

Комитет по образованию города Барнаула

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Центр развития творчества детей и молодёжи»  
Железнодорожного района г. Барнаула

Принята  
Педагогическим советом  
МБУ ДО «ЦРТДиМ»  
Железнодорожного района г. Барнаула  
05.09.2024 протокол № 2

Утверждаю  
Директор МБУ ДО «ЦРТДиМ»  
Т.В. Кирина

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
**ансамбля современного танца «АССОРТИ»**

художественной направленности

Возраст обучающихся: 5-17 лет

Срок реализации: 10 лет

Автор-составитель:  
Половинкина О.А.,  
педагог дополнительного  
образования

г. Барнаул, 2024

# **1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

## **1.1. Пояснительная записка**

Нормативные правовые основы разработки ДООП:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 272-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Национальный проект «Образование» (паспорт утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 № 16);
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» (приложение к протоколу заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 № 3);
- Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей» (паспорт утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 30 ноября 2016 г. № 11);
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298 н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ 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»;
- Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242;
- Устав муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр развития творчества детей и молодежи» Железнодорожного района г. Барнаула.
- Локальные акты МБУ ДО «ЦРТДиМ».

Танец – это музыкально-пластическое искусство. Как всякий вид искусства танец отражает окружающую жизнь в художественных образах.

Обучение детей танцу и развитие у них на этой основе творческих способностей требует от педагога не только знаний соответствующей методики, но и предлагает наличие у него правильного представления о танце, как художественной деятельности, виде искусства. В связи с тем, что сейчас остро стоит проблема гиподинамии, занятия хореографией позволяет восполнить дефицит движений, поэтому была создана программа по хореографии, которая восполняет дефицит движений, способствует развитию грации, осанки, красоты тела, что делает привлекательной данную программу. Сегодня обществу

нужны современно образованные, нравственные предприимчивые люди ,которые могут самостоятельно принимать ответственные решения в ситуации выбора, способные к сотрудничеству, отличаются мобильностью, динамизмом, обладают развитым чувством ответственности,. Мобильность, динамизм ,ответственность это именно те личностные качества, которые формируются у детей в результате систематических занятий хореографией

### ***Актуальность программы:***

Актуальность данной программы состоит в том, что она представляет собой синтез классической и современной хореографии, то есть широкий спектр хореографического образования. Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения, что делает возможным выстроить индивидуальный маршрут развития каждого обучающегося, который будет пронизывать самые разнообразные образовательные области. он позволяет полностью адаптировать содержание, методы и темпы учебной деятельности ребенка к его особенностям, при решении конкретных задач, следить за его продвижением от незнания к знанию ,следить за каждым его действием и операцией при решении конкретных задач.

### **Обучение включает в себя следующие основные предметы:**

Хореографическое искусство

### **Вид ДООП:**

Модифицированная программа – это программа, в основу которой положена примерная (типовая) программа либо программа, разработанная другим автором, но измененная с учетом особенностей образовательной организации, возраста и уровня подготовки детей, режима и временных параметров осуществления деятельности, нестандартности индивидуальных результатов.

### **Направленность ДООП:**

Художественная.

### **Адресат ДООП:**

Программа рассчитана на учащихся 5-17 лет.

### **Срок и объем освоения ДООП:**

10 лет - 2160 педагогических часов, из них:

- «Стартовый уровень» - 1-й год, 2-ой, 3-ий годы 216 педагогических часа
- «Базовый уровень» - 4-й, 5-й, 6-й, 7-й годы 216 педагогических часа
- «Продвинутый уровень» - 8-й, 9-й, 10-й годы 216 педагогических часа

### **Форма обучения:**

Очная.

### **Особенности организации образовательной деятельности:**

Разновозрастная группа.

## Режим занятий

| Предметы    | Стартовый уровень            | Базовый уровень              | Продвинутый уровень          |
|-------------|------------------------------|------------------------------|------------------------------|
| Хореография | 3 года обучения по 216 часов | 4 года обучения по 216 часов | 3 года обучения по 216 часов |

### 1.2 Цель, задачи, ожидаемый результат

**Цель:** Цель: Формирование и развитие индивидуальных возможностей и творческих способностей детей посредством хореографии, оказание помощи в профессиональной ориентации.

