

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ  
АДМИНИСТРАЦИИ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТСКИЙ ЦЕНТР «АВТОГОРОДОК»  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР

Принята на заседании  
педагогического совета  
от 31.08.2018  
протокол № 1



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

**«СПОРТИВНЫЕ ТАНЦЫ»**

**«ОТ КЛАССИЧЕСКОГО К СОВРЕМЕННОМУ ТАНЦУ»**

Уровень программы: базовый

Срок реализации программы: 3 года (432 часа)

Возрастная категория: от 5 до 17 лет

Вид программы: модифицированная

Автор-составитель:  
Саламатина Мария Анатольевна,  
педагог дополнительного  
образования

г. Краснодар, 2018

## СОДЕРЖАНИЕ

Раздел I. Комплекс основных характеристик программы.....	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.1.1. Направленность программы.....	3
1.1.2. Актуальность и новизна программы.....	3
1.1.3. Педагогическая целесообразность.....	3
1.1.4. Отличительные особенности программы.....	4
1.1.5. Адресат программы.....	4
1.1.6. Уровень программы, объём и сроки реализации.....	5
1.1.7. Формы обучения.....	5
1.1.8. Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий.....	5
1.1.9. Особенности организации образовательного процесса.....	5
1.1.10. Цель и задачи программы.....	6
1.2. Содержание программы.....	7
1.2.1. Учебный план 1-го года обучения.....	7
1.2.2. Содержание учебного плана 1-го года обучения.....	8
1.2.3. Механизм отслеживания результатов реализации программы....	8
1.2.4. Планируемые результаты 1-го года обучения.....	9
1.2.5. Учебный план 2-го года обучения.....	10
1.2.6. Содержание учебного плана 2-го года обучения.....	10
1.2.7. Механизм отслеживания результатов реализации программы....	10
1.2.8. Планируемые результаты 2-го года обучения.....	11
1.2.9. Учебный план 3-го года обучения.....	11
1.2.10. Содержание учебного плана 3-го года обучения.....	12
1.2.11. Механизм отслеживания результатов реализации программы....	12
1.2.12. Планируемые результаты 3-го года обучения.....	14
Раздел II. Комплекс организационно-педагогических условий.....	15
2.1. Календарный учебный график 1-го года обучения.....	15
2.2. Календарный учебный график 2-го года обучения.....	20
2.3. Календарный учебный график 3-го года обучения.....	24
2.4. Условия реализации программы.....	29
2.4.1. Материально-техническое обеспечение.....	29
2.4.2. Информационное обеспечение.....	29
2.5. Формы контроля аттестации.....	32
2.6. Оценочные материалы.....	32
2.7. Методические материалы.....	33
2.8. Методические рекомендации по организации деятельности объединения «От классического к современному танцу.....	33
Список литературы.....	36

## **Раздел I. Комплекс основных характеристик программы**

### **1.1. Пояснительная записка**

Дополнительное образование изначально ориентировано на свободный выбор ребенком видов и форм деятельности, формирование его собственных представлений о мире, развитие способностей.

**1.1.1. Направленность программы:** художественно-эстетическая. (Программа «От классического к современному танцу» по содержательной, тематической направленности является художественно-эстетической; по функциональному назначению – культурно-досуговой).

### **1.1.2. Актуальность и новизна программы**

Актуальность программы обусловлена необходимостью создания условий для повышения двигательной активности и сохранения здоровья детей, а также в связи с тем, что в настоящее время в нашей стране особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям. Программа предусматривает расширение кругозора учащихся, формирование навыков коллективного общения, раскрытие индивидуальности, укрепление психического и физического здоровья, нацелена на получение общего эстетического, духовно-нравственного и физического развития личности ребенка.

Новизна программы заключается в том, что она направлена на развитие творческого воображения детей, способностей к импровизации и гармонической слитности движений с музыкой.

### **1.1.3. Педагогическая целесообразность**

Педагогическая целесообразность программы объясняется следующими основными принципами, на которых основывается программа, это – принцип взаимосвязи обучения и развития; принцип взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей, дает им возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности. Эстетическое воспитание помогает становлению основных качеств личности; активности, самостоятельности, трудолюбия, ответственности. Занятия способствуют формированию здорового образа жизни, укреплению здоровья детей.

Программные материалы нацелены на развитие разнообразных движений, укрепление мышц; понимание детьми связи красоты движений с правильным выполнением физических упражнений и др. Программа учитывает психофизиологические и возрастные особенности детей.

Содержание программы соответствует Федеральному Закону Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации», Конвенции о правах ребенка, Типовому положению об общеобразовательном учреждении.

Ключевой концепцией данной программы является осуществление

педагогической идеи формирования у детей умения учиться, развивать способности к самостоятельному творчеству и импровизации на основе применения знаний и навыков, полученных во время занятий.

#### **1.1.4. Отличительные особенности программы**

1. Данная программа является модифицированной. Она отличается от программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ тем, что в ней изменен учебно-тематический план и содержание в соответствии направленностью на общее эстетическое и духовно-нравственное развитие личности, пропаганду здорового образа жизни и культурного досуга детей, а также в соответствии с возрастными особенностями детей.

Учтена материально-техническая составляющая, необходимая для проведения занятий.

2. В отличие от других, данная программа имеет несколько отличительных особенностей:

- обучение по программе построено на основе классического танца и современного танца;

- программа направлена на развитие способностей к импровизации и сочинению танцевальных движений, комбинаций, используемых в танце, для чего в программу включены занятия по выработыванию пластики тела, основам обучения дыханию в хореографии, культуре сценического образа;

- педагог выступает не только в роли преподавателя, но и в роли организатора процесса обучения, лидера группы, помощника, создателя условий для инициативы учащихся;

- обучение направлено на эстетическое развитие личности ребенка, на то, чтобы приобщить детей к танцевальному творчеству, привить любовь к танцу, показать, что танец – это не только движение, но и:

  - танец – это возможность понять свои физические возможности, ритм, динамику своего «тела»;

  - танец – это выражение своего видения, мировоззрения, ощущения своего «Я» через движение;

  - танец – это основа создания сценического образа, отражающий настроение и характер.

3. Набор основных разделов программы не является строго обязательным: отдельные разделы могут быть исключены, могут вводиться новые разделы, возможны изменения последовательности их прохождения.

#### **1.1.5. Адресат программы**

Обучение по данной программе осуществляется с детьми в возрасте 7-10 лет, с любым видом и типом психофизиологических особенностей, с разным уровнем интеллектуального развития, имеющих разную социальную принадлежность, пол и национальность. Данная программа предназначена для занятий танцем с детьми школьного возраста, не имеющих ярко выраженных танцевальных способностей, но проявляющих живой интерес к искусству танца. Участником танцевального коллектива может стать любой

ребенок, пожелавший заниматься хореографией, подходящий по возрасту.

### **1.1.6. Уровень программы, объём и сроки реализации**

Уровень данной дополнительной образовательной общеразвивающей программы «От классического к современному танцу» – *базовый*.

Общий объём часов по программе 432 часа.

Сроки её реализации – 3 года:

1-й год обучения – 144 часа.

2-й год обучения – 144 часа.

3-й год обучения – 144 часа.

Долгосрочность освоения программы определяется:

- постепенным характером формирования физического аппарата ребенка (постепенность увеличения физической нагрузки) и в связи с этим постепенное усложнение образовательной программы (технической трудности);

- процессами психического развития ребенка;

- большим объемом материала;

- групповым характером освоения образовательной программы и предъявления образовательного результата.

