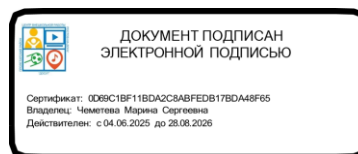


Принята  
на заседании методсовета  
Протокол № 1  
от 29.08.2025 года

Утверждаю  
Директор МБУ ДО ЦВР «Досуг»  
Чеметева М.С.  
Приказ № 108 от 29.08.2025 года



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
хореографического ансамбля «Ренессанс»

Направленность: художественная

Возраст учащихся: 6-14 лет

Срок реализации: 6 лет

Разработчик:

Ляхова С.В.,

педагог дополнительного образования

Ростов-на-Дону

2025

## ОГЛАВЛЕНИЕ

I.ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	3
II. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 1-ГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ.....	10
III.СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ 1-ГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ.....	11
IV.УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 2-ГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ.....	16
V.СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ 2-ГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ.....	17
VI.УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 3-ГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ.....	21
VII.СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ 3-ГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ.....	22
VIII. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ.....	29
IX.СПИСОК ЛИТЕРАТУРА.....	31

## **Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа хореографического ансамбля «Ренессанс» разработана с учетом: Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 25.12.2023 г.); Федерального закона РФ от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изменениями от 29.12.2022 г.); Распоряжения Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»; Распоряжения Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р «Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года»; Приоритетного проекта «Доступное дополнительное образование для детей», утвержденного 30 ноября 2016 г. протоколом заседания президиума при Президенте РФ (в ред. 27.09.2017 г.); Федерального проекта «Успех каждого ребенка», утвержденного 07 декабря 2018 г.; Приказа Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; Приказа Министерства образования и науки РФ от 23 августа 2017 года № 816 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»; Приказа Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (в редакции от 02.02.2021г.); Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.368521 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (разд. VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»); Методическими рекомендациями

Министерства общего и профессионального образования Ростовской области, Института развития образования Ростовской области по оформлению и подготовке дополнительных общеобразовательных программ к прохождению процедуры независимой оценки качества для включения в реестр сертифицированных программ, 2023 г.; Устава Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования Пролетарского района города Ростова-на-Дону «Центр внешкольной работы «Досуг»; Лицензии МБУ ДО ЦВР «Досуг» на образовательную деятельность.

Программа хореографического ансамбля «В мире танца» относится к программам **художественной направленности.**

«Танец – это искусство, которое средствами музыки, движениями и пантомимы передает настроение, чувства и позволяет рассказать целую историю. Искусство танца приносит радость, как исполнителю, так и зрителю. Танец выражает внутренний мир человека, его красота – это совершенство движений и линий человеческого тела, выразительность, легкость, сила, грация». Т. А. Барышникова.

Хореографическое искусство – массовое искусство, доступное всем. Благодаря систематическому образованию и воспитанию учащиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию профессионального хореографического искусства. Занятия хореографией способствуют развитию общекультурного кругозора, формируют определенные эстетические принципы и ценности, а также позитивные физиологические показатели человека: физическое здоровье и выносливость, гармоничное телосложение.

Хореография как средство физического воспитания прививает культуру движений, развивает у учащихся чувство ритма, формирует личность учащегося. Занятия по хореографии способствуют развитию художественного образа, повышают физический и эстетический уровень воспитания, а так же культуру сознания человека.

**Актуальность программы** определяется спросом учащихся и родителей на программы художественной направленности.

**Педагогическая целесообразность программы** заключается в сохранение и укреплении здоровья учащихся через занятия хореографией, а так же в раскрытии индивидуальных творческих способностей, привитии навыков концертных выступлений, положительной самооценке.

**Новизна** настоящей программы заключается в том, что в ней интегрированы такие направления, как ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение, даются учащимся в игровой форме, создание дружного разновозрастного хореографического коллектива.

#### **Отличительные особенности программы:**

В отличие от существующих программ:

- «Ритмика и танец» (составлена на основе типовой программы Министерства просвещения для школ искусств 1988 год);

- «Партерная гимнастика» и «Классический танец» (составлена, на основе типовой программы «Классический танец» (Москва, 1980г.).

