# ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ МИЧУРИНСКОГО РАЙОНА МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА»

Рассмотрена на заседании педагогического	Утверждаю:
совета	Директор МБОУ ДО «ДДТ»
от «31» мая 2023 г.	Курбатова Т.Э.
Протокол № 4	Приказ № 26 от «31» мая 2023 г.
	•

# Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «Ступени хореографии» (углубленный уровень)

Возраст учащихся: 12-17 лет Срок реализации: 1 год

Автор-составитель: Попова Кристина Владимировна, педагог дополнительного образования

## Информационная карта программы

1. Учреждение	Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования «Дом детского творчества» Мичуринского района
2. Полное название про- граммы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ступени хореографии»
3. Сведения об авторах:	Попова Кристина Владимировна, педагог дополнительного образования
4. Сведения о программе	
4.1. Нормативная база:	Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации». «Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года» (утверждена Распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 N 678-р). Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден Приказом Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629). Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015г.). Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарноэпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»».
4.2. Область применения	дополнительное образование
4.3. Направленность	художественная (хореография)
4.4. Тип программы	дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
4.5. Возраст учащихся	12-17
4.6. Уровень освоения	углубленный
4.7. Продолжительность обучения	1 год
4.8. Год разработки про- граммы	2023

## Блок №1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

#### 1.1.Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ступени хореографии» относится к художественной направленности. Данная программа ориентирована на формирование эстетической культуры учащегося, развитие его художественно-творческого потенциала, артистических способностей, высокого общефизического, социального, интеллектуального, нравственного уровня средствами хореографического искусства.

Уровень освоения программы: углубленный.

#### Актуальность программы

Программа «Ступени хореографии» неразрывно связана и является продолжением программы базового уровня «Дансмикс», логично дополняя и развивая её, направлена на расширение и углубление знаний, умений и навыков в области искусства хореографии, развитие творческих способностей, мотивации на дальнейший выбор пути хореографического развития.

Актуальность программы вызвана повышенной потребностью современных детей в двигательной активности. Хореографические занятия совершенствуют детей физически, укрепляют их здоровье. Они способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру. Эти занятия хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и, в целом, повышают жизненный тонус ребенка. Занятия хореографией вырабатывает в детях стремление к познанию прекрасного мира танца, что позволяет раскрывать творческие способности детей: техничное исполнение хореографического материала, артистичное исполнение концертных номеров, создание собственных номеров — импровизаций. Занятия хореографией объединяет детей, формирует навыки общения в коллективе, воспитывает доброжелательность, чувство взаимопомощи, прививает манеры поведения в обществе, закладывает основы этикета.

#### Педагогическая целесообразность

Педагогическая целесообразность программы заключается в решении у детей проблем физического и эмоционального характера через развитие координации и передачи эмоций с помощью движений. Движение и музыка, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память. Хореография воспитывает трудолюбие, умение добиваться поставленных целей. Систематическая работа над развитием физических данных, техничным исполнением хореографического материала, музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает детям понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность. Свободно и активно

использовать свои знания и умения не только на занятиях, но и в повседневной жизни. На занятиях по программе «Ступени хореографии» дети учат хореографические номера, построенные на материале эстрадного танца, современного танца (контемпорари, джаз-модерн). Выступления перед зрителями являются главным воспитательным средством: переживание успеха приносит ребенку моральное удовлетворение и веру в свои силы, что помогает в реализации его творческого потенциала. Хореография развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству, раскрывая творческую фантазию ребенка: воспитанник учится сам создавать пластические образы через импровизацию. Совместная деятельность и общение в коллективе рождают чувство ответственности, дружбы, товарищества. Танцевальное искусство обладает огромной силой в воспитании творческой и всесторонне развитой личности.

#### Отличительная особенность программы

Отличительная особенность данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы заключается:

в использовании адаптированных авторских методик хореографического обучения в условии учреждения дополнительного образования детей;

разработке комплекса методов и приемов, направленных на развитие хореографических навыков;

дифференцированном подходе к учащимся, исходя из их подготовленности и природных данных;

в подаче материала по «восходящей спирали»;

плодотворном взаимодействии педагога и учащихся, получении удовольствия от коллективного творчества, укреплении межличностных связей, развитии способности к коммуникации, приобретении реального, конкретного опыта, основанного на чувственном восприятии, эмоциях, памяти и воображении, обеспечивающих становление логического и эмоционального мышления учащихся в процессе создания творческого продукта (концертных номеров, отчётных концертов), а также достижение высоких творческих результатов участия в конкурсах.