В основу современного танца входят: стретчинг (растяжка), основы классики, эстрадный танец, модерн, джаз. По мере приобретения танцевальных навыков участниками танцевального коллектива, усложняются танцевальные композиции, уделяется больше внимания технике исполнения, а главное - эмоциональной выразительности.

### **1.1.7. Формы обучения**

По форме обучения программа – *очная*. Форма занятий – групповой урок (в группе до 15 человек).

### **1.1.8. Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий:**

Дети 5-6 лет – занятия проводятся 2 раз в неделю, продолжительностью 30 минут по 2 академических часа.

Дети 7-18 лет – занятия 2 раза в неделю, продолжительностью 45 минут по 2 академических часа.

### **1.1.9. Особенности организации образовательного процесса**

Образовательный процесс поводится в соответствии с календарным учебным графиком, в сформированных группах детей одного возраста. В программе учитываются возрастные особенности учащихся, изложение материала строится от простого к сложному.

Занятия проводятся в группах, количество обучающихся не более 15 человек. Состав группы – *постоянный*.

Виды занятий по программе определяются содержанием программы и

могут предусматривать следующие формы занятий: *информационные, репетиционные, постановочные*, творческие отчеты другие виды учебных занятий и учебных работ.

*Информационное занятие* предполагает лекции, презентации и беседы в форме диалога, в ходе которого ведущий руководит обменом мнениями, взглядами по какому-либо вопросу (проблеме). Лекция – сообщение преподавателя в виде монолога, либо заранее подготовленное сообщение учащегося по какому-либо вопросу (теме).

*Репетиционные занятия* – основная форма подготовки отдельных движений, композиций, номеров, сцен путем многократных повторений (целиком и частями).

*Постановочные занятия* – творческий процесс создания готового хореографического номера.

### **1.1.10. Цель и задачи программы**

**Цель:** эстетическое воспитание личности, расширение кругозора и собственных представлений о мире и его красоте, формирование элементов общей культуры личности (культуры поведения и общения, культуры танцевального движения, эрудиции в сфере танцевального искусства), поддержка общего уровня двигательной активности, формирование танцевальных навыков, развитие способностей.

#### **Задачи программы:**

##### Личностные:

- ✓ развитие у учащихся познавательной активности, любознательности, стремления к самостоятельному познанию и расширению кругозора, к формированию своего мировоззрения;
- ✓ повышение уровня психофизиологических качеств;
- ✓ развитие трудолюбия, дисциплины, аккуратности, ответственности.

##### Образовательные (предметные):

- ✓ пропаганда среди детей здорового образа жизни, культурного досуга;
- ✓ формирование интереса к танцевальному искусству, культурным ценностям;
- ✓ поддержка двигательной активности детей, совершенствование двигательного аппарата, формирование осанки;
- ✓ обучение основным элементам классического и современного танца (технические навыки);
- ✓ развитие художественных, музыкально-двигательных способностей (внимание, память, пластичность, координация, артистичность, творческое начало, раскрытие индивидуальности).
- ✓ формирование у учащихся этики и культуры поведения;
- ✓ формирование эстетических качеств, умения видеть красоту, существующую в мире, потребности самому участвовать в создании этой красоты.

### Метапредметные:

- ✓ формирование умения работать с информацией;
- ✓ формирование коммуникативных умений (способности работать в коллективе);
- ✓ развитие художественного мышления, творческой инициативы.

## 1.2. Содержание программы

Деятельность детского центра «Автогородок» сосредоточена не только на пропаганде безопасности дорожного движения для детей и подростков, но также и на пропаганде здорового образа жизни, культурного досуга, разностороннего физического, духовно-нравственного и эстетического развития подрастающего поколения.

Данная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «От классического к современному танцу» («В движении – к Гармонии») является базовой и даёт учащимся возможность активного практического погружения в процесс выработки пластики своего тела, изучения танцевальных навыков и применения их на практике. Программа предусматривает взаимосвязь эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует разностороннему развитию личности ребенка.

### 1.2.1. Учебно-тематический план 1-го года обучения

№	Наименование разделов, тем	Кол-во часов		Форма контроля
		Теор.	Практ.	
<b>I</b>	<b>Организационное занятие</b>	<b>2</b>		<b>Входная диагностика</b> В начале уч.года
<b>II</b>	<b>Основы современного танца (всего часов)</b>	<b>6</b>	<b>20</b>	
	1. Разминка	2	5	<b>Текущий контроль</b> В течение уч.года
	2. Кросс. Передвижение в пространстве,	2	7	
	3. Изоляция	2	8	
<b>III</b>	<b>Основы классического танца (всего часов)</b>	<b>6</b>	<b>40</b>	<b>Промежуточная аттестация.</b> В середине уч.года
	1. Разминка	2	10	
	2. Экзерсис у станка	1	10	
	3. Работа на середине зала	1	10	
	4. Партерный экзерсис	2	10	
<b>IV</b>	<b>Репетиционно - постановочная работа</b>	<b>10</b>	<b>60</b>	<b>Итоговая аттестация</b> В конце уч.года или курса обучения
		<b>24</b>	<b>120</b>	
<b>Итого: 144 часов</b>				

## 1.2.2. Содержание учебного плана 1-го года обучения

### I. Организационное занятие.

- 1.1 Форма для занятий в объединении «От классического к современному танцу»;
- 1.2 Правила поведения в Центре и на занятии;
- 1.3 Инструктаж по технике безопасности.
- 1.4 Вводное сообщение о направлениях и видах хореографии.

### II. Основы современного танца

#### 2.1 . Разминка:

- упражнения для рук: скрещение прямых рук перед собой и сбоку; руки сзади скрещены в замке (при этом наклон вперед); ноги «деми плие» по II позиции, руки от плеч поднимаются вверх-вниз.
- наклоны: в сторону (рука над головой); вперед (руки в положении «мельница»).
- упражнения для ног: вперед; по диагонали; в сторону на 90° (влево и вправо).

#### 2.2 Изоляция.

- голова: наклоны вперед, назад; наклоны вправо, влево; повороты вправо, влево.
- плечи: подъем одного, двух плеч вверх; движение плеч вперед, назад; твист плеч.
- грудная клетка: движение из сторон в сторону.
- таз (бедра): движение из стороны в сторону.
- руки: движения прямыми руками вверх-вниз; круговые движения «локомотор»; движения с согнутыми локтями.
- ноги: движения стопы (релевэ); позиция ног - I параллельная, I аут, II параллельная, II аут.

#### 2.3 Кросс. Передвижение в пространстве.

- шаги: шаг на месте; шаг в сторону с приставкой.
- прыжки: по I параллельной; из I-ой во II параллельную.

#### 2.4 Силовые упражнения, стретчинг(растяжка).

### III. Основы классического танца

3.1. Разминка. Основные шаги по кругу: бытовой и сценический шаг; переменный шаг; шаги на пяточках и носочках; подскоки.

3.2. Классический экзерсис у станка (лицом к станку): постановка корпуса (ноги в VI позиции); постановка ног I, II, III, V.; деми плие по I, II, III позициям ног; батман тандю по I и III позициям ног (в сторону); гранд плие по I, II, III позициям ног; релевэ по всем позициям ног; батман тандю жете по I позиции ног (в сторону).

3.3. Работа на середине зала: постановка корпуса по I и II позициям ног; постановка кисти и позиции рук - подготовительная, I, II, III; I пор де бра; сотэ по I позиции ног.

#### 3.4. Партерный экзерсис

- упражнения для стопы и голеностопного сустава: тянем носочки вперед в положении сидя; по очереди сгибаем и выпрямляем ноги



(положение сидя).

- упражнения для гибкости: «кошечка»; «свечка»; «коробочка»; «мостик».
- растяжки: «лягушка» в положении сидя и лежа; полушпагаты.
- Силовые упражнения: укрепление пресса.