• «Народно-сценический танец» (составлена, на основе типовой программы «Народный танец» (Москва 1988г.);

• «Историко-бытовой танец» (создана на основе типовой программы по историко-бытовому танцу для хореографических отделений детских музыкальных школ искусств, а так же на основе учебного пособия «Историко-бытовой танец» Нарской Т. Б. и работы Васильевой Рождественской М.В. «Историко-бытовой танец»), данная программа – чем отличается

Не менее важной, особенностью данной программы является - возрождение традиционной русской культуры и сохранение *региональных* истоков. Во время занятий учащиеся получают представление о танцевальном искусстве, узнают об истории танца, музыки, костюма Ростовской области, расширяют свой кругозор.

Особенностью данной образовательной программы, в связи с изучением разных направлений танца, является ее комплексность и мобильность. По, возможности, учитывается фактор как опережающего, так и отстающего развития. Если отдельные учащиеся легко овладевают учебной программой, то у них есть возможность освоить последующие этапы обучения, и, наоборот, если не справляются, не смотря на все усилия и дополнительные занятия повторно пройти обучение.

**Цель программы:** формирование и развитие творческих способностей учащихся средствами хореографического искусства, содержащего в себе духовные, нравственные ценности.

Основными **задачами** педагогической деятельности данной программы являются:

1. *Образовательные:*

- приобщать к миру танца, формировать пластику, культуру движений, их выразительность;
- формировать систему знаний умений и навыков по основам хореографии;
- познакомить учащихся, с разными видами и стилями хореографии через учебную и художественно-творческую деятельность;
- сформировать навыки публичного выступления, умения держаться на сцене

2. *Воспитательные:*

- воспитать человека, способного существовать в современном мире с максимальной пользой;
- воспитать интерес к танцевальной культуре своего народа и народов других национальностей;
- воспитать культуру общения в творческом коллективе;
- воспитать стремление к здоровому образу жизни

3. *Развивающие:*

- сформировать интерес к танцевальному искусству (культуре), воспитание трудолюбия, формирование здорового образа жизни;
- познакомить учащихся с лучшими образцами народной хореографии, с творчеством ведущих хореографических ансамблей;
- развивать чувство гармонии, чувство ритма; развивать фантазию, художественное воображение, внимание, ассоциативную память.

**Категория учащихся**

Программа рассчитана на учащихся от 9 до 15 лет.

Зачисление осуществляется при желании учащегося по заявлению его родителей (законных представителей).

**Срок реализации программы**

Программа рассчитана на 3 года обучения.

Наполняемость в группах составляет: первый год обучения 10-12 человек; второй год обучения 10- 12 человек; третий обучения 8- 10 человек.

Программа рассчитана на 3 года обучения:

1 год обучения - 216 часов; 2 год обучения - 216 часов; 3 год обучения - 216 часов;

Включая индивидуальные консультации, экскурсоводческие практикумы, тренинги, посещение экскурсий.

Психологическая готовность и уровень готовности учащихся к освоению дополнительной общеобразовательной программы определяются по результатам тестирования при наборе.

### **Формы организации образовательной деятельности и режим занятий**

Занятия проводятся в группах, сочетая принцип группового обучения с индивидуальным подходом.

1 год обучения — 216 часов (три раза в неделю по 2 часа).

2 год обучения — 216 часов (три раза в неделю по 2 часа).

3 год обучения — 216 часов (три раза в неделю по 2 часа).

### **Методы организации образовательного процесса**

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие методы обучения:

- словесный (объяснение, разбор, анализ);
- наглядный (качественный показ, демонстрация отдельных частей и всего движения; просмотр видеоматериалов с выступлениями выдающихся танцовщиц, танцовщиков, посещение концертов и спектаклей для повышения общего уровня развития обучающихся);
- практический (воспроизводящие и творческие упражнения, деление целого произведения на более мелкие части для подробной проработки и последующей организации целого);
- аналитический (сравнения и обобщения, развитие логического мышления);
- эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений);
- индивидуальный подход к каждому учащемуся с учетом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

В учебном процессе применяются следующие типы учебных занятий:

- комбинированные;
- теоретические;

- практические;
- диагностические;
- репетиционные;
- тренировочные.