### Организационные условия реализации программы

#### Адресат программы

Программа предназначена для детей 12-17 лет, с различными физическими данными. На программу принимаются все желающие.

#### Количество учащихся

Норма наполнения группы – 12-15 человек.

#### Сроки реализации и режим занятий

Программа рассчитана на 1 год обучения. Объем реализации программы 144 академических часа.

**Режим занятий:** 2 раза в неделю по 2 академических часа с 10 минутным перерывом.

Форма обучения: очная.

По форме организации образовательного процесса: групповая (с постоянным составом).

#### Образовательные технологии

В основу программы положены технологии, ориентированные на повышение качества обучения, расширение рамок образовательных результатов, улучшение процесса самостоятельной творческой деятельности ребенка:

- 1. Игровые технологии.
- 2. Групповые технологии.
- 3. Информационные технологии.
- 4. Технология здоровьесберегающего обучения.

#### 1.2.Цель и задачи программы

**Цель:** гармоничное развитие учащихся и их творческих способностей, совершенствование и повышение танцевально-исполнительского мастерства.

#### Задачи:

#### Обучающие:

формировать знания об основных хореографических направлениях танцевального искусства: классический танец, танец модерн, современный танец, эстрадный танец;

совершенствовать умение точной выразительной передаче характера создаваемого образа с помощью пластических средств;

познакомить учащихся с историей искусства танца, его традициями; обозначить значимость танца в жизни народа;

формировать умения говорить на языке танца через эмоции, жесты, пластику, мимику, умение двигаться грациозно.

обучить навыкам постановочной и концертной деятельности.

#### Развивающие:

развивать танцевально-исполнительские способности;

развивать способность воспринимать музыку, т.е. чувствовать её настроение и характер, понимать её содержание;

развивать музыкальную память;

развивать ловкость, точность, координацию движений;

развивать гибкость и пластичность;

развивать творческое воображение и фантазию, потребности самовыражения в движении под музыку;

развивать способность к самостоятельной и коллективной работе;

развивать способность творческого выполнения практической деятельности.

#### Воспитывающие:

воспитывать интерес к хореографическому искусству;

воспитывать уважительное отношение к сверстникам и взрослым;

формировать чувство этики, вежливости и такта;

воспитывать чувство взаимопомощи, формирование сплоченного коллектива;

формировать навыки коллективного творчества, сотрудничества; воспитывать ответственность и стремление доводить начатое до конца.

### 1.3. Содержание программы Учебный план

No	Раздел/Тема Количество часов				Формы
п/п		Всего	Теория	Практика	аттестации/ контроля
	Вводное занятие	2	2	-	Начальная диаг- ностика
I	Танцевальная раз- минка	8	2	6	Опрос, выполнение упражнений,
II	Классический экзер- сис	16	6	10	контрольных за- даний
2.1.	Plie в сочетании с раз- личными движениями	4	2	2	
2.2.	Battement tendu и Battement tendu jete в сочетании с движениями корпуса	6	2	4	
2.3.	Разучивание учебных и танцевальных комбинаций в экзерсисе на середине зала	6	2	4	
III	Элементы фитнеса и современный танец	28	8	20	Опрос, выполнение упражнений,
3.1.	Упражнения для развития выносливости	6	2	4	_ контрольных за- даний
3.2.	Упражнения в рамках силовых тренировок	6	2	4	_
3.3.	Составляющие акробатики: колесо, стойки	8	2	6	_
3.4.	Современный танец	8	2	6	
IV	Партерная гимнасти- ка	20	6	14	Практические упражнения
4.1.	Упражнения для развития пресса	6	2	4	
4.2.	Упражнения для развития выносливости	6	2	4	
4.3.	Упражнение для разви- тия гибкости	8	2	6	
V	Джаз-модерн танец	18	4	14	Исполнение уп-

5.1.	Повороты и вращения в стиле джаз-модерн	8	2	6	ражнений, твор- ческих заданий, комбинаций
5.2.	Кроссовые комбинации с использованием гранд батман и поворотов	10	2	8	Комоинации
VI	Перевоплощение в артиста	8	-	8	Опрос, выполнение упражнений,
VII	Постановка танце- вальных номеров	30	-	30	контрольных за- даний
VIII	Концертная деятель- ность	12	-	12	Исполнение вы- ученных компози- ций на сцене
	Итоговое занятие	2	-	2	Отчётный кон- церт
	Всего часов	144	28	116	

#### Содержание учебного плана

#### Вводное занятие

**Теория:** Цель и задачи предстоящего года обучения. Перспективы и требования. Диагностика ранее полученных знаний. Расписание занятий. Инструктаж по ТБ.

