

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «КАТАЙСКАЯ ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ»

**РЕКОМЕНДОВАНО**

Методическим советом  
МБОУДО «Катайская ДШИ»  
протокол № 1, от 29 августа 2025 г.  
зам.директора по УР



**УТВЕРЖДЕНО**

педагогическим советом  
МБОУДО «Катайская ДШИ»  
протокол №1 от 29 августа 2025 г.  
председатель



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«ХОРЕОРГАФИЯ»**

возраст учащихся 8 - 12 лет,  
срок обучения 3 года

Катайск

**Составлена на основе примерных программ:**

**ПРОЕКТ** примерной программы ХОРЕОГРАФИЯ. Пятигорск 2020

**Составитель:** А.А. Малышева, преподаватель МБОУДО «Катайская ДШИ»

## Содержание

1. Пояснительная записка.....	4
2. Формы и режим занятий.....	8
3. Возрастные особенности обучающихся.....	9
4. Формы контроля и планируемый результат.....	9
5. Учебно-тематический план 1-го года обучения.....	11
6. Содержание программы 1-го года обучения.....	12
7. Учебно-тематический план 2-го года обучения.....	15
8. Содержание программы 2-го года обучения.....	16
9. Учебно-тематический план 3-го года обучения.....	19
10. Содержание программы 3-го года обучения.....	20
11. Основные формы и методы работы.....	23
12. Условия реализации программы.....	24
13. Список литературы для педагога.....	26
14. Список литературы для обучающегося.....	27

## Пояснительная записка

Хореография - искусство синтетическое, в ней музыка живёт в движении, приобретает осязательную форму, а движения как бы становятся слышимыми. В «век гиподинамии», когда дети проводят большое количество времени сидя за партой, за компьютером или просто у телеэкрана, занятия хореографией становятся особенно актуальными. Во-первых, танец - это движение, которое развивает физическую силу, выносливость, ловкость, формирует фигуру. Во-вторых - искусство, развивающее художественное воображение, ассоциативную память, творческие способности. Хореография является дополнительным резервом двигательной активности детей, источником их здоровья, радости, повышения работоспособности, разрядки умственного и психического напряжения, а следовательно, одним из условий их успешной подготовки к учебной и трудовой деятельности.

В результате анализа учебно-воспитательного процесса, после изучения потребностей детей и родителей было выявлено, что за последние годы в нашем городе вырос интерес к занятиям хореографией. Чему во многом способствует активная концертная деятельность хореографического коллектива «Солнце».

Созданная нами структура ансамбля, а также программа поэтапного становления профессиональной направленности детей на всех возрастных этапах, начиная с дошкольного возраста и заканчивая выпуском, даёт возможность обучающимся не только развить свои творческие способности, но и приобрести конкретные умения и навыки в области хореографического искусства.

Это часто приводит обучающихся к самоопределению в мире профессий. Данная программа, являясь углубленной, работает на профессиональное самоопределение выпускников.

Данная программа входит в интегрированный комплекс образовательной программы коллектива «Солнце». Образовательная модель коллектива «Солнце» имеет следующую структуру:

- подготовительные группы - это первый - подготовительный этап на пути овладения умениями и навыками хореографического творчества. Пройдя его, воспитанники сдают итоговый экзамен, по результатам которого переходят на следующую ступень.
- основные концертные группы - основной этап обучения, совершенствование умений и навыков.

В нашем хореографическом коллективе разработана система комплексного поэтапного обучения и развития детей, основанная на принципах непрерывного образования.

Интегрированный комплекс образовательной программы включает в себя два этапа обучения: По программе «Хореографическое творчество» для основных групп коллектива «Солнце». Программа рассчитана на 3 года обучения детей 8-12 лет.

Цель программы:

Создание благоприятных условий для приобщения к богатству танцевального творчества и развития способности к культурно-личностному самоопределению.

Для достижения данной цели необходимо решить следующие задачи:

- Сформировать представление о специфике разнообразных жанров танцевального искусства;
- Развить устойчивый интерес к изучению различных областей хореографического искусства;
- Сформировать навыки самостоятельной деятельности в освоении основ танцевальной культуры;
- Развить навыки самостоятельной творческой деятельности к изучению;
- Развить индивидуальные способности к межличностному взаимодействию в танцевальном коллективе.

