

Управление образования Администрации города Нижний Тагил
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
ГИМНАЗИЯ № 86
Ассоциированная школа ЮНЕСКО

Принята на заседании
педагогического совета
МАОУ Гимназии № 86
Протокол № 9 от 28.05.2025 г.

Утверждаю:
Директор
МАОУ Гимназии № 86
_____ Делидова Е.С.
Приказ № 256-А от 14.08.2025г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Энергия ритма»

Возраст обучающихся: 7-17 лет
Срок реализации 1 год

Автор-составитель:
Рухлова У.Ю.
педагог дополнительного образования

г. Нижний Тагил
2025 г.

2.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность (профиль) общеразвивающей программы: художественная.

Актуальность общеразвивающей программы:

Актуальность данной программы состоит в том, современная действительность, компьютеризация, школа, где ребёнок большое количество времени проводит за партой, подталкивает родителей к решению таких задач в плане развития своего ребёнка, как физическая форма, развитие ритма, слуха, коммуникативных навыков, приобщение к прекрасному: к музыке и танцу. Данная образовательная программа обусловлена спросом родителей и обучающихся на подобного рода развивающие программы художественной направленности. Программа «Энергия ритма» ориентирована на активное приобщение детей к художественному творчеству и носит общеразвивающий характер. 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 художественной направленности.

Дополнительная общеразвивающая программа «Энергия ритма» разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

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 21.07.2020 № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации до 2030 года».

7. Указ Президента Российской Федерации от 19.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».

8. 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).

9. 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».

10. Постановление Правительства РФ от 11.10.2023 N 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

11. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 N 652Н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

12. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее - Порядок).

13. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

14. Приказ Министерства науки и высшего образования РФ и Министерства просвещения РФ от 5 августа 2020 г. № 882/391 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ».

15. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)).

16. Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 № АК-2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием серевых форм реализации образовательных программ».

17. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 30.12.2022 № АБ-3924/06 «О направлении методических рекомендаций (вместе с «Методическими рекомендациями «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации»).

18. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 07.05.2020 № ВБ-976/04 «Рекомендации по реализации внеурочной деятельности, программы воспитания и социализации и дополнительных общеобразовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий».

19. 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».

20. 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».

21. Устав МАОУ Гимназии № 86.

22. Приказ директора № 201-А от 03.09.2024г. «Об утверждении Положения о дополнительных общеобразовательных МАОУ Гимназии №86».

Региональные социально-экономические и социокультурные потребности и проблемы

Социокультурная ситуация в Свердловской области представляет собой сложную структуру общественных, материальных и духовных условий, в которых реализуется деятельность по воспитанию детей. Одной из особенностей Свердловской области является её многонациональность и многоконфессиональность, что определяет характер уральской толерантности, готовность и способность жить в мире и согласии.

Отличительной особенностью программы является 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.

Адресатом программы являются дети в возрасте 7-17 лет. Разновозрастное комплектование в группы обучающихся не мешает педагогу построить занятие соответственно их возрастным особенностям; выбрать методику проведения занятий.

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

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

Движение и музыка, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память, учат благородным манерам.

Воспитанник познает многообразие танца: классического, джаз-модерн, современного, эстрадного и др. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

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

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

Режим занятий:

Продолжительность одного академического часа - 40 мин.

Перерыв между учебными занятиями - 10 минут.

Общее количество часов в неделю (1 год обучения) - 1 час; (2 год обучения) - 2 часа, (3 год обучения) – 3 часа.

Занятия проводятся (1 год обучения) - 1 раз в неделю по 1 часу; (2 год обучения) – 1 раз в неделю по 2 часа, (3 год обучения) – 1 раз в неделю по 3 часа.

Объем программы (1 год обучения) – 34 часа; (2 год обучения) – 68 часов, (3 год обучения) – 102 часа.

Срок освоения программы – 3 года: 1 год обучения: 34 часа в год, 2 год обучения: 68 часов в год, 3 год обучения: 102 часа в год.

Особенности организации образовательного процесса.

Формы реализации: очная форма. Возможна реализация программы с применением дистанционных образовательных технологий.

Уровень: разноуровневая.

Виды занятий: теоретическая и практическая части.

Формы подведения итогов реализации дополнительной общеразвивающей программы: мониторинг и персональные выставки обучающихся.