### **формы учебных занятий:**

- учебно-практическое занятие;
- показательное занятие;
- лекция;
- беседа;
- игра;
- занятие-праздник;
- посещение мастер-классов, концертов, театрализованных представлений;

### **Планируемые результаты освоения программы**

#### ***Личностные результаты:***

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

#### ***Метапредметные результаты:***

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;

формирование умений планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;

овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;

овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

***Предметные результаты:***

формирование первоначальных представлений о значении хореографии для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное).

овладение умением организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (оздоровительные мероприятия, подвижные игры и тд.);

формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателями развития физических данных (гибкость, танцевальный шаг, апломб, координация движений).

**В конце первого года обучения учащиеся будут знать:**

- знать термины изученных движений у станка;
- знать методику изученных программных движений;
- положения рук в танцах

- динамические оттенки музыкального произведения

*уметь:*

- ориентироваться в пространстве, на сценической площадке;
- работать в паре и танцевальными группами;
- грамотно исполнять программные движения у станка и на середине зала;
- грамотно, музыкально-выразительно исполнять программные движения (умение свободно координировать движение рук, ног, головы, корпуса);

### **В конце второго года обучения учащиеся будут**

*знать:*

- знать термины изученных движений,
- знать методику изученных программных движений;
- знать об акценте, паузах, длительности, ритмическом рисунке.

*уметь:*

- грамотно исполнять программные движения у станка и на середине зала;
- ориентироваться в пространстве во время движения танцевальных комбинаций и этюдных форм;
- правильно распределять силы во время исполнения танцевальных композиций, воспитывать выносливость.

### **В конце третьего года обучения учащиеся будут**

*знать:*

- знать термины изученных движений,
- знать методику изученных программных движений;
- знать понятия: вступление, музыкальная фраза, такт и затакт

*уметь:*

- правильно распределять силы во время исполнения танцевальных композиций, воспитывать выносливость.

-выполнять, не теряя методически грамотного и технически виртуозного исполнения, экзерсис у станка и на середине зала, в соответствии с программными требованиями;

- уметь танцевать в ансамбле;

- умение обоснованно анализировать свое исполнение и анализировать исполнение движений друг друга

## II.УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН (1 год обучения)

№ п. п.	Название раздела, темы	Кол-во часов			Формы аттестации (контроля)
		Общее кол-во часов	Теория	Практика	
I	Специальная танцевально-художественная работа:	<b>30</b>	<b>4</b>	<b>26</b>	<b>Праздники, концерты, конкурсы</b>
	1. постановочная работа	18	2	16	
	2. репетиционная работа	12	2	10	
II	Учебно-тренировочная работа:	<b>180</b>	<b>22</b>	<b>158</b>	
	1.А.М.Д.	10	2	8	тестирование
	2. par terre	16	2	14	Контрольный урок
	2. Элементы классического танца.	28	2	26	кроссворд
	3. Элементы народно-сценического танца.	46	6	40	викторина
	4. Элементы историко-бытового танца.	18	2	16	тестирование
	5. Элементы бального танца.	22	2	20	Контрольный урок
	6. Элементы современного танца	26	4	22	тестирование
	7. Танцевальная импровизация.	14	2	12	

III	Воспитательное дело	6	-	6	
ИТОГО:		216	26	190	

### **III. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**(1 год обучения)**

#### **I. Специальная танцевально-художественная работа.**

Разучиваются танцевальные комбинации и этюды на взаимодействие. Танцевальные номера ставятся на основе пройденных танцевальных движений. Музыкальный материал: эстрадная, народная музыка в соответствующей обработке для данного возраста, квадратное построение музыкальных фраз.

#### **II. Учебно-тренировочная работа.**

##### **2.1 Азбука музыкального движения-10ч.**

###### **Теория:**

Динамические оттенки музыкального произведения. Понятие легато (связано) и стаккато (отрывисто) в музыке и движении.

###### **Практика:**

Игры-упражнения на умение выполнять движения различной силой в зависимости динамических оттенков музыки.

Игры-упражнения на умение выполнять движения различной амплитудой в зависимости динамических оттенков музыки.

Игры-упражнения на умение выполнять движения связно и отрывисто.