**Задачи:**

**Личностные:**

- потребности здорового образа жизни
- доминанты самосовершенствования, саморазвития личности
- человека самосовершенствующегося
- патриотизма;
- чувства энергетической наполненности, помогающей им преодолевать сложные жизненные ситуации

**Метапредметные:**

- сформировать способности адаптироваться в современном обществе;
- воспитать терпения, воли, усидчивости, трудолюбия;
- воспитать аккуратности.

**Образовательные (предметные):**• формирование

сфизических данных ребенка, улучшение координации движений;

- музыкально-ритмических навыков;
- внимания, памяти, пространственного мышления
- творческих и организационных способностей
- мотивации к познанию и достижениям,

обучение детей приемам самостоятельной и коллективной работы, самоконтроля и взаимоконтроля;

- обучение навыкам правильного и выразительного движения в области классической и современной хореографии;

### Ожидаемые результаты

| ЗУВ          | Стартовый уровень<br>(1 ступень обучения,<br>начальная)                                                                                                                        | Базовый уровень<br>(2 ступень обучения,<br>развивающая)                                                                                                                                        | Продвинутый уровень<br>(3 ступень обучения,<br>творческая)                                                                                                                                  |
|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Знать</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- правила поведения на занятии и ПДД;</li> <li>- позиции рук и ног;</li> <li>- программный материал подготовительного этапа;</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>выразительно исполнять хореографические композиции;</li> <li>- уметь различать позы, жесты;</li> <li>- выполнять актерские этюды, пантомимы;</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- воспринимать музыкальные образы, передавать их в движении,</li> <li>- согласовывать движения с характером музыки средствами музыкальной</li> </ul> |

|                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>- технично исполнять движения акробатики;</li> <li>- саморазвиваться, самообучаться;</li> <li>- применять доступный хореографический материал.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                              | <p>выразительности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнять программу танцевального коллектива по учебным дисциплинам;</li> <li>- применять начальные ЗУН в области классической и современной хореографии</li> </ul>                               |
| <b>Уметь</b>   | <p>ориентироваться в пространстве;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- различать характер музыки, темп, размер, части, фразу;</li> <li>- выполнять движения согласно характеру музыки;</li> <li>- держать осанку, апломб, подбородок, правильно держать руки;</li> <li>- выполнять пластические, гимнастические и образные этюды</li> </ul> | <p>терминологию классического, джаз-модерн танцев.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- теоретический программный материал;</li> <li>- правила культуры общения и поведения;</li> <li>- хореографические комбинации;</li> <li>- элементы актерской техники;</li> <li>- точно и технично выполнять упражнения по классическому, джаз и современному танцу</li> <li>- историю хореографии, выдающихся педагогов, танцовщиков</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- программный материал по классическому, современному танцам</li> <li>- танцевальный репертуар</li> </ul>                                                                                                                   |
| <b>Владеть</b> | <p>доводить начатое дело до конца;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выразительного движения, образного мышления;</li> <li>- здорового образа жизни</li> </ul>                                                                                                                                                                            | <p>творческой активности, здорового образа жизни;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- культуры поведения и общения;</li> <li>- самостоятельной постановки композиций</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>- эстетически переживать музыку в движениях;</li> <li>- импровизации;</li> <li>- составления собственных танцевальных композиций;</li> <li>- адаптации в современном обществе;</li> <li>- здорового образа жизни</li> </ul> |

К концу обучения формируется творческая, дружелюбная личность с активной жизненной позицией, с приоритетами здорового образа жизни, проявляющая уважение к культуре и традициям своей страны и других народов, с развитой мотивацией к познанию и творчеству. Представив хореографию во всем ее многообразии, дав возможность ребенку попробовать себя в различных направлениях, мы тем самым открываем более широкие перспективы для самоопределения, самообразование, самовоспитание, самоутверждение, и самореализации.