2.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

Цель общеразвивающей программы: создание условий, способствующих развитию природных задатков, творческого потенциала, физического совершенствования, приобретения навыков успешности в реализации жизненных планов ребенка в процессе обучения искусству хореографии.

Задачи программы:

- Сформировать интерес к хореографическому искусству, раскрыв его многообразие и красоту;
- Привить учащимся умения слышать и слушать музыку и передавать ее

содержание в движении;

- Преподавать азбуку классического, джаз-модерн, эстрадного танцев;
- укрепить костно-мышечный аппарат воспитанников;
- совершенствовать выразительность исполнения, развивать силу, выносливость, координацию движений;
- формировать художественно-образное восприятие и мышление;
- воспитывать художественный вкус и эмоциональную отзывчивость.

2.3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В соответствии с поставленными целями и задачами образовательной программы «Энергия ритма» после освоения содержания программы ожидаются следующие результаты.

Год обучения	Направление	
	Классический танец	Джаз-модерн
I	Ребенок должен: 1. освоить понятия: выворотность, гибкость, устойчивость, растяжка; 2. знать и правильно выполнять: позиции рук и ног, постановку корпуса, основные шаги, экзерсис лицом к станку.	Ребенок должен: 1. освоить понятия: гибкость, устойчивость, изоляция, контракшн, релиз; 2. знать и правильно выполнять: основные позиции рук и ног, изолированную работу всех центров.
II	Ребенок должен: 1. освоить понятия: координация, характер исполнения, легкость прыжка; 2. знать и правильно выполнять: экзерсис у станка (держась одной рукой), прыжки.	Ребенок должен: 1. освоить понятия: координация, уровни, эластичность мышц; 2. уметь правильно выполнять: экзерсис на середине зала, упражнения для позвоночника, координация двух центров.
III	Правильное выполнение: экзерсиса у станка, экзерсиса на середине зала, основные прыжки и шаги в соответствии с программой..	Ребенок должен уметь правильно выполнять: координацию 3-х центров, кросс – передвижение в пространстве, акробатические элементы (мостик, свечка, шпагат, колесо)

После курса репетиционно-постановочных занятий учащиеся научатся работать в команде, освоят рисунки и основы композиции танца.

Ученики, прошедшие пятилетнюю программу обучения, занимаются по программе ансамбль.

Контроль знаний и умений учащихся проводится на итоговых занятиях два раза в год и на отчетном концерте в конце учебного года.

2.4. СОДЕРЖАНИЕ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

2.4.1. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п\п	Название модуля	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Модуль 1 «Первый год обучения»	34	8	26	Отчётный концерт
2.	Модуль 2 «Второй год обучения»	68	16	52	Отчётный концерт
3.	Модуль 3. «Третий год обучения»	102	24	78	Отчётный концерт
	Итого:	204	48	156	

2.4.2. УЧЕБНЫЙ (ТЕМАТИЧЕСКИЙ) ПЛАН

Содержание программы предусматривает комплекс занятий, распределенных по следующим модулям, рабочие программы которых представлены в приложениях программы (Приложения):

Пример:

- 1) Приложение № 1. Рабочая программа модуля «Первый год обучения»
- 2) Приложение № 2. Рабочая программа модуля «Второй год обучения»
- 3) Приложение № 2. Рабочая программа модуля «Третий год обучения»

3. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ, ВКЛЮЧАЯ ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

3.1. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК НА УЧЕБНЫЙ ГОД

Календарный учебный график на 2025-2026 учебный год

Начало учебного года - 01.09.2025

Окончание учебного года - 31.05.2026

Модуль	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1	1 сентября	31 мая	34	34	34	1 раз в неделю по 1 часу
2	1	31 мая	34	34	68	1 раз в

	сентября					неделю по 2 часа
2	1 сентября	31 мая	34	34	102	1 раз в неделю по 3 часа
Каникулы: 27 октября – 2 ноября, 31 декабря – 11 января, 21 марта – 29 марта, 1 июня – 31 августа						

3.2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-технические условия:

- Зал, оборудованный хореографическими станками и зеркалами.
- Оборудование:
 - Стеллаж
 - Стол компьютерный
 - Стул компьютерный
 - Вешалка для одежды 4 шт.
- Инструменты:
 - Колонки Ginzzi GM-415
 - Портативная колонка Aceline APS200
- Тренировочная форма: Девочки – гимнастический купальник, ласины, балетные туфли, джазовки. Мальчики – черные брюки, белая или черная майка, балетные туфли, джазовки.