##### **2.2 PARTERRE-16ч.**

Упражнения на укрепления мышц брюшного пресса.

Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижного локтевого сустава.

Упражнения для развития паховой выворотности «Бабочка»

Упражнения на улучшения гибкости позвоночника. «Кошечка»

Упражнения на улучшения гибкости позвоночника. «Кошечка виляет хвостиком»

Упражнения на укрепления мышц брюшного пресса.

Упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц. «Наклоны корпуса»

Упражнения на улучшения гибкости позвоночника. «Корзиночка»

### **2.3 Элементы классического танца-28ч.**

**Теория:** Основные правила выполнения новых элементов у станка и на середине. Ознакомление учеников с новыми выразительными особенностями

классического танца.

**Практика:** Demi-plies в I, II, III, V позициях ног. (одной рукой за палочку)

Battementstendus по I и V позициям ног в сторону, вперед, назад. (одной рукой за палочку)

Battementstendusjetes по I и V позициям ног в сторону, вперед, назад. (одной рукой за палочку)

Rond de jambeparterre en dehors et en dedans. (одной рукой за палочку)

Passeparterre – проведение ноги вперед и назад через I позицию ног. (одной рукой за палочку)

Battementsfondus в сторону, вперед, назад носком в пол. (лицом к палочке)

Battementsfrappes в сторону, вперед, назад носком в пол. (лицом к палочке)

Grandplie I, II, III и V позициях ног. (лицом к палочке)

Battementsrevelents на 90 с I и V позиций вперед, в сторону, назад. (лицом к палочке)

Grandbattementsjetes в I и V позиций вперед, в сторону, назад. (одной рукой за палочку)

Tempssaute по I, II, V позициям ног. (лицом к палочке)

Paseshappe по II позиции ног. (лицом к палочке)

Relevés на полупальцы в I, II и V позициях ног. (на середине зала)

1-е port-debras на середине зала.

### **2.4 Элементы народно-сценического танца-46ч.**

**Теория:** Лекция – показ украинский народный танец.

Беседа о характере украинского народного танца. Позиции и положения ног и рук в украинском танце.

## **Практика:**

Demi и grandplie по выворотным и не выворотным позициям ног.

Battementstendus как в классическом танце вперед, в сторону, назад.

Battementstendusjetes как в классическом танце вперед, в сторону, назад.

Подготовка как Rondde jambeparterre

Подготовка к «веревочке». Подготовка к «веревочке» с подъемом на полупальцы.

Упражнение для бедра ( поворот бедра внутрь и наружу) на полной стопе.

Grandbattementsjetes как в классическом танце вперед, в сторону, назад.

Положение лицом к палочке: наклоны и перегибы корпуса во всех направлениях в сочетании с другими движениями в определенном характере.

Движение рук: переводы в различные положения, навыки в обращении с платочком.

«Переменный шаг» с притопом и продвижением вперед и назад.

«Переменный шаг» с фиксацией одной ноги около икры другой и продвижением вперед и назад.

Боковое «припадание»

Перескоки с ноги на ногу по 3-й свободной позиции ног и продвижением в сторону.

«молоточки», «моталочка», « маятник»

Прыжки с обеих ног (обе ноги согнуты в коленях назад)

Основное движение украинского танца «бегунец»

«Дорожка простая» (припадание) с продвижением в сторону и «Дорожка плетена» (припадание) с продвижением в сторону , со сменой позиции вперед и назад в перекрещенном положении.

«Выхлястник с угинанием» (ковырялочка с откравынием ноги)

«Па-де-баск», «Тынок», «Выхлястник с поворотом»

«Голубец» на месте и с продвижением в сторону

## **2.5 Элементы историко-бытового танца-18ч.**

### **Теория:**

Танцы 15-16 веков: Простой бранль, Вольта, Павана, Куранта.

Танцевальная культура 17 века.

### **Практика:**

Поклоны и реверансы 15-16 вв. отличительные особенности мужского и женского поклонов.

Положения рук в танцах 15-16 вв. Танцы 15-16 веков: Крестьянский бранль, бальный (салонный) бранль.

Танцы 15-16 веков: Простой бранль, Вольта, Павана, Куранта.