#### Раздел I «Танцевальная разминка»

Теория: техника исполнения. Последовательность построения.

**Практика:** движения для разогрева позвоночника и суставов. Комплекс разминки состоит из элементов танца джаз-модерн. Самостоятельное исполнение. Совершенствование техники исполнения движений.

#### Раздел II «Классический экзерсис»

#### Тема 2.1. «Рііе в сочетании с различными движениями»

#### Теория:

виды плие;

виды комбинаций;

цели и задачи упражнения.

#### Практика:

выполнение demi-plié, grand plié;

комбинации с использованием плие;

роль связующего движения.

# Tema 2.2. «Battement tandu и Battement tandu jete в сочетании с движениями корпуса»

#### Теория:

позиции, в которых исполняется элемент;

комбинации с другими элементами;

музыкальный размер при исполнении.

Практика: Исполнение r. de j. en l'air, r. de j. en l'air saute.

# Tema 2.3. «Разучивание учебных и танцевальных комбинаций в экзерсисе на середине зала»

Теория: Разбивка по тактам.

**Практика:** Отработка изученного материала, комбинирование элементов экзерсиса.

#### Раздел III «Элементы фитнеса и современный танец»

#### Тема 3.1. «Упражнения для развития выносливости»

**Теория:** понятие «кардиотренировка», разговор о пользе упражнений и противопоказаниях.

**Практика:** отжимания различного вида, упражнения для скоростной выносливости, бёрпи.

#### Тема 3.2. «Упражнения в рамках силовых тренировок»

**Теория:** терминология «упражнение», «форма», «повторение», «сет» (подход), «темп».

Практика: круговая тренировка, раздельный тренинг.

#### Тема 3.3. «Составляющие акробатики: колесо, стойки»

**Теория:** понятие «динамические акробатические упражнения», «статические акробатические упражнения».

**Практика:** перекаты, кувырки, перевороты; стойки, шпагаты, мосты, поддержки.

#### Тема 3.4. «Современный танец»

**Теория:** комплекс упражнений джазового экзерсиса на середине зала. Последовательность построения комбинаций в стиле джаз-модерн.

**Практика:** исполнение комплекса упражнений джазового экзерсиса на середине зала. Исполнение различных комбинаций с использованием ранее изученного материала в сочетании с перемещением по пространству класса.

#### Раздел IV «Партерная гимнастика»

**Теория:** правила выполнения. Последовательность построения. Движения, которые вырабатывают гибкость, выворотность, растяжку.

**Практика:** исполнение упражнений, сидя на полу, лежа на спине и на животе. Комбинации усложняются. Самостоятельное выполнение.

#### Тема 4.1. «Упражнения для развития пресса»

**Теория:** понятия «скручивание», «планка», «боковая планка», «подтягивание колен в планке», «велосипед», «складка», «ножницы в горизонтальной плоскости» и т.д.

**Практика:** наглядный просмотр элементов. Самостоятельное выполнение.

#### Тема 4.2. «Упражнения для развития выносливости»

**Теория:** понятия «аэробная разновидность», «скоростная разновидность», «тренировка силовой выносливости».

**Практика:** прыжки через скакалку, приседания на обеих или на одной ноге ("пистолет"), тренировка мышц брюшного пресса, отжимания, различные махи руками или ногами, совершаемые в темпе и с максимальной амплитудой. Стоит объединить упражнения в комплекс и циклически выполнять его от 3 до 8 раз. Отдых между циклами не должен превышать минуты, иначе польза тренировки снижается. После начинается следующий цикл развития выносливости. Каждое спортивное движение выполняется до 15 раз.

#### Тема 4.3. «Упражнения для развития гибкости»

**Теория:** понятия «динамическая растяжка», «статическая растяжка».

**Практика:** «самолет», «кошечка», «коробочка», «корзинка», «поза ребёнка», «кобра» и мн. др.

#### Раздел V «Джаз-модерн танец»

#### Тема 5.1. «Повороты и вращения в стиле джаз-модерн»

**Теория:** основные виды поворотов (на двух ногах, на одной ноге, повороты по кругу вокруг воображаемой оси, повороты на различных уровнях).

Практика: отработка поворотов.

# **Тема 5.2. «Кроссовые комбинации с использованием гранд батман и поворотов»**

**Теория:** кроссовые комбинации, в которых соединяются шаги, прыжки, вращения, смена уровней с передвижением по всему пространству зала.

Практика: комбинации с использованием гранд батман и поворотов.

#### Раздел VI. «Перевоплощение в артиста»

**Практика:** игровая практика в развитии артистизма: упражнения на воображение, упражнения на развитие пластической выразительности, актерские этюды.

