

**УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА ХАБАРОВСКА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ Г.ХАБАРОВСКА
«ЦЕНТР ВНЕШКОЛЬНОЙ РАБОТЫ
«ПЛАНЕТА ВЗРОСЛЕНИЯ»**

Принято
на заседании
Педагогического совета ЦВР
«Планета взросления»
Протокол № 04 от 27. 04. 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ДО
ЦВР «Планета взросления»
 Е.Н. Савельева



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«Махаон»**

уровень освоения – стартовый, базовый, продвинутый
возраст обучающихся 5 - 18 лет
срок реализации 6 лет

Составитель:
Шестакова О.М.,
педагог доп. образования;
Реброва О.А., методист

г. Хабаровск, 2026

Раздел 1. Комплекс основных характеристик ДООП

1.1 Пояснительная записка

Направленность программы—художественная

Направление – хореография

Уровень программы- разноуровневая.

Срок реализации – 6 лет.

Форма реализации – очная, групповая

Данная программа направлена на эстетическое воспитание учащихся, на развитие художественно-творческого потенциала личности посредством хореографии.

Программа является разноуровневой линейного способа реализации. Реализация данной программы дополнительного образования по хореографии позволяет говорить о наличии в ансамбле выстроенной системы разноуровневого подхода к обучению хореографии. Актуальность использования данного подхода растет год от года и обусловлена объективными изменениями, происходящими в обществе.

Нормативно-правовая база программы разработана в соответствии со следующими документами:

- Федеральным Законом от 29 декабря 2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации».
- Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022г. № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года».
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- Приказом Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09-3242).
- Распоряжением Министерства образования и науки Хабаровского края от 26.09.2019 г. № 1321 «Об утверждении методических рекомендаций «Правила персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в городском округе, муниципальном районе Хабаровского края».
- Приказом КГАОУ ДО «Центр развития творчества детей Хабаровского края» МРЦ ДО от 27 мая 2025 г № 220П «Об утверждении Положения о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе, реализуемой в Хабаровском

крае».

- Уставом МАУ ДО ЦВР «Планета взросления».

В современных условиях социально-культурного развития общества главной задачей образования становится воспитание растущего человека как культурно-исторического объекта, способного к творческому саморазвитию, самореализации и саморегуляции. В концепции художественного образования, указывается, что в процессе гуманизации и гуманитаризации образовательной школы и центра дополнительного образования дисциплины художественного цикла должны переместиться в центр изучения, так как обладают невостребованным воспитательным потенциалом.

Предмет хореография способствует гармоничному развитию детей, учит их красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивает физическую силу, выносливость, ловкость и смелость.

Актуальность программы. Наблюдения и специальные исследования показали, что специфика обучения хореографии связана с постоянной физической нагрузкой, но сама по себе нагрузка не имеет для ребенка воспитательного значения. она должна быть совместима с творчеством, с умственным трудом и эмоциональным выражением. Задача педагога хореографа - воспитать в детях стремление к творческому самовыражению, к грамотному овладению эмоциями, пониманию прекрасного.

Программа дополнительного образования детей "Махаон" направлена на свободное развитие личности ребенка, креативной компетентности, на формирование и развитие желания к продолжению образования и профессиональному самоопределению.

Новизна программы заключается в том, что включенные в репертуар программы танцы народов Дальнего Востока имеют огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпохах также необходимо, как и изучение грамоты и математики. В этом и заключается основа национального характера, любовь к своему краю, своей родине. Программа способствует развитию личностных качеств, а также освоению учащимися определенных правил поведения в танцевальном классе и на сцене, опыта концертных выступлений, развитию коммуникативных умений и навыков в общении со сверстниками и взрослыми. Большое внимание уделяется постановочной, репетиционной работе, а также выделены часы для индивидуальных занятий, необходимых для создания малых форм и сольных номеров.

Особенности реализации программы:

Освоение материала происходит в процессе практической творческой деятельности. Метод комбинированных движений, переходящих в небольшие учебные этюды. Такой прием предполагает постоянное повторение пройденных тем.

Тематическая направленность программы позволяет наиболее полно реализовать творческий потенциал ребенка, способствует развитию целого комплекса умений, совершенствованию технических и физических навыков. Помогает реализовать потребность в общении

Программа предусматривает использование комплекс воспитательных мероприятий: встречи с интересными людьми, посещение театров, музеев, открытых занятий и отчетных концертов других хореографических коллективов, ансамблей. Совместную работу педагога, родителей и детей.

Адресат программы:

Данная программа предназначена для детей 5-18 лет. В процессе обучения хореографическому искусству необходимо учитывать возрастные психофизиологические особенности, природные данные. Необходимо учитывать динамику физиологического развития ребенка. Возникающие в связи с этим проблемы и их решение на каждом возрастном этапе. В ансамбль принимаются все желающие дети с 5-летнего возраста без ограничений и независимо наличия у них природных и специальных физических данных.

Стартовый уровень: 5-7 лет (этот уровень ориентирован на учащихся, не имеющих навыков в хореографическом искусстве), все учащиеся допускаются к занятиям при наличии медицинской справки от врача – педиатра.

Организация учебного процесса:

В неделю на группу выделяется 6 часов, 258 часов в год. Занятие для детей 5-8 лет проходит по схеме 30-10-30; 9 – 18 лет по схеме 40-10-40. Во время перемены проводятся игры на восстановление дыхания и восстановление работоспособности мышц. Данная программа предусматривает проведение занятий в дистанционной форме на следующих платформах: видеохостинг Rutube.ru, видеоконференции VIDEOMOST.com, Telegram.

Форма организации занятий:

- групповая;
- индивидуальная;
- сводные репетиции.

Форма проведения занятий:

- беседа;
- сюжетно-образная игра;
- игры на импровизацию;
- подготовка к концертному выступлению;
- репетиции (сводные репетиции);
- концертное выступление.

Методы:

- словесные (объяснение, беседа, рассказ, анализ музыкального и художественного произведения);
- наглядный - показ педагогом движений;

- практический - упражнения, тренинг, репетиция, концерт.

Программа объединяет несколько направлений хореографического искусства:

- классический танец;
- народный танец;
- эстрадный танец, современный танец.
- импровизация и актерское мастерство;
- репетиционно-постановочная работа.

Стартовый уровень

Цель и задачи программы

Цель: развитие творческой личности ребёнка и его духовно-нравственных качеств средствами хореографического искусства.

Задачи программы:

1. Личностные:

- Формировать устойчивый интерес к занятиям хореографией и потребность в творческом самовыражении.
- Способствовать развитию личностных качеств: трудолюбия, целеустремлённости, дисциплинированности и ответственности.
- Воспитывать эстетический вкус, уважение к национальной культуре и традициям русского танцевального фольклора.
- Создавать условия для формирования положительной самооценки и уверенности в себе через сценические выступления.

2. Предметные:

- Познакомить с основами музыкальной грамоты (темп, ритм, характер музыки) и научить согласовывать движения с музыкальным сопровождением.
- Научить базовым элементам партерной гимнастики для развития физических данных (гибкость, выворотность, прыжок).
- Освоить простейшие элементы классического экзерсиса у станка и на середине зала, а также базовые шаги народных танцев (хоровод, полька).
- Сформировать первоначальные навыки анализа танцевальной композиции (умение видеть и понимать связь музыки и движения).
- Развивать воображение и фантазию в процессе импровизации и создания простых этюдов.

3. Метапредметные:

- Регулятивные универсальные учебные действия (УУД): учить ставить учебную задачу (например, разучить движение), планировать свои действия для её выполнения и оценивать результат.

- Познавательные УУД: развивать умение анализировать музыку и движение, находить сходства и различия, работать с информацией на занятиях.
- Коммуникативные УУД: формировать умение работать в паре и коллективе (в хороводе, групповых танцах), договариваться, слушать партнёра и педагога.
- Повышать общую мотивацию к познавательной деятельности, что является основой для успешного обучения в школе.

Учебный план 1год обучения

Основные программы	разделы	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		Теория	Практик а	Всего	
Раздел I. Чудо-ритмика					
1.1.	Партерная гимнастика	10	20	30	
1.2.	Изучение характера Музыкальных произведений	8	12	20	
1.3.	Ритмические игры	8	12	20	
1.4.	Ориентировка в пространстве упражнения с предметами	10	10	20	
Раздел II. Элементы детской хореографии					
2.1.	Полька	10	10	20	
2.2.	Танец с игрушками	10	10	20	
Раздел III. Азбука русского танца					
3.1.	Хоровод	10	15	25	
3.2.	Хлопушки-топотушки	10	15	25	

3.3. Этюд	10	10	20	
Раздел IV. Творческая деятельность		22	22	
Раздел V. Работа в летний период	10 ч.	26 ч.	36 ч.	
Итого:	96ч	162ч	258ч	

Содержание программы. 1 год обучения

Раздел I. Чудо-ритмика

Тема 1.1. Партерная ритмическая гимнастика

- **Теория:** Знакомство с понятием «партер» (упражнения на полу). Изучение правил безопасности при выполнении упражнений. Обсуждение важности правильной осанки, постановки корпуса, ног и рук в базовых позициях. Понятие о мышечном тонусе, гибкости и растяжке.

- **Практика:** Выполнение комплекса упражнений на ковриках: наклоны, махи ногами, упражнения на развитие гибкости позвоночника («кошечка», «лодочка»). Отработка выворотности ног из положения сидя и лежа. Упражнения на укрепление мышц спины и пресса.

Тема 1.2. Изучение характера музыкальных произведений

- **Теория:** Слушание музыки разного жанра и характера (марш, вальс, полька, колыбельная). Анализ музыкальных произведений: определение темпа (быстрый/медленный), динамики (громко/тихо) и настроения (веселое, грустное, торжественное).

- **Практика:** Передача характера прослушанной музыки через движение. Например, маршировать под военный марш, плавно кружиться под вальс, делать легкие прыжки под польку. Игры типа «Угадай настроение музыки».

Тема 1.3. Ритмические игры

- **Теория:** Понятие ритма как основы музыки. Изучение простейших ритмических рисунков (четвертные, восьмые ноты) с помощью хлопков и прохлопывания мелодий. Понятие сильной доли такта.

- **Практика:** Прохлопывание и протопывание заданных ритмов. Игра в «Эхо», где педагог задает ритм, а дети повторяют. Использование шумовых инструментов (маракасы, бубны, ложки) для воспроизведения ритма.

Тема 1.4. Ориентировка в пространстве и упражнения с предметами

- **Теория:** Изучение основных направлений движения в зале: вправо, влево, вперед, назад, по кругу, враспынную. Правила перестроения из одной фигуры в другую. Техника безопасности при работе с предметами.
- **Практика:** Движение по залу в соответствии с музыкальными фразами. Работа с предметами: выполнение простых манипуляций с платочками (восьмерки, взмахи), лентами («змейка»), мячами (перекаты, броски вверх).

Раздел II. Элементы детской хореографии

Тема 2.1. Полька

- **Теория:** История происхождения танца «полька». Характеристика музыки: быстрый темп, размер 2/4. Изучение базовой терминологии: приставной шаг, переменный шаг.
- **Практика:** Разучивание базовых шагов польки по прямой линии и по кругу. Соединение шагов в простые танцевальные комбинации.

Тема 2.2. Танец с игрушками

- **Теория:** Создание игрового образа. Как передать характер игрушки (например, неуклюжего мишки или легкой бабочки) через пластику тела. Взаимодействие с воображаемым партнером-предметом.
- **Практика:** Импровизационные этюды с использованием игрушек (кукла, мячик). Постановка простого сюжетного танца, где ребенок танцует с любимой игрушкой.