Программа построена с учётом целостного подхода к педагогическому процессу, предполагающему выделение следующих принципов обучения:

- Принцип гуманистической направленности, предполагающий подчинение образовательно-воспитательной работы задачам формирования личности;
- Принцип адекватности особенностям психического развития ребёнка; предполагает изучение педагогом психофизиологических возрастных особенностей детей; умение педагога общаться с детьми на их уровне развития с небольшим опережением;
- Принцип дифференциации и индивидуального подхода; предполагает дополнительные занятия с учётом уровня развития каждого ребёнка; кроме того, при осуществлении воспитательного процесса, он предполагает учёт темперамента каждого участника коллектива;
- Принцип последовательности и систематичности знаний, умений и навыков их развития и совершенствования; предполагает чёткое следование разработанной педагогом экспериментальной программе;
- Принцип координации «педагог - воспитанник - семья» предполагает тесное сотрудничество педагога с родителями обучающегося, где воспитанник выступает не только в роли субъекта.

Программа разработана на основе собственной практической работы с обширным контингентом обучающихся, разных по музыкальным и физическим данным, складу психики и нервной системы, с учётом интересов ребят, их познавательной активности и творческих возможностей. В отличие от большинства программ, эта программа позволяет обучаться детям с любым уровнем исходных природных данных (наличие выворотности, танцевального шага, пропорционального телосложения и. т. д.).

Представленная программа позволяет наиболее эффективно организовать учебный процесс в соответствии с требованиями, предъявляемыми современной педагогикой. С одной стороны, она должна способствовать подъёму хореографической культуры и отвечать запросам самых широких и различных слоёв общества и различных социальных групп.

С другой стороны - обеспечить совершенствование процесса развития и воспитания наиболее способных детей.

Программа рассчитана на три года обучения, реализуется по двум уровням:

1 – базовый

1 год обучения - дети 8-13 лет - 216 ч. в год, 3 раза в неделю по 2 ч.

Цель базового уровня:

Способствование гармонизации развития и творческому самовыражению детей посредством хореографии.

Задачи:

- Ознакомить детей с различными направлениями хореографического искусства;
- Развить коммуникативные способности;
- Выявить и развить природные задатки и способности детей, способствующие успеху в освоении танцевальной культуры;
- Активизировать образное мышление и эмоциональную сферу ребёнка.

2 - углубленный, креативный

2 год обучения - дети 9-14 лет - 216 ч. в год, 3 раза в неделю по 2 ч.

3 год обучения - дети 10-15 лет - 270 ч. в год, 3 раза в неделю по 2,5 ч.

Цель креативного уровня:

Формирование устойчивых профессиональных интересов и склонностей, путём приобщения к богатству танцевальной культуры.

Задачи:

- Освоение способов и приёмов, технологий творческого решения художественных задач;
- Воспитать интерес к самостоятельному изучению истории танцев народов мира;
- Развитие интереса к профессиональной деятельности выдающихся танцоров;
- Развить способность к творческому самовыражению в творческом коллективе и самостоятельной деятельности в освоении основ танцевальной культуры.

## **Формы и режим занятий**

Для достижения поставленных целей и задач, основной формой учебной и воспитательной работы является занятие с группой, планируя которое, педагог должен ясно представлять себе его задачи, связь с другими занятиями.

Ни одно занятие нельзя мыслить как обособленное звено, в него всегда входит и повторение пройденного, и новый материал, и перспектива связи с дальнейшими заданиями.

На одном занятии могут сочетаться изучение элементов классического и народного танцев и исполняться задания на импровизацию.

С особо одарёнными детьми проводятся индивидуальные занятия, на которых педагог разучивает сольные партии и номера, отличающиеся некоторой сложностью, соответствующей уровню индивидуального развития и уровню техники исполнения обучающегося.

Индивидуально с педагогом занимаются дети, которые менее интенсивно усваивают новый материал. С этой категорией обучающихся дополнительно работают и солисты ансамбля, выступая в роли педагога-репетитора.

Группы 1-го года обучения занимаются три раза в неделю по два часа, 2-го года три раза в неделю по два часа, 3-го три раза в неделю по два с половиной часа.