#### Раздел VII. Постановка танцевальных номеров

**Практика:** работа над постановками хореографических композиций. Закрепление и отработка выученного материала. Построение рисунков номера.

#### Раздел VIII. «Концертная деятельность»

Практика: Участие в концертах учреждения и района.

Итоговое занятие

**Практика:** Итоговое занятие проводится по форме отчетного концерта, где учащиеся демонстрируют умения и навыки, приобретенные за учебный год.

#### 1.4. Планируемые результаты

#### Предметные

По окончании обучения учащиеся:

будут знать элементы фитнеса, элементы современного танца, комбинации джаз-модерн танца;

овладеют понятиями по классической и современной хореографии;

будут владеть техникой танцевальных элементов;

будут иметь представления по истории искусства танца, его традициям, о значимости танца в жизни народа;

будут уметь выражать мысли, чувства, различные эмоциональные состояния героя через жесты, мимику, пластику.

#### Метапредметные

По окончании обучения у учащихся будут развиты:

способность воспринимать музыку;

музыкальную память, слух, чувство ритма;

ловкость, точность, координацию движений;

гибкость и пластичность;

творческое воображение и фантазия.

#### Личностные

По окончании обучения у учащихся будут сформированы навыки коллективного творчества, сотрудничества и воспитаны:

терпение, целеустремленность, трудолюбие, стремление к самосовершенствованию и творческому росту;

дисциплинированность, сила воли, самостоятельность;

тветственность и стремление доводить начатое до конца.

#### Блок № 2. Комплекс организационно – педагогических условий

#### 2.1. Календарный учебный график

Учебный год по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Ступени хореографии» начинается с «1» сентября и заканчивается «31» мая, число учебных недель по программе - 36, число учебных дней — 72, количество учебных часов — 144 (Приложение 1).

# 2.2. Условия реализации программы Материально-техническое оснащение

Огромную роль в повышении показателей результативности программы играет современное материально-техническое оснащение:

репетиционно-игровая комната, оборудованная зеркалами для работы над сценическими движениями;

DVD установка, музыкальный центр, флеш-накопитель; танцевальные костюмы и обувь;

индивидуальные коврики для занятий хореографией.

#### Методическое обеспечение

С целью успешной реализации программы: оформлен информационный материал из опыта работы; разработан и оформлен дидактический материал; разработаны планы-конспекты занятий; разработана методика проведения диагностических исследований; подобраны фото и видеоматериалы по темам программы.

#### Санитарно-гигиенические требования

Наличие просторного, проветриваемого и хорошо освещенного помещения для занятий. Соблюдение норм СанПина. Учащиеся должны иметь при себе специальную одежду и обувь для занятий хореографией, коврики для партерной гимнастики.

#### 2.3. Формы аттестации

#### Формы контроля

Программа предполагает различные формы контроля: опрос;

выполнение упражнений, контрольных и творческих заданий; участие в конкурсной и концертной деятельности.

# Формы подведения итогов реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:

В начале учебного года проводится начальная диагностика, направленная на выявление творческих и физических способностей детей, в середине обучения - промежуточная диагностика, в конце - итоговая для отслеживания результативности обучения по программе. Главной формой контроля является отчётный концерт (открытое занятие) для родителей, в котором принимают участие все учащиеся.

#### Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:

видеозаписи выступлений на концертах, конкурсах, праздниках; грамоты за участие в конкурсных и иных мероприятиях; журнал посещаемости.

#### 2.4. Методическое обеспечение программы

Образовательная программа «Ступени хореоргафии» разработана с учётом современных технологий, которые отражаются:

#### в принципах обучения:

целенаправленность учебного процесса; систематичность и регулярность занятий; постепенность развития природных данных учащихся; строгая последовательность в овладении лексикой и техническими приёмами танца; доступность учебного материала; учёт возрастных физических и технологических возможностей учащихся; результативность обучения; индивидуальный подход в обучении; комфортная эмоциональная среда на занятиях в коллективе.

#### в формах обучения:

комплексные занятия;

игровые занятия.

#### в методах обучения:

словесные методы;

демонстрационные методы;

методы практико-ориентированной деятельности;

методы мотивации: поощрение и эмоциональное стимулирование (поддержка, подбадривание, доброжелательность, открытость);

методы контроля и коррекции: наблюдение, коррекция, беседа, самоанализ, рефлексия, самоконтроль.