Раздел III. Азбука русского танца

Тема 3.1. Хоровод

- **Теория:** Что такое хоровод как форма народного гуляния. Основные виды построений (круг, змейка, «стеночка»). Песенное сопровождение русских народных песен.
- **Практика:** Разучивание простейших хороводных шагов. Движение по кругу, держась за руки. Расширение и сужение круга. Простейшие игровые хороводы.

Тема 3.2. Хлопушки-топотушки

- **Теория:** Роль дробей (выстукиваний ногами) и прихлопов в русском танце. Понятие синкопированного ритма. Демонстрация педагогом базовых элементов.
- **Практика:** Отработка простых прихлопов на месте и с продвижением. Изучение базовых хлопков перед собой, над головой, по бедрам. Комбинации из двух-трех элементов.

Тема 3.3. Этюд

- **Теория:** Понятие «этюд» — это маленькая зарисовка, сценка. Выбор сюжета (например, «Куклы проснулись», «Листопад»). Подбор музыкального материала, соответствующего образу.
- **Практика:** Разработка и постановка собственного мини-танца. Работа над выразительностью жестов, мимикой и эмоциональным исполнением своего этюда.

Раздел IV. Творческая деятельность

- **Теория:** Основы композиции. Как выстроить танец от начала до конца. Понятие кульминации. Репетиционный процесс: важность многократного повторения для закрепления материала.
- **Практика:** Постановочная работа над номерами для участия в открытых уроках и концертах. Совместный выбор костюмов, образов. Многократные прогоны и репетиции номеров.

Раздел V. Работа в летний период

- **Теория:** Повторение пройденного материала. Просмотр видеозаписей своих выступлений для анализа ошибок. Психологическая подготовка к выступлению на сцене (как справиться с волнением).
- **Практика:** Интенсивная репетиционная работа над итоговым отчетным концертом. Генеральные репетиции в концертном костюме. Участие в показательных выступлениях.

Прогнозируемый результат

Прогнозируемые результаты по итогам 1 года обучения

Личностные:

- **Интерес и уверенность:** проявление устойчивого интереса к танцу, преодоление стеснения.
- **Дисциплина:** умение слушать педагога и соблюдать правила поведения в зале.

Предметные (что будет уметь):

- **Музыкальность:** различать темп и характер музыки, двигаться в ритм.
- **Танцевальная база:** выполнять базовые элементы гимнастики, знать основные позиции рук и ног. Освоить шаги польки и хоровода.
- **Пространство:** свободно ориентироваться в танцевальном зале (двигаться по кругу, в рассыпную).

Метапредметные:

- **Применение знаний:** способность применять теоретические знания о музыке на практике.
- **Работа в коллективе:** умение взаимодействовать с другими детьми в паре и группе, синхронизировать движения.

Базовый уровень

Задачи:

Личностные

- Формирование устойчивого интереса к хореографическому искусству и потребности в творческом самовыражении.
- Развитие трудолюбия, дисциплинированности, ответственности и сценической культуры.

- Воспитание самостоятельности в работе над техникой движения и артистизма при исполнении танцевальных композиций.

Предметные

- Освоение и совершенствование элементов классического экзерсиса у станка и на середине зала.
- Развитие профессиональных данных: координации, гибкости, выносливости и прыжковой техники.
- Изучение более сложных движений народного, характерного и современного танца.
- Приобретение навыков соединения отдельных движений в целостные танцевальные комбинации и этюды.
- Углубление знаний музыкальной грамоты и умения точно передавать музыкальный рисунок в движении.

Метапредметные

- Развитие способности запоминать и воспроизводить сложные пространственные и ритмические рисунки.
- Совершенствование навыков работы в ансамбле, умение синхронно выполнять движения в группе.
- Формирование умения анализировать свою работу и работу других, находить и исправлять ошибки.

Учебный план 2 год обучения

№ п/п	Название раздела, блока, модуля	Количество часов			Формы контроля / аттестации
		Всего	Теория	Практика	
Раздел 1. Учебно-тренировочная работа					
1	Азбука музыкального движения (замена)	30	4	26	Урок-зачет
2	Основы классического танца	31	5	26	Урок-зачет
3	Элементы народно-сценического танца	31	5	26	Урок-зачет
4	Элементы эстрадного танца	31	5	26	Урок-зачет
5	Детский игровой стрейчинг	31	5	26	Самостоятельная работа
Раздел 2. Специальная танцевально-художественная подготовка					
6	Постановочная работа (концертные номера)	33	6	27	Самостоятельная работа
7	Репетиционная работа (отработка номеров)	33	6	27	Самостоятельная работа
Раздел 4. Работа в летний период					
8	Работа в летний период (пленэр, отчетный концерт)	36	6	30	

№ п/п	Название раздела, блока, модуля	Количество часов			Формы контроля / аттестации
		Всего	Теория	Практика	
	Итого за год	258	39	219	

Содержание второго года обучения

Второй год обучения является базовым этапом, на котором происходит закрепление и усложнение полученных ранее знаний. Основное внимание уделяется развитию профессиональных данных, технической базе классического танца и расширению танцевального репертуара.

Тема 1. Азбука музыкального движения (продвинутый уровень)

- **Теория:** Углубленное изучение музыкальной грамоты: размер 3/4 (вальсовый), понятие фразировки в музыке, более сложные ритмические рисунки.
- **Практика:** Соединение простых шагов в небольшие танцевальные комбинации. Работа над выразительностью движений. Изучение танцевальных игр с более сложными правилами.

Тема 2. Основы классического танца

- **Теория:** Знакомство с основными позициями рук (подготовительная, первая, вторая) и их ролью в создании образа. Правила выполнения экзерсиса у станка.
- **Практика:** Освоение базовых элементов экзерсиса:
 - **У станка:** Demi-plié (деми-плие) и grand plié (гранд-плие) по всем позициям, Battement tendu (батман тандю), Battement tendu jeté (батман тандю жете).
 - **На середине зала:** Простейшие port de bras (пор де бра), изучение позиций ног в движении, маленькие прыжки (temps levé).
 - Развитие выворотности, гибкости и эластичности стопы.

Тема 3. Элементы народно-сценического танца

- **Теория:** Знакомство с историей и характером русского народного танца. Понятие о сценической обработке народных движений.
- **Практика:** Изучение основных элементов:
 - Простые дробные выстукивания («дробь»).
 - «Верёвочка», «моталочка».
 - Комбинации из пройденных ранее элементов (хлопушки, притопы) в новые танцевальные фразы.
 - Танцевальные композиции на основе русских народных мелодий.

Тема 4. Элементы эстрадного танца

- **Теория:** Характеристика эстрадного танца как синтеза различных стилей (джаз, модерн, акробатика). Роль актерского мастерства в танце.
- **Практика:** Разучивание хореографических комбинаций с четким ритмом и яркой эмоциональной окраской. Включение в танец простых акробатических элементов (кувырки, «колесо»). Постановка небольших эстрадных номеров.

Тема 5. Детский игровой стрейчинг

- **Теория:** Важность разминки перед занятием. Понятие о гибкости и растяжке. Техника безопасности при выполнении упражнений на растягивание.
- **Практика:** Комплекс игровых упражнений, направленных на развитие гибкости позвоночника, подвижности тазобедренных суставов и

эластичности мышц ног. Упражнения выполняются в форме игры или имитации движений животных.

Раздел 6. Постановочная работа

- **Практика:** Подготовка танцевальных номеров для участия во внутренних концертах и открытых уроках. Начальный этап работы над итоговым отчетным концертом (выбор музыки, составление либретто номера).

Тема 7. Репетиционная работа

- **Практика:** Оттачивание чистоты исполнения движений, синхронности в ансамбле и артистизма в уже поставленных номерах. Многократные прогоны концертных программ.

Тема 8. Работа в летний период

- **Теория:** Систематизация знаний за год. Анализ пройденных танцевальных комбинаций. Беседы о великих танцорах и просмотр видеозаписей спектаклей с обсуждением.
- **Практика:** Отработка техники. Повторение основных движений из классики, народного и эстрадного танца. Доведение сложных элементов до чистоты исполнения. Тренировки и репетиции на открытом воздухе для укрепления здоровья и смены обстановки.

Прогнозируемые результаты второго года обучения

Личностные:

- **Развитие:** укреплены трудолюбие, дисциплинированность и сценическая культура.
- **Уверенность:** вырос навык публичных выступлений и артистизм.

Предметные (что умеет):

- **Техника:** освоены базовые элементы классического экзерсиса у станка и на середине зала. Улучшены физические данные (гибкость, координация).
- **Репертуар:** знает и исполняет более сложные танцевальные комбинации в народном и эстрадном танце.
- **Музыкальность:** способен анализировать музыку и передавать её характер через пластику.

Метапредметные:

- **Память и внимание:** может запоминать и воспроизводить более длинные и сложные последовательности движений.
- **Работа в коллективе:** умеет синхронно работать в ансамбле, сохраняя рисунок танца.

Учебный план 3 год обучения

№ п/п	Название раздела, блока, модуля	Всего	Теория	Практика	Формы контроля/аттестации
1	Учебно – тренировочная работа. Азбука музыкального движения.	30	4	26	Урок-зачет
2	Учебно – тренировочная работа. Основы классического танца.	31	5	26	Урок-зачет

№ п/п	Название раздела, блока, модуля	Всего	Теория	Практика	Формы контроля/аттестации
3	Учебно – тренировочная работа. Элементы народносценического танца.	31	5	26	Урок-зачет
4	Учебно – тренировочная работа. Элементы эстрадного танца.	31	5	26	Урок-зачет
5	Учебно – тренировочная работа. Детский игровой стрейчинг.	33	6	27	Самостоятельная работа
6	Специальная танцевально художественная подготовка. Постановочная работа.	33	6	27	Самостоятельная работа
7	Специальная танцевально художественная подготовка. Репетиционная работа.	31	5	26	Самостоятельная работа
8	Работа в летний период	36	6	30	
	Итого	258 ч.			

Содержание программы 3 год обучения

Азбука музыкального движения

- **Теория:** основы музыкального слуха, базовые элементы ритмики, понятия темпа, метра и ритма, связь музыки и движения.
- **Практика:** упражнения на развитие чувства ритма, координационные и пластические этюды, освоение базовых позиций рук и ног, работа с музыкальными акцентами.

Основы классического танца

- **Теория:** история и эстетика классического танца, терминология (позиции рук и ног), основы балетной осанки, правила безопасности.
- **Практика:** экзерсис у станка и на середине зала (plie, tendu, battement), развитие выворотности, устойчивости, постановка корпуса.

Элементы народносценического танца

- **Теория:** характеристика основных народных танцевальных стилей, особенности костюма и сценического образа, базовая терминология.
- **Практика:** изучение основных элементов (хлопушки, дробы, присядки), работа над характерной пластикой рук и корпуса, разучивание народных танцевальных комбинаций.

Элементы эстрадного танца

- **Теория:** специфика эстрадного танца как сценического жанра, синтез различных танцевальных направлений (джаз, модерн, хип-хоп), основы сценической выразительности.
- **Практика:** освоение базовых шагов и техник эстрадного танца, работа над динамикой и амплитудой движений, разучивание танцевальных связок.

Детский игровой стрейчинг

- **Теория:** понятие растяжки и её значение для танцора, основы анатомии для детей в доступной форме, правила безопасного выполнения упражнений.
- **Практика:** игровые комплексы на развитие гибкости и эластичности мышц, упражнения на подвижность суставов в игровой форме.

Специальная танцевально-художественная подготовка Постановочная работа

- **Теория:** основы композиции танца: идея, драматургия, музыкальное сопровождение. Принципы построения танцевального номера.
- **Практика:** работа над созданием танцевальных этюдов и миниатюр. Разбор структуры номера: экспозиция, завязка, кульминация. Подбор движений под музыку.