Создание у учащихся доминантной установки-мотивации на самовоспитание, формирование в коллективе культа самосовершенствования поможет прийти к мотивации учению без внешнего принуждения.

В процессе реализации программы дети научатся взаимодействовать, сотрудничать друг с другом и взрослыми в процессе решения творческих задач, принимать решения и отвечать за собственные действия и поступки. Терпимо относиться к чужому мнению и отстаивать свое. У них разовьются память, внимание, творческое мышление, художественно-эстетический вкус, расширится кругозор в области хореографического искусства. Полученные знания помогут учащимся организовать свой досуг, реализоваться в творчестве посредством хореографии.

#### 1.4. Содержание программы.

**Стартовый 4 - 6 лет . 3 года обучения по 216 часов**

##### Учебный план

| № п/п | разделы                               | всего | теория | практика | Формы контроля   |
|-------|---------------------------------------|-------|--------|----------|------------------|
| 1.    | Введение в программу                  |       | 2      |          |                  |
| 2     | Партерная гимнастика                  |       | 22     |          |                  |
| 3     | Азбука хореографии                    |       | 68     |          |                  |
| 4.    | Танцевально – ритмическая гимнастика. |       | 68     |          | Открытый урок    |
| 5.    | Постановочная работа                  |       | 56     |          | Отчетный концерт |
|       |                                       | 216   |        |          |                  |

##### Содержание учебно-тематического плана

###### 1. введение в программу.

Изучаются правила охраны труда, правила противопожарной безопасности, правила дорожного движения. Рассказывается о традиции посвящения в коллектив танца. Знакомство ребят с историей хореографии. Ознакомление с планом работы..

###### 2. Танцевально-ритмическая гимнастика.

- Постановка корпуса, апломб.

*Экзерсис на середине:*

- танцевальные шаги (с носка, с высоким подниманием колена, приставные шаги);
- упражнения для рук (поднимание, опускание, сгибание в локтевом суставе, кисти);
- упражнения для головы и шеи (наклоны-вперед, назад, к плечам, повороты);
- упражнения на координацию движений;
- упражнения на ориентацию в пространстве;
- прыжки;

*Партерная гимнастика:*

- упражнения для голеностопа
- упражнения для силы ног
- упражнения для стоп
- упражнения на растяжение мышц ног
- упражнения для позвоночника
- упражнения для мышц спины
- стойка на лопатках

###### 4. Азбука хореографии.

*Экзерсис на середине:*

- постановка корпуса, апломб.
- изучение позиций ног: 1,2;
- изучение позиций рук: постановка рук (надуваем шары), 1,2,3;
- plie (по 1 и 2 позиции ног)
- battment tandu в сторону по 1 п.н.
- releve по 6 п.н.(подъем на полупальцы)

*Kross (упражнения по диагонали)*

- танцевальный шаг
- танцевальный бег
- боковой галоп
- махи вперед, в стороны
- «ножницы»
- «колесо»
- подскоки

#### **5. Постановочная работа.**

Изучение танцевальных этюдов, учить держать круг, работать в парах.

#### **6. Концертная деятельность.**

Выступление на открытых уроках, отчетном концерте.

#### **7. Индивидуальный модуль.**

Оказание помощи в овладении навыками отстающим воспитанникам.

### **БАЗОВЫЙ УРОВЕНЬ. 7-12 лет .4 года обучения**

#### **Учебный план 2 подгруппы по 216**

| № п/п | разделы                                                   | всего | теория | практика | Формы контроля   |
|-------|-----------------------------------------------------------|-------|--------|----------|------------------|
| 1.    | Введение в программу                                      |       | 2      |          |                  |
| 2     | Партерная гимнастика                                      |       | 30     |          |                  |
| 3.    | Классический танец                                        |       | 28     |          | Открытый урок    |
| 4     | Джаз - танец                                              |       | 26     |          | Отчетный концерт |
| 5.    | Современная хореография: хип-хоп, вакинг, вог, фанки-джаз |       | 96     |          | Открытый урок    |
| 8.    | Постановочная работа                                      |       | 34     |          | концерт          |
|       |                                                           | 216   |        |          |                  |

#### **Содержание учебно-тематического плана**

##### **1. вводное занятие:**

Повторение правил охраны труда, правил противопожарной безопасности, ПДД.  
Ознакомление с планом работы, решение организационных вопросов.