### 1.2.3. Планируемые результаты 1-го года обучения

<b>Направление</b>	
<b>Классический танец</b>	<b>Современный танец</b>
<p>Ребенок должен:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. освоить понятия: выворотность, гибкость, устойчивость, растяжка;</li> <li>2. знать и правильно выполнять: позиции рук и ног, постановку корпуса, основные шаги, экзерсис лицом к станку.</li> </ol>	<p>Ребенок должен:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. освоить понятия: гибкость, устойчивость, изоляция, контракшн, релиз;</li> <li>2. знать и правильно выполнять: основные позиции рук и ног, изолированную работу всех</li> </ol>

### 1.2.4. Учебно-тематический план 2-го года обучения

№	Наименование разделов, тем	Кол-во часов		Форма контроля
		Теор.	Практ.	
<b>I</b>	<b>Организационное занятие</b>	<b>1</b>		<b>Входная диагностика</b> В начале уч.года
<b>II</b>	<b>Основы современного танца</b>	<b>9</b>	<b>40</b>	
	1. Разогрев	1	4	
	2. Изоляция	1	8	
	3. Упражнения для позвоночника	1	6	
	4. Кросс. Передвижение в пространстве, силовые упражнения, стретчинг	1	12	<b>Текущий контроль</b> В течение уч.года
<b>III</b>	<b>Основы классического танца</b>	<b>10</b>	<b>40</b>	<b>Промежуточная аттестация.</b> В середине уч.года
	1. Разминка	1	2	
	2. Классический экзерсис у станка	1	4	
	3. Основные элементы классического танца	1	3	
	4. Партерный экзерсис	1	10	<b>Итоговая аттестация</b> В конце уч.года или курса обучения
<b>IV</b>	<b>Репетиционно-постановочная работа</b>	<b>20</b>	<b>100</b>	
		<b>36</b>	<b>180</b>	
		<b>Итого: 216 часов</b>		

## 1.2.5. Содержание учебного плана 2-го года обучения

### I. Организационное занятие.

- 1.1 Правила поведения в учреждении и на занятии.
- 1.2 Повторение пройденного материала.
- 1.3 Инструктаж по технике безопасности.

### II. Основы современного танца

#### 2.1 Разогрев

- шаги «крестом» с рукой, с упражнением плечами;
- махи на 90° с наклоном по диагонали;
- упражнения руками с шагами через деми плие по II позиции и скрещением рук перед собой;
- повороты в сторону с упражнением для ног;
- наклоны вперед: в положении ног «выпад»; в VI позиции ног (руки сзади в замке); ноги в положении «полушпагат».
- упражнение ногами: вперед; по диагонали; в сторону.

#### 2.2 Изоляция:

- голова: крест; квадрат; полукруг; sundari вперед-назад-вправо-влево.
- плечи: вверх-вниз, вперед-назад; твист; круг, полукруги.
- грудная клетка: вперед-назад; вправо-влево; подъем вверх.
- талия: крест; квадрат; полукруги; круги.
- руки: каждая часть руки двигается отдельно (кисть, предплечье, пальцы);

локомотор; различные упражнения с вытянутыми руками и с согнутыми в локтях (круговые, прямые, отрывистые движения)

#### 2.3 Упражнения для позвоночника

- наклоны торса (во все стороны);
- твист торса.

#### 2.4 Кросс. Передвижение в пространстве.

- шаги: Flat step; Catch step.
- прыжки: с двух ног на две (jump); с одной на другую с продвижением (leap); с одной ноги на ту же ногу (hop); с двух ног на одну.
- вращения: на двух ногах; на одной ноге.

#### 2.5 Силовые упражнения, стретчинг.

### III. Основы классического экзерсиса

3.1 Разминка. Комбинация 2. Основные шаги по кругу: бытовой и сценический ходы; переменный шаг (на всей стопе и на носочках); ход польки; подскоки; галоп.

3.2 Классический экзерсис у станка (держась одной рукой за палку): деми плие по I, II, V позициям ног; гранд плие по I, II, V позициям ног; батман тандю по I и V позициям ног (по всем направлениям); батман тандю жете по I и V позициям ног (по всем направлениям); релевэ по всем позициям ног; пор де бра вперед, назад, в сторону по I, II, V позициям ног; гранд батман жете вперед, назад и в сторону по I

позиции ног.

### 3.3 Работа на середине зала

- деми плие по I и II позиции ног;
- I и II пор де бра;
- позы «краузе» и «эффазе» по V позиции ног;
- аллегро (прыжки): по I, II позиции ног; шажман де пье;

### 3.4 Партерный экзерсис

Комбинация 2.

- упражнения для стопы и голеностопного сустава: вытягивание носочков вперед и на себя; круговые движения стопы; раскрытие стопы в I позиции.
- упражнения для гибкости: «кошечка»; «свечка», «свечка» с переворотом назад; «мостик», «мостик» на одну руку.
- растяжки: «лягушка» в положении сидя и лежа; полушпагаты в положении сидя и на одной ноге; продольный и поперечные шпагаты.

## 1.2.6. Планируемые результаты 2-го года обучения

Направление	
Классический танец	Современный танец
<p>Ребенок должен:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. освоить понятия: координация, характер исполнения, легкость прыжка;</li> <li>2. знать и правильно выполнять: экзерсис у станка (держась одной рукой) прыжки</li> </ol>	<p>Ребенок должен:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. освоить понятия: координация, уровни, эластичность мышц;</li> <li>2. уметь правильно выполнять: экзерсис на середине зала, упражнения для позвоночника, координация двух центров</li> </ol>

## 1.2.7. Учебно-тематический план 3-го года обучения

№	Наименование разделов, тем	Кол-во часов		Форма контроля
		Теор.	Практ.	
<b>I</b>	<b>Организационное занятие</b>	<b>3</b>	<b>6</b>	<b>Входная диагностика</b> В начале уч.года
<b>II</b>	<b>Культура сценического облика (всего часов)</b>	<b>5</b>		
	1. Беседа «Гигиена в жизни и на сцене».	1		<b>Текущий контроль</b> В течение уч.года
	2. Сценический макияж.	2		
	3. Беседа о современных стилях и направлениях.	2		
<b>III</b>	<b>Основы современного танца (всего часов)</b>	<b>6</b>	<b>66</b>	<b>Промежуточная аттестация.</b> В середине уч.года
	1. Разогрев.	1	10	
	2. Изоляция.	1	8	
	3. Координация 3-х центров.	1	20	
	4. Упражнения для позвоночника.	1	10	

	5. Кросс. Передвижение в пространстве.	1	10	<b>Итоговая аттестация</b> В конце уч.года или курса обучения
	6. Уровни. Силовые упражнения. Стретчинг.	1	8	
<b>IV</b>	<b>Основы классического танца (всего часов)</b>	<b>10</b>	<b>40</b>	
	1. Разминка	3	6	
	2. Классический экзерсис у станка	2	14	
	3. Основные элементы классического танца	2	10	
	4. Партерный экзерсис	3	10	
<b>V</b>	<b>Репетиционно - постановочная работа</b>	<b>10</b>	<b>70</b>	
		<b>34</b>	<b>182</b>	
<b>Итого: 216 часов</b>				

### 1.2.8. Содержание учебного плана 3-го года обучения

#### I. Организационное занятие

- 1.1 Правила поведения в учреждении и на занятии.
- 1.2 Повторение пройденного материала.
- 1.3 Инструктаж по технике безопасности.

#### II. Культура сценического облика

- 2.1 Беседа «Гигиена в жизни и на сцене».
- 2.2 Сценический макияж.
- 2.3 Беседа о современных стилях и направлениях.