Репетиционная работа

- **Теория:** цели и задачи репетиций. Роль самоподготовки. Анализ ошибок и методы их исправления. Взаимодействие в танцевальном коллективе.
- **Практика:** оттачивание техники исполнения. Чистота линий. Синхронность в групповых композициях. Подготовка номеров к показу.

Работа в летний период

В этот период акцент смещается на закрепление пройденного материала в неформальной обстановке. Включает:

- **Теоретические занятия:** повторение терминологии, просмотр и анализ видеозаписей выступлений.
- **Практические занятия:** открытые уроки на свежем воздухе, участие в танцевальных играх и конкурсах, подготовка к летним отчётным концертам или фестивалям.

Прогнозируемые результаты 3 года обучения

Личностные результаты

- Формирование устойчивого интереса к хореографическому искусству и потребности в творческом самовыражении.
- Развитие трудолюбия, дисциплинированности, ответственности и сценической культуры.
- Воспитание самостоятельности в работе над техникой движения и артистизмом при исполнении танцевальных композиций.

Предметные результаты

- Освоение и совершенствование элементов классического экзерсиса у станка и на середине зала.
- Развитие профессиональных данных: координации, гибкости, выносливости и прыжковой техники.
- Изучение более сложных движений народного, характерного и современного танца.

- Приобретение навыков соединения отдельных движений в целостные танцевальные комбинации и этюды.
- Углубление знаний музыкальной грамоты и умения точно передавать музыкальный рисунок в движении.

Метапредметные результаты

- Развитие способности запоминать и воспроизводить сложные пространственные и ритмические рисунки.
- Совершенствование навыков работы в ансамбле, умение синхронно выполнять движения в группе.
- Формирование умения анализировать свою работу и работу других, находить и исправлять ошибки.

Продвинутый уровень

Задачи:

Предметные:

- Расширить и углубить теоретические знания и практические навыки в области классического, народно-сценического и современного танца.
- Совершенствовать исполнительское мастерство, технику и выразительность при исполнении сложных танцевальных комбинаций.

Развивающие:

- Обеспечить условия для дальнейшего развития физических (гимнастических) качеств: гибкости, координации, выносливости и прыжковой техники.
- Развивать психофизические качества (внимание, память, воображение), способствующие успешной творческой самореализации.

Воспитательные:

- Формировать у учащихся высокий уровень духовно-нравственного развития и чувство причастности к историко-культурной общности русского народа и судьбе России.
- Воспитывать сценическую культуру, дисциплинированность, ответственность и трудолюбие.

Учебный план 4 года обучения

п/п	Название раздела	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Введение, инструктажи, правила.	3	1	2	Опрос. Беседа. Игра.

2.	Музыкально ритмические игры.	30	6	24	Выполнения правил игры. Педагогическое наблюдение.
3.	Элементы партерно гимнастики акробатики (ОФП).	33	6	27	Педагогическое наблюдение. Анализ деятельности.
4.	Элементы Классического танца.	30	6	24	Педагогическое наблюдение.
5.	Азбука современной хореографии.	33	6	27	Педагогическое наблюдение. Опрос.
6.	Координация движений. Пространственные перестроения	30	3	27	Педагогическое наблюдение.
7.	Импровизация.	30	6	24	Педагогическое наблюдение.
8.	Репетиционно постановочная работа. Выступления.	33	6	27	Анализ работы. Показ творческих номеров
9.	Работа в летний период	36		36	
	Итого	258	40	218	

Содержание программы 4 год обучения.

1. Введение, инструктажи, правила.

Теория. Знакомство детей с учебным кабинетом, его оборудованием. Экскурсия по Центру внешкольной работы «Планета взросления», правила поведения в учреждении. Инструктаж по правилам техники безопасности на занятиях, пожарной безопасности, санитарии, личной гигиене, правилам дорожного движения.

Практика. Игровой тренинг «Давайте познакомимся».

2. Музыкально-ритмические игры.

Музыкально-ритмическая игра является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей детей, позволяя свободно, красиво и координационно правильно выполнять движения под музыку

соответственно ее структурным особенностям, характеру, метру, ритму, темпу и другим средствами музыкальной выразительности.

Теория. Выразить под музыку или заданный ритм свое образное представление в движениях, связанных с образом зверей, птиц, людей.

Практика. Через танцевальные элементы предложить детям изобразить образы птиц, животных, неодушевленные предметы. Природные явления: море, волны, деревья, цветы. Образ-поезд едет, самолет летит, ракета стартует. Используются приемы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации.

3. Элементы партерной гимнастики, акробатики (ОФП).

Содержание занятий направлено на физическое развитие детей, подготовку костно-мышечного аппарата для занятий танцем. Общая физическая подготовка включает: развитие гибкости, координации, быстроты, прыгучести, формирование правильной осанки.

Теория. Краткие сведения о значении физической культуры на занятиях хореографией. Требования к одежде и обуви. Использование предметов.

Техника безопасности на занятиях. Дисциплина.

Практика:

- элементы и комплексы силовых физических упражнений;
- упражнения на развитие эластичности мышц и подвижности суставов;
- упражнения для стоп;
- упражнения для укрепления мышц ног и брюшного пресса;
- упражнения для разогревания позвоночника скручиванием в сторону;
- упражнения для развития гибкости позвоночника;
- упражнения для мышц спины;
- упражнения для укрепления мышц бёдер;
- упражнения для укрепления голеностопных суставов;
- упражнения для развития гибкости;
- упражнения с предметами;
- подводящие упражнения к продольному шпагату; □ мостик («узкий», «с прямыми ногами»); □ кувырки (в сторону, вперед-назад).

4. Элементы классического танца.

Классическим танцем называют систему тщательно разработанных принципов, правил и технических элементов танцевальных движений, прыжков, вращений и поддержек.

Классический танец начинается с экзерсиса у станка, возле которого проучиваются и отрабатываются базовые упражнения. На их основе строится все занятие. Упражнения и движения экзерсис закладывают основу будущего танцовщика: развивают координацию движения, апломб (устойчивость); постановку корпуса, ног, рук, головы. Выбатывают силу и эластичность мышц, гибкость корпуса. Развивают «выворотность» ног, танцевальный шаг.

Закладывают основу для прыжков. Развивают навыки осмысления и выразительности исполнения движений.

Теория. Поведение в танцевальном классе. Дисциплина. Форма. Беседа о возможном травматизме по неосторожности. Терминология классического танца.

Практика.

- Постановка корпуса у станка и на середине зала;
- Повороты и наклоны головы;
- Releve (подъём на полупальцы);
- Позиции рук;
- Demi plié (полуприседание);
- Battement tendu;
- Passe par terre;
- Demi rond de jambe par terre;
- Battement tendu jette;
- Battement frappe; □ Grand plié;
- Растяжка у станка.

5. Азбука современной хореографии.

Современная хореография – это направление в танце, популярное среди молодежи. Современный танец состоит из огромного количества видов и подвидов танцевальных течений, поэтому считается самым обширным разделом в хореографическом искусстве.

Теория. Знания основных хореографических элементов. Техника выполнения основных элементов. Знание правил разминки, разогрева тела для выполнения основных упражнений. Понятие bounce, contraction и relies, Zunday.

Практика:

- Неактивная растяжка мышц общего воздействия;
- Упражнения stretch характера;
- bounce наклоны;
- Изучение contraction и relies в положении сидя;
- Положение коллапса;
- Свинговые раскачивания;
- Zunday;
- Twist (твист) изгиб плеч • Положение flex (флекс)
- Положение «свастика».
- Положение point
- Кросс
- Прыжки
- Вращения

6. Координация движений. Пространственные перестроения.

Построение и перестроения организует и дисциплинирует коллектив, развивает ориентировку в пространстве. В зависимости от музыкально

образа, дети двигаются в рисунках. Для этого они должны учиться организованно, быстро, точно, без суеты и толкотни, строиться, перестраиваться, а также двигаться, не мешая друг другу, соблюдая рисунок и интервалы.

Теория. Понятие пространственных перестроений: линия, колонна, круг. Понятие «интервал», «рисунок танца».

Практика. Самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, строиться в шеренгу и колонну, в несколько кругов; бег по кругу и по ориентирам «змейкой»; перестроение из одной шеренги в несколько; перестроение «расческа». Отработка навыков двигаться по кругу: лицом и спиной; по одному и в парах. Собираться в маленький круг и расходиться в большой круг. Перестроения из свободного расположения в круг и обратно. Движения в линиях, смены линиями, движение в линиях вправо и влево, вперед и назад. Движения по линии друг за другом, перестраиваясь в круг. Движение в колонне вперед. Движения в колонне на месте: наклоны в стороны через одного и все вместе.

7. Импровизация.

Импровизация (от лат. Improvisus - неожиданный, внезапный) - особый вид хореографического творчества, при котором сочинение происходит непосредственно в процессе исполнения. Импровизация заложена в природу танцевального искусства, собственно танец изначально рождался из импровизации.

Теория: свободное движение под музыку, в основе имитация поведения животных, природных явлений.

Практика:

- Стремление передать в танце настроение, характер;
- Создание образа;
- Построение пластических мизансцен под различные песни (работа по группам)
- Ассоциации на различный музыкальный материал, передача настроения в музыке посредством танцевальной лексики и эмоций учащихся;
- Сочинения сюжетных линий танцевальных постановок.

8. Репетиционно-постановочная работа, выступления.

Теория. Понятия «постановка», «психологические, физические, артистические аспекты подготовки танцевального номера. Инструктаж по виду деятельности. Объясняется правила поведения на выездных выступлениях.

Практика. Разучивание танцевальных комбинаций, построенных на основе изученных танцевальных движениях и выстроенных в законченную форму-танец. Постановки «Погасло», «Очередь».

9. Работа в летний период

Теория: реализация индивидуального или группового творческого проекта под руководством педагога. Учащиеся самостоятельно выбирают тему, музыкальное сопровождение, разрабатывают либретто и хореографический текст небольшого танцевального номера (этюда, миниатюры).

Практика: подготовка и отработка концертного репертуара коллектива для участия в летних культурно-массовых мероприятиях (фестивалях, праздниках города).

Прогнозируемые результаты 4 года обучения (Базовый профессиональный уровень)

Предметные:

- Техника: Освоение сложного экзерсиса у станка и на середине зала. Владение техникой вращений (*pirouettes*) в больших позах, элементами *allegro* (прыжки), основами мелкой техники (*batterie*).
- Физические данные: Значительное развитие профессиональных данных: выворотности, шага, гибкости спины и ног, прыжковой выносливости.
- Музыкальность: Способность точно передавать сложный ритмический рисунок музыки, координировать сложные технические элементы с музыкальными фразами.
- Исполнительское мастерство: Умение создавать сценический образ, демонстрировать артистизм и эмоциональную выразительность при исполнении сольных вариаций и дуэтов.

Метапредметные:

- Регулятивные: Умение самостоятельно планировать репетиционную работу, анализировать свои ошибки и исправлять их без постоянного контроля педагога.
- Познавательные: Навык поиска информации о выдающихся танцорах и балетмейстерах, анализ просмотренных спектаклей.
- Коммуникативные: Эффективное взаимодействие с партнером в партнерном классе и дуэтом танце.

Личностные:

- Сформированность устойчивого интереса к профессии артиста балета/танцовщика.
- Развитие трудолюбия, дисциплинированности и чувства ответственности за результат общего дела.