К числу наиболее актуальных проблем относится:

создание условий для творческого развития ребёнка;

развитие мотивации к познанию и творчеству;

обеспечение эмоционального благополучия ребёнка;

способствование стремлению детей самовыражаться в движении;

развитие личностных качеств ребёнка, его физического, умственного и духовного компонентов.

В работе по программе используются следующие педагогические принципы:

доступности обучения;

партнерства и сотрудничества в учебной группе;

толерантности;

культуросообразности;

использование соревновательных форм обучения.

## Методическое обеспечение программы

№ п/п	Раздел программы	организании Иетолы и приемы		Дидактический материал, ТСО
	Вводное занятие	Теоретическое за- нятие	Игровые: командные, игра-путешествие. Словесные: беседа, пояснение. Наглядные: иллюстрации. Практические: диагностика музыкальных и физических данных.	Готовые образцы; схемы; рисунки, таблицы, фотографии. Ноутбук, USB-носитель с записями материала.
1	Классический экзерсис	Теоретические и практические за- нятия	Словесные: беседа, объяснение хореографических позиций.  Наглядные: показ педагога.  Практические: выполнение упражнений.  Метод иллюстративной наглядности.	Раздаточный материал изображений позиций рук и ног. Ноутбук, USB-носитель с записями материала по теме.
2	Элементы фитнеса и современный танец	Теоретические и практические за- нятия	Словесные: беседа, объяснение хореографических позиций.  Наглядные: показ педагога.  Практические: выполнение упражнений.  Метод иллюстративной наглядности.	Раздаточный материал изображений позиций рук и ног. Ноутбук, USB-носитель с записями материала по теме.
3	Партерная гимнастика	Теоретические и практические за- нятия	Методы: словесные (рассказ с элементами беседы, объяснение); Приемы: сравнение, создание проблемной ситуации, обобщение.	Готовые образцы; схемы; рисунки, табли- цы, фотографии
4	Джаз-модерн та- нец	Теоретические и практические за- нятия	Словесные: рассказ, разъяснения, пояснение, объяснение.  Наглядные: показ педагога.  Практические: выполнение упражнений.  Игровой метод хореографии: образы животных.	Аудиоматериал по темам импровизации. Демонстрационные варианты этюдов на видео. Ноутбук, USB-носитель с аудиозаписями.
5	Перевоплощение в артиста	Практические занятия	Приемы: сравнение, выводы, обобщение. Наглядные: показ педагога. Практические: упражнения, пояснения.	Готовые образцы; схемы; рисунки, таблицы, фотографии. Ноутбук, USB-носитель с видеозаписями.

6	Постановка тан-	Практические за-	Методы: словесные (рассказ с элемента-	Готовые образцы; схемы; рисунки, табли-
	цевальных номе-	нятия	ми беседы, объяснение);	цы, фотографии. Ноутбук, USB-носитель с
	ров		Приемы: сравнение, обобщение.	видеозаписями и аудиозаписями.
			Наглядные: показ педагога.	
			Практические: выполнение упражнений.	
7	Концертная	Практические за-	Наглядные: показ движений педагогом.	Раздаточный рабочий материал. Ноутбук,
	деятельность	нятия	Практические: практическая работа.	USB-носитель с записями музыкального
			Концентрический <u>метод.</u>	материала.
	Итоговое занятие	Концерт	Приемы: постановка вопросов,	Ноутбук, USB-носитель с аудиозаписями.
			формирование выводов, обсуждение	
			результатов показа.	
			Практические методы: практическая	
			работа (диагностика и выступление перед	
			родителями).	