#### III. Основы современного танца

##### 3.1 Разогрев.

- упражнения для стопы: релевэ; перекат с одной ноги на другую.
- шаги: шаг с приставкой из I во II-ю параллельную позицию; шаг крестом.
- упражнения для рук: круговые; локомотор.
- упражнения для ног: подъем на 45<sup>0</sup> вперед; плие в II аут позиции; полушпагат с наклоном торса вперед.

##### 3.2 Изоляция:

- голова: крест; квадрат; круг, полукруг; sundari (крест, квадрат)
- плечи: крест; квадрат; круг; полукруг.
- грудная клетка: подъем вверх; квадрат; полукруги
- пелвис: крест; квадрат; полукруги; круг; hip lift.
- различные вариации основных позиций и положений (А-Б-В)  
положение jazz hand
- ноги: catch step; prance; kick.

##### 3.3 Координация 2-х центров

- свинговое раскачивание головой и пелвисом вперед-назад.
- то же оппозиционно: голова начинает движение назад, пелвис вперед;
- параллельные движения головой и пелвисом из стороны в сторону (то же оппозиционно);
- полукруги головой и пелвисом (то же оппозиционно);
- головой вперед-назад, плечи исполняют полукруг спереди - назад и сзади - вперед (то же оппозиционно);

- голова исполняет наклоны вправо, одновременно подъем вверх левого плеча, то же в другую сторону;
- голова исполняет крест, в параллель движение пелвисом (аналогично круг, квадрат);
- крест головой с одновременным трамплинным сгибанием и выпрямлением ног;

#### 3.4 Упражнение для позвоночника

- наклоны торса;
- «волны»;
- contraction;
- release.

#### 3.5 Кросс. Передвижение в пространстве

- шаги: flat step; catch step; шаг «ча-ча-ча».
- прыжки;
- вращения: на двух ногах; на одной ноге; шенэ;

#### 3.6 Уровни: стоя; на четвереньках; на коленях; сидя; лежа (на спине, на боку, на животе).

### **IV. Основы классического танца**

4.1 Разминка. Основные шаги по кругу: сценический шаг; переменный шаг; ход польки; галоп; подскоки.

4.2 Классический экзерсис у станка: композиция «деми плие - гранд плие» с I пор де бра руками по I, II, V позициям ног; композиция «батман тандю»: батман тандю с крестом, пассэ, тур на 180<sup>0</sup>; композиция «батман тандю жете»: жете крестом 2 раза, пассэ на 45<sup>0</sup>, тур на 180<sup>0</sup>, пике, жете крестом с левой ноги 2 раза, пассэ на 45<sup>0</sup>, тур на 180<sup>0</sup>, пике; композиция «адажио»: «пор де бра», «релевэ» на 90<sup>0</sup>, пируэт, с правой и левой ноги; композиция «гранд батман жете»: гранд батман крестом, гранд батман с тандю и с деми плие, и крест гранд батман; все с другой ноги; композиция «ронд же жамб партер»: андеор - 2 раза простой, 2 раза с деми плие; андедан - 2 раза простой, 2 раза с деми плие.

#### 4.3 Работа на середине зала.

- композиция «деми плие»: плие по I, II, V позициям ног в положении эпольман краузе, релевэ, батман тандю; все с другой ноги;
- «адажио»: пор де бра по V позиции (эпольман, эфассэ), II пор де бра, релевэ лян на 90градусов; все с другой ноги.
- Прыжки;
- па балансэ;
- па де бурэ (у станка).

#### 4.4 Партерный экзерсис.

- упражнения для стопы и голеностопного сустава;
- упражнения для развития гибкости;
- растяжки.

## 1.2.9. Планируемые результаты 3-го года обучения

Направление	
Классический танец	Современный танец
Правильное выполнение: экзерсиса у станка, экзерсиса на середине зала, основные прыжки и шаги.	Ребенок должен уметь правильно выполнять: координацию 3-х и 4-х центров, кросс – передвижение в пространстве, акробатические элементы (мостик, свечка, шпагат)

## Раздел II. Комплекс организационно-педагогических условий

### 2.1. Календарный учебный график 1-го года обучения

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Форма контроля	Дата занятия
1.	<i>1. Организационное занятие. Знакомство.</i>	2	<i>Беседа</i>	опрос	
	<i>2. Основы современного танца.</i>	26	<i>Беседа</i>	опрос	
2.	Современный танец. Его направления. Для чего нужна разминка	2	Беседа, наглядный показ	Опрос	
3.	<i>Общеразвивающие упражнения: Разминка</i>	1	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
	<i>Общеразвивающие упражнения Разминка по кругу: подскоки, лёгкий бег на n/пальцах.</i>	1	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
4.	<i>Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов</i> Разминка на середине: голова, шея, плечи	1	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
	<i>Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов</i> Разминка на середине: поясница, бедра, стопы	1	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
5.	<i>Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов</i> Разминка на середине: грудная клетка, контракция	1	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
	<i>Что такое кросс, в чем его сложность.</i>	1	Беседа	опрос	
6.	<i>Какие ошибки недопустимы в кроссе.</i>	1	Беседа	опрос	
7.	Кросс. Передвижение в пространстве. Разминка на середине: releve по I. II. VI позициям	1	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
	Кросс. Повороты по кругу вокруг воображаемой оси	1	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
8.	Кросс. Передвижение в пространстве. Прыжки по VI позиции, с поджатыми «разножки», из demi- plie в «звезду»	1	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
9.	Кросс. stretch (стрейч) растягивание: в сторону, через бок, flat back, наклоны: flat back и наклон к ноге	1	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	

	Кросс. Отжимание, roll вперед с flat back и в сторону с demi- plie	1	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
10.	Закрепление знаний и умений. 1-ого блока кросса	1	тренировка	Контрольный урок	
	Закрепление знаний и умений. 2-ого блока кросса	1	тренировка	Контрольный урок	
11.	Понятие изоляция. Ее виды	1	беседа	опрос	
	Ошибки в исполнении изоляции	1	беседа	опрос	
12.	<i>Экзерсис на полу</i> упражнения, сидя на полу, лёжа на спине	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
13.	<i>Экзерсис на полу: упражнения, стоя на коленях, упражнения парами</i>	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
14.	<i>Экзерсис на полу:</i> лёжа на животе лёжа на боку	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
15.	Закрепление знаний и умений	2	тренировка	Контрольный урок	
	<i>3. Основы классического танца</i>	46			
16.	Разминка. Понятие «мелодия». Характер мелодии.	2	Беседа	опрос	
17.	Позиция ног – I, II, III. Relive по I и II позиции.	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
18.	Постановка корпуса. Battements tendus с I позиции крестом	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
19.	Battements tendus jete I позиции крестом	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
20.	I форма – port de bras.	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
21.	Закрепление знаний и умений	1	тренировка	Контрольный урок	
	Что развивает экзерсис у станка	1	Беседа	опрос	
22.	Экзерсис у палки <u>Первое упражнение</u> – plie <u>Второе упражнение</u> - battements tendus, battements jetes <u>Третье упражнение</u> – ronds de jambe par terre	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
23.	Экзерсис у палки Plie, battements tendus, battements jetes ronds de jambe par terre	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
24.	Экзерсис у палки battements fondus, battements fondus frappes и doubles frappes, ronds de jambe en l'air ,	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
25.	Экзерсис у палки battements developpes, grands battements jete, petits battements sur le cou-de-pied	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
26.	Закрепление знаний и умений по экзерсису у палки	1	тренировка	Контрольный урок	
	Что развивает экзерсис на середине зала	1	беседа	опрос	
27.	Экзерсис на середине зала: battements tendus, jetes, fondus и большие battements , Rond de jambe par te	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
28.	Экзерсис на середине зала:	2	Наглядный	педагогическое	