Учебный план пятого года обучения

/п	Название раздела	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Введение, инструктажи, правила.	3	3		Опрос. Беседа. Игра.
2.	Музыкально ритмические игры.	30	6	24	Педагогическ ое наблюдение.
3.	Элементы партерной гимнастики и акробатики (ОФП).	33	6	27	Выполнение комплекса упражнений Педагогическ ое наблюдение.
4.	Элементы классического танца.	30	6	24	Педагогическ ое наблюдение.
5.	Азбука современной хореографии.	33	6	27	Опрос. Педагогическ ое наблюдение.
6.	CLASSICAL -джаз.	30	3	27	Педагогическ ое наблюдение.
7.	Импровизация.	30	6	24	Анализ работы. Показ творческих номеров
8.	Репетиционно постановочная работа. Выступления.	33	6	27	Анализ деятельности.
9.	Работа в летний период.	36		36	
		58	42	21 6	

Содержание 5 года обучения.

1. Введение, инструктажи, правила.

Теория: Правила поведения в МАУ ДО ЦВР «Планета взросления», познакомиться с внутренними правилами. Инструктаж по Т.Б. в танцевальном классе, пожарной безопасности, санитарии, личной гигиене. Рассказать о целях и задачах коллектива на предстоящий год.

2. Музыкально-ритмические игры.

Теория: Игровая деятельность является ведущим способом познания мира для ребёнка и ключевым инструментом в развитии эмоционального интеллекта и социальных навыков. В игре дети учатся договариваться, лидировать или следовать за лидером, работать в команде и разрешать конфликты. Интеграция музыки и движения через игру позволяет снять психологические зажимы, развить чувство ритма и музыкальность естественным, увлекательным путём, закладывая основу для дальнейшего освоения танцевального искусства.

Практика:

Игры на взаимодействие и внимание:

- **«Танцующий паровозик»** развитие чувства партнёра и синхронности движений. Дети выстраиваются друг за другом, кладут руки на плечи впереди стоящему и повторяют все движения «локомотива» под музыку, стараясь не разорвать цепь.
- **«Делай как я / Танцевальный вызов»:** тренировка внимания и памяти. Ведущий показывает танцевальное движение (жест), следующий игрок его повторяет и добавляет своё. Цепочка растёт с каждым кругом.

Подвижные музыкальные игры:

- **«Кот и мыши» (современный вариант):** игра на реакцию и смену темпоритма. Пока играет спокойная музыка («кот спит»), «мыши» двигаются плавно. Как только музыка меняется на быструю и резкую («кот проснулся»), нужно успеть занять свой «домик» (обруч, коврик).
- **«Лягушки и цапли»:** развитие скорости и координации. На плавную музыку «лягушки» свободно прыгают по залу («болоту»). По сигналу (резкая смена музыки или удар в бубен) появляются «цапли», и задача лягушек — быстро запрыгнуть на любую возвышенность, чтобы их не поймали.

Игры на развитие ловкости и фантазии:

- **«Зеркало»:** работа в парах. Один участник — «человек», другой — его «зеркало». Задача «зеркала» — максимально точно и одновременно повторять все движения партнёра под музыку.
- **«Стоп-кадр / Море волнуется раз»:** развитие воображения и умения владеть своим телом. Под музыку дети импровизируют. Как только музыка останавливается, они должны замереть в самой необычной позе, изображая заданный образ (например, «морскую фигуру»).

- **«Волшебный мешочек»:** стимуляция творческой инициативы. Ребёнок вытягивает карточку с изображением эмоции (радость, удивление, страх) или животного и должен придумать, и показать короткий танец, передающий этот образ.

3.Элементы партерной гимнастики, акробатики (ОФП).

Теория: На занятиях по ОФП развиваются: сила, ловкость, вестибулярная устойчивость; совершенствуются координация и точность движений, быстроты, прыгучести, Занятия проводятся под счет или ритмические хлопки в такт упражнениям. Практика:

- Элементы и комплексы силовых физических упражнений;
- Упражнения для развития гибкости позвоночника и плечевого пояса;
- Наклоны туловища вперед в опоре на танцевальный станок; • Стойка на лопатках с последующим переворотом на одно колено;
- Кувырки в сторону, вперед, назад.
- Шпагаты;
- Упражнения для развития гибкости;
- Упражнения с предметами;
- Боковой шпагат и наклоны в сторону;
- Упражнения на формирование осанки, прыгучести, равновесия, гибкости;
- Упражнения с предметами;
- Мостик («узкий», «с прямыми ногами»);
- Кувырки (в сторону, вперед-назад).

4.Классический танец.

Теория: Повторение терминологии изученной на первом году обучения. Изучение нового материала. Понятия en dechors и en dedans.

- Port de bras;
- Demi plie по всем позициям в комбинации;
- Battement tendu по пятой позиции ног;
- Понятие направлений en dechors и en dedans;
- Demi rond de jamb par terre th dechors и en dedans;
- Растяжка в положении вперед, назад;

5. Азбука современной хореографии.

Теория: закрепление полученных знаний, умений и навыков, полученных в первый год обучения; развитие двигательных навыков, координации, музыкальности, танцевальной выразительности, ориентации в пространстве; формирование художественного вкуса. Понятия: passé, положения flak back, Frust

Практика: овладение основными понятиями и элементами современной хореографии.

- Разогрев у станка;
- Passé;
- plie-releve;

- положения flak back;
- Frog-position;
- Изоляция;
- Frust (фраст) резкие рывки;
- Изоляция рук;
- Изоляция ног;
- Координация;
- Кросс;
- Прыжки;
- Вращения.

6. CLASSICAL-джаз.

CLASSICAL-джаз, заимствовал у классического танца дисциплину движений, позиции рук и ног. Основоположник классического джаза, Мээтт Мэтокс. Если говорить о классическом джаз-танце, то основных «китов» здесь три: импровизация, полиритмия и полицентрия. Если с первым все понятно, то остальные означают движения различных частей тела в разных ритмах. Движения может исходить из головы, плеча, колена, очень часто посредством импульса. Полицентрия, безусловно, требует владения техникой изолированного движения для каждой части тела. Тело используется здесь как метроном: оно отбивает ритм, задаваемый музыкальным инструментом.

Теория: Беседа об основоположниках и современных деятелей искусства в стиле джаз-танца. Понятия «координация», «изоляция»

Практика:

- Разогрев;
- Координация. Изоляция;
- Упражнения для растяжки;
- Кросс. Передвижение;
- Упражнения для позвоночника;
- Уровни;
- Пространство.
- Танцевальная комбинация.

7. Импровизация.

Теория. Разбор музыкального материала по законам драматургии.

Приёмы симфонизма в хореографии.

Практика.

- Сочинение комбинаций, с различным музыкальным размером и темпом;
- Построение этюдов на изученном материале современного танца;
- Сочинение выходов и логичных уходов на начало и конец танцевального номера;
- Сочинение комбинаций с приёмами симфонизма;
- Построение простейшего танца на смене рисунков.

8. Репетиционно-постановочная работа, выступления.

Теория: Осуществляется постановочная и репетиционная работа. Постановки подбираются в соответствии с возрастными и физическими особенностями воспитанников. В раздел включены, общеразвивающие упражнения, отработка сложных движений, изучение рисунка танца, просмотр видео номеров. Репертуар постановок планируется в соответствии с актуальными потребностями и творческим состоянием той или иной группы. В связи с этим каждый, год делается анализ педагогической и художественно-творческой работы коллектива, определяется новый репертуар.

Практика: Разучиваются танцевальные композиции, построенные на изученных танцевальных движениях, которые выстраивается в законченную форму-танец.

Прогнозируемые результаты 5 года обучения

Предметные результаты

- **Техническое мастерство:** Virtuозное владение лексикой классического танца. Свободное исполнение сложных технических элементов: двойных поворотов (*pirouettes*) в больших позах, заносок (*batterie*), сложных прыжков (*grand allegro*) с продвижением. Техника становится полностью автоматизированной, что позволяет сосредоточиться на художественной задаче.
- **Физические данные и координация:** Достижение максимальных показателей в развитии профессиональных данных: экстремальная выворотность, высокий «шаг», эластичность связок («мягкие» мышцы). Абсолютная координация движений, позволяющая исполнять сложные ритмические рисунки и полиритмию.
- **Сценическое мастерство и актерское искусство:** Способность к глубокой психологической разработке роли. Учащийся не просто исполняет движения, а проживает образ на сцене, владеет навыками взаимодействия с партнером по законам сценического действия. Демонстрирует уверенное поведение на сцене и умение работать на публику.
- **Основы балетмейстерского искусства:** Навыки сочинения хореографических миниатюр и этюдов. Понимание законов драматургии, умение выстраивать композиционную структуру номера (экспозиция, развитие, кульминация, финал) и использовать сценическое пространство.

Метапредметные результаты

- **Регулятивные умения:** Полная автономия в репетиционной работе. Умение самостоятельно ставить творческие задачи, находить пути их решения и объективно анализировать результат. Высокий уровень самоорганизации для поддержания физической формы вне стен учебного заведения.

- **Познавательные умения:** Глубокий анализ произведений хореографического искусства. Способность применять знания теории музыки, истории балета и основ композиции для обогащения собственной исполнительской практики и творческих поисков.

- **Коммуникативные умения:** Профессиональный уровень партнерства в дуэтом танце, основанный на полном доверии и взаимопонимании. Навык конструктивного диалога при работе над групповыми проектами и способность аргументировать свою точку зрения.

Личностные результаты

- **Профессиональная идентичность:** Сформированное стремление к профессиональной карьере в области хореографии. Готовность к поступлению в средние или высшие профессиональные учебные заведения культуры и искусств.

- **Творческая индивидуальность:** Наличие собственного творческого почерка и артистической харизмы. Проявление инициативы в постановочной работе и репетициях.

- **Нравственно-волевые качества:** Высокая стрессоустойчивость, ответственность за личный и коллективный результат, дисциплина и воля к преодолению физических и психологических нагрузок.

- **Гражданская позиция:** Осознание себя как преемника традиций отечественной школы танца, чувство гордости за профессию и ответственность за сохранение и развитие культурного наследия.

Учебный план 6 года обучения

п/п	Название раздела	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		Всего	Теория	Практик	
1.	Введение, инструктажи, правила.	2	2	-	Опрос. Беседа. Игра.
2.	Музыкально ритмические игры.	28	2	26	Педагогическое наблюдение.
3.	Элементы партерной гимнастики и акробатики (ОФП).	36	4	32	Выполнение упражнений. Педагогическое наблюдение.
4.	Элементы классического танца.	40	4	36	Педагогическое наблюдение.
5.	Азбука современной хореографии.	53	2	51	Опрос. Педагогическое

					наблюдение.
6.	CLASSICAL -джаз.	40	2	38	Педагогическое наблюдение.
7.	Импровизация.	22	2	20	Анализ работы. Показ творческих номеров
8.	Репетиционно постановочная работа. Выступления.	37	2	35	Анализ деятельности.
9.	Работа в летний период.				
		258	20	238	

Содержание 6 года обучения.

1. Введение, инструктажи, правила.

Теория: Правила поведения в МАУ ДО ЦВР «Планета взросления», познакомиться с внутренними правилами. Инструктаж по Т.Б. в танцевальном классе, пожарной безопасности, санитарии, личной гигиене. Рассказать о целях и задачах коллектива на предстоящий год.

2. Музыкально-ритмические игры.

Теория: Игровая деятельность является ведущим способом познания мира для ребёнка и ключевым инструментом в развитии эмоционального интеллекта и социальных навыков. В игре дети учатся договариваться, лидировать или следовать за лидером, работать в команде и разрешать конфликты. Интеграция музыки и движения через игру позволяет снять психологические зажимы, развить чувство ритма и музыкальность естественным, увлекательным путём, закладывая основу для дальнейшего освоения танцевального искусства.

Практика:

«**Танцующий паровозик**» развитие чувства партнёра и синхронности движений. Дети выстраиваются друг за другом, кладут руки на плечи впереди стоящему и повторяют все движения «локомотива» под музыку, стараясь не разорвать цепь.