Кадровые условия: Педагог дополнительного образования, имеющий высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю кружка, секции, студии, клубного и иного детского объединения без предъявления требований к стажу работы либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению "Образование и педагогика" без предъявления требований к стажу работы.

Методические материалы

Программа строится с учётом основных принципов, средств, форм и методик, позволяющих организовать образовательный процесс на основе общепедагогических и специальных знаний, умений и навыков:

- Групповые технологии
- Личностно – ориентированные технологии
- Культурно - воспитывающие технологии
- Здоровье сберегающие технологии (сохранение и укрепление здоровья обучающихся).

– Коллективно-творческая деятельность (КТД):

Принципы реализации Программы:

- принцип дидактики («построение» учебного процесса от простого к сложному);
- принцип актуальности (предлагает максимальную приближенность содержания программы к реальным условиям деятельности детского объединения);
- принцип системности (подразумевает систематическое и регулярное проведение занятий);
- принцип творчества и успеха (индивидуальная и коллективная деятельность позволяет определить и развить индивидуальные особенности воспитанников);
- принцип сплочённости (сплочение учащихся в большой дружный коллектив единомышленников, способных активно и четко воспринимать учебный процесс, его приемы, способы и темпы обучения, умение выдавать продукт труда (танец) для зрителя).

ФОРМЫ ОБУЧЕНИЯ

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.

В программе использованы приоритетные формы занятий: интегрированные, интегрированные с элементами импровизации, индивидуальные.

Формы:

1. Коллективная – обучающиеся рассматриваются как целостный коллектив, имеющих своих лидеров (самостоятельная постановка хореографических композиций).
2. Групповая – осуществляется с группой обучающихся, состоящих из трех и более человек, которые в свою очередь имеют общие цели, и активно взаимодействуют между собой.
3. Парная – общение с двумя обучающимися, которые в свою очередь взаимодействуют (дуэтный танец).
4. Индивидуальная - оказание помощи обучающемуся по усвоению сложного материала. Подготовка к сольному номеру.

Методы:

1. Наглядный.
 - а) непосредственно показ педагогом движений под счет и под музыку;
 - б) опосредованный показ правильного исполнения или ошибок на конкретном ребенке;
 - в) использование графических материалов, различных приспособлений при объяснении;
 - г) дидактическая игра.

2. Словесный. Обращение к сознанию ребенка, добиваясь не автоматического, а осмысленного выполнения и исполнения.
3. Практический. В его основе лежит многократное повторение и отработка движений.
4. Видеометод. Просмотр видеоматериала о хореографическом искусстве, обучение на основе видеоматериала народной, классической и современной хореографии.
5. Метод стимулирования.
6. Метод рефлексии.

3.3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/КОНТРОЛЯ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

За период обучения в хореографическом коллективе учащиеся получают определенный объем знаний, умений и навыков, качество которых проверяется диагностикой три раза в год.

Для этой цели промежуточный контроль – участие в концертах, фестивалях, конкурсах и итоговый контроль.

Ежегодно танцевальным объединением проводится творческий отчет о работе педагога и детей, сделанной за весь учебный год. Отчет проводится в форме концерта для родителей.

Педагог подводит итог всей учебно-воспитательной работы, делает анализ творческих достижений детей.

Неотъемлемой частью отслеживания эффективности реализации Программы являются результаты психолого-педагогического мониторинга. Для проведения психолого-педагогического мониторинга используются следующие методики: «Методика определение индекса групповой сплоченности Ситора», «Методики исследования творческих способностей», «Методики исследования группы», «Методики исследования свойств и качеств личности»

Мероприятия и праздники, проводимые в коллективе, являются промежуточными этапами контроля за развитием каждого учащегося, раскрытием его творческих и духовных устремлений.

Творческие задания, вытекающие из содержания занятия, дают возможность текущего контроля.

Открытые занятия являются одной из форм итогового контроля.

Конечным результатом занятий за год, позволяющим контролировать развитие способностей каждого учащегося, является отчетный концерт.