	rond de jambe en l'air , battements frappes, doubles frappes и petits battements sur le cou-de-pied		показ, тренировка	наблюдение	
29.	Экзерсис на середине зала: Rond de jambe par terre, rond de jambe en l'air, battements frappes,	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
30.	Экзерсис на середине зала: doubles frappes и petits, battements sur le cou-de-pied	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
31.	Закрепление знаний и умений экзерсис на середине зала	2	тренировка	Контрольный урок	
32.	Чем полезен партерный экзерсис	2	беседа	опрос	
33.	Сгибание и вытягивание стоп, Круговое движение стоп en dehors, en dedans	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
34.	Лягушка сидя, разновидности наклонов	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
35.	Лягушка вперед, Battements developpes в сторону, проработка корпуса	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
36.	Гранд батман , разновидности акробатических простых элементов	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
37.	Закрепление знаний и умений	2	тренировка	Контрольный урок	
	4. Репетиционно-Постановочные работы	70			
38.	Правила поведения во время постановочных работ	2	беседа	опрос	
39.	Копирование элементов с видео с танцевальным номером из направления: модерн	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
40.	Разминка. Современный станок 1-ый блок.	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
41.	Разминка. Современный станок 2-ой блок	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
42.	Разминка. Современный станок 3-ий блок	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
43.	Закрепление навыков	2	тренировка	педагогическое наблюдение	
44.	Адажио. 1-ый блок	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
45.	Адажио. 2-ой блок	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
46.	Закрепление навыков	2	тренировка	педагогическое наблюдение	
47.	Партер . 1-ый блок	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
48.	Партер. 2-ой блок	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
49.	Партер. 3-ий блок	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
50.	Направление Контемп	2	беседа	опрос	



51.	Комбинация на середине зала	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
52.	Закрепление навыков	2	тренировка	педагогическое наблюдение	
53.	Постановка номера «Сон» 1-ый блок экспозиции	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
54.	Постановка номера «Сон» 2-ого блока экспозиции	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
55.	Постановка номера «Сон» 1-ый блок завязки	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
56.	Постановка номера «Сон» Повтор экспозиции 2-ого блока завязки.	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
57.	Постановка номера «Сон» 1-ого блока кульминации	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
58.	Постановка номера «Сон» 2-ого блока кульминации	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
59.	Постановка номера «Сон» 1-ого блока развязки	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
60.	Постановка номера «Сон» 2-ого блока развязки	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
61.	Закрепление материала	2	тренировка	педагогическое наблюдение	
62.	Сценический костюм и макияж	2	беседа	опрос	
63.	Постановка номера «Облака». Экспозиция	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
64.	Закрепление материала	2	тренировка	Контрольный урок	
65.	Постановка номера «Облака». Завязка	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
66.	Закрепление материала	2	тренировка	Контрольный урок	
67.	Постановка номера «Облака». Кульминация	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
68.	Закрепление материала	2	тренировка	Контрольный урок	
69.	Постановка номера «Облака». Развязка	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
70.	Закрепление всего материала	2	тренировка	Контрольный урок	
71.	Что мы изучили и чего достигли	2	беседа	опрос	
72.	Характеристика видов направлений в современном танце	2	Беседа	контрольный опрос	
<b>ИТОГО:</b>		<b>144</b>			

## 2.2. Календарный учебный график 2-го года обучения

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Форма контроля	Дата занятия
1.	<i>1. Организационное занятие. Знакомство.</i>	2	<i>Беседа</i>	опрос	
	<i>2. Основы(часть2) современного танца.</i>	26	<i>Беседа</i>	опрос	
2.	Современный танец. Его углубленные направления. Для чего нужно разогреваться	2	Беседа, наглядный показ	Опрос	
3.	<i>Общеразвивающие упражнения: Разогрев</i>	1	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
	<i>Общеразвивающие упражнения (усложненные)Разминка по кругу: подскоки, лёгкий бег на п/пальцах.</i>	1	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
4.	<i>Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов</i> Разминка на середине: голова, шея, плечи	1	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
	<i>Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов</i> Разминка на середине: поясница, бедра, стопы	1	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
5.	<i>Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов</i> Разминка на середине: грудная клетка, контракция	1	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
	<i>Что такое кросс, в чем его сложность. Часть 2</i>	1	Беседа	опрос	
6.	<i>Какие ошибки недопустимы в кроссе. Часть 2</i>	1	Беседа	опрос	
	Кросс. Передвижение в пространстве.Разминка на середине: releve по I. II. VI позициям	1	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
7.	Кросс. Повороты по кругу вокруг воображаемой оси	1	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
	Кросс. Передвижение в пространстве. Прыжки по VI позиции, с поджатыми «разножки», из demi- plie в «звезду»	1	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
8.	Кросс. stretch (стрейч) растягивание: в сторону, через бок, flat back, наклоны: flat back и наклон к ноге	1	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
	Кросс. Отжимание, roll вперед с flat back и в сторону с demi- plie	1	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
9.	Закрепление знаний и умений. 1-ого блока	1	тренировка	Контрольный урок	
	Закрепление знаний и умений. 2-ого блока	1	тренировка	Контрольный урок	
10.	Изоляция. Ее виды	1	беседа	опрос	
	Ошибки в исполнении изоляции (часть 2)	1	беседа	опрос	
11.	<i>Экзерсис на полу (Комбинация 2) упражнения, сидя на полу, лёжа на спине</i>	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
12.	<i>Экзерсис на полу (Комбинация 2): упражнения, стоя на коленях, упражнения парами</i>	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
13.	<i>Экзерсис на полу(Комбинация 2) : лёжа на животе лёжа на боку</i>	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	

14.	Закрепление ЗУН	2	тренировка	Контрольный урок	
	<i>3. Основы классического танца. Часть 2</i>	46			
15.	Понятие «мелодия». Характер мелодии.	2	Беседа	опрос	
16.	Позиция ног – I, II, III. Relive по I и II позиции.	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
17.	Постановка корпуса. Battements tendus с I позиции крестом	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
18.	Battements tendus jete I позиции крестом	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
19.	I форма – port de bras.	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
20.	Закрепление ЗУН	2	тренировка	Контрольный урок	
21.	Что развивает экзерсис у станка	2	Беседа	опрос	
22.	Экзерсис у палки (часть 2) <u>Первое упражнение</u> – plie <u>Второе упражнение</u> – battements tendus, battements jetes <u>Третье упражнение</u> – ronds de jambe par terre	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
23.	Экзерсис у палки (часть 2) Plie, battements tendus, battements jetes ronds de jambe par terre	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
24.	Экзерсис у палки (часть 2) battements fondus, battements fondus frappes и doubles frappes, ronds de jambe en l'air	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
25.	Экзерсис у палки (часть 2) battements developpes, grands battements jete, petits battements sur le cou-de-pied	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
26.	Закрепление ЗУН по экзерсису у палки	1	тренировка	Контрольный урок	
	Что развивает экзерсис на середине зала	1	беседа	опрос	
27.	Экзерсис на середине зала (часть 2): battements tendus, jetes, fondus и большие battements	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
28.	Экзерсис на середине зала (часть 2): rond de jambe en l'air, battements frappes, doubles frappes и petits battements sur le cou-de-pied	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
29.	Экзерсис на середине зала (часть 2): Rond de jambe par terre, rond de jambe en l'air, battements frappes,	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
30.	Экзерсис на середине зала (часть 2): doubles frappes и petits, battements sur le cou-de-pied	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
31.	Закрепление знаний и умений экзерсис на середине зала	2	тренировка	Контрольный урок	
32.	Чем полезен партерный экзерсис	2	беседа	опрос	
33.	Сгибание и вытягивание стоп, Круговое движение стоп en dehors, en dedans	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
34.	Лягушка сидя, разновидности наклонов	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	