«**Делай как я / Танцевальный вызов**»: тренировка внимания и памяти. Ведущий показывает танцевальное движение (жест), следующий игрок его повторяет и добавляет своё. Цепочка растёт с каждым кругом.

«**Кот и мыши**» (современный вариант): игра на реакцию и смену темпоритма. Пока играет спокойная музыка («кот спит»), «мыши» двигаются плавно. Как только музыка меняется на быструю и резкую («кот проснулся»), нужно успеть занять свой «домик» (обруч, коврик).

«Лягушки и цапли»: развитие скорости и координации. На плавную музыку «лягушки» свободно прыгают по залу («болоту»). По сигналу (резкая смена музыки или удар в бубен) появляются «цапли», и задача лягушек — быстро запрыгнуть на любую возвышенность, чтобы их не поймали.

Игры на развитие ловкости и фантазии:

«Зеркало»: работа в парах. Один участник — «человек», другой — его «зеркало». Задача «зеркала» — максимально точно и одновременно повторять все движения партнёра под музыку.

«Стоп-кадр / Море волнуется раз»: развитие воображения и умения владеть своим телом. Под музыку дети импровизируют. Как только музыка останавливается, они должны замереть в самой необычной позе, изображая заданный образ (например, «морскую фигуру»).

«Волшебный мешочек»: стимуляция творческой инициативы. Ребёнок вытягивает карточку с изображением эмоции (радость, удивление, страх) или животного и должен придумать, и показать короткий танец, передающий этот образ.

3.Элементы партерной гимнастики, акробатики (ОФП).

Теория: На занятиях по ОФП развиваются: сила, ловкость, вестибулярная устойчивость; совершенствуются координация и точность движений, быстроты, прыгучести, Занятия проводятся под счет или ритмические хлопки в такт упражнениям. Практика:

Элементы и комплексы силовых физических упражнений;

Упражнения для развития гибкости позвоночника и плечевого пояса;

Наклоны туловища вперед в опоре на танцевальный станок; • Стойка на лопатках с последующим переворотом на одно колено;

Кувырки в сторону, вперед, назад.

Шпагаты;

Упражнения для развития гибкости;

Упражнения с предметами;

Боковой шпагат и наклоны в сторону;

Упражнения на формирование осанки, прыгучести, равновесия, гибкости;

Упражнения с предметами;

Мостик («узкий», «с прямыми ногами»);

Кувырки (в сторону, вперед-назад).

4.Классический танец.

Теория: Повторение терминологии изученной на первом году обучения. Изучение нового материала. Понятия en dechors и en dedans.

Port de bras;

Demi plie по всем позициям в комбинации;

Battement tendu по пятой позиции ног;

Понятие направлений en dechors и en dedans;

Demi rond de jamb par terre th dechors и en dedans;

Растяжка в положении вперед, назад;

5. Азбука современной хореографии.

Теория: закрепление полученных знаний, умений и навыков, полученных в первый год обучения; развитие двигательных навыков, координации, музыкальности, танцевальной выразительности, ориентации в пространстве; формирование художественного вкуса.

Понятия: passé, положения flak back, Frust

Практика: овладение основными понятиями и элементами современной хореографии.

Разогрев у станка;

Passé;

plie-releve;

положения flak back;

Frog-position;

Изоляция;

Frust (фраст) резкие рывки;

Изоляция рук;

Изоляция ног;

Координация;

Кросс;

Прыжки;

Вращения.

6. CLASSICAL-джаз.

CLASSICAL-джаз, заимствовал у классического танца дисциплину движений, позиции рук и ног. Основоположник классического джаза, Мээт Мэтокс. Если говорить о классическом джаз-танце, то основных «китов» здесь три: импровизация, полиритмия и полицентрия. Если с первым все понятно, то остальные означают движения различных частей тела в разных ритмах. Движения может исходить из головы, плеча, колена, очень часто посредством импульса. Полицентрия, безусловно, требует владения техникой изолированного движения для каждой части тела. Тело используется здесь как метроном: оно отбивает ритм, задаваемый музыкальным инструментом.

Теория: Беседа об основоположниках и современных деятелей искусства в стиле джаз-танца. Понятия «координация», «изоляция»

Практика:

Разогрев;

Координация. Изоляция;

Упражнения для растяжки;

Кросс. Передвижение;

Упражнения для позвоночника;

Уровни;

Пространство.

Танцевальная комбинация.

7. Импровизация.

Теория. Разбор музыкального материала по законам драматургии.

Приёмы симфонизма в хореографии.

Практика.

Сочинение комбинаций, с различным музыкальным размером и темпом;

Построение этюдов на изученном материале современного танца;

Сочинение выходов и логичных уходов на начало и конец танцевального номера;

Сочинение комбинаций с приёмами симфонизма;

Построение простейшего танца на смене рисунков.

8. Репетиционно-постановочная работа, выступления.

Теория: Осуществляется постановочная и репетиционная работа. Постановки подбираются в соответствии с возрастными и физическими особенностями воспитанников. В раздел включены, общеразвивающие упражнения, отработка сложных движений, изучение рисунка танца, просмотр видео номеров. Репертуар постановок планируется в соответствии с актуальными потребностями и творческим состоянием той или иной группы. В связи с этим каждый, год делается анализ педагогической и художественно-творческой работы коллектива, определяется новый репертуар.

Практика: Разучиваются танцевальные композиции, построенные на изученных танцевальных движениях, которые выстраивается в законченную форму-танец.

9. Работа в летний период

Работа носит характер **профессиональной стажировки** и направлена на закрепление навыков перед выходом на сцену или поступлением в вуз.

- **Постановочная практика:** участие в создании выпускного конкурсного номера под руководством педагога-балетмейстера, отработка сольных партий.

- **Репетиционный марафон:** интенсивная подготовка репертуара к итоговому показу или государственному экзамену. Фокус на чистоте исполнения, синхронности и артистизме.

- **Самоподготовка:** ведение дневника практики, самостоятельная работа над исправлением ошибок, просмотр и анализ профессиональной хореографии для расширения кругозора.

Прогнозируемые результаты

Предметные результаты

- Виртуозное техническое мастерство: свободное владение всей лексикой классического, народно-сценического и современного танца. Исполнение сложных технических элементов (*grand allegro*, *вращения в больших позах*, *заноски*) с лёгкостью, точностью и артистизмом.

- Сценическая готовность: полная психологическая и техническая готовность к профессиональной сценической деятельности. Уверенное поведение на сцене, умение удерживать внимание зрителя и взаимодействовать с ним.
- Балетмейстерские навыки: способность самостоятельно сочинять хореографический текст для этюдов и небольших номеров, владея законами драматургии, музыкальности и использования сценического пространства.
- Высокий уровень исполнительства: демонстрация индивидуального исполнительского стиля, артистизма и глубокого проникновения в образ при исполнении сольных и ансамблевых партий.

Метапредметные результаты

- Автономность и саморегуляция: способность полностью самостоятельно организовывать свою репетиционную деятельность, ставить творческие задачи и находить пути их решения без постоянного контроля педагога.
- Аналитическое мышление: умение критически анализировать собственную работу и работу коллег, аргументированно разбирать ошибки и вносить коррективы для достижения художественного результата.
- Профессиональная коммуникация: владение навыками профессионального партнёрства в дуэтном танце, основанного на полном доверии и взаимопонимании; умение работать в творческом коллективе над общими задачами.

Личностные результаты

- Профессиональная идентичность: сформированная мотивация к продолжению профессионального образования и построению карьеры в области хореографии. Готовность к поступлению в средние или высшие профессиональные учебные заведения культуры и искусств.
- Стрессоустойчивость и ответственность: высокий уровень самодисциплины, стрессоустойчивости и личной ответственности за качество своей работы и результат коллектива.
- Культурное самосознание: глубокое осознание себя как преемника традиций отечественной школы танца, чувство гордости за профессию и ответственность за сохранение и развитие культурного наследия России.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

Календарный учебный график (общий):

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Продолжительность занятий	Кол-во занятий в неделю	Кол-во часов в неделю	Кол-во учебных недель	Кол-во часов в год
стартовый уровень (5-8 лет)							
1 год обучения	01.09.	31.05.	2 (3) ч	2 (3)	6	37	222 ч
	01.06	15.07	2 (3) ч	2 (3)	6	6	36 ч
базовый уровень (9 – 13 лет)							
2 год обучения	01.09.	31.05.	2 (3) ч	2 (3)	6	37	222 ч
	01.06	15.07	2 (3) ч	2 (3)	6	6	36 ч
3 год обучения	01.09.	31.05.	2 (3) ч	2 (3)	6	37	222 ч
	01.06	15.07	2 (3) ч	2 (3)	6	6	36 ч
продвинутый уровень (14 – 18 лет)							
4 год обучения	01.09.	31.05.	2 (3) ч	2 (3)	6	37	222 ч
	01.06	15.07	2 (3) ч	2 (3)	6	6	36 ч
5 год обучения	01.09.	31.05.	2 (3) ч	2 (3)	6	37	222 ч
	01.06	15.07	2 (3) ч	2 (3)	6	6	36 ч
6 год обучения	01.09.	31.05.	2 (3) ч	2 (3)	6	37	222 ч
	01.06	15.07	2 (3) ч	2 (3)	6	6	36 ч

2.1. Особенности реализации программы

Особенности организации образовательного процесса

Дифференцированный подход к занимающимся с учетом их здоровья, физического развития, двигательной подготовленности: формирование у детей навыков для самостоятельных занятий.

Занятия могут включать в себя несколько разделов сразу, но обязательно комбинируются так, чтобы была взаимосвязь между ними. Строится занятие от простого к сложному.

Проведение урока. Требуется от педагога внутренней собранности, профессиональной подготовки, умения выстроить как весь урок в целом, так и отдельные его части. Построение уроков одинаково для всех возрастов, с той лишь разницей, что в младших группах движения исполняются в чистом виде или в простейших сочетаниях, комбинируются, как правило, только ритмически. В старших наоборот усложнение исполнительского мастерства.

Занятие состоит из экзерсиса у палки, экзерсиса на середине зала, аллегро. Позже в упражнения на середине вводится адажио, далее следует аллегро. Занятие лучше начинать танцевальным маршем в спокойном темпе, который постепенно ускоряется, а затем снова переходит в спокойный. Марш приводит организм в рабочее состояние, налаживает кровообращение и дыхание. Занятие завершается пор-де бра, оно восстанавливает дыхание и приводит организм в нормальное состояние.

Воспитательная работа

Нравственное воспитание включает в себя культурное и духовное воспитание. Развивает такие качества как честность и порядочность, равнодушие к боли и страданиям окружающих. Культурное и духовное воспитание развивает эстетический вкус и хорошие манеры, умение творить и создавать. Формирует полезные привычки.

- Подготовка и участие в праздниках.
- Творческие встречи с другими коллективами, посещение концертов.
- Экскурсии в музей, посещение различных выставок, походы в театр.
- Беседы «Поговорим об этикете», «Посеешь привычку, пожнешь характер», «О вредных привычках».

Физическое воспитание нацелено не только на формирование телесного здоровья, но и на ведение здорового образа жизни, на становление личностных качеств, которые обеспечат учащимся психическую устойчивость и адаптацию к стрессовым ситуациям (адаптация в новом коллективе, публичные выступления и т.д.).

- Психологические упражнения (работа с психологом);
- Беседы о личной гигиене, здоровом питании;
- Беседы о технике безопасности на занятиях;
- Дни здоровья (походы и экскурсии с участием родителей).

Работа с родителями

В хореографическом ансамбле «Махаон» занимается большое количество детей, и большинство родителей заинтересованы в высоком качестве

образовательного процесса. Совместно с родителями педагог осуществляет практически всю деятельность, связанную с воспитанием и развитием детей. С целью выявления ожидания родителей от посещения ансамбля ребенком, педагог проводит анкетирование в начале года, а в конце учебного года анкетирование проводится с целью определения, насколько оправдались ожидания родителей. Нередко родители предъявляют высокие требования в вопросах образования и воспитания детей и задача педагога найти оптимальные варианты, формы и методы работы ансамбля.