##### **2. Классический танец:**

*экзерсис на середине:*

- постановка корпуса, апломб.
- изучение позиций ног: 1,2,3,4, и 5 в конце года;
- изучение позиций рук: подготовительное положение, 1,2,3 позиции;
- изучение понятия «поза»; Приступать к их изучению следует после усвоения постановки корпуса, ног, рук и элементарных движений экзерсиса.

К основным позам классического танца относятся следующие: *cruasee*, *efface*, *ecarte* вперед и назад, с руками (большие и маленькие позы), *arabesques*. В основных позах работающая нога вытянута носком в пол. Чтобы правильно усвоить характер позы, сначала она изучается на середине зала, затем у палки. Сложные по построению позы *efacee* и *ecarte* предварительно изучают из исходного положения *Epaulement efface*.

Все позы изучаются в медленном, плавном темпе на четыре такта 4/4, два такта 4/4, один такт 4/4.

Позы выполняют не менее 2-4 раз с каждой ноги.

*Экзерсис у палки:*

В начале года лицом к палке, в конце – боком.

1. *battement tendu* в сторону, 1 п.н.
  2. *battement tendu* вперед, назад, 1 п.н.
  3. *Preparation*.
  4. *Demi-plie* 1,2,3,5, в конце года по 4 п.н.
  5. *demi – rond de jambe par terre*.
  6. *Passe par terre*.
  7. *battement tendu* из 5 п.н. в сторону, вперед, назад.
  8. положение ноги на *cou-de-pied*.
  9. *battement tendu jete* из 1 и 5 позиции
    - в сторону
    - вперед
    - назад.
  10. *battement frappe* вперед на 45 на один такт 2/4  
*battement frappe* назад на 1/4 такта.
  11. *Releve* подъем на полупальцы.
  12. *Petit battement* на *cou-de-pied*.
  13. *Grand plie*.
  14. *battement fondu* – в сторону, вперед, назад на 45.
  15. *battement releve lend* на 45 – в сторону, вперед, назад.
  16. *Grand battement jete* в сторону, вперед, назад.
  17. *Port de bras* – упражнение для рук, корпуса, головы; наклоны корпуса, головы.
- Движение подготавливает корпус, ноги, руки к различным поворотам на обеих ногах, к турам на одной ноге, развивает координацию.
- *battement tendu*, *battement tendu jete* с добавлением *por le pied* (*double battement tendu*).
  - *Petit battement* на *cou-de-pied*.
  - *Rond de jamb par terre* в соединение с *grand rondom* на 90.
  - *Rond de jamb an leir* – на всей стопе.
  - *Battement tendu* на 45.
  - *Battement frappe*.
  - *Battement developpe passe* на 90, то есть переход из одного направления в другое направление, из одной позы, является связующим движением в упражнениях с положением работающей ноги на 90.
  - *Grand Battement jete* с добавлением основных поз классического танца *escortee*, *croise*, *effosce*.
  - *Allegro*- прыжки.

Самая сложная часть классического танца. Высота зависит от мускулатуры ног эластичности и крепости связок, ступни и коленей, развитого ахилового сухожилия, крепости пальцев ног и особенно от силы бедра.

Главное в прыжке уметь в момент отталкивания от пола сохранить одновременность работы двух ног, подтянуть корпус, помочь руками и ощутить собранность всего тела (особенно спины) и в момент толчка и в момент прыжка.

Начинаем изучать с маленьких прыжков у палки.

- Temps leve soute (1,2,4).
- Changement de pied.
- Pas echappe.
- Pas assamble.
- Pas jete.

Arabesques – узорчатый орнамент, возникший в подражании арабскому стилю. В классическом танце существует 4 арабески. Вначале изучают только три. Работающая нога пока не поднимается от пола, поэтому изучаемые Arabesques представляют собой всего лишь схему движения.