При анализе уровня усвоения программного материала детьми рекомендуется использовать карты достижений учащихся, где усвоение программного материала и развитие других качеств ребенка определяются по трем уровням:

- максимальный – программный материал усвоен ребенком полностью, учащийся имеет высокие достижения (победитель международных, всероссийских, областных конкурсов, района и т.д.);

- средний – усвоение программы в полном объеме, при наличии несущественных ошибок; участвует в смотрах конкурсах и др. на уровне Дома детского творчества, города.

- минимальный – усвоение программы в неполном объеме, допускает существенные ошибки в теоретических и практических заданиях; участвует в конкурсах на уровне коллектива.

4. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Литература для педагога

Нормативные документы:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее - ФЗ).

2. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р).

3. «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года», утверждено Распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-Р.

4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее - Порядок).

5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2020 года № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. N 196».

6. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).

7. Устав МАУ ДО ГДДЮТ.

Литература, использованная при составлении программы:

1. Абызова, Л. И. История хореографического искусства: отечественный балет XX – начала XXI века: учебное пособие для студентов средних учебных заведений, обучающихся по специальности «Хореографическое искусство» (070302) / Лариса Абызова. – Санкт-Петербург: Композитор – Санкт-Петербург, 2012. – 302 с.

2. Болтнева, А. С. Развитие гибкости спины на уроках гимнастики в детской школе искусств / А. С. Болтнева // Молодежь в науке и культуре XXI века: материалы Международного научно-творческого форума, 31 октября–3

ноября 2016 г. – Челябинск: Челябинский гос. ин-т культуры, 2016. – С. 297-298.

3. Инновационные технологии обучения детей в коллективах бального танца: учебно-методическое пособие / С. В. Шанкина, Р. С. Журавлев, Ю. В. Шанкин, Е. Ю. Шанкина; М-во образования и науки Российской Федерации, Федеральное гос. бюджетное образовательное учреждение высш. проф. образования «Тамбовский гос. ун-т им. Г. Р. Державина». – Тамбов: Бизнес-Наука-Общество, 2014. – 89 с.

4. Карапыш, И. Г. Методы и приемы преподавания классического танца у детей младшего школьного возраста в ДШИ / И. Г. Карапыш // Культура – искусство – образование: XXXVII научно-практическая конференция профессорско-преподавательского состава вуза, Челябинск, 5 февраля 2016 г. / ФГБОУ ВО «Челябинский гос. ин-т культуры». – Челябинск: ЧГИК, 2016. – С. 206-208.

5. Картавых, Н. Школа танцев для детей. Вальс, самба, ча-ча-ча, хип-хоп / Картавых Н., Карпович О., Кобленц О. – Санкт-Петербург: Ленинградское изд-во, 2011. – 222 с.

6. Крысанков, Т. Г. Творческое развитие детей на уроках ритмики / Т. Г. Крысанков // Культура – искусство – образование: XXXVII научно-практическая конференция профессорско-преподавательского состава вуза, Челябинск, 5 февраля 2016 г. / ФГБОУ ВО «Челябинский гос. ин-т культуры». – Челябинск: ЧГИК, 2016. – С. 217-219.

7. Михайлова, Э. И. Аэробика в школе: учебно-методическое пособие / Э. И. Михайлова, Н. Г. Михайлов. – Москва: Советский спорт, 2014. – 121 с.

8. Михеева, Е. В. Экология движения [Электронный ресурс]: методическое пособие. – Москва: Издательство «ФЛИНТА», 2014. – 226 с.

9. Никольская, Е. В. Формирование готовности студентов педагогических вузов к музыкально-фольклорной работе с детьми дошкольного возраста: монография / Е. В. Никольская; М-во образования и науки Российской Федерации, Федеральное гос. бюджетное образовательное учреждение высш. проф. образования «Московский педагогический гос. ун-т». – Москва: МПГУ: Прометей, 2012. – 152 с.

10. Пузырева, И. А. Пластическое воспитание (танец в драматическом театре): учебное пособие / И. А. Пузырева; м-во культуры Российской Федерации, ФГБОУ ВПО «Кемеровский гос. ун-т культуры и искусств». – Кемерово: Изд-во КемГУКИ, 2012. – 81 с.