#### 2.5.Список литературы Список литературы для педагога

- 1. Алекс Мур «Техника европейских танцев», 2013 г.
- 2. Алекс Мур «Техника латиноамериканских танцев», 2013 г.
- 3. Барышникова Т. Азбука хореографии. Методические указания в помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студий. М.: Айрис, 2001 г.
- 4. Бочкарева, Н.И. Развитие творческих способностей детей на уроках ритмики и хореографии [Текст]/Н.И. Бочкарева.— Кемерово, 1998.— 63 с.
- 5. Бекина С.И. «Музыка и движение», Москва 2006 г.
- 6. Ваганова А.Я. «Основы классического танца», С-Петербург 2005 г.
- 7. Васенина Е. Российский современный танец. Диалоги. М.: Emergency Exit., 2005 г.
- 8. Васильева Т.К. «Секрет танца», С-Петербург 2007 г.
- 9. Венгер, Н.Ю. Путь к развитию творчества / Н.Ю. Венгер.— М.: Просвещение, 2000 г.
- 10. Диниц Е.В. «Азбука танцев». Донецк 2009 г.
- 11. Запора Р. Импровизация присутствия // Танцевальная импровизация. — М., 1999 г.
- 12. Зуев Е. И. Волшебная сила растяжки. М.: Советский спорт, 1990 г.
- 13. Иваницкий М.Ф. Анатомия человека. М.: Физкультура и спорт. 1985 г.
- 14. Ивлева Л.Д. Джазовый танец. Челябинск: ЧГАКИ, 2006 г.
- 15. Кох, И. Основы сценического движения. 1984 г.
- 16. Никитин В.Ю. Композиция урока и методика преподавания модерн-джаз танца. М.: Один из лучших, 2010 г.
- 17. Нормативный документ. Закон Российской Федерации об образовании.
- 18. Пасютинская В. «Волшебный мир танца». Москва 2005 г.
- 19. Пляшешник А.Д. «Методическое пособие в помощь педагогу дополнительного образования, руководителю хореографических кружков, объединений», Москва 2008 г.
- 20. Пуляева Л.Е. Некоторые аспекты методики работы с детьми в хореографическом коллективе: Учебное пособие. Тамбов: Изд-во ТГУ им. Г.Р. Державина,  $2001 \, \text{г.} 80 \, \text{c.}$
- 21. Сборник приказов и документов министерства образования и науки «Вестник Образования России», Подольск, 2017 г.
- 22. Фирилева, Ж.Е., Сайкина, Е.Г. Танцевально-игровая гимнастика для детей: учебно-методическое пособие. СПб.: Детство-пресс, 2001 г.
- 23. Тарасова Н.Б. «Теория и методика преподавания народно-сценического танца». С-Петербург, 2006 г.

#### Список литературы для детей

- 1. Бардина С.Ю. «Балет, уроки», Москва, 2005 г.
- 2. Детская энциклопедия «Балет», Москва, 2010 г.
- 3. Детский хореографический журнал «Студия Пяти па», 2015 г.
- 4. Журнал «РКОТАНЕЦ», Москва, 2017 г.
- 5. Проспект «Национальное шоу России», 2012 г.
- 6. Проспект «45 лет кафедре хореографического искусства», СПбГУП 2017 г.

#### Цифровые образовательные ресурсы

- 1. http://horeograf.ucoz.ru
- 2. madou219-kem.ucoz.ru
- 3. terpsihora.net/index.php/uroki/...
- 4. need4dance.ru
- 5. det-center.ru
- 6. horeografiya.com
- 7. isadoradance.ru
- 8. tanci-palitra.com.ua/programmy-i...
- 9. https://pedsovet.org

## Приложение 1

## Календарный учебный график

<b>№</b> п/п	Месяц	Чис- ло	Время проведе- ния за- нятия	Форма занятия	Ко- личе- ство часов	Тема занятия	Место прове- дения	Форма контроля
1	сентябрь			Теоретическое занятие	2	Вводное занятие	Учебный класс	Начальная диагно-
				Раздел 1	(«Танце	вальная разминка»		
2	сентябрь			Теоретическое занятие	2	Танцевальная разминка	Учебный класс	Опрос, выполнение упражнений, кон- трольных заданий
3	сентябрь			Практическое занятие	2	Танцевальная разминка	Учебный класс	Опрос, выполнение упражнений, кон- трольных заданий
4	сентябрь			Практическое занятие	2	Танцевальная разминка	Учебный класс	Опрос, выполнение упражнений, кон- трольных заданий
5	сентябрь			Практическое занятие	2	Танцевальная разминка	Учебный класс	Опрос, выполнение упражнений, кон- трольных заданий

	Раздел II «Классический экзерсис»									
6	сентябрь	Теоретическое занятие	2	Plie в сочетании с различными движениями	Учебный класс	Опрос, выполнение упражнений, кон- трольных заданий				
7	октябрь	Практическое занятие	2	Plie в сочетании с различными движениями	Учебный класс	Опрос, выполнение упражнений, кон- трольных заданий				
8	октябрь	Теоретическое занятие	2	Battement tendu и Battement tendu jete в сочетании с движениями корпуса	Учебный класс	Опрос, выполнение упражнений, кон- трольных заданий				
9	октябрь	Практическое занятие	2	Battement tendu и Battement tendu jete в сочетании с движениями корпуса	Учебный класс	Опрос, выполнение упражнений, кон- трольных заданий				
10	октябрь	Практическое занятие	2	Battement tendu и Battement tendu jete в сочетании с движениями корпуса	Учебный класс	Опрос, выполнение упражнений, кон- трольных заданий				
11	октябрь	Теоретическое занятие	2	Разучивание учебных и танцевальных комбинаций в экзерсисе на середине зала	Учебный класс	Опрос, выполнение упражнений, кон- трольных заданий				
12	октябрь	Практическое занятие	2	Разучивание учебных и танцевальных комбинаций в экзерсисена середине зала	Учебный класс	Опрос, выполнение упражнений, кон-				