Temps lie par terre – это серия слитных взаимосвязанных движений, развивающих координацию движений рук, ног, головы и корпуса. Слитность перехода из одной позы в другую. Характер движения – плавный. Музыкальный размер: 4/4, 3/4

### **3. Джаз - танец:**

Позиции ног: пять открытых, пять прямых, пять свободных.

Позиции рук: 7 позиций.

Положение ног и рук, корпуса, головы, кисти.

*Экзерсис у палки:*

1. приседания
  - полуприседания медленные
  - с наклоном корпуса
  - с подъемом на полупальцы и наклоном корпуса.
  - быстрые полуприседания.
  - полуприседания с поворотом коленей.
2. упражнения на развитие стопы.
  - подготовительные упражнения.
  - перевод ноги с носка на пятку и обратно.
  - с полуприседанием на опорной ноге.
3. маленькие броски.
  - подготовительные упражнения.
  - маленькие броски основной вид.
4. круговые движения ногой п полу.
  - по полу носком.
  - по полу пяткой.
  - восьмерка.
6. низкие и высокие развороты ноги.
  - подготовительные упражнения.
  - низкие развороты ноги, медленные.
  - высокие развороты ноги, медленные.
  - по 1 позиции.
- каблуком.
- каблуком и пальцами.
8. упражнения с ненапряженной стопой.
  - «от себя» и «к себе».
9. раскрывание ноги на 90.
10. большие броски.

### **3. Современная хореография.**

Знакомство с движениями и комбинациями на основе новых стилей и направлений. Составление этюдов, изучаются пантомимные движения, игровые этюды. Знакомство с импровизацией.

*Особенность* - достаточная свобода педагога в выборе лексического материала, основывающаяся на строгих рамках урока.

- Изучение основных понятий: *поза коллапса, изоляция и полицентрия, полиритмия, мультипликация, координация, contraction, release, уровни;*

Позиции рук:

- Нейтральное, или подготовительное положение – аналогично подготовительному положению классического танца.

- Press-position

- 1, 2, 3; Jerk position

- Положения: jazz hand,

Позиции ног:

- 1,2,3,4,5

- Prance, это движение служит для развития подвижности стопы и состоит из быстрой смены положений;

- Kick (пинок)

- Flat back

- Deep body bend

- side stretch

- Twist или изгиб позвоночника; *curve, arch, twist topca, roll down, roll up.*

- Bodu roll

Кросс:

- Шаги примитива; flat step, camel walk, latin walk

- Шаги в мадерн-джаз манере

- Шаги в рок-манере

- Шаги в мюзикл-комеди-джаз манере

Прыжки:

Прыжки в уроке мадерн-джаз танца используются в сочетании с шагами и вращениями.

- с двух ног на две (jump)

- с одной ноги на другую с продвижением (leap)

- с одной ноги на ту же ногу (hop)

- с двух ног на одну.

Характерной особенностью является исполнение прыжка как с акцентом вверх, так и с акцентом вниз. Так же, как шаги, прыжки могут координироваться с другими центрами, торс может быть не вытянут вверх, как это требует классический танец, а быть наклонен или изогнут.

Вращения:

- Corscrew повороты – повороты, аналогичные *sotenu en tournan*. Зачастую при таком повороте происходит изменение уровня исполнения, т.е. поворот начинается из *demi plie* и заканчивается на полупальцах.

- Top chaine

- Повороты на одной ноге

- Повороты по кругу вокруг воображаемой оси

- Повороты на различных уровнях

- Лабильные вращения

Комбинации или импровизация:

- Комбинации в партере

- комбинации на основе движений заимствованных из модных стилей бытовой хореографии.

### **Партерная гимнастика**

*Акробатические упражнения:*

- упоры (присев, лежа, согнувшись);

- седы (на пятках, углом);
- группировка, перекаты в группировке;
- стойка на лопатках (согнув и выпрямив ноги);
- кувырок вперед (назад);
- «мост» из положения лежа на спине, из положения стоя, «шпагаты» и складки;
- танцевальные упражнения: соединения элементов акробатики с элементами хореографии;
- освоение техники правильного приземления;
- стойка на голове и руках
- различные соединения акробатических упражнений; «колесо» вправо (влево)
- рондад
- курбет: в равновесие, в шпагат, с пируэтом;
- сальто вперед, маховое сальто.