35.	Лягушка вперед, Battements developpes в сторону, проработка корпуса	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
36.	Гранд батман , разновидности акробатических простых элементов	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
37.	Закрепление знаний и умений	2	тренировка	Контрольный урок	
	4. Репетиционно-Постановочные работы	70			
38.	Правила поведения во время постановочных работ	2	беседа	опрос	
39.	Копирование элементов с видео с танцевальным номером из направления: модерн	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
40.	Разминка. Современный станок 1-ый блок.	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
41.	Разминка. Современный станок 2-ой блок	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
42.	Разминка. Современный станок 3-ий блок	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
43.	Закрепление навыков	2	тренировка	педагогическое наблюдение	
44.	Адажио. 1-ый блок	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
45.	Адажио. 2-ой блок	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
46.	Закрепление навыков	2	тренировка	педагогическое наблюдение	
47.	Партер . 1-ый блок	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
48.	Партер. 2-ой блок	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
49.	Партер. 3-ий блок	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
50.	Направление Контемп	2	беседа	опрос	
51.	Комбинация на середине зала	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
52.	Закрепление навыков	2	тренировка	педагогическое наблюдение	
53.	Постановка номера «Сон» 1-ый блок экспозиции	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
54.	Постановка номера «Сон» 2-ого блока экспозиции	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
55.	Постановка номера «Сон» 1-ый блок завязки	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
56.	Постановка номера «Сон» Повтор экспозиции 2-ого блока завязки.	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	

57.	Постановка номера «Сон» 1-ого блока кульминации	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
58.	Постановка номера «Сон» 2-ого блока кульминации	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
59.	Постановка номера «Сон» 1-ого блока развязки	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
60.	Постановка номера «Сон» 2-ого блока развязки	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
61.	Закрепление материала	2	тренировка	педагогическое наблюдение	
62.	Сценический костюм и макияж	2	беседа	опрос	
63.	Постановка номера «Облака». Экспозиция	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
64.	Закрепление материала	2	тренировка	Контрольный урок	
65.	Постановка номера «Облака». Завязка	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
66.	Закрепление материала	2	тренировка	Контрольный урок	
67.	Постановка номера «Облака». Кульминация	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
68.	Закрепление материала	2	тренировка	Контрольный урок	
69.	Постановка номера «Облака». Развязка	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
70.	Закрепление всего материала	2	тренировка	Контрольный урок	
71.	Что мы изучили и чего достигли	2	беседа	опрос	
72.	Характеристика видов направлений в современном танце	2	Беседа	контрольный опрос	
<b>ИТОГО:</b>		<b>144</b>			

### 2.3. Календарный учебный график 3-го года обучения

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Форма контроля	Дата занятия
1.	1. Организационное занятие. Знакомство.	2	Беседа	опрос	
	2. Основы современного танца.	26	Беседа	опрос	
2.	Современный танец. Его направления. Для чего нужна разминка	2	Беседа, наглядный показ	Опрос	
3.	Общеразвивающие упражнения: Разминка	1	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
	Общеразвивающие упражнения Разминка по кругу: подскоки, лёгкий бег на п/пальцах.	1	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
4.	Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов Разминка на середине: голова, шея, плечи	1	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	

	<i>Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов</i> Разминка на середине: поясница, бедра, стопы	1	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
5.	<i>Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов</i> Разминка на середине: грудная клетка, контракция	1	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
	<i>Что такое кросс, в чем его сложность.</i>	1	Беседа	опрос	
6.	<i>Какие ошибки недопустимы в кроссе.</i>	1	Беседа	опрос	
	Кросс. Передвижение в пространстве. Разминка на середине: releve по I. II. VI позициям	1	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
7.	Кросс. Повороты по кругу вокруг воображаемой оси	1	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
	Кросс. Передвижение в пространстве. Прыжки по VI позиции, с поджатыми «разножки», из demi- plie в «звезду»	1	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
8.	Кросс. stretch (стрейч) растягивание: в сторону, через бок, flat back, наклоны: flat back и наклон к ноге	1	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
	Кросс. Отжимание, roll вперед с flat back и в сторону с demi- plie	1	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
9.	Закрепление знаний и умений. 1-ого блока кросса	1	тренировка	Контрольный урок	
	Закрепление знаний и умений. 2-ого блока кросса	1	тренировка	Контрольный урок	
10.	Понятие изоляция. Ее виды	1	беседа	опрос	
	Ошибки в исполнении изоляции	1	беседа	опрос	
11.	<i>Экзерсис на полу</i> упражнения, сидя на полу, лёжа на спине	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
12.	<i>Экзерсис на полу: упражнения, стоя на коленях, упражнения парами</i>	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
13.	<i>Экзерсис на полу:</i> лёжа на животе лёжа на боку	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
14.	Закрепление знаний и умений	2	тренировка	Контрольный урок	
	<i>3. Основы классического танца</i>	46			
15.	Разминка. Понятие «мелодия». Характер мелодии.	2	Беседа	опрос	
16.	Позиция ног – I, II, III. Relive по I и II позиции.	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
17.	Постановка корпуса. Battements tendus с I позиции крестом	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
18.	Battements tendus jete I позиции крестом	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
19.	I форма – port de bras.	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
20.	Закрепление знаний и умений	2	тренировка	Контрольный урок	
21.	Что развивает экзерсис у станка	2	Беседа	опрос	

22.	Первое упражнение –plie Второе упражнение- battements tendus,battements jetes Третье упражнение – ronds de jambe par terre	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
23.	Экзерсис у палки Plie, battements tendus, battements jetes ronds de jambe par terre	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
24.	Экзерсис у палки. battements fondus, battements fondus frappes и doubles frappes, ronds de jambe en l'air	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
25.	Экзерсис у палки battements developpes, grands battements jete, petits battements sur le cou-de-pied	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
26.	Закрепление знаний и умений по экзерсису у палки	1	тренировка	Контрольный урок	
	Что развивает экзерсис на середине зала	1	беседа	опрос	
27.	Экзерсис на середине зала: battements tendus, jetes, fondus и большие battements , Rond de jambe par terre	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
28.	Экзерсис на середине зала: rond de jambe en l'air , battements frappes, doubles frappes и petits battements sur le cou-de-pied	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
29.	Экзерсис на середине зала:Rond de jambe par terre, rond de jambe en l'air, battements frappes,	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
30.	Экзерсис на середине зала: doubles frappes и petits, battements sur le cou-de-pied	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
31.	Закрепление знаний и умений экзерсис на середине зала	2	тренировка	Контрольный урок	
32.	Чем полезен партерный экзерсис	2	беседа	опрос	
33.	Сгибание и вытягивание стоп, Круговое движение стоп en dehors, en dedans	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
34.	Лягушка сидя, разновидности наклонов	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
35.	Лягушка вперед, Battements developpes в сторону, проработка корпуса	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
36.	Гранд батман , разновидности акробатических простых элементов	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
37.	Закрепление знаний и умений	2	тренировка	Контрольный урок	
	4. Репетиционно-постановочные работы	70			
38.	Правила поведения во время постановочных работ	2	беседа	опрос	
39.	Копирование элементов с видео с танцевальным номером из направления: модерн	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
40.	Разминка. Современный станок 1-ый блок.	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
41.	Разминка. Современный станок 2-ой блок	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	