- Дни открытых дверей (в течение учебного года).

- Общение с родителями (дневники контроля обучения воспитанника, благодарственные письма родителям обучающихся, которые активно участвовали в деятельности объединений и культурной жизни ЦВР).

- Родительские собрания.

- Индивидуальные консультации для родителей (проводятся по мере обращения родителей к педагогу). - Анкетирование родителей.

2.2. Методическое обеспечение программы

Важнейшими условиями реализации программы являются следующие:

Методические:

В программе «От ритмики к танцу» широко используются коллективные и индивидуальные методы работы с учащимися: беседа, рассказ, игра, метод погружения в образ, показ видеоматериалов. В хореографическом ансамбле используется система развивающего обучения с направленностью на развитие творческих качеств личности (по технологии И.П.Волкова, И.П.Иванова, Г.С.Альтшуллера). Это происходит через постановку и реализацию следующих положений:

- выявить, учесть и развить творческие способности;
- приобщить учащихся к многообразной творческой деятельности с выходом на конкретный продукт ;
- обучить творческой деятельности;
- ознакомить с приемами творческого воображения ;
- воспитать общественно-активную творческую личность, способную приумножить общественную культуру (по И.П.Иванову).

В процессе постановочной деятельности, репетиций дети приучаются к сотворчеству.

Дидактические:

Необходимо создание по каждой учебной теме специальных заданий, дифференцирующих учебную работу по степени ее сложности и доступности для учащихся с различным уровнем практической обученности.

Материально-технические:

Для успешной реализации программы необходимо следующее:

Просторный, светлый, проветриваемый класс хореографии; деревянный настил пола в зале;

зеркальная стена, хореографический станок; аудио и видео-аппаратура;

гимнастический костюм, балетные тапочки, танцевальная обувь,

гимнастический коврик; шкаф-купе для хранения сценических костюмов, скамейки, стулья; информационный уголок.

2.3 Диагностика результативности прохождения образовательной программы

Критерии оценки знаний и умений

1 год обучения

Виды работ	Низкий уровень (1 балл)	Средний (2 балла)	Высокий уровень (3 балла)
Стартовая диагностика	Не умеет держать осанку, не слышит ритм музыки, слабая мышечная активность	Путается в музыкальных жанрах.	Хорошо развит музыкальный слух. Знает и исполняет элементы ритмической гимнастики.
Текущая диагностика	Не знает позиции рук и ног, не различает музыкальный размер.	Путает позиции рук и ног, не ориентируется в пространстве, не знает названия движений	Легко ориентируется в пространстве, владеет определенными танцевальными движениями

Итоговая диагностика	Не ориентируется в пространстве, не владеет простыми движениями	Путает жанры музыки, не владеет терминологией.	Понимает жанр и характер муз. произведения, может самостоятельно выполнять не сложные комбинации.
-----------------------------	---	--	---

Этапы педагогического контроля

1 год обучения

№ п/п	Сроки проведения	Какие знания, умения и навыки контролируются	Форма подведения итогов
		Стартовая диагностика	
1.	сентябрь	Умение слышать музыку, чувствовать	Музыкальное тирование
		Текущая диагностика	
2.	декабрь	Знание позиций рук и ног, умение жанр музыки.	Фронтальный

Итоговая диагностика за год

3.	май	Умение ориентироваться в тве, знать размер музыкальных ний, владеть терминологией	Не сложный вученном .
----	-----	---	-----------------------

Критерии оценки знаний и умений

2 год обучения

Виды работы	Низкий (1 балл)	Средний уровень (2 балла)	Высокий уровень (3 балла)
Стартовая диагностика	Не имеет представление о русском танце	Путается в разновидностях шагов, в названиях движений	Знает ходы русского танца, разновидности русских танцев

Текущая диагностика	Не правильная методика исполнения движений	Не точное исполнение движений экзерсиса.	Владеет движениями русского танца, знать движения классического экзерсиса.
Итоговая диагностика	Путает терминологию классического экзерсиса.	Не все упражнения выполняются методически правильно	Знает разновидности русского танца, белорусского и итальянского танца. Знает терминологию классического экзерсиса

Этапы педагогического контроля 2год обучения

№ п/п	Сроки проведения	Какие знания, умения и навыки контролируются	Форма проведения итогов
		Стартовая диагностика	
1.	сентябрь	Знание названия	Опрос-зачет
		Текущая диагностика	
2.	декабрь	Знание движений танца, умение правильно их	Этюдная работа материале.

Итоговая диагностика за год

3.	май	Правильное исполнение классического танца.	Контрольный д на изученном
----	-----	--	----------------------------

Критерии оценки знаний и умений

3 год обучения

Виды работы	Низкий уровень (1 балл)	Средний	Высокий
-------------	----------------------------	---------	---------

		(2 балла)	(3 балла)
Стартовая	Не запоминает	Запоминает	Свободно владеет
диагностика	танцевальные комбинации у станка.	упражнения частично.	методикой исполнения и легко запоминает комбинации движений.
Текущая диагностика	Не знает позы классического танца.	Допускает ошибки в выполнении поз классического танца, не устойчивость у станка.	Легко и свободно выполняет упражнения на полупальцах у станка, знание поз классического танца.
Итоговая диагностика	Не знают методику исполнения движений в классическом и народном экзерсисе.	Путает элементы прибалтийских, украинских танцев.	Грамотно исполняет движения экзерсиса, владеет элементами украинского и прибалтийских танцев.

Этапы педагогического контроля

3 год обучения

№ п/п	Сроки проведения	Какие знания, умения и навыки контролируются	Форма подведения итогов
		Стартовая диагностика	

1.	сентябрь	Методика исполнение танцевальных комбинаций.	Фронтальный опрос
----	----------	--	-------------------

Текущая диагностика

2.	декабрь	Методика исполнения комбинаций у станка и на середине зала	Зачет по комбинациям классического экзериса
----	---------	--	---

Итоговая диагностика

3.	май	Умение передавать характер и манеру исполнения.	Этюдно-танцевальная работа на народносценическом материале.
----	-----	---	---

Критерии оценки знаний и умений

4 год обучения

Виды работы	Низкий уровень (1 балл)	Средний уровень (2 балла)	Высокий уровень (3 балла)
Стартовая	Не запоминает	Запоминает	Свободно владеет
диагностика	танцевальные комбинации у станка.	упражнения частично.	методикой исполнения и легко запоминает комбинации движений.
Текущая диагностика	Не знает понятие bounce, contraction и relies, Zunday	Допускает ошибки в выполнении bounce, contraction и relies, Zunday	Легко и свободно выполняет упражнения bounce, contraction и relies, Zunday

Итоговая диагностика	Не знают методику исполнения bounce, contraction и relies, Zunday	Путает элементы bounce, contraction и relies, Zunday	Грамотно исполняет движения bounce, contraction и relies, Zunday
-----------------------------	---	--	--

Этапы педагогического контроля 4 года обучения

№ п/п	Сроки ведения	Какие знания, умения и навыки контролируются	Форма ведения итогов
-------	---------------	--	----------------------

Стартовая диагностика

1.	сентябрь	Методика исполнения танцевальных комбинаций.	Фронтальный опрос
----	----------	--	-------------------

Текущая диагностика

2.	декабрь	Методика исполнения комбинаций у станка и на середине зала	Зачет по комбинациям современного танца
----	---------	--	---

Итоговая диагностика

3.	май	Умение технического исполнения.	Этюдно-танцевальная работа материале современного танца
----	-----	---------------------------------	---

Критерии оценки знаний и умений

5 год обучения

Виды работы	Низкий уровень (1 балл)	Средний уровень (2 балла)	Высокий уровень (3 балла)
Стартовая	Не запоминает	Запоминает	Свободно владеет

диагностика	Положения flak back; Изоляция; Frust (фраст) резкие рывки; Изоляция рук; Изоляция ног; Координация; Кросс;	Положения flak back; Изоляция; Frust (фраст) резкие рывки; Изоляция рук; Изоляция ног; Координация; Кросс; частично.	Положения flak back; Изоляция; Frust (фраст) резкие рывки; Изоляция рук; Изоляция ног; Координация; Кросс;
Текущая диагностика	Не знает понятия Положения flak back; Изоляция; Frust (фраст) резкие рывки; Изоляция рук; Изоляция ног; Координация; Кросс;	Допускает ошибки в выполнении Положения flak back; Изоляция; Frust (фраст) резкие рывки; Изоляция рук; Изоляция ног; Координация; Кросс;	Легко и свободно выполняет упражнения Положения flak back; Изоляция; Frust (фраст) резкие рывки; Изоляция рук; Изоляция ног; Координация; Кросс;
Итоговая диагностика	Не знают методику исполнения Положения flak back; Изоляция; Frust (фраст) резкие рывки; Изоляция рук; Изоляция ног; Координация; Кросс;	Путает элементы Положения flak back; Изоляция; Frust (фраст) резкие рывки; Изоляция рук; Изоляция ног; Координация; Кросс;	Грамотно исполняет движения bounce, Положения flak back; Изоляция; Frust (фраст) резкие рывки; Изоляция рук; Изоляция ног; Координация; Кросс;

Этапы педагогического контроля 5 года обучения

№ п/п	Сроки проведения	Какие знания, умения и навыки контролируются	Форма подведения итогов
----------	---------------------	---	----------------------------

Стартовая диагностика

1.	сентябрь	Методика исполнение танцевальных комбинаций.	Фронтальный опрос
----	----------	--	-------------------

Текущая диагностика

2.	декабрь	Методика исполнения комбинаций у станка и на середине зала	Зачет по комбинациям modern-jazz танца
----	---------	--	--

Итоговая диагностика

3.	май	Умение технического исполнения.	Этюдно-танцевальная работа материале modern-jazz танца
----	-----	---------------------------------	--

Критерии оценки знаний и умений

6 год обучения

Виды работы	Низкий уровень (1 балл)	Средний уровень (2 балла)	Высокий уровень (3 балла)
Стартовая	Не запоминает	Запоминает	Свободно владеет
диагностика	Положения flak back; Изоляция; Frust (фраст) резкие рывки; Изоляция рук; Изоляция ног; Координация; Кросс;	Положения flak back; Изоляция; Frust (фраст) резкие рывки; Изоляция рук; Изоляция ног; Координация; Кросс; частично.	Положения flak back; Изоляция; Frust (фраст) резкие рывки; Изоляция рук; Изоляция ног; Координация; Кросс;

Текущая диагностика	Не знает понятие Положения flak back; Изоляция; Frust (фраст) резкие рывки; Изоляция рук; Изоляция ног; Координация; Кросс;	Допускает ошибки в выполнении Положения flak back; Изоляция; Frust (фраст) резкие рывки; Изоляция рук; Изоляция ног; Координация; Кросс;	Легко и свободно выполняет упражнения Положения flak back; Изоляция; Frust (фраст) резкие рывки; Изоляция рук; Изоляция ног; Координация; Кросс;
Итоговая диагностика	Не знают методику исполнения Положения flak back; Изоляция; Frust (фраст) резкие рывки; Изоляция рук; Изоляция ног; Координация; Кросс;	Путает элементы Положения flak back; Изоляция; Frust (фраст) резкие рывки; Изоляция рук; Изоляция ног; Координация; Кросс;	Грамотно исполняет движения bounce, Положения flak back; Изоляция; Frust (фраст) резкие рывки; Изоляция рук; Изоляция ног; Координация; Кросс;

Этапы педагогического контроля 6 года обучения

№ п/п	Сроки ведения	Какие знания, умения и навыки контролируются	Форма ведения итогов
-------	---------------	--	----------------------