#### **5. постановочная работа:**

*Программный танец;*

#### **6. концертная деятельность.**

Участие в концертах, конкурсных программах, фестивалях.

#### **8. индивидуальный модуль.**

Оказание помощи, не усваивающим программный материала

## **ПРОДВИНУТЫЙ УРОВЕНЬ 13-17 лет. 3 года обучения**

### **Учебный план**

| № п/п | разделы                 | всего | теория | практика | Формы контроля   |
|-------|-------------------------|-------|--------|----------|------------------|
| 1.    | Введение в программу    |       | 2      |          |                  |
| 3.    | Классический танец      |       | 26     |          | Открытый урок    |
| 4     | Фантази-данс            |       | 32     |          | Отчетный концерт |
| 5.    | Современная хореография |       | 115    |          | концерт          |
| 7.    | Contemporary dance      |       | 18     |          |                  |
| 8.    | Постановочная работа    |       | 32     |          | концерты         |
|       |                         | 216   |        |          |                  |

### **Содержание программы**

#### **1. Вводное занятие.**

Повторение правил охраны труда, ПДД, правил поведения на занятии, противопожарной безопасности. Решение организационных вопросов.

#### **2. Классический танец.**

1. *Экзерсис у палки.* К изученному у станка добавляются туры на 360 градусов (en dehors, en dedans).

Упражнения в Epaulement. Attitude.

Arabesque на 90 по 1 и 2 позициям.

Pas de bourre.

Allegro.

Double assemble.

Sissonne fermee.

Pas glissade.

*Экзерсис на середине зала:*

Позы классического танца на 90 градусов. Основные большие позы классического танца исполняют подъемом ноги на 90 градусов.

Для правильного усвоения поз их изучают на середине зала, где их построение более точно, чем у палки.

Croisee на 90.

Ecortee на 90.

Attitude croise – efface.

Arabesques на 90.

Temps lie на 90. - туры на 360 градусов (en dehors, en dedans).

Упражнения в Epaulement. Attitude.

Arabesque на 90 по 1 и 2 позициям.

Pas de bourre.

Allegro.

Double assemble.

Sissonne fermee.

Pas glissade.

Позы классического танца на 90 градусов. Позы соединяем в комбинации odajio

Croisee на 90.

Ecortee на 90.

Attitude croise – efface.

Arabesques на 90.

Temps lie на 90.

Allegro.

Grand chagement de pieds.

Petit chagement de pieds.

Pas glissade.

Echappe.

Jete , Pas assemble , Double assemble .

- Saute, assemble, glissade, echappe, sione – с продвижением вперед

### **3. Современная хореография ( hip-hop, w, waking, danc holl.**

Продолжаем знакомство с движениями и комбинациями на основе новых стилей и направлений. Составление этюдов, изучаются пантомимные движения, игровые этюды. Знакомство с импровизацией.

#### **4. Contemporary танец:**

- закрепление основных понятий: *поза коллапса, изоляция и полицентрия, полиритмия, мультипликация, координация, contraction , release, уровни;*

- Prance, это движение служит для развития подвижности стопы и состоит из быстрой смены положений;

- Kick (пинок)

- Flat back

- Deep body bend

- side stretch

- Twist или изгиб позвоночника; *curve, arch, twist topca, roll down, roll up.*

- Bodu roll

Кросс:

- Шаги примитива; flat step, camel walk, latin walk

- Шаги в мадерн-джаз манере

- Шаги в рок-манере

- Шаги в мюзикл-комеди-джаз манере

Прыжки:

Прыжки в уроке модерн-джаз танца используются в сочетании с шагами и вращениями.

- с двух ног на две (jump)
- с одной ноги на другую с продвижением (leap)
- с одной ноги на ту же ногу (hop)
- с двух ног на одну.