Количество обучающихся в группах первого и второго года целесообразно в пределах 12-15 человек, третьего года 10-12 человек.

- Учебное занятие
- Зачёт
- Экзамен
- Концерт

### **Учёт индивидуальных и возрастных особенностей обучающихся на занятиях хореографией:**

Воспитанники в возрасте 6-10 лет располагают значительными резервами развития. Их выявление и эффективное использование - одна из главных задач. В этом возрасте закрепляются и развиваются основные характеристики познавательных процессов: восприятие, внимание, память, воображение, мышление, речь. Комплексный подход к особенностям психофизического развития данной возрастной категории: высокому уровню активности, повышенной работоспособности, быстрой утомляемости, предусматривает частую смену деятельности с использованием элементов импровизации, созданием ситуации игры.

В возрасте 11-15 лет активно идёт процесс познавательного развития. Подростки и юноши уже могут мыслить логически, заниматься теоретическими рассуждениями и самоанализом.

- Особенно заметным в эти годы становится рост сознания и самосознания детей, представляющий собой существенное расширение сферы осознаваемого и углубление знаний о себе, о людях, об окружающем мире.

- Подростки могут длительное время удерживать внимание, быть в состоянии переключать или распределять его между несколькими действиями и поддерживать довольно высокий темп работы.

- Доверие взрослого весьма импонирует подростку, так как в этом случае удовлетворяется его потребность быть и казаться взрослым, выполнить какую-либо работу вполне самостоятельно.

- На занятиях хореографией этих ребят привлекает работа над техникой движений, над определённой сложностью танцевального номера, примитив же действует расхолаживающее.

### **Планируемый результат и способы**

Итогом полугодия служит зачёт - открытое занятие, либо выступление на концерте. По окончании каждого года обучения проводится экзамен, для выявления результатов реализации программы и отчётный концерт коллектива.

Планируемый результат:

- владение основами классического танца и знание основных правил исполнения упражнений;
- умение исполнять танцы, построенные на движениях разных жанров, стилей грамотно и выразительно;
- знание основных особенностей танцев народов мира;
- умение свободно импровизировать; знание основ теории хореографического искусства, его направлений.

Основные показатели танцевальной культуры и эстетической воспитанности детей:

- музыкальность и выразительность;
- правдивость и искренность в передаче танцевального образа;
- благородство манеры исполнения; • осмысленное отношение к танцу как художественному произведению;
- понимание единства формы и содержания танца;
- эмоциональное восприятие хореографического искусства;
- способность самостоятельно оценивать хореографическое произведение;
- наличие нравственной воспитанности выражающейся в поведении в коллективе, в трудолюбии, взаимопомощи и доброжелательности.



Формы и методы выявления и анализа результатов:

- тесты, итоговые задания
- портфолио обучающегося по двум уровням, портфолио выпускника

### 1 год обучения

#### Учебно-тематический план

Тема	Общее количество часов	Теоретические (час)	Практические (час)
1.Теоретические сведения.	2	2	-
2.Партерная гимнастика и ритмика			
2.1. Ритмика.	12,5	2,5	10
2.2.Партерная гимнастика.	17,5	2,5	15
3. Классический танец.			
3.1.Упражнения у палки.	23	3	20
3.2.Упражнения на середине зала	22	2	20
3.3.Закрепление упражнений	20	-	20
4.Народносценический танец.			
4.1 Русский танец	22	2	20
4.2Патриотический танец	17	2	15
5.Импровизация и актёрское мастерство.	6	-	6
6.История хореографического искусства.	4	4	-
7.Репетиции и постановка танцев.			
7.1.Постановка танцев.	20	-	20
7.2. Репетиции	20	-	20
8.Сценическая практика.	30	-	30
<b>Итого.</b>	<b>216</b>	<b>20</b>	<b>196</b>

#### Содержание программы.

1. Теоретические сведения. Введение в предмет.

Задачи 1-го года обучения. Правила поведения в коллективе. Права и обязанности воспитанников. Техника безопасности.

2. Партерная гимнастика и ритмика

Знакомство с простейшими элементами музыкальной грамоты, исполнение различных ритмических рисунков. Базовые упражнения на полу, готовящие детей к более сложным упражнениям у станка.