Стартовая диагностика

1.	сентябрь	Методика исполнение танцевальных комбинаций.	Фронтальный опрос
----	----------	--	-------------------

Текущая диагностика

2.	декабрь	Методика исполнения комбинаций у станка и на середине зала	Зачет по комбинациям modern-jazz танца
----	---------	--	--

Итоговая диагностика

3.	май	Умение технического исполнения.	Этюдно-танцевальная работа материале modern-jazz танца
----	-----	---------------------------------	--

Литература:

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. - М., 1964
2. Бахрушин Ю. История русского балета. - М.: Искусство, 1977
3. Бачинская Н.. Русские хороводы и хороводные песни. - М;- Л.: Музгиз, 1951
4. Блазис К. Танцы вообще, балетные знаменитости и национальные танцы. -М., 1864
5. Борзов А.А. Танцы народов СССР. - М., 1983
6. Бочаров А., Лопухов А., Ширяев А. Основы характерного танца. - Л., 1937
7. Ваганова А.Я. Основы классического танца. М. - Л., 1980
8. Васильева-Рождественская М. Историко-бытовой танец. - М., 1963
9. Васильева Е. Танец. - М., 1968
10. Голейзовский К. Образы русской народной хореографии. - Л., 1964
11. Горшкова Е.В. От жеста к танцу. Методика и конспекты занятий по развитию у детей 5-7 лет творчества в танце. М., Издательство «Гном и Д», 2002.
12. Конорова Е..В. Методическое пособие по ритмике М., 1972, вып. 1
13. Ладыгин Л.А. Музыкальное оформление уроков танца. - М., 1980.
14. Новерр Ж.Ж. Письма о танце и балетах. - М. - Л., 1965
15. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В.. Учите детей танцевать: Учебное пособие для студ. учреждений сред. Проф. Образования. - М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2003.
16. Руднева С, Фиш С. Ритмика. Музыкальное движение. - М., 1972.
17. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду. - М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2006.
18. Танцы. Начальный курс/л. Смит; Пер. с англ. Е. Опрышко М.: 000 «Издательство Астрель», 2001.
19. Тарасов Н.Н. Классический танец. М., 1981.
20. Ткаченко Т. Народный танец. - М., 1967.
21. Ткаченко Т. Народные танцы. - М., 1975.
22. Устинова Т. Русские народные танцы. - М., 1964.
23. Устинова Т. Русские хороводы. - М., 1955
24. Яновская В. Ритмика. М.: «Музыка», 1979

Рекомендуемая литература для родителей:

[http://nsportal.ru/blog/obshcheobrazovatel'naya-](http://nsportal.ru/blog/obshcheobrazovatel'naya-tematika/all/2012/09/23/nuzhnye-knigi-po-khoreografii-i-tantsam)

[tematika/all/2012/09/23/nuzhnye-knigi-po-khoreografii-i-tantsam](http://nsportal.ru/blog/obshcheobrazovatel'naya-tematika/all/2012/09/23/nuzhnye-knigi-po-khoreografii-i-tantsam)

http://dancehelp.ru/catalog/415-Sovremennyy_vzglyad_na_russkiy_tanets/

Рекомендуемая литература для детей:

http://horeografiya.com/index.php?route=information/article&id=4_1

http://eknigi.org/dlja_detej/162447-azbuka-xoreografii.html www.secret-terpsihor.kom.ua

Приложение

Календарный учебный график (хореография) Махаон 1-й год обучения

№ п/п	Дата	Тема занятия	Кол-во часов	Форма проведения	Форма контроля	Примечание
1, 2		Комплектование группы	6	Учебное занятие	Текущий контроль	
3		Вводное занятие	3	Учебное занятие	Текущий контроль	
4-6		Музыкальная лесенка. Жанры музыкальных произведений	9	Учебное занятие	Прослушива ние	
7-9		Простые музыкальные формы. Музыка и воспитание музыкального мышления, воображения и вкуса.	9	Учебное занятие	Прослушива ние Контрольный просмотр	
10- 13		Освоение сценической площадки. Ориентация в пространстве	12	Учебное занятие	Контрольный просмотр.	
14, 15		Маршировка в темпе и ритме музыки.	6	Учебное занятие	Контрольный просмотр.	
16, 17		Укрепление мышц спины, развитие гибкости, подвижности, выворотности	6	Учебное занятие	Текущий контроль Оценка синхронност и.	
18, 19		Развитие силы ног и высоты прыжка. Виды основных шагов.	6	Учебное занятие	Текущий контроль Оценка синхронност и.	

20-22		Постановочная работа над танцевальным этюдом на основе проученных шагов.	9	Учебное занятие	Контрольный просмотр	
23, 24		Танцевальный бег. Виды и разнообразие.	6	Репетиция, учебное занятие	Оценка синхронности	
25, 26		Позиции ног и рук классического танца.	6	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	
27, 28		Постановка корпуса.	6	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	
29, 30		Выворотность и растяжка.	6	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	
31-33		Основной вид приседания, основные положения рук.	9	Репетиция, учебное занятие	Зачёт (теория и практика)	
34-36		Шаги. Виды шагов Комбинационное исполнение	9	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	
37, 38		Упражнения на развитие чувства ритма.	6	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	
39, 40		Подготовка к «верёвочке». Основной вид движений.	6	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	
41, 42		Подготовка к вращениям.	6	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	
43-46		Корректирующая ходьба, бег. Гимнастика на дыхание и развития ощущений и внимания.	12	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	

47-50		Диалоги в группе с движением. Общение с группой	12	Репетиция, учебное занятие	Зачёт (теория и практика)	
51-54		Голос, звук и движение, шаг и звук, движение и голос	12	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	
55-57		Работа над образом. Мелкогрупповые импровизации.	9	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	
58-61		Перестроения, ходьба	12	Учебное занятие	Текущий контроль	
62-65		Прыжки ,подвижные игры со скакалкой, закрепление знаний.	12	Учебное занятие	Текущий контроль	
66-69		Прыжки ,подвижные игры со скакалкой, закрепление знаний.	12	Учебное занятие	Текущий контроль	
70-74		Упражнения на координацию, чувство ритма	15	Учебное занятие	Зачёт (теория и практика)	
36 ч. Летний период						
75, 76		Участие в отчетном концерт «Зажги свою звезду»	6	Учебно-тренировочное занятие на свежем воздухе/в зале, игра на природе, показ итоговой работы.	Показ итоговой работы Творческий отчёт	
77, 78		Участие в праздничной программа «Здравствуй, детство!»	6	Учебно-тренировочное занятие на свежем воздухе/в зале,	Показ итоговой работы	

				игра на природе, показ итоговой работы.	Участие в массовом мероприятии	
79, 80		Репетиционная работа, участие в концертной программе ко Дню России.	6	Учебно-тренировочное занятие на свежем воздухе/в зале, игра на природе.	Показ итоговой работы. Участие в массовом мероприятии	
81,82		Репетиционная работа и участие в концертной программе «Амурфест»	6	Учебно-тренировочное занятие на свежем воздухе/в зале, игра на природе.	Показ итоговой работы. Творческий отчёт	
83, 84		Репетиционная работа, участие в краевом мероприятии «На Ивана на Купала»	6	Учебно-тренировочное занятие на свежем воздухе/в зале, игра на природе.	Показ итоговой работы. Участие в массовом мероприятии	
85, 86		Репетиционная работа и концертное выступление ко Дню Знаний	6	Учебно-тренировочное занятие на свежем воздухе/в зале, игра на природе.	Показ итоговой работы. Творческий отчёт	
		Всего:	258 ч.			

Календарный учебный график (хореография) Махаон
2-й год обучения

№ п/п	Дата	Тема занятия	Кол-во часов	Форма проведения	Форма контроля	Примечан ие
1		Вводное занятие	3	Учебное занятие	Текущий контроль	
2-4		Ориентировка в пространстве.	9	Учебное занятие	Текущий контроль	
5,6		Выработка осанки.	6	Учебное занятие	Текущий контроль	
7,8		Совершенствование навыков ходьбы и бега.	6	Учебное занятие	Текущий контроль Контрольн ый	
9,1 0		Ритмичные движения и характер музыки	6	Учебное занятие	Контрольн ый просмотр.	
11, 12		Общеразвивающие упражнения	6	Учебное занятие	Контрольн ый просмотр.	
13, 14		Напряжение и расслабление групп мышц тела, развитие эластичности мышц.	6	Учебное занятие	Текущий контроль	
15- 18		Развитие выворотности ног, подвижности и гибкости коленного, тазобедренных сустава, укрепление брюшного пресса.	12	Учебное занятие	Текущий контроль Оценка синхронно сти.	
19, 20		Развитие гибкости позвоночника.	6	Учебное занятие	Контрольн ый просмотр	
21		Разновидности ходьбы.	3	Репетиция, учебное занятие	Оценка синхронно сти	

22-30		Классический экзерсис у станка, на середине.	27	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	
31-37		Прыжки (allegro). Вращения (tours).	21	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	
38-40		Движения по кругу и в линии.	9	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	
41, 42		Народный экзерсис.	6	Репетиция, учебное занятие	Зачёт (теория и практика)	
43-47		Изучение элементов народного танца на середине. Диагональ. Танцевальные движения.	15	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	
48, 49		Изучаем друг друга (мимика, пластические этюды)	6	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	
50-54		Композиция «Происшествие с аэропорту»	15	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	
55-60		Композиция «Когда лес просыпается».	18	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	
61		Перестроения	3	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	
62		Ходьба	3	Репетиция, учебное занятие	Зачёт (теория и практика)	
63-66		Закрепление знаний. Подвижные игры со скакалкой Прыжки	12	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	

67-70		Упражнения на координацию, чувство ритма Перестроений из одной колонны в две.	12	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	
71		Изменение направления и темпа.	3	Учебное занятие	Текущий контроль	
72-74		Постановочная работа и репетиционная к отчетному концерту «Зажги свою звезду»	9	Учебное занятие	Текущий контроль	
36 ч. Летний период						
75, 76		Участие в отчетном концерт «Зажги свою звезду»	6	Учебно-тренировочное занятие на свежем воздухе/в зале, игра на природе, показ итоговой работы.	Показ итоговой работы Творческий отчет	
77, 78		Участие в праздничной программа «Здравствуй, детство!»	6	Учебно-тренировочное занятие на свежем воздухе/в зале, игра на природе, показ итоговой работы.	Показ итоговой работы Участие в массовой мероприятии	
79, 80		Репетиционная работа, участие в концертной программе ко Дню России.	6	Учебно-тренировочное занятие на свежем воздухе/в зале, игра на природе.	Показ итоговой работы. Участие в массовой мероприятии	

81, 82		Репетиционная работа и участие в концертной программе «Амурфест»	6	Учебно-тренировочное занятие на свежем воздухе/в зале, игра на природе.	Показ итоговой работы. Творческий отчёт	
83, 84		Репетиционная работа , участие в краевом мероприятии «На Ивана на Купала»	6	Учебно-тренировочное занятие на свежем воздухе/в зале, игра на природе.	Показ итоговой работы. Участие в массовом мероприятии	
85, 86		Репетиционная работа и концертное выступление ко Дню Знаний	6	Учебно-тренировочное занятие на свежем воздухе/в зале, игра на природе.	Показ итоговой работы. Творческий отчёт	
		ИТОГО	36			
		ВСЕГО	258			

**Календарный учебный график
3 год обучения ДООП «Махаон»**

№ п/п	Дата	Тема занятия	Всего часов	Форма проведения	Форма контроля	Примечание
1		Вводное занятие	3	Учебное занятие	Текущий контроль	
2-10		«Ритмический оркестр». «Динамические оттенки»	30	Учебное занятие	Текущий контроль	
11-14		«Вес частей тела и опоры». Психоэмоциональное доверие партнера	12	Учебное занятие	Текущий контроль	

