
- овладеть основными элементами классического танца;
- уметь ориентироваться на сценической площадке;
- уметь комбинировать несложные движений.

Должны обладать:

- знаниями по развитию музыкальных способностей (слух, ритм, память, музыкальность);
- навыками воспитания художественного вкуса, культуры общения, дисциплины, самостоятельности, потребности вести здоровый образ жизни;
- опытом творческой деятельности и сценических выступлений.

**Учащиеся, освоившие программу 3-го года обучения**

Должны знать:

- основные законы танцевальной драматургии;
- о костюмах, быте и традициях других народов;
- о русской танцевальной культуре.

Должны уметь:

- придумать бессюжетный танец;
- импровизировать;
- уметь самостоятельно создавать образ.

Должны обладать:

- приемами стимулирования развития эмоциональности, памяти, мышления, воображения и творческой активности;
- опытом творческой деятельности и сценических выступлений.

**Учащиеся, освоившие программу 4-го года обучения**

Должны знать:

- разные позиции рук и ног;
- основы современной хореографии;
- основы актерского мастерства в танце.

Должны уметь:

- импровизировать;
- правильно выполнять поклоны;
- правильно выполнять прыжки;
- держать корпус в заданной позе;
- Исполнять небольшие роли в концертной программе.

Должны обладать:

- приемами стимулирования развития эмоциональности, памяти, мышления, воображения и творческой активности;
- опытом творческой деятельности и сценических выступлений;
- основными практическими приемами и укрепление здоровья и физического развития.

## **2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ**

### **2.1. Календарный учебный график.**

Календарный учебный график составляется педагогом на основании реализуемой общеобразовательной программы до начала учебного года или начала реализации

программы. Календарный учебный график разрабатывается педагогом для каждой группы в форме таблицы, представленной ниже.

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятий	Кол-во часов	Тема занятий	Место проведения	Форма контроля

## 2.2. Условия реализации программы.

Для проведения занятий имеются помещения, укомплектованные специализированной учебной мебелью, соответствующие санитарно-гигиеническим требованиям.

### Материально-техническое обеспечение программы:

1. Методическая литература;
2. Музыкальный центр;
3. Диски с музыкальным и игровым материалом;
4. Атрибуты для танцев;
5. Атрибуты для проведения игр, игровых программ;
6. Коврики.

### Кадровое обеспечение

Для реализации общеобразовательной программы необходим педагог, владеющий знаниями трудовых функций согласно Профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», обладающий опытом педагогической работы и владеющий знаниями по направленности данной программы.

Педагогу, реализующему программу, необходимо владеть знаниями теории и практики хореографической режиссуры; истории хореографического искусства, музыки и костюма; владеть методикой преподавания различных жанров хореографии; обладать знаниями в области педагогики, психологии, физиологии и анатомии; иметь творческие, коммуникативные и организаторские способности.

### Информационное обеспечение

Для информационного обеспечения реализации общеобразовательной программы возможно использовать различные электронные ресурсы, например:

1. Методические основы обучения классического танца. Режим доступа; [http://elibrary.sgu.ru/uch\\_lit/1363.pdf](http://elibrary.sgu.ru/uch_lit/1363.pdf)
2. Методическое пособие по классическому танцу для педагогов-хореографов младших и средних классов. Режим доступа: [https://nmdshi.uln.muzkult.ru/media/2018/09/17/1217333863/Pribylov\\_G.\\_Metodicheskoe\\_posobie\\_po\\_klassicheskomu\\_tanczu.pdf](https://nmdshi.uln.muzkult.ru/media/2018/09/17/1217333863/Pribylov_G._Metodicheskoe_posobie_po_klassicheskomu_tanczu.pdf)
3. Электронная библиотека по народному, народно-сценическому, характерному танцу. Режим доступа: [https://vk.com/topic-188119039\\_46663191?ysclid=m1g76tbaxg23843716](https://vk.com/topic-188119039_46663191?ysclid=m1g76tbaxg23843716)
4. Книги по историко-бытовому танцу: теория, методические указания и музыкальное сопровождение. Режим доступа: [https://vk.com/wall-50850170\\_24807?ysclid=m1g79mpq2c590732768](https://vk.com/wall-50850170_24807?ysclid=m1g79mpq2c590732768)

### **2.3. Формы аттестации**

Порядок проведения аттестаций обучающихся МБОУДО ДЮЦКО «Галактика» города Калуги регламентируется локальным актом «Положение о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся», утвержденным приказом директора № 122/-09 от 15.08.2022.

### **Формы подведения итогов реализации программы**

Уровень освоения содержания программы проверяется во время устного опроса, бесед; открытых занятий, проведения игровых программ, контрольных занятий, выступлений в различных концертных программах, конкурсах, фестивалях. В конце каждого учебного года проводится отчетный концерт.