Танцевальная культура 17 века.

Положение рук в танцах 17 века, положение рук дамы.

Положение рук кавалера, положение рук в паре.

Реверансы 17века.

Учебная композиция «Поклоны 17 века».

Историко –бытовой танец в балетах классического наследия (видео): сюита историко-бытовых танцев из балета «Спящая красавица» (постановка Ф.В.Лопухова)

## **2.6 Элементы бального танца-22ч.**

**Теория:** «Вару – вару» танец создан на основе народных танцев Латвии.

**Практика:** «Вару – вару» танец создан на основе народных танцев Латвии.

Основные положения в паре и соединения рук.

Основные движения: основной ход на месте. боковой ход.

Основные движения: отведение ноги вперед на носок, на каблук. движение рук.

Основные движения: повороты направо, налево., приседание с выносом ног на носок, на каблук.

Композиция танца «Вару – вару»

«Рилио» танец построен на движениях литовских народных танцев .

Основные положения в паре и соединения рук.

Основные движения: основной ход на месте, в сторону, с поворотом.

Основные движения: покачивание, каблучки, соло – поворот.

Композиция танца «Рилио»

## **2.7 Эстрадный и современный танец-26ч.**

**Теория:** Знакомство со стилем Хип-хоп и его особенности исполнения

Хип-Хоп. Музыка, стиль, манера. Характерные положения рук и ног. Верхний Брейк Данс – что это?

### **Практика**

Разновидности стилей – ElectricBoogie, PopLocking, Robot.

Разучивание разминки в стиле Хип-Хоп. Основные движения.

Крос, Джек, Сласта.

Кик (выбросы ног в разном направлении) Пати, Спелбелчене, Сейер...

Разучивание комбинированных комбинаций из основных движений.

## **2.8 Танцевальная импровизация-14ч.**

Это самостоятельная работа детей, упражнения, этюды, экспромты на заданную и свободную тему. Свободная импровизация с использованием различных движений

выученных на уроках. Детская импровизация и актёрское мастерство каждого ученика используется в постановочной работе педагога.

### **III. Воспитательное дело.**

Организационная работа – отметка о посещении детей, забота о помещении, составление расписания, внешний вид учащихся, беседа с родителями.

Ознакомление ребят с правилами проведения внутреннего порядка, проводить инструктаж по технике безопасности.

Познавательная беседа – беседа об искусстве, прослушивание музыкального материала.

Проведения мероприятия посвященные: Освобождению Ростова-на-Дону от фашистских захватчиков, День Победы, Викторины посвященные патриотическому воспитанию детей и т.д. Мероприятия развлекательного характера: День матери, Новый год, Масленица, 23 февраля и 8 марта и т.д.

Экскурсия по паркам Ростова-на-Дону. Экскурсии на концерты других хореографических коллективов, разбор, обсуждение увиденного, свои выводы.

Посещение музеев и театров г.Ростова-на-Дону.

Такие мероприятия способствуют сплочению коллектива.

#### IV.УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН (2год обучения)

№ п. п.	Название раздела, темы	Кол-во часов			Формы аттестации (контроля)
		Общее кол-во часов	Теория	Практика	
I	Специальная танцевально-художественная работа:	<b>30</b>	<b>4</b>	<b>26</b>	<b>Праздники, концерты, конкурсы</b>
	1. постановочная работа	18	2	16	
	2. репетиционная работа	12	2	10	
II	Учебно-тренировочная работа:	<b>176</b>	<b>12</b>	<b>164</b>	
	1.А.М.Д.	10	1	9	
	2. par terre	14	1	13	тестирование
	3. Элементы классического танца.	34	2	32	викторина
	4. Элементы народно-сценического танца.	36	2	34	кроссворд
	5. Элементы историко-бытового танца.	20	2	18	Контрольный урок
	6. Элементы бального танца.	22	2	20	
	7. Элементы современного танца	28	2	26	тестирование
	8. Танцевальная импровизация.	12	-	12	
III	Мероприятия воспитательно-познавательного характера:	<b>10</b>	<b>-</b>	<b>10</b>	
	1. Организационная работа.	2	-	2	
	2. Беседы.	4	-	4	
	3. Прослушивание музыкального материала.	-	-	-	
	4. Просмотр видео материала.	4	-	4	
	5. Экскурсии в музеи и театры.	-	-	-	