Разучивание разминки - разогрева. Упражнения развивающие силу ног, выворотность; правильную осанку; гибкость; подвижность суставов.

Разучивание батман тандю, плие, ронд. Упражнения на развитие ориентации в пространстве: построение в колонну по одному, по два, расход парами, четвёрками, построение в круг, движение по кругу.

### 3. Классический танец.

Основа тренажа, постановка рук корпуса и головы. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата. Выработка выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов.

#### 3.1. Упражнения у палки:

Позиции рук, ног; постановка корпуса по 1,2,5 позициям; батман тандю в сторону, вперёд и назад из 1 -й позиции, лицом к станку, затем держась одной рукой за палку; деми и гранд плие по 1,2,5-й позициям; пассе партер; деми ронд де жамб партер, положение ноги на кудепье, батман тандю пурлепье, батман тандю сутеню, батман тандю жете.

#### 3.2. Упражнения на середине зала:

Разминка: шаг с носка, шаг на полупальцах, бег выбрасывая прямые ноги вперёд и назад, бег сгибая ноги, наклоны корпуса в стороны, вперёд и назад, низкие выпады вперёд и в стороны.

Точки плана класса, эпальман; 1-е пор де бра; постановка корпуса по 1-й позиции; танцевальные движения.

### 4. Народно-сценический танец.

4.1. Русский народный танец. Русский народный танец - часть национальной культуры русского народа.

В этот раздел входит знакомство с основными позициями и положениями рук и ног в русском танце, развитие координации движений, во время исполнения простейших элементов и движений на середине зала.

Лекция связи русского народного танца с песней, обычаями, обрядами, бытом, разнообразии народных игр, хороводов, плясок. Русские праздничные костюмы, их связь с бытом, танцами и природой. Традиции сложившиеся в исполнении русского народного танца.

Изучение разминки в характере русского танца;

Разучивание характерных движений: гармошка, бег молоточками, переменный ход, шаги с носка, с каблучка, «моталочки», «верёвочки», припадание. Поворот на месте «точка», бег в повороте, двигаясь по диагонали зала.

Сценические танцы: «Солнце встало высоко», «Коляда», «Лесной хоровод» разучиваем любой на выбор педагога, в зависимости от возможностей обучающихся.

#### 4.2. Патриотический танец.

Белорусский народный танец очень удобен для обучения детей по своему лексическому материалу.

Беседа «Великая победа!».

Разучивание основных положений рук, элементов и движений танца, притопы одинарные и тройные с наклоном, подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции, тройные подскоки, подскоки с продвижением вперед и назад, выбрасывание ног на каблук.

Разучивание танцевального этюда либо танца.

#### 5. Импровизация и актёрское мастерство.

Раздел, помогающий развить в воспитанниках: внимание, воображение, ассоциативную память, чувство правды и навыки актёрского мастерства. Игры развивающие артистичность, наблюдение за походками людей и копирование пластикой, пантомимические этюды на воображение «Во дворе», «Осень», «Домашние животные».

Этюды под музыку на заданную тему: «Новогодняя сказка» (используя выученные движения изобразить Снеговика, Снегурочку, снежинку и т.д.)

#### 6. История хореографического искусства.

Происхождение танца и хореографии. Танец эпохи первобытно-общинного строя. Танец в культуре древних цивилизаций.

Танцевальный фольклор. Народный танец - исток хореографической культуры народов.

Бытовые танцы, салонные танцы, современные балльные танцы.

Беседа по книге А. Дешковой «Загадки Терпсихоры»; «Вступление в балет». М. Тальони и первые пуанты; видеопросмотр отрывков балетных спектаклей.

#### 7. Репетиции и постановка танцев.

7.1. Постановка танцев. Разучивание движений к танцу, постановка танцевального номера: «Исповедь», «Ягодка-малинка», «Вальс-цветов» или других в зависимости от фантазии педагога и возможностей ребят.

#### 7.2. Репетиции.

Отработка готовых номеров в танцевальном зале и на сцене, подготовка к концертным выступлениям.

#### 8. Сценическая практика.

Неотъемлемая часть учебного процесса в подготовке юного артиста, развивающая его смелость, выразительность и артистичность. Первые выступления для родителей.