						трольных заданий
13	октябрь	Практическое занятие	2	Разучивание учебных и танцевальных комбинаций в экзерсисе на середине зала	Учебный класс	Опрос, выполнение упражнений, кон- трольных заданий
	l	Раздел III «Элем	енты фи	тнеса и современный танец»		I
14	октябрь	Теоретическое занятие	2	Упражнения для развития вы- носливости	Учебный класс	Опрос, выполнение упражнений, кон- трольных заданий
15	октябрь	Практическое занятие	2	Упражнения для развития вы- носливости	Учебный класс	Опрос, выполнение упражнений, кон- трольных заданий
16	ноябрь	Практическое занятие	2	Упражнения для развития выносливости	Учебный класс	Опрос, выполнение упражнений, контрольных заданий
17	ноябрь	Теоретическое занятие	2	Упражнения в рамках силовых тренировок	Учебный класс	Опрос, выполнение упражнений, контрольных заданий
18	ноябрь	Практическое занятие	2	Упражнения в рамках силовых тренировок	Учебный класс	Опрос, выполнение упражнений, контрольных заданий

19	ноябрь	Практическое занятие	2	Упражнения в рамках силовых тренировок	Учебный класс	Опрос, выполнение упражнений, кон- трольных заданий
20	ноябрь	Теоретическое занятие	2	Составляющие акробатики: колесо, стойки	Учебный класс	Выполнение упражнений, контрольных заданий
21	ноябрь	Практическое занятие	2	Составляющие акробатики: колесо, стойки	Учебный класс	Выполнение упражнений, контрольных заданий
22	ноябрь	Практическое занятие	2	Составляющие акробатики: колесо, стойки	Учебный класс	Выполнение упражнений, контрольных заданий
23	ноябрь	Практическое занятие	2	Составляющие акробатики: колесо, стойки	Учебный класс	Выполнение упражнений, контрольных заданий
24	ноябрь	Теоретическое занятие	2	Современный танец	Учебный класс	Выполнение упражнений, контрольных заданий
25	декабрь	Практическое занятие	2	Современный танец	Учебный класс	Выполнение упражнений, контрольных заданий
26	декабрь	Практическое занятие	2	Современный танец	Учебный класс	Выполнение упражнений, контрольных заданий
27	декабрь	Практическое занятие	2	Современный танец	Учебный класс	Выполнение упражнений, контрольных заданий

		Разлел	ı IV «Пар	терная гимнастика»		
28	декабрь	Теоретическое занятие		Упражнения для развития пресса	Учебный класс	Практические упражнения
29	декабрь	Практическое занятие	2	Упражнения для развития пресса	Учебный класс	Практические упражнения
30	декабрь	Практическое занятие	2	Упражнения для развития пресса	Учебный класс	Практические упражнения
31	декабрь	Теоретическое занятие	2	Упражнения для развития вы- носливости	Учебный класс	Практические упражнения
32	декабрь	Практическое занятие	2	Упражнения для развития выносливости	Учебный класс	Практические упражнения
33	январь	Практическое занятие	2	Упражнения для развития выносливости	Учебный класс	Практические упражнения
34	январь	Теоретическое занятие	2	Упражнения для развития гибко- сти	Учебный класс	Практические упражнения
35	январь	Практическое занятие	2	Упражнения для развития гибко- сти	Учебный класс	Практические упражнения
36	январь	Практическое занятие	2	Упражнения для развития гибко- сти	Учебный класс	Практические упражнения
37	январь	Практическое занятие	2	Упражнения для развития гибкости	Учебный класс	Практические упражнения

	Раздел V «Джаз-модерн танец»										
38	январь	Теоретическое занятие	2	Повороты и вращения в стиле джаз-модерн	Учебный класс	Исполнение упражнений, творческих заданий, комбинаний					
39	январь	Практическое занятие	2	Повороты и вращения в стиле джаз-модерн	Учебный класс	Исполнение упражнений, творческих заданий, комбинаций					
40	февраль	Практическое занятие	2	Повороты и вращения в стиле джаз-модерн	Учебный класс	Исполнение упражнений, творческих заданий, комбинаций					
41	февраль	Практическое занятие	2	Повороты и вращения в стиле джаз-модерн	Учебный класс	Исполнение упражнений, творческих заданий, комбинаций					
42	февраль	Теоретическое занятие	2	Кроссовые комбинации с использованием гранд батман и поворотов	Учебный класс	Исполнение упражнений, творческих заданий, комбинаций					
43	февраль	Практическое занятие	2	Кроссовые комбинации с использованием гранд батман и поворотов	Учебный класс	Исполнение упражнений, творческих заданий, комбинаций					
44	февраль	Практическое занятие	2	Кроссовые комбинации с использованием гранд батман и поворотов	Учебный класс	Исполнение упражнений, творческих заданий, комбинаций					
45	февраль	Практическое занятие	2	Кроссовые комбинации с исполь-	Учебный класс	Исполнение упраж- нений, творческих					