11. Русский танец / М-во культуры Российской Федерации, Гос. Российский Дом народного творчества; сост. А. Н. Беликова. – Москва: Гос. Российский Дом народного творчества, 2011. – 142 с.

12. Сабанцева, Т. В. Искусство танца и спорт: учебное пособие / Т. В. Сабанцева, В. В. Непомнящих; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение «Омский государственный ун-т им. Ф. М.

Достоевского». – Омск: Издательство Омского государственного университета, 2018. – 101 с.

13. Сироткина, И. Свободное движение и пластический танец в России [Электронный ресурс] / Ирина Сироткина. – Москва: Новое лит.обозрение, 2012. – 328 с.

Литература для обучающихся (родителей):

1. Богданов, Г. Ф. Детское хореографическое творчество. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2015. – 265 с.

2. Картавых, Н. Школа танцев для детей. Вальс, самба, ча-ча-ча, хип-хоп / Картавых Н., Карпович О., Кобленц О. – Санкт-Петербург: Ленинградское изд-во, 2011. – 222 с.

3. Модестов, В. С. Волшебный мир балета: / Валерий Модестов. – Москва: Белый город, сор. 2018. – 111 с.

4. Погорелов, В.П. Историко-бытовые бальные танцы (базовые танцы): самоучитель / В. П. Погорелов. – Москва: Век информации, 2012. – 150 с.

5. Русский танец / М-во культуры Российской Федерации, Гос. Российский Дом народного творчества; сост. А. Н. Беликова. – Москва: Гос. Российский Дом народного творчества, 2011. – 142 с.

6. Сироткина, И. Свободное движение и пластический танец в России [Электронный ресурс] / Ирина Сироткина. – Москва: Новое лит.обозрение, 2012. – 328 с.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА МОДУЛЯ

«ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ»

Учебный (тематический) план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контрол я
		Всего	Теория	Практи ка	
1	Организационное занятие	1	1	0	Выявление уровня усвоения детьми программного материала, соответствие прогнозируемым результатам образовательной программы
2	Основы джаз-модерн танца	4	1	3	
3	Основы классического танца	4	1	3	
4	Основы contemporary dance	4	1	3	
6	Репетиционно - постановочная работа	5	1	4	
7	Изучение позиций ног	5	1	4	
8	Изучение танцевальных шагов	5	1	4	
9	Игра (импровизация)	5	1	4	
10	Итоговое занятие	1	0	1	
Итого:		34	8	26	

СОДЕРЖАНИЕ МОДУЛЯ

Тема 1. Организационное занятие

Теория: Знакомство с техникой безопасности в хореографическом классе, на сцене. Форма одежды и гигиена на занятии. Инструктаж по технике безопасности.

Тема 2. Основы джаз-модерн танца

Теория: Вводное занятие; техника безопасности выполнения поворотов и наклонов головы.

Практика: Выполнение упражнений на укрепление мышц рук, кистей. Выполнение упражнения. Подтягивание мышц корпуса в положении стоя.

Тема 3. Основы классического танца

Теория: Вводное занятие; техника безопасности выполнения поворотов и наклонов головы.

Практика: Упражнения на укрепление мышц рук, кистей. Техника безопасности выполнения упражнений на укрепление мышц рук и кистей. Позиции рук I, II, III.

Тема 4. Основы стилизация-народного танца

Теория: Знакомство с позициями ног, рук, положениями головы и корпуса в манере народного танца.

Практика: Изучение танцевальных элементов, включающие от 2-х до 3-х элементов:

1. «Ковырялочка».
2. «Моталочка».
3. «Притопы».
4. «Положения рук»
5. «Веревочка»
6. «Гармошка»
7. «Падебаск»

Тема 5. Основы contemporary dance

Теория: Знакомство с историей возникновения направления «Contemporary dance», техника безопасности при изучении направления «Contemporary dance»

Практика: Изучение танцевальных элементов направления «Contemporary dance»:

1. «Contractjon»
2. «Release»
3. «Swing»
4. «Plie»
5. «Battement tendu»
6. «Jete»

Тема 6. Репетиционно - постановочная работа

Теория: Разбор новых танцевальных этюдов, композиций, конкурсных и концертных номеров; техника безопасности выполнения поворотов и наклонов головы.