По окончании 1-го года обучения воспитанники должны:

- знать основы музыкальной грамоты;
- уметь ориентироваться в пространстве;
- знать основные движения русского и белорусского танцев;
- уметь держать правильную осанку;
- уметь работать в группе.

## 2 год обучения.

### Учебно-тематический план.

Тема	Общее количество часов	Теоретические (час)	Практические (час)
1.Теоретические сведения.	2	2	-
2.Партерная гимнастика и ритмика			
2.1. Ритмика.	12,5	2,5	10
2.2.Партерная гимнастика.	17,5	2,5	15
3. Классический танец.			
3.1.Упражнения у палки.	23	3	20
3.2.Упражнения на середине зала	22	2	20
3.3.Закрепление упражнений	20	-	20
4.Народносценический танец.			
4.1 Русский танец	22	2	20
4.2 Хоровод	17	2	15
5.Импровизация и актёрское мастерство.	6	-	6
6.История хореографического искусства.	4	4	-
7.Репетиции и постановка танцев.			
7.1.Постановка танцев.	20	-	20
7.2. Репетиции	20	-	20
8.Сценическая практика.	30	-	30
Итого.	216	20	196

## Содержание программы.

### 1. Теоретические сведения.

Задачи 2-го года обучения. Правила поведения в коллективе. Права и обязанности воспитанников. Техника безопасности.

### 2. Партерная гимнастика и ритмика.

2.1 Ритмика. Определение и передача в движении: характера музыки, темпа, метроритма, размеров 2/4; 3/4.

Упражнения на развитие ориентации в пространстве: положения в парах, свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну, построение из круга в одну шеренгу, в две, три, четыре.

Упражнения на развитие мышечного чувства и отдельных групп мышц: разведение рук в стороны с напряжением; напряжение и расслабление мышц шеи; напряжение и расслабление мышц плечевого пояса, корпуса.

### 2.2 Партерная гимнастика.

Разминка, повторение и закрепление упражнений 1 -го года обучения. Усложнение выученного (ускорение темпа исполнения упражнений, добавление более сложных элементов.). Большое количество упражнений развивающих гибкость.

### 3. Классический танец.

#### 3.1 Упражнения у палки. Повторение и закрепление упражнений 1-го года обучения.

Простейшие комбинации упражнений, ускоренный темп исполнения.

Изучение батман ффраппе, батман фондю, релелеян на 45 , батман тандю жете пике, тан релеле партер, батман дубль ффраппе, релеле на полупальцы, пти батман, перегибы корпуса, гранд батман жете.

#### 3.2 Упражнения на середине зала.

3-е пордебра; позы круазе, эфассе, экарте; батман тандю, плие, батман тандю жете, ронд де жамб партер, батман ффраппе, батман фондю, релелеян на 45; Прыжки соте, шанжман де пье.

#### 3.3 Закрепление упражнений.

Повторение и закрепление выученного, работа над техникой исполнения.

### 4. Народно-сценический танец.

#### 4.1 Русский танец.

Продолжение разучивания элементов и движений русского танца. Особое внимание уделяется движениям рук. На основе изученных элементов вводятся небольшие танцевальные комбинации, что способствует развитию координации движений.

Основные движения русского танца: простой шаг назад, переменный тройной шаг, переменный шаг с каблука, медленный русский ход, шаркающий шаг, припадание по 3-й позиции, тройные переступания, мужской шаг с каблука, присядка вперёд по 6-й позиции с выносом ноги на каблук, «мячик» - с одинарным хлопком впереди, быстрый бег в ритмическом разнообразии. Танцевальный этюд из выученных движений. Разучивание танцев «Катюша» или «Кадриль» на выбор педагога, в зависимости от возможностей обучающихся.

#### 4.2 Хоровод.

Разучивание элементов и движений хороводного шага, спина, руки, плавность выполнения танцевальных элементов. Разучивание хоровода «Метелица», «Веретенце», «Озера» на выбор педагога, в зависимости от возможностей обучающихся.

#### 5. Импровизация и актёрское мастерство.

Разучивание игры, развивающей умение импровизировать и работать в группе дружно и сплочённо.

Продолжаем играть в игру, развивающую воображение ребят.