Вращения:

- Corscrew повороты – повороты, аналогичные *sotenu en tournan*. Зачастую при таком повороте происходит изменение уровня исполнения, т.е. поворот начинается из *demi plie* и заканчивается на полупальцах.

- Top chaîne
- Повороты на одной ноге
- Повороты по кругу вокруг воображаемой оси
- Повороты на различных уровнях
- Лабильные вращения

Комбинации или импровизация:

- Комбинации в партере
- комбинации на основе движений заимствованных из модных стилей бытовой хореографии.
- с одной ноги на ту же ногу (hop)

#### **4. Постановочная работа. Программный танец.**

- Продолжаем знакомить воспитанников с законами драматургии.
- Связь замысла танца и музыки;
- ритмически-структурная связь;
- Органическое соединение музыки и хореографии.

*Программный танец:*

#### **5. концертная деятельность.**

Участие в концертах, конкурсных программах, фестивалях.

#### **7.индивидуальный модуль.**

Индивидуальная работа с группой, не успевающей усваивать программный материал.

#### **8. «Фантази-данс».**

- Выбор музыкального произведения и его прослушивание, подбор ассоциаций
- Работа с литературными и изобразительными художественными произведениями.
- Составление рисунка, схемы будущего танца.
- подбор лексики танца.

#### **9.индивидуальный модуль.**

Индивидуальная работа

## **2. Комплекс организационно – педагогических условий**

### **2.1 Сроки реализации ДООП**

|                                       |                                      |
|---------------------------------------|--------------------------------------|
| Количество учебных недель             | 36                                   |
| Количество учебных дней               | не менее 72 дней и не более 180 дней |
| Даты начала и окончания учебного года | 15 сентября – 31 мая                 |

## **2.2 Методическое и материальное обеспечение**

Просторный специализированный зал, соответствующий санитарно-гигиеническим нормам (температурный режим, световой режим и т.д.);

Музыкальное сопровождение;

Костюмы;

### **Информационное обеспечение**

интернет и печатные ресурсы

### **Кадровое обеспечение**

педагог дополнительного образования по хореографии

## **2.3. Формы аттестации**

**Формами аттестации являются:**

- Творческая работа
- Конкурс
- Фестиваль

## **2.4. Оценочные материалы**

| <b>Показатели качества реализации ДООП</b>                                  | <b>Методики</b>                                                  |
|-----------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|
| Уровень теоретической подготовки учащихся                                   | Опрос на освоение теоретического материала                       |
| Оценочные материалы (указать конкретно в соответствии с формами аттестации) | Творческая работа, •конкурсные материалы, концерта для родителей |

## **2.5. Методические материалы**

**Методы обучения:**

- Словесный
- Наглядный
- Объяснительно-иллюстративный

- Репродуктивный
- Частично-поисковый
- Игровой
- Дискуссионный

**Формы организации образовательной деятельности:**

- Индивидуальная
- Индивидуально-групповая
- Групповая
- Практическое занятие
- Открытое занятие
- Беседа
- Гостиная
- Презентация
- Мастер-класс

**Педагогические технологии:**

- Технология индивидуального обучения
- Технология группового обучения
- Технология коллективного взаимодействия
- Технология дифференцированного обучения
- Здоровьесберегающая технология

**Тип учебного занятия:**

- Изучения и первичного закрепления новых знаний.
- Закрепление знаний и способов деятельности.
- Комплексного применения знаний и способов деятельности.
- Обобщение и систематизация знаний и способов деятельности.
- Проверка, оценка, коррекция знаний и способов деятельности.

**Дидактические материалы:**

- Инструкции

- Технологические карты

### **Список литературы**

1. Барышникова Т.К. Азбука хореографии. – СПб., 1996.
2. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала. – М., 2004.
3. Гусев Г.П. Этюды. – М., 2004.
4. Звездочкин В.А. Классический танец. – Ростов н/Д., 2003.
5. Богданов Г. урок русского народного танца. – М., 1995.
6. Устинова Т. Беречь красоту русского народного танца. – М., 1959.
7. Ткаченко Т. Народный танец. – М., 1975.
8. Белкина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение. – М., 1984.
9. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать. – М., 2003.