ИТОГО:	<b>216</b>	<b>14</b>	<b>202</b>	
--------	------------	-----------	------------	--

## **V.СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**(2 год обучения)**

### **I. Специальная танцевально- художественная работа.**

Разучиваются танцевальные комбинации и этюды на взаимодействие. Танцевальные номера ставятся на основе пройденных танцевальных движений. Музыкальный материал: эстрадная, народная музыка в соответствующей обработке для данного возраста, квадратное построение музыкальных фраз.

### **II.Учебно-тренировочная работа.**

#### **2.1 Азбука музыкального движения**

**Теория:** Понятие об акценте, паузах, длительности, ритмическом рисунке.

**Практика:** Упражнения на умение воспроизводить на хлопках разнообразные ритмические рисунки, состоящие из четвертей, восьмых, половинных и целых.

Упражнения на умение воспроизводить на шагах разнообразные ритмические рисунки, состоящие из четвертей, восьмых, половинных и целых.

#### **2.2PARTERRE.**

Упражнения для развития паховойвыворотности. «Лягушка»

Упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц.

Упражнения на улучшения гибкости позвоночника. «Качалка»

Упражнения на укрепления мышц брюшного пресса.

Упражнения на улучшения гибкости позвоночника. «Лодочка»

Упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц.

Упражнения на улучшения гибкости позвоночника. «Лодочка плывет»

#### **2.3 Элементы классического танца.**

**Теория:** Основные правила выполнения новых элементов у станка и на середине. Ознакомление учеников с новыми выразительными особенностями

классического танца.

**Практика:**

Grandplie I, II, III и V позициях ног.

Battementstendus с demi-plies в I позиции ног вперед, в сторону, назад.

Battementstendusjetes с demi-plies в I позиции ног вперед, в сторону, назад.

Rond de jambeparterre en dehors et en dedans в demi-plies.

Battementsfondus в сторону, вперед, назад носком в пол.

Battementsfrappes в сторону, вперед, назад носком в пол.

Battementsrevelslents на 90 с I и V позиций вперед, в сторону, назад.

Demi-plies в I, II, III, V позициях ног. (на середине зала)

Battementstendus по I и V позициям ног в сторону, вперед, назад. (на середине зала)

Battementstendusjetes по I и V позициям ног в сторону, вперед, назад.(на середине зала)

Demi rond de jambe par terre en dehors et en dedans. (на середине зала)

Tempssaute по I, II, V позициям ног. (на середине зала)

Paseshappe по II позиции ног. (на середине зала)

Pasassemble в сторону (лицом к палочке)

3-е port-debras на середине зала.

Pas польки.

Повороты на двух ногах в VI позиции ног на  $1\frac{1}{4}$  круга.

## **2.4 Элементы народно-сценического танца.**

**Теория:** Лекция – показ белорусский народный танец.

Беседа о характере белорусского народного танца. Положение рук в сольном и групповых танцах.

**Практика:**

Demi и grandplie переход изпозицию в позицию через развороты одной или 2-х стоп.  
Battementstendus с выносом ноги на каблук.  
Battements tendusjetesc demi-plie, spur le pied.  
Ronddejambeparterre  
Подготовка к «веревочке». «Веревочка»  
Упражнение для бедра ( поворот бедра внутрь и наружу) на полупальцах.  
Battementdevelope (плавный и отрывистый)  
Подготовка к флик – фляку.  
«Ключ» простой (с переступанием)  
Лекция – показ белорусский народный танец.  
Элементы танца «Лявониха» основной ход, боковой скользящий шаг.  
Повороты с отбросом ноги, подбивка.  
Движения в паре.  
Элементы танца «Крыжачок» основной ход, притопы одинарные.  
Простые подскоки на месте и с продвижением.  
Подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции.  
Тройные подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции.