Пантомимические этюды на заданные темы, с использованием выученных движений под музыку.

#### 6. История хореографического искусства.

Первые балеты и их назначение. Ведущие хореографы. Единство в балетном спектакле сценарной, музыкальной, сценографической и хореографической драматургии.

Термин - либретто. Изучение либретто известных балетов «Лебединое озеро», «Щелкунчик», «Жизель», «Дон Кихот».

Видеопросмотр балета «Дон Кихот» сравнение лексики балета с либретто, дискуссия после просмотра.

#### 7. Репетиции и постановка танцев.

Пополнение репертуара новыми постановками: «Озеро», «Исповедь», «Золотая рыбка» - на выбор педагога, из перечисленных либо другими в зависимости от фантазии педагога и возможностей детей.

#### 8. Сценическая практика.

Выступления на различных сценических площадках города, применение умений и навыков, полученных в коллективе, на практике.

По окончании 2-го года дети должны:

- уметь передавать в движении характер и темп музыки;
- уметь перестраиваться в простые рисунки танца (круг, линии, колонны);
- знать основные движения украинского и итальянского танцев;
- иметь правильную осанку;
- уметь правильно выполнять основные упражнения классического танца у палки.

### 3 год обучения.

#### Учебно-тематический план.

Тема	Общее количество часов	Теоретические (час)	Практические (час)
1 .Теоретические сведения.	2	2	-
2. Партерная гимнастика	20	-	20
3. Классический танец.			
3.1. Упражнения у палки.	20	2	18
3.2. Упражнения на середине зала	20	2	18
3.3. Закрепление упражнений	20	-	20
4.Народносценический танец.			
4.1 Итальянский танец	20	2	18
5. Современный танец			
5.1 Джаз-танец	30	5	25
5.2 Модерн-танец	30	5	25
6.Импровизация и актёрское мастерство.	4	-	4
7. История хореографического искусства.	4	4	-
8. Репетиции и постановка танцев.			
8.1. Постановка танцев.	30	-	30
8.2. Репетиции	30	-	30
9. Сценическая практика.	40	-	40
Итого.	270	22	248

\

## Содержание программы.

1. Теоретические сведения. Задачи 3-го года обучения. Права и обязанности воспитанников. Правила поведения в коллективе. Техника безопасности.

### 2. Партерная гимнастика.

Партерная гимнастика. Повторение выученного за 2-й год обучения, усложнение упражнений. Разучивание новых упражнений, развивающих выворотность, танцевальный шаг, гибкость, силу и выносливость; подвижность стоп, тазобедренного и голеностопного суставов.

### 3. Классический танец.

#### 3.1 Упражнения у палки.

Повторение и закрепление выученного за 2-й год обучения. Основные правила движений у станка, координация рук, ног, головы в движении. Упражнения: ронд де жамб анлер, батман релеве лян на 90, батман сутеню на 45, ронд де жамб партер на плие андеор и андедан, гранд батман жете пике, батман девлоппе. Упражнения на полупальцах: пти батман, батман фондю, батман фраппе и дубль фраппе.

#### 3.2 Упражнения на середине зала.

Повторение и закрепление выученного за 2-й год обучения. Разучивание упражнений: тан лие, 4-е и 5-е пор де бра. Позы классического танца на 45, а затем на 90 градусов: аттитюды, арабески. Элементарное адажио, па-де-буре. Прыжки: па эшаппе на 2-ю позицию, па ассамбле, па балансе, сиссон семпл, па жете. 3.3 Закрепление упражнений. Повторение и закрепление упражнений, работа над техникой.

### 4. Народно-сценический танец.

4.1 Итальянский танец. Изучение итальянского сценического танца строится на движениях «Тарантеллы», которая обрела определённую форму, и в то же время довольно близка к народной. Исполнение этого танца требует высокой техники, яркой выразительности корпуса, чёткой координации движений.

Элементы и движения танца «Тарантелла»: положения рук и ног, движения с тамбурином; шаг с ударом носка по полу, с одновременным подскоком на опорной ноге на месте и с продвижением назад, бег на месте с продвижением вперёд, перескоки с ноги на ногу, шаг с подскоком и одновременным броском и сгибанием ноги в колене, подскоки в полуприседании на полупальцах по 3-й позиции на месте и в повороте, соскок двумя ногами во вторую позицию с подниманием ноги перед собой накрест другой, маленькие броски с поочерёдными ударами носком и каблуком по полу.