42.	Разминка. Современный станок 3-ий блок	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
43.	Закрепление навыков	2	тренировка	педагогическое наблюдение	
44.	Адажио. 1-ый блок	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
45.	Адажио. 2-ой блок	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
46.	Закрепление навыков	2	тренировка	педагогическое наблюдение	
47.	Партер . 1-ый блок	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
48.	Партер. 2-ой блок	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
49.	Партер. 3-ий блок	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
50.	Направление Контемп	2	беседа	опрос	
51.	Комбинация на середине зала	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
52.	Закрепление навыков	2	тренировка	педагогическое наблюдение	
53.	Постановка номера «Сон» 1-ый блок экспозиции	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
54.	Постановка номера «Сон» 2-ого блока экспозиции	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
55.	Постановка номера «Сон» 1-ый блок завязки	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
56.	Постановка номера «Сон» Повтор экспозиции 2-ого блока завязки.	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
57.	Постановка номера «Сон» 1-ого блока кульминации	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
58.	Постановка номера «Сон» 2-ого блока кульминации	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
59.	Постановка номера «Сон» 1-ого блока развязки	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
60.	Постановка номера «Сон» 2-ого блока развязки	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
61.	Закрепление материала	2	тренировка	педагогическое наблюдение	
62.	Сценический костюм и макияж	2	беседа	опрос	
63.	Постановка номера «Облака». Экспозиция	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
64.	Закрепление материала	2	тренировка	Контрольный урок	



65.	Постановка номера «Облака». Завязка	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
66.	Закрепление материала	2	тренировка	Контрольный урок	
67.	Постановка номера «Облака». Кульминация	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
68.	Закрепление материала	2	тренировка	Контрольный урок	
69.	Постановка номера «Облака». Развязка	2	Наглядный показ, тренировка	педагогическое наблюдение	
70.	Закрепление всего материала	2	тренировка	Контрольный урок	
71.	Что мы изучили и чего достигли	2	беседа	опрос	
72.	Характеристика видов направлений в современном танце	2	Беседа	контрольный опрос	
	<b>ИТОГО:</b>	<b>144</b>			

## **2.4. Условия реализации программы**

### **2.4.1. Материально-техническое обеспечение**

Для успешной реализации программы «От классического к современному танцу» необходима материально-техническая база:

- специальное помещение для занятий (учебный класс с зеркалами и хореографическим станком);
- раздевалка (для переодевания детей в форму для занятий);
- костюмерная (с набором костюмов);
- компьютерное оборудование (для просмотра видео материалов);
- музыкальный центр (обеспечение музыкального сопровождения),
- DVD-проигрыватель,
- коврики для занятий.

### **2.4.2. Информационное обеспечение**

Для качественной и успешной реализации дополнительной программы «От классического к современному танцу» на занятиях могут использоваться аудиозаписи танцевальной музыки, используемой в качестве музыкального сопровождения к упражнениям, комбинациям и хореографическим номерам, а также видеофильмы и обучающие материалы с интернет-порталов, посвященных хореографической тематике.

## **2.5. Формы контроля и аттестации**

Согласно Концепции развития дополнительного образования детей, утвержденной Постановлением Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р, оценка образовательных результатов учащихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе должна носить вариативный характер (Концепция, гл. I). Инструменты оценки достижений учащихся должны способствовать росту их самооценки и познавательных интересов в общем и дополнительном образовании. (Концепция, гл. III).

Федеральный закон № 273-ФЗ «Об образовании в Российской

Федерации» не предусматривает проведение итоговой аттестации по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам (ст.75), но и не запрещает её проведение (ст.60) с целью установления:

✓ соответствия результатов освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы заявленным целям и планируемыми результатам обучения;

✓ соответствия процесса организации и осуществления дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы установленным требованиям к порядку и условиям реализации программ.

Аттестация (промежуточная и итоговая) по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам может проводиться в формах, определенных учебным планом как составной частью образовательной программы, так и в порядке, установленном локальным нормативным актом организации дополнительного образования (ст.30, ст.58), который должен быть размещен на официальном сайте организации в сети «Интернет». Формы, порядок и периодичность аттестации учащихся определяется образовательной организацией, осуществляющей образовательную деятельность (Приказ Минобрнауки России от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», п.17).

Учащимся, успешно освоившим дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу и прошедшим итоговую аттестацию, могут выдаваться сертификаты, которые самостоятельно разрабатывают и утверждают образовательные организации (ст.60 Федерального закона № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»), могут выдаваться почетные грамоты, призы или устанавливаться другие виды поощрений.

Диагностика для определения уровня знаний, умений и навыков по основным темам программы в объединении «От классического к современному танцу» проводится три-четыре раза в учебном году: в начале, середине и в конце курса, а также – текущий контроль для уточнения качества образования.

**Формы контроля/аттестации** и анализа реализации программы определяются самим педагогом таким образом, чтобы они соответствовали ожидаемым результатам знаний и умений учащихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе на соответствующих этапах обучения. Это могут быть: контрольный урок, собеседование, тестирование, коллективное обсуждение результатов выполнения заданий (соревнований), выполнение индивидуальных творческих работ учащихся, участие детей в концертах, конкурсах, открытых уроках, а по завершении года – отчетный концерт.

Виды контроля	Цель проведения	Формы контроля	Сроки
---------------	-----------------	----------------	-------

Вводный	Определение начального уровня знаний, умений и навыков по хореографии	Теоретические беседы, опрос, анкетирование, наблюдение	Сентябрь, начало занятий
Текущий	Определение степени понимания и усвоения учебного материала по темам и готовности к восприятию нового материала. Выявление детей отстающих и опережающих в обучении	Педагогическое наблюдение, опрос (устный, письменный, графический), практические занятия	В течение учебного года
	Творческий потенциал учащихся	Проведение контрольных уроков, конкурсов, показ творческих работ	В конце каждого блока тем
Итоговый	Контроль выполнения поставленных задач	Участие в концертах, городских и окружных конкурсах; тестирование, итоговая контрольная работа (отчетный концерт).	Апрель, май

На основании результатов, полученных после диагностики, в содержание учебного плана могут быть внесены корректировки, тем самым осуществляется принцип дифференцированного подхода в процессе обучения к каждому учащемуся.

**Формы фиксации образовательных результатов:** грамоты, дипломы, накопление фотоматериалов, отзывы родителей и педагогов, свидетельства (сертификаты).

**Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:** выставки фотоматериалов, конкурсы, демонстрации творческих работ учащихся, открытые занятия, аналитическая справка.

## 2.6. Оценочные материалы

Основными оценочными материалами по программе «От классического к современному танцу» являются итоги конкурсов, контрольных занятий, проводимых в течение изучения данной дисциплины. А также демонстрации различных коллективных или индивидуальных танцевальных композиций, творческих работ на открытых уроках. Особенностью такого оценивания является то, что ребёнок может сравнить результаты других учащихся со своими, что создаёт атмосферу соревнования и приводит к заинтересованности в повышении уровня своих знаний и

умений.

## **2.7. Методические материалы**

1. Особенности организации образовательного процесса – *очно*.
2. Методы обучения: словесный, наглядный, практический, объяснительно-иллюстративный, игровой, дискуссионный.
3. Формы организации образовательного процесса: подгрупповая, групповая.
4. Формы организации учебного занятия могут быть следующими: беседа (дискуссия), лекция, презентация, репетиция, постановочный урок, конкурс, соревнование, открытое занятие.
5. Педагогические технологии: технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технология развивающего обучения, технология игровой деятельности, технология коллективной творческой деятельности, информационно-коммуникационные технологии.

### **Алгоритм учебного занятия:**

#### I этап – организационный.

Задача: подготовить детей к работе на занятии.