## **2.5 Элементы историко-бытового танца.**

**Теория:** Танцевальная культура 18 века. Гавот –история танца.  
Менуэт - история танца.

**Практика:**Танцы 17века: Менуэт, Романеска.  
Реверансы и поклоны 18 века.  
Положение рук дамы, положение рук кавалера.  
Гавот сценический вариант.  
Скорый менуэт  
Классический менуэт

## **2.6 Элементы бального танца.**

**Теория:**Происхождение кубинской румбы. Ритм, техника основного движения.  
Ча-ча-ча в отличие от румбы. Ритм и техника основного движения.

### **Практика:**

Разучивание разминки в ритмах «Самба», «Ркмба», «Ча-ча-ча», «Джайв»  
Исходные позиции в паре: закрытая позиция, открытая позиция, веерная позиция, позиция боком друг к другу  
Основное движение. Боковые шаги.  
Кукарача. Повороты партнёрши под рукой.  
Рука в руке. Чек.

Веер. Алемана.

Открытый твист бедром.

Ча-ча-ча. Исходные позиции в паре те же, что и в румбе.

Основной ход вперёд. Основной ход назад.

Основное движение. Повороты на месте.

## **2.7 Эстрадный и современный танец**

**Теория:** Основные понятия: параллель, вертикаль, спираль, контракшн, лифт.

### **Практика:**

Параллельные позиции ног (I, II, IV, V)

Аут-позиции (выворотные позиции ног) (I, II, IV, V)

Ин-позиции (завернутые позиции ног) (I, II)

Позиции и положения рук: подготовительное положение, I-я II-я III-я

Положение кисти «флекс», «джаз-хенд»

Пресс-позиция, промежуточные позиции рук

Упражнения для выработки подвижности позвоночника, укрепления мышц спины

Упражнения для нижнего отдела позвоночника

Упражнения для ориентировки

Упражнения «отдых», «наклоны».

Упражнения лежа на полу

Упражнения сидя на полу

Упражнения для дыхания

## **2.8 Танцевальная импровизация.**

Это самостоятельная работа детей, упражнения, этюды, экспромты на заданную и свободную тему. Свободная импровизация с использованием различных движений выученных на уроках. Детская импровизация и актёрское мастерство каждого ученика используется в постановочной работе педагога.

## **III. Воспитательное дело.**

Организационная работа – отметка о посещении детей, забота о помещении, составление расписания, внешний вид учащихся, беседа с родителями.

Ознакомление ребят с правилами проведения внутреннего порядка, проводить инструктаж по технике безопасности.

Познавательная беседа – беседа об искусстве, прослушивание музыкального материала.

Проведения мероприятия посвященные: Освобождению Ростова-на-Дону от фашистских захватчиков, День Победы, Викторины посвященные патриотическому

воспитанию детей и т.д. Мероприятия развлекательного характера: День матери, Новый год, Масленица, 23 февраля и 8 марта и т.д.

Экскурсия по паркам Ростова-на-Дону. Экскурсии на концерты других хореографических коллективов, разбор, обсуждение увиденного, свои выводы.

Посещение музеев и театров г.Ростова-на-Дону.

Такие мероприятия способствуют сплочению коллектива.

## VI. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН (3год обучения)

№ п. п.	Название раздела, темы	Кол-во часов			Формы аттестации (контроля)
		Общее кол-во часов	Теория	Практика	
I	Специальная танцевально-художественная работа:	<b>20</b>	<b>2</b>	<b>18</b>	<b>Праздники, концерты, конкурсы</b>
	1. постановочная работа	12	2	10	
	2. репетиционная работа	8	-	8	
II	Учебно-тренировочная работа:	<b>188</b>	<b>14</b>	<b>174</b>	
	1.А.М.Д.	10	1	9	тестирование
	2. par terre	14	1	13	
	3. Элементы классического танца.	36	2	34	викторина
	4. Элементы народно-сценического танца.	34	2	32	Контрольный урок
	5. Элементы историко-бытового танца.	20	2	18	кресворд
	6. Элементы бального танца.	20	2	18	
	7. Элементы современного танца	44	4	40	тестирование
	8. Танцевальная импровизация.	10	-	10	
III	Воспитательное дело:	<b>8</b>	<b>-</b>	<b>8</b>	
ИТОГО:		<b>216</b>	<b>16</b>	<b>200</b>	

## VII.СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ (3 год обучения)

## **I. Специальная танцевально- художественная работа**

Разучиваются танцевальные комбинации и этюды на взаимодействие. Танцевальные номера ставятся на основе пройденных танцевальных движений. Музыкальный материал: эстрадная, народная музыка в соответствующей обработке для данного возраста, квадратное построение музыкальных фраз.