Разучив движения, комбинируем их и составляем этюд или танцевальный номер.

### 5. Современный танец.

#### 5.1 Основы джаз-танца.



Владение техникой джазового танца позволяет глубже выразить эмоциональные и социальные переживания, использовать в танце естественные движения человека.

Партер-джаз. Проработка на полу всех основных положений ног и корпуса. Закрепление мышечных ощущений, не свойственных при исполнении классического и народного танцев. Положение контракции и релаксации в положении лёжа и сидя, маленькие мостики и разножки. Сокращения и круговая работа стоп по 6-й и 5-й позициям. Растяжки лёжа и сидя.

## 5.2 Модерн танец.

Развёрнутая разминка у палки на материале танца модерн : батман тандю, плие, жете, ронд, адажио, гранд жете (простейшие комбинации).

Разучивание различных танцевальных комбинаций на середине зала. Импровизация под музыку используя технику release, создание определённого образа.

## 6. Импровизация и актёрское мастерство.

Упражнения на развитие художественно-творческих способностей: «ветерок и ветер», «клоуны», «жонглёры», «кузнецы». Танцевальные импровизации на музыку выбранную педагогом. Сочинение этюдов под музыку на темы: «под дождём», «трусливый заяц», «на речке» и. т. д.

## 7. История хореографического искусства.

Танец и пантомима. Виды современного сценического танца: классический, народно-сценический, историко-бытовой, эстрадный, свободная пластика и. т. д.

Развитие танца от фольклора к современной пластике. Просмотр видеоматериалов и обсуждение.

Новые течения в хореографии. «Шоу Ривер данс» - просмотр видеоматериала.

## 8. Репетиции и постановка танцев.

Пополнение концертного репертуара группы новыми постановками: «Золотая ярмарка», «Рок-н-ролл», «Вальс Победы», «Современный ритм» и др. Работа над техникой исполнения номеров в танцзале и на сценической площадке.

## 9. Сценическая практика.

Применение полученных знаний умений и навыков на практике. Привитие сценической культуры (внешний вид, поведение на сцене и за кулисами). Развитие «сценической» смелости.

По окончании 3-го года дети должны:

- уметь определять структуру музыкального произведения;
- уметь ориентироваться в пространстве перестраиваться в любые рисунки;

- владеть методикой исполнения упражнений классического танца у станка и на середине зала;
- знать и уметь исполнять движения немецкого и греческого танца, имея представление о характере и манере исполнения данных танцев;
- знать основы овладения техникой джаз-танца;
- владеть культурой движения рук;
- иметь представление о выразительных средствах хореографии;
- знать происхождение изучаемых танцев.

Методическое обеспечение программы

### **Основные формы и методы работы**

Основные методы, направленные на достижение цели и выполнение задач:

- метод сенсорного восприятия- просмотры видеофильмов о балетных школах, прослушивание аудиозаписей.
- словесный метод - рассказ нового материала; беседа о коллективе, выпускниках и. т. д.; дискуссия о прошедшем выступлении на концерте.
- наглядный метод- личный пример педагога, так как невозможно объяснить словами движение, не показав его правильного исполнения, а так же видеопросмотр выступлений профессиональных коллективов
- практический метод - самый важный, это работа у станка, тренировка упражнений на середине зала, репетиции. • метод стимулирования деятельности и поведения - соревнование, поощрение, создание ситуации успеха.

Основная форма занятия - групповая. Чаще всего это комплексное занятие включающее в себя изучение нового материала, повторение пройденного, а так же творческие задания по актёрскому мастерству и импровизации.

Процесс обучения строится на 3-х основных этапах усвоения учебного материала:

- Ознакомление. Объяснение правил изучаемого упражнения, либо рассказ о сюжете нового танца; затем демонстрация упражнения, либо движения в правильном исполнении.
- Тренировка. Процесс самостоятельного осмысления движения или упражнения ребёнком, затем работа над техникой исполнения и работа над синхронностью исполнения движений всеми участниками группы.
- Применение. Использование полученных знаний, умений и навыков, участие в конкурсах и фестивалях, выступление на концертах.