				зованием гранд батман и поворотов		заданий, комбина- ций		
46	февраль	Практическое занятие	2	Кроссовые комбинации с использованием гранд батман и поворотов	Учебный класс	Исполнение упражнений, творческих заданий, комбинаций		
		Раздел VI	I «Перев	оплощение в артиста»				
47	февраль	Практическое занятие	2	Перевоплощение в артиста	Учебный класс	Опрос, выполнение упражнений, кон- трольных заданий		
48	февраль	Практическое занятие	2	Перевоплощение в артиста	Учебный класс	Опрос, выполнение упражнений, кон- трольных заданий		
49	март	Практическое занятие	2	Перевоплощение в артиста	Учебный класс	Опрос, выполнение упражнений, контрольных заданий		
50	март	Практическое занятие	2	Перевоплощение в артиста	Учебный класс	Опрос, выполнение упражнений, кон- трольных заданий		
Раздел VII «Постановка танцевальных номеров»								
51	март	Практическое занятие	2	Постановка танцевальных номеров	Учебный класс	Опрос, выполнение упражнений, кон- трольных заданий		
52	март	Практическое занятие	2	Постановка танцевальных номе-	Учебный класс	Опрос, выполнение		

				ров		упражнений, кон- трольных заданий
53	март	Практическое занятие	2	Постановка танцевальных номеров	Учебный класс	Опрос, выполнение упражнений, кон- трольных заданий
54	март	Практическое занятие	2	Постановка танцевальных номеров	Учебный класс	Опрос, выполнение упражнений, контрольных заданий
55	март	Практическое занятие	2	Постановка танцевальных номеров	Учебный класс	Опрос, выполнение упражнений, контрольных заданий
56	март	Практическое занятие	2	Постановка танцевальных номеров	Учебный класс	Опрос, выполнение упражнений, контрольных заданий
57	апрель	Практическое занятие	2	Постановка танцевальных номеров	Учебный класс	Опрос, выполнение упражнений, контрольных заданий
58	апрель	Практическое занятие	2	Постановка танцевальных номеров	Учебный класс	Опрос, выполнение упражнений, кон- трольных заданий
59	апрель	Практическое занятие	2	Постановка танцевальных номеров	Учебный класс	Опрос, выполнение упражнений, кон-

						трольных заданий
60	апрель	Практическое занятие	2	Постановка танцевальных номеров	Учебный класс	Опрос, выполнение упражнений, кон- трольных заданий
61	апрель	Практическое занятие	2	Постановка танцевальных номеров	Учебный класс	Опрос, выполнение упражнений, кон- трольных заданий
62	апрель	Практическое занятие	2	Постановка танцевальных номеров	Учебный класс	Опрос, выполнение упражнений, кон- трольных заданий
63	апрель	Практическое занятие	2	Постановка танцевальных номеров	Учебный класс	Опрос, выполнение упражнений, кон- трольных заданий
64	апрель	Практическое занятие	2	Постановка танцевальных номеров	Учебный класс	Опрос, выполнение упражнений, кон- трольных заданий
65	апрель	Практическое занятие	2	Постановка танцевальных номеров	Учебный класс	Опрос, выполнение упражнений, контрольных заданий

Раздел VIII «Концертная деятельность»						
66	май	Практическое занятие	2	Концертная деятельность	Исполнение выученных композиций на сцене	
67	май	Практическое занятие	2	Концертная деятельность	Исполнение выученных композиций на сцене	
68	май	Практическое занятие	2	Концертная деятельность	Исполнение выученных композиций на сцене	
69	май	Практическое занятие	2	Концертная деятельность	Исполнение выученных композиций на сцене	
70	май	Практическое занятие	2	Концертная деятельность	Исполнение выученных композиций на сцене	
71	май	Практическое занятие	2	Концертная деятельность	Исполнение выученных композиций на сцене	
72	май	Практическое занятие	2	Итоговое занятие	Отчетный концерт	
	Всего		144			