15-18		«Маленький танец» Точка опоры	12	Учебное занятие	Текущий контроль Контрольн ый просмотр	
19-23		Partnering Парное равновесие и множественное равновесие.	15	Учебное занятие	Контрольн ый просмотр.	
24-30		Классический экзерсис у станка, на середине	21	Учебное занятие	Контрольн ый просмотр.	
31-36		Прыжки (allegro). Вращения (tours).	18	Учебное занятие	Текущий контроль	
37,38		Движения по кругу и в линии.	6	Учебное занятие	Текущий контроль Оценка синхронно сти.	
39-41		Народный экзерсис.	9	Учебное занятие	Контрольн ый просмотр	
42,43		Диагональ. Танцевальные движения.	6	Репетиция, учебное занятие	Оценка синхронно сти	
44-47		Изучаем друг друга. (мимика, пластические этюды).	12	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	
48-53		Композиция «Цветы для мамы».	18	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	
54-59		Композиция «Эвенкийский танец».	18	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	
60,61		Перестроения. Ходьба	6	Репетиция, учебное занятие	Зачёт (теория и практика)	

62-65		Закрепление знаний. Подвижные игры со скакалкой	12	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	
66,67		Упражнения на координацию, чувство ритма	6	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	
68-70		Перестроений из одной колонны в две.	9	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	
71-73		Постановочная работа и репетиционная к отчетному концерту «Зажги свою звезду»	9	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	
36 ч. Летний период						
74,75		Участие в отчетном концерт «Зажги свою звезду»	6	Учебно- тренировочн ое занятие на свежем воздухе/в зале, игра на природе, показ итоговой работы.	Показ итоговой работы Творчески й отчёт	
76,77		Участие в праздничной программа «Здравствуй, детство!»	6	Учебно- тренировочн ое занятие на свежем воздухе/в зале, игра на природе, показ итоговой работы.	Показ итоговой работы Участие в массовом мероприят ии	
78,79		Репетиционная работа, участие в концертной программе ко Дню России.	6	Учебно- тренировочн ое занятие на свежем воздухе/в	Показ итоговой работы. Участие в массовом	

				зале, игра на природе.	мероприятии	
80,81		Репетиционная работа и участие в концертной программе «Амурфест»	6	Учебно-тренировочное занятие на свежем воздухе/в зале, игра на природе.	Показ итоговой работы. Творческий отчёт	
82,83		Репетиционная работа , участие в краевом мероприятии «На Ивана на Купала»	6	Учебно-тренировочное занятие на свежем	Показ итоговой работы.	
85,86		Репетиционная работа и концертное выступление ко Дню Знаний	6	Учебно-тренировочное занятие на свежем воздухе/в зале, игра на природе.	Показ итоговой работы. Творческий отчёт	
		ИТОГО	36			
		ВСЕГО	258			

**Календарный учебный график
4 год обучения ДООП «Махаон»**

№ п/п	Дата	Тема занятия	Всего часов	Форма проведения	Форма контроля	
1		Вводное занятие	3	Учебное занятие	Текущий контроль	
2,3		Импульсы.	6	Учебное занятие	Текущий контроль	
4-6		Partnering	9	Учебное занятие	Текущий контроль	
7		«Супинация и пронация».	3	Учебное занятие	Текущий контроль	

					Контрольный просмотр	
8-11		«Способы передвижения».	12	Учебное занятие	Контрольный просмотр.	
12,13		Основные положения рук.	6	Учебное занятие	Контрольный просмотр.	
14,15		Основные положения ног. Положения и движения стоп	6	Учебное занятие	Текущий контроль	
16,17		Основные положения корпуса.	6	Учебное занятие	Текущий контроль Оценка синхронности.	
18,19		Swing.	6	Учебное занятие	Контрольный просмотр	
20,21		Изоляция.	6	Репетиция, учебное	Оценка синхронности	
22,23		Прыжки.	6	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	
24,25		Вращения.	6	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	
26-29		Классический экзерсис у станка	12	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	
30-33		Классический экзерсис на середине.	12	Репетиция, учебное занятие	Зачёт (теория и практика)	
34,35		Прыжки (allegro).	6	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	
36,37		Вращения (tours).	6	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	
38-40		Разбор хореографического произведения,	9	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	

		выбранного к постановке.				
41-43		Работа над музыкальностью произведения.	9	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	
44-47		Работа над техникой исполнения	12	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	
48-50		Изучаем друг друга. (мимика, пластические этюды).	9	Учебное занятие	Текущий контроль	
51-54		Композиция «Северный»	12	Учебное занятие	Текущий контроль	
55-58		Композиция «Капустка».	12	Учебное занятие	Текущий контроль	
59-62		Композиция «Коляда».	12	Учебное занятие	Текущий контроль Контрольный просмотр	
63-66		Основные шаги, прыжки Подвижные игры со скакалкой Закрепление знаний.	12	Учебное занятие	Контрольный просмотр.	
67-70		Упражнения на координацию, перестроений, изменение направления и темпа.	12	Учебное занятие	Контрольный просмотр.	
71-74		Постановочная работа и репетиционная к отчетному концерту «Зажги свою звезду»	12	Учебное занятие	Текущий контроль	
36 ч. Летний период						
75,76		Участие в отчетном концерт «Зажги свою звезду»	6	Учебно-тренировочное занятие на свежем	Показ итоговой работы	

				воздухе/в зале, игра на природе, показ итоговой работы.	Творческий отчёт	
77,78		Участие в праздничной программе «Здравствуй, детство!»	6	Учебно-тренировочное занятие на свежем воздухе/в зале, игра на природе, показ итоговой работы.	Показ итоговой работы Участие в массовом мероприятии	
79,80		Репетиционная работа, участие в концертной программе ко Дню России.	6	Учебно-тренировочное занятие на свежем воздухе/в зале, игра на природе.	Показ итоговой работы. Участие в массовом мероприятии	
81,82		Репетиционная работа и участие в концертной программе «Амурфест»	6	Учебно-тренировочное занятие на свежем воздухе/в зале, игра на природе.	Показ итоговой работы. Творческий отчёт	
83,84		Репетиционная работа, участие в краевом мероприятии «На Ивана на Купала»	6	Учебно-тренировочное занятие на свежем воздухе/в зале, игра на природе.	Показ итоговой работы. Участие в массовом мероприятии	

85,86		Репетиционная работа и концертное выступление ко Дню Знаний	6	Учебно-тренировочное занятие на свежем воздухе/в зале, игра на природе.	Показ итоговой работы. Творческий отчёт	
		ИТОГО	36			
		ВСЕГО	258			

Календарный учебный график (хореография) Махаон
5-й год обучения

№ п/п	Дата	Тема занятия	Всего часов	Форма проведения	Форма контроля	Примечание
				Учебное занятие	Текущий контроль	
1		Вводное занятие	3	Учебное занятие	Текущий контроль	
2-6		Импульсы. Partnering	15	Учебное занятие	Контрольный просмотр	
7-11		«Супинация и пронация». «Способы передвижения».	15	Учебное занятие	Контрольный просмотр.	
12-17		Основные положения	18	Учебное занятие	Текущий контроль. Оценка синхронности.К онтрольный просмотр	
18-21		Swing. Изоляция.	12	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	
22-25		Прыжки. Вращения.	12	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	

26-32		Классический экзерсис у станка, на середине.	21	Репетиция, учебное занятие	Зачёт (теория и практика)	
33-37		Прыжки (allegro). Вращения (tours).	15	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	
38--49		Разбор хореографического произведения, выбранного к постановке.	36	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	
50-63		Композиционно-художественная работа	42	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	
64-67		Перестроения и Ходьба.	12	Учебное занятие	Текущий контроль	
68-74		Упражнения на силу, координацию, чувство ритма	21	Учебное занятие	Зачёт (теория и практика)	
Работа в летний период 36ч						
75,76		Постановочная работа и репетиционная к отчетному концерту «Зажги свою звезду»	6	Учебно-тренировочное занятие на свежем воздухе/в зале, игра на природе, показ итоговой работы.	Показ итоговой работы Творческий отчёт	
77,78		Участие в отчетном концерт «Зажги свою звезду»	6	Учебно-тренировочное занятие на свежем воздухе/в зале, игра на природе, показ	Показ итоговой работы Участие в массовом мероприятии	

				итоговой работы.		
79,80		Участие в праздничной программа «Здравствуй, детство!»	6	Учебно-тренировочное занятие на свежем воздухе/в зале, игра на природе.	Показ итоговой работы. Участие в массовом мероприятии	
81,82		Репетиционная работа, участие в концертной программе ко Дню России.	6	Учебно-тренировочное занятие на свежем воздухе/в зале, игра на природе.	Показ итоговой работы. Творческий отчёт	
83,84		Репетиционная работа и участие в концертной программе «Амурфест»	6	Учебно-тренировочное занятие на свежем воздухе/в зале, игра на природе.	Показ итоговой работы. Участие в массовом мероприятии	
85,86		Репетиционная работа и концертное	6	Учебно-тренировочное занятие на	Показ итоговой работы.	
		ИТОГО	258			

**Календарный учебный график (хореография) Махаон
6-й год обучения**

№ п/п	Дата	Тема занятия	Всего часов	Форма проведения	Форма контроля	Примечание
				Учебное занятие	Текущий контроль	
1		Вводное занятие	3	Учебное занятие	Текущий контроль	
2-6		Импульсы. Partnering	15	Учебное занятие	Контрольный просмотр	

7-11		«Супинация и пронация». «Способы передвижения».	15	Учебное занятие	Контрольный просмотр.	
12-17		Основные положения	18	Учебное занятие	Текущий контроль. Оценка синхронности.К онтрольный просмотр	
18-21		Swing. Изоляция.	12	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	
22-25		Прыжки. Вращения.	12	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	
26-32		Классический экзерсис у станка, на середине.	21	Репетиция, учебное занятие	Зачёт (теория и практика)	
33-37		Прыжки (allegro). Вращения (tours).	15	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	
38--49		Разбор хореографического произведения, выбранного к постановке.	36	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	
50-63		Композиционно-художественная работа	42	Репетиция, учебное занятие	Текущий контроль	
64-67		Перестроения и Ходьба.	12	Учебное занятие	Текущий контроль	
68-74		Упражнения на силу, координацию, чувство ритма	21	Учебное занятие	Зачёт (теория и практика)	
Работа в летний период 36ч						

75,76		Постановочная работа и репетиционная к отчетному концерту «Зажги свою звезду»	6	Учебно-тренировочное занятие на свежем воздухе/в зале, игра на природе, показ итоговой работы.	Показ итоговой работы Творческий отчет	
77,78		Участие в отчетном концерте «Зажги свою звезду»	6	Учебно-тренировочное занятие на свежем воздухе/в зале, игра на природе, показ итоговой работы.	Показ итоговой работы Участие в массовом мероприятии	
79,80		Участие в праздничной программе «Здравствуй, детство!»	6	Учебно-тренировочное занятие на свежем воздухе/в зале, игра на природе.	Показ итоговой работы. Участие в массовом мероприятии	
81,82		Репетиционная работа, участие в концертной программе ко Дню России.	6	Учебно-тренировочное занятие на свежем воздухе/в зале, игра на природе.	Показ итоговой работы. Творческий отчет	

83,84		Репетиционная работа и участие в концертной программе «Амурфест»	6	Учебно-тренировочное занятие на свежем воздухе/в зале, игра на природе.	Показ итоговой работы. Участие в массовом мероприятии	
85,86		Репетиционная работа и концертное	6	Учебно-тренировочное занятие на	Показ итоговой работы.	
		ИТОГО	258			