Типы учебных занятий в хореографическом коллективе

- Усвоение новых знаний - теоретическая часть занятия, практическое занятие, занятие-беседа, занятие-лекция, занятие-экскурсия, занятие-игра.
- Применение усвоенных знаний - практическое занятие, занятие-игра, репетиция, импровизация, концерт.
- Для выявления результатов реализации программы использую такие формы промежуточной и итоговой аттестации: зачёт - открытое занятие, экзамен, отчётный концерт коллектива.

Зачёт и экзамен проходят в форме «класс - концерта», на котором присутствуют родители детей, воспитанники других групп и все желающие. Творческий рост моих воспитанников отражается в успешных выступлениях на фестивалях и конкурсах.

### **Условия реализации программы.**

#### **Материально-техническое обеспечение**

- Наличие оборудованного зала для занятий. В зале должны быть: зеркала, станок, палас, аудио и видеоаппаратура.
- Наличие у детей специальной формы для занятий ( у мальчиков шорты и футболка, у девочек купальник-трико, либо купальник для занятий и юбочка).
- Музыкальное сопровождение (наличие аудиозаписей, кассеты, диски)
- Наличие сценических костюмов для концертных номеров.

#### **Программно-методическое обеспечение**

- Методические разработки, литература по хореографическому искусству;
- Литература по педагогике и психологии;
- Методические видеоматериалы различных направлений хореографии.
- Видеозаписи балетных спектаклей и выступлений профессиональных коллективов народного танца и современной хореографии.

### Список литературы для педагога:

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца.- Л.: Искусство, 1983.
2. Богаткова Л. Хоровод друзей. - М.: Детгиз, 1957.
3. Боголюбская М. Музыкально-хореографическое искусство в системе эстетического и нравственного воспитания. - М., 1986.
4. Ваганова А. Основы классического танца.- Л.: Искусство, 1960.
5. Ванслов В. Балеты Г. Григоровича и проблемы хореографии.-М.: Искусство, 1968.
6. Голейзовский К. Образы русской народной хореографии.- М.: Искусство, 1964.
7. Давыдов В. Проблемы развивающего обучения.- М., 2004.
8. Жданов Л. Вступление в балет.- М.: Планета, 1986.
9. Захаров В. Радуга русского танца.- М.: Сов. Россия, 1986.
10. Климов А. Основы русского народного танца.- М.: Искусство, 1981.
11. Конен В. Рождение джаза.- М., 1984.
12. Королёва Э., Курбет В., Мардарь М. Молдавский народный танец.- М.: Искусство, 1984.
13. Костровицкая В. 100 уроков классического танца.- Л.: Искусство, 1981.
14. Кристи Г. Основы актёрского мастерства.- М.: Советская Россия, 1970.
15. Михайлова М. Развитие музыкальных способностей детей. - Ярославль, 1997.
16. Пасютинская В. Волшебный мир танца.- М.: Просвещение, 1985.
17. Прибылов Г. Методические рекомендации и программа по классическому танцу для самодеятельных коллективов.- М., 1984.
18. Ромм В. Большой театр Сибири.- Новосибирск, 1990.
19. Смирнов И. Искусство балетмейстера.- М.: Просвещение, 1986.
20. Ткаченко Т. Народные танцы.- М.: Искусство, 1975.
21. Устинова Т. Избранные русские народные танцы. - М.: Искусство, 1996.
22. Чижова А. Берёзка.- М.: Советская Россия, 1972.
23. Шишкина-Фишер Е. Немецкие народные календарные обряды, обычаи танцы и песни.- М.: Готика, 2000.

24. Ярмолевич Л. Принципы музыкального оформления урока классического танца.- М.: Искусство, 1968.

**Список литературы для обучающихся:**

1. Дешкова И. Загадки Терпсихоры.- М.: Детская литература, 1989.
2. Жданов Л. Вступление в балет.- М.: Планета, 1986.
3. Пасютинская В. Волшебный мир танца.- М.: Просвещение, 1986.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 520251343390373548250310750880108285629354443859

Владелец Кузнецова Елена Геннадьевна

Действителен с 23.05.2025 по 23.05.2026