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по Программе проводятся: текущий контроль, промежуточный контроль, итоговый контроль.

**Данная общеобразовательная программа не предусматривает выдачу документа об обучении.**

### **2.4. Оценочные материалы.**

Для оценки качества достижений учащихся используются рекомендации Коноплевой Е.В., педагога дополнительного образования МУДО "Дом детства и юношества г. Черемхово", Черемхово. Режим доступа: <https://ped-kopilka.ru/blogs/elenyvasilevny-konoplevoi/sovremenaja-ocenka-kachestva-dostizhenii-uchaschihsja-v-uchrezhdenijah-dopolnitelnogo-obrazovaniya.html?ysclid=m1g7ui18ik546278626>

Также предлагается использовать тесты, например:

#### **Тест «История хореографии» по теме история мирового балета**

1. Как называлась муза танца в Древней Греции? (Эвтерпа, Мельпомена, Терпсихора)
2. В каком танце древних греков отбивали такт ногами, и иногда отбивали такт руками с помощью устричных раковин? (Священные, сценические, военные)
3. Какие танцы древних греков посвящались разным богам: Дионису, Афродите, Афине? (Общественно- бытовые, военные, священные)
4. Как назывался французский бытовой придворный танец-шестивие с мерным скользящим шагом? (Бранль, гальярда, бас-данс)

### **2.5. Методическое обеспечение.**

Методы обучения: словесные: рассказы, объяснения, беседы; наглядные: исполнительское мастерство педагога: практические: воспроизведение увиденного учащимися, под руководством педагога

В работе с коллективом используются следующие принципы:

- доступность – информация должна предоставляться максимально понятным языком,
- возрастной адекватности - учитывая физические формы ребенка и его возрастные особенности;
- наглядность - зрительная, звуковая и двигательная наглядность во время проведения занятий;

- гуманность — доброжелательное, социально одобряемое отношение к обучающимся.
- приоритетность - соблюдаются интересы и потребности обучающихся.

### **3. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

#### **Список литературы для педагога**

1. Андреев В.И. Педагогика творческого саморазвития. Инновационный курс. Книга 1. Казань, 1996.
1. Гиглаури В.Т. Программа по искусству движения для детей, занимающихся хореографией, танцем или другими видами и направлениями движенческого и пластического искусства, М. 1989.
2. Заболотская М.А. «Хореография». Издательство «Искусство», С.-Петербург, 1998.
3. Захаров Р..Сочинение танца. Страницы педагогического опыта. М. «Искусство», 1989 г.
4. Классический танец. Программа (проект) для хореографических отделений музыкальных школ искусств. М., 1987.
5. Лекции по спецдисциплинам преподавателей хореографии КГИИК, Горшкова В.Н., Цветковой Н.В., Сентябова С.Д., Синцова Е.Н. 1988-93 гг.
6. Методическая разработка к программе «Народно-сценический танец» для хореографических отделений ДМШ и школ искусств (3 класс, 2 год обучения), М., 1985.
7. Народно-сценический танец. Методическая разработка для хореографических отделений ДМШ и ДШИ (4 класс 3 год обучения). М. 1987.
8. Никитин В.Ю. Композиция урока и методика преподавания Модерн-Джаз Танца. – М.: Издательский дом «Один из лучших», 2006.
9. Пинаева Е.А. Ритмика и танец. Примерная программа для детских хореографических школ и хореографических отделений детских школ искусств (подготовительные классы). – Москва, 2006.
10. Приложение к журналу «Внешкольник». № 5 2001 г. Проектирование образовательных программ в учреждениях дополнительного образования детей.
11. Танец. Программа для культурно-просветительных училищ (Специальность «Хореографическая»). Вариант второй. М. 1977.
12. Шершнева В.Г. От ритмики к танцу. Развитие художественно-творческих способностей детей 4-7 лет средствами ритмики и хореографии. Программа для образовательных учреждений дополнительного образования детей Московской области. – М.: Издательский дом «Один из лучших», 2008.

#### **Список литературы для учащихся**

2. Гиглаури В.Т. Программа по искусству движения для детей, занимающихся хореографией, танцем или другими видами и направлениями движенческого и пластического искусства, М. 1989.

#### **Список литературы для родителей**

1. Андреев В.И. Педагогика творческого саморазвития. Инновационный курс. Книга 1. Казань, 1996.
2. Гиглаури В.Т. Программа по искусству движения для детей, занимающихся хореографией, танцем или другими видами и направлениями движенческого и пластического искусства, М. 1989.

3. Захаров Р..Сочинение танца. Страницы педагогического опыта. М. «Искусство», 1989.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 669156940959655819463310575184336563501118402884

Владелец Кононова Алла Юрьевна

Действителен с 22.01.2025 по 22.01.2026