Практика: Постановка и отработка новых танцевальных этюдов, композиций, конкурсных и концертных номеров

Повторение и отработка ранее изученных этюдов, композиций, конкурсных и концертных номеров

Тема 7. Изучение позиций ног

Теория: Основные позиции ног. Позиции ног I, II, III, VI, V, VI. Техника безопасности выполнения поворотов и наклонов головы.

Практика: Освоение основных позиций ног I, П, Ш, VI, V, VI.

Тема 8. Изучение танцевальных шагов

Теория: Техника безопасности выполнения поворотов и наклонов головы.

Основные танцевальные шаги: шаг с носка, приставной шаг, галоп, подскоки, шаг польки, переменный шаг.

Практика: Освоение основных танцевальных шагов.

Шаг с носка.

Приставной шаг.

Галоп.

Подскоки.

Шаг польки.

Переменный шаг.

Тема 9. Игра (импровизация)

Теория: Техника безопасности выполнения поворотов и наклонов головы.

Навык импровизации посредством игры. Игра на развитие ритма. Игра на развитие фантазии. Игра на развитие внимания.

Практика: Освоение навыка импровизации посредством игры.

Игра на развитие ритма.

Игра на развитие фантазии.

Игра на развитие внимания.

Тема 10. Итоговое занятие

Теория: Техника безопасности в танцевальном зале, и на сцене.

Практика:

Показательное выступление хореографической студии.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА МОДУЛЯ

«ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ»

Учебный (тематический) план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/конт роля
		Всего	Теория	Практика	
1	Организационное занятие	2	2	0	Наблюдение, опрос, беседа
2	Основы джаз-модерн танца	8	2	6	Упражнения, участие в концертной работе, самооценка, взаимооценка
3	Основы классического танца	8	2	6	
4	Партерная гимнастика	10	2	8	
5	Репетиционно - постановочная работа	10	2	8	
6	Основы эстрадного танца	8	2	6	
7	Упражнения на развитие шага/растяжки	10	2	8	
8	Игра (импровизация)	10	2	8	Показательное выступление/Отк рытый урок
9	Итоговое занятие	2	0	2	
Итого:		68	16	52	

СОДЕРЖАНИЕ МОДУЛЯ

Тема 1. Организационное занятие

Теория: Задачи и план работы объединения. Знакомство с хореографией. Знакомство с техникой безопасности в хореографическом классе, на сцене. Форма одежды и гигиена на занятии.

Тема 2. Основы джаз-модерн танца

Теория: Вводное занятие; техника безопасности выполнения поворотов и наклонов головы.

Практика: Выполнение упражнений на укрепление мышц рук, кистей. Выполнение упражнения. Подтягивание мышц корпуса в положении стоя.

Тема 3. Основы классического танца

Теория: Формирование балетной осанки. Постановка корпуса, ног, рук и головы на простейших упражнениях классического тренажа. Развитие элементарных навыков координации движений. Понятие «опорной» ноги и «работающей».

Практика:

Стабилизация навыка

Экзерсис у станка (лицом к станку)

1. Постановка корпуса в 1-й позиции.
2. Позиции ног – 1-я, 2-я, 3-я.
3. Demi plie по (1-й, 2-й) позициям.

Тема 4. Партерная гимнастика

Теория: Физические упражнения: упражнения, укрепляющие мышцы спины; упражнения, развивающие подъем стопы; упражнения, развивающие гибкость позвоночника; упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса; упражнения, развивающие подвижность тазобедренного сустава; упражнения, развивающие выворотность ног; упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага.

Практика: Упражнения на укрепление и развитие мышц спины, развитие гибкости тела, укрепление мышц брюшного пресса.

Тема 5. Репетиционно - постановочная работа

Теория: Разбор новых танцевальных этюдов, композиций, конкурсных и концертных номеров; техника безопасности выполнения поворотов и наклонов головы.

Практика: Постановка и отработка новых танцевальных этюдов, композиций, конкурсных и концертных номеров

Повторение и отработка ранее изученных этюдов, композиций, конкурсных и концертных номеров

Тема 6. Основы эстрадного танца

Теория: Знакомство со структурой занятия. Подготовительные упражнения. Танцевальный блок

Практика:

Разучивание различных танцевальных элементов эстрадных танцев.

Разучивание танцевальных комбинаций.

Разучивание танцевальных этюдов.