Содержание этапа: организация начала занятия, создание *психологического настроя* на учебную деятельность и *активизация внимания*.

#### II этап – подготовительный (подготовка учащихся к восприятию материала нового содержания).

Задача: мотивация и принятие детьми цели учебно-познавательной деятельности.

Содержание этапа: *сообщение темы, цели учебного занятия* и мотивация учебной деятельности детей.

#### III этап – основной. В качестве основного этапа может выступать:

##### *1. Усвоение новых знаний и способов действий.*

Задача: обеспечение восприятия, осмысления и первичного запоминания связей и отношений в объекте изучения.

Содержание: целесообразно при усвоении новых знаний использовать задания, которые активизируют познавательную деятельность детей.

##### *2. Первичная проверка понимания.*

Задача: установление правильности и осознанности усвоения нового учебного материала, выявление неверных представлений, их коррекция.

Содержание: применяют пробные практические задания, которые сочетаются с объяснением соответствующих правил или обоснованием.

##### *3. Закрепление знаний и умений.*

Задача: закрепить полученные на занятии знания и умения по пройденному материалу.

Содержание: применяются тренировочные упражнения, задания, выполняемые детьми самостоятельно.

##### *4. Обобщение и систематизация знаний.*

Задача: формирование целостного представления знаний по теме.

Содержание: наиболее распространёнными способами работы

являются беседа и/или практические занятия.

#### IV этап – контрольный.

Задача: выявление качества и уровня овладения знаниями, их коррекция.

Содержание: используются практические задания, виды устного опроса, вопросы и задания различного уровня сложности (репродуктивного, творческого).

Как правило (в силу специфических особенностей обучения хореографии) занятия по данной программе включают в себя *организационную, теоретическую и практическую части*. Организационная часть должна обеспечить наличие всех необходимых для работы материалов (презентации, иллюстрации). Теоретическая часть занятий при работе должна быть максимально компактной и включать в себя необходимую информацию о теме и предмете знания. **Большее количество времени занимает практическая часть.** Форму занятий можно определить как творческую, студийную деятельность детей.

### **2.8. Методические рекомендации по организации деятельности объединения «От классического к современному танцу»**

1. Методы реализации *данной программы* в основном должны включать в себя следующее:

- метод *наглядно-выразительного показа* методики исполнения;
- *словесный* метод обучения (рассказ, объяснение, беседа). Он дает возможность воспринимать большой объем информации;
- *объяснительно-иллюстративный* метод - показ иллюстрированных пособий; использование видеоматериала, что способствует более глубокому усвоению знаний.

Эффективным для творческого развития детей является такое введение нового теоретического материала, которое вызвано требованиями хореографической практики.

Ученик должен не только самостоятельно продемонстрировать хореографические элементы в соответствии с полученным заданием, но и свободно пользоваться изученным материалом. Прием *объяснения ребенком собственных действий*, а также прием *совместного обсуждения* вопросов, возникающих по ходу работы, с педагогом или другими детьми (при индивидуально-групповой форме занятий) способствуют развитию воображения, мышления, логики, коммуникативной компетенции.

Большое значение на занятиях придается *игровой форме* обучения. Значительно оживить занятие, придать ему характер творческого соревнования можно с помощью введения игровых ситуаций. Например, *хореографические игры на образ*.

Методический прием *оценки и самооценки* призван культивировать чувство творческой неудовлетворенности, основанное на противоречии

между идеальным образом данной работы и ее конкретным воплощением. Это чувство заставляет ребенка вновь обратиться к уже освоенному хореографическому материалу с целью отработки заданных элементов, и тем самым оно становится психологической основой для развития художественных, познавательных способностей.

*Подведение итогов* по результатам освоения материала данной программы может осуществляться во время проведения *смотр-конкурса творческих работ учащихся*. В процессе просмотра работ происходит *обсуждение оригинальности замысла и его воплощения*.

Среди методов, направленных на стимулирование творческой деятельности, можно выделить методы, воздействующие на нее извне путем создания на занятиях *обстановки, располагающей к творчеству*: подбор увлекательных и посильных ребенку творческих заданий, создание на занятиях доброжелательного психологического климата, внимательное и бережное отношение к детскому творчеству, индивидуальный подход.

2. Воспитательная работа, в том числе деятельность педагога по созданию и укреплению детского коллектива имеет большое значение в образовательном процессе. Отношения детей в коллективе очень важны, они влияют на формирование нравственных качеств детей и результат учебной деятельности. Поэтому одна из главных задач педагога – *создание комфортного микроклимата в коллективе*. Этому способствуют организация занятий в форме групповой работы, подготовка и совместное проведение праздников, конкурсов, культурных мероприятий.

3. Количество часов, отведённых на каждое наименование раздела занятий, примерны, могут меняться в зависимости от выбора педагога и подготовленности учащихся, посещающих занятия.

4. Организационно-педагогическая деятельность с родителями:

- организационное родительское собрание (сентябрь);
  - итоговое родительское собрание (апрель).
1. Проведение открытых уроков для родителей: декабрь, февраль-май.
  2. Участие родителей в совместных мероприятиях учреждения и коллектива.
  3. Индивидуальные беседы с родителями:
    - индивидуальные способности и достижения;
    - анализ образовательной деятельности.
  4. Индивидуальное консультирование:
    - состояние здоровья обучающегося;
    - местоположение в коллективе.
  5. Анкетирование.  
*Сентябрь*: Сведения об обучающихся и их родителях.  
Цель: получить информацию.  
*Май*: Результаты деятельности педагога, коллектива и обучающихся за учебный год.  
Цель: получить оценку деятельности объединения за учебный год;  
корректировка образовательной программы.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ
2. Барышникова, Т.К. Азбука хореографии / Т.К. Барышникова. - М. : Айрис-Пресс : Рольф, 1999. – 262с.
3. Березина, В. А. Дополнительное образование детей России / В. А. Березин ; Министерство образования и науки Российской Федерации. - Москва : Диалог культур, 2007. - 511, с.
4. Евладова, Е. Б. Дополнительное образование детей : Учеб. пособие для студентов учреждений проф. образования, обучающихся по специальности 0317 "Педагогика доп. образования" / Е. Б. Евладова, Л. Г. Логинова, Н. Н. Михайлова. - М. : Владос, 2002. - 348, с.
5. Ерохина, О. В. Школа танцев для детей : [Фольклор, классика, модерн] / Ерохина О.В. - Ростов н/Д. : Феникс, 2003. - 223 с. :
6. Никитин, В.Ю. Модерн-джаз танец : История. Методика. Практика / В.Ю. Никитин. - М. : ГИТИС, 2000. - 438с.
7. Никитин, В.Ю. Модерн-джаз танец: Методика преподавания / В.Ю. Никитин. - М. : Всерос. Центр худож. творчества учащихся и работников нач. проф. образования, 2002. -158 с.
8. От внешкольной работы - к дополнительному образованию детей : Сб. нормат. и метод. материалов для доп. образования детей / [Ред.-сост. И.В. Калиш]; Науч. ред. А.К. Бруднов. - М. : ВЛАДОС, 1999. - 541, [1] с.
9. Социальное воспитание в учреждениях дополнительного образования детей: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 050711 (031300) -Социал. педагогика / [Б.В. Куприянов и др.] ; Под ред. А. В. Мудрика. - М. : Academia, 2004. - 240 с.
10. Дополнительное образование детей : Учеб. пособие для студентов вузов / [Лебедев О.Е. и др.] ; Под ред. О. Е. Лебедева. - М. : Владос, 2003 (Петрозаводск : ГП Тип. им. П.Ф.Анохина). - 254 с.
11. Эстетическое воспитание школьников в системе дополнительного образования. – М., 2002 г