Тема 7. Упражнения на развитие шага/растяжки

Теория: Освоение основных упражнений на развитие шага/растяжки.

Практика: Упражнение на улучшение эластичности, в том числе связок и сухожилий. Уменьшение риска получения травм. Повышение гибкости и координации.

Тема 8. Игра (импровизация)

Теория: Техника безопасности выполнения поворотов и наклонов головы.

Навык импровизации посредством игры. Игра на развитие ритма. Игра на развитие фантазии. Игра на развитие внимания.

Практика: Освоение навыка импровизации посредством игры.

Игра на развитие ритма.

Игра на развитие фантазии.

Игра на развитие внимания.

Тема 9. Итоговое занятие

Теория: *подведение итогов*

Практика:

Показательное выступление хореографической студии.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА МОДУЛЯ

«ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ»

Учебный (тематический) план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/кон троля
		Всего	Теория	Практика	
1	Организационное занятие	3	3	0	Наблюдение, опрос, беседа
2	Основы джаз-модерн танца	12	3	9	Упражнения, участие в концертной работе, самооценка, взаимооценка
3	Основы классического танца	12	3	9	
4	Партерная гимнастика	15	3	12	
5	Репетиционно - постановочная работа	15	3	12	
6	Основы эстрадного танца	12	3	9	
7	Основы изучения развития шпагата/растяжки	15	3	12	
8	Танцевально-образная импровизация	15	3	12	Показательное выступление/От крытый урок
9	Итоговое занятие	3	0	3	
Итого:		102	24	78	

СОДЕРЖАНИЕ МОДУЛЯ

Тема 1. Организационное занятие

Теория: Задачи и план работы объединения. Знакомство с хореографией. Знакомство с техникой безопасности в хореографическом классе, на сцене. Форма одежды и гигиена на занятии.

Тема 2. Основы джаз-модерн танца

Теория: Вводное занятие; техника безопасности выполнения поворотов

и наклонов головы.

Практика: Выполнение упражнений на укрепление мышц рук, кистей. Выполнение упражнения. Подтягивание мышц корпуса в положении стоя.

Тема 3. Основы классического танца

Теория: Формирование балетной осанки. Постановка корпуса, ног, рук и головы на простейших упражнениях классического тренажа. Развитие элементарных навыков координации движений. Понятие «опорной» ноги и «работающей».

Практика:

Стабилизация навыка

Экзерсис у станка (лицом к станку)

1. Постановка корпуса в 1-й позиции.
2. Позиции ног – 1-я, 2-я, 3-я.
3. Demi plie по (1-й, 2-й) позициям.

Тема 4. Партерная гимнастика

Теория: Техника безопасности выполнения упражнений. Основы партерной гимнастики, основные упражнения.

Практика: Вытягивание стоп.

Подтягивание мышц корпуса.

Растяжка паховой выворотности.

Растяжка основных групп мышц.

Упражнения на развитие гибкости.

Тема 5. Репетиционно - постановочная работа

Теория: Разбор новых танцевальных этюдов, композиций, конкурсных и концертных номеров; техника безопасности выполнения поворотов и наклонов головы.

Практика: Постановка и отработка новых танцевальных этюдов, композиций, конкурсных и концертных номеров

Повторение и отработка ранее изученных этюдов, композиций, конкурсных и концертных номеров

Тема 6. Основы эстрадного танца

Теория: Знакомство со структурой занятия. Подготовительные упражнения. Танцевальный блок

Практика:

Разучивание различных танцевальных элементов эстрадных танцев.

Разучивание танцевальных комбинаций.

Разучивание танцевальных этюдов.

Тема 7. Упражнения на развитие шага/растяжки

Теория: Освоение основных упражнений на развитие шага/растяжки.

Практика: Упражнение на улучшение эластичности, в том числе связок и сухожилий. Уменьшение риска получения травм. Повышение гибкости и координации.

Тема 8. Танцевально-образная импровизация

Теория: Комплекс выразительных средств для создания хореографического образа.

Практика:

1. «Сказочные образы.». Групповая работа на сочинение хореографической сказки.
2. Исполнение творческого задания по группам.
3. Сочинение образного этюда (с воображаемым предметом, виде какого-либо предмета).

Тема 9. Итоговое занятие

Практика:

Показательное выступление хореографической студии.