## **II. Учебно-тренировочная работа**

### **2.1 Азбука музыкального движения.**

**Теория:** Знакомство со строением музыкального произведения.

Понятия: вступление, музыкальная фраза, такт и затакт.

Музыкальные размеры (2/4, 4/4, 3/4, 3/8).

**Практика:** Сочетание синкопированных и не синкопированных размеров.

Затакт и затактовые построения.

### **2.2 PARTERRE.**

**Теория:** Современный танец, использует сценическое пространство не только по вертикали, но и по горизонтали. В партере может происходить: разогрев; упражнения на изоляцию; упражнения stretch – характера; упражнения для развития подвижности позвоночника;

#### **Практика:**

Упражнения в партере на изоляцию.

Изоляция головы (может исполняться во всех уровнях).

Изоляция плеч (исполняется в позициях «сидя»)

Изоляция грудной клетки.

Изоляция таза (в положении «стоя на четвереньках» и в положении «стоя на коленях»).

Изоляция рук.

Изоляция ног.

Упражнения stretch-характера (растяжка).

Поочередная работа стоп со сменой положения (flex, point): П.Н – flex, Л.Н. – point и наоборот.

Упражнения stretch-характера в положении лежа.

Упражнения stretch-характера в положении сидя. Упражнения для развития подвижности позвоночника.

Наклоны торсом вперед в «frog» позиции.

Фиксируемые наклоны торса к ногам в первой позиции сидя.

Фиксируемые наклоны торса к ногам во второй позиции сидя.

Выходы на маленькие мостики.

Дыхательная гимнастика с использованием contraction, release, highrelease

### **2.3: Элементы классического танца.**

**Теория:** Основные правила выполнения новых элементов у станка и на середине. Ознакомление учеников с новыми выразительными особенностями

классического танца.

**Практика:** Battementstendus с demi-plies в V позиции ног вперед, в сторону, назад. Battementstendusjetes с demi-plies в V позиции ног вперед, в сторону, назад. Battementsfondus в сторону, вперед, назад – 45\*.

Battementsfrappes в сторону, вперед, назад - 45\*.

Battementsdeveloppes вперед, в сторону, назад.

Rond de jambepar terre en dehors et en dedans. (на середине зала)

Battementsfondus в сторону, вперед, назад носком в пол. (на середине зала)

Battementsfrappes в сторону, вперед, назад носком в пол. (на середине зала)

Pasassemble в сторону

Малые и большие позы: cruiser, efface, ecartee вперед и назад.

2-е port-debras на середине зала.

I, II, III arabesques носком в пол

Подготовка к верчению «Шене»

Повороты на двух ногах в V позиции ног на 1\4 круга

Повороты на двух ногах с переменной ног в V позиции на 1\4 круга

Pasglissade в сторону (лицом к палочке)

Pasglissade в сторону (на середине зала)

Pasdebourree (лицом к палочке)

### **2.4 Элементы народно-сценического танца.**

**Теория:** Лекция – показ итальянский народный танец.

Беседа о характере итальянского народного танца. Положение рук в сольном и групповых танцах.

**Практика:** «Веревочка» двойная и с переступанием.

Флик – фляк с переступанием, с ударом пятки опорной ноги.

Выстукивание по 6-й и 3-ей позиции.

Тройной шаг с ударом по голенищу спереди и сзади (для мальчиков)

«Ключ» дробный, сложный.

«Веревочка» с переступанием.

Верчение по диагонали.

Два вида хода.Pasdebasque (переброска ног накрест)

Выбрасывание ноги с каблука на носок.

Навыки обращения с тамбурином.

Скольжение на носок вперед в открытом положении с одновременным проскальзыванием на другой ноге в полуприседании.

Соскок двумя ногами во 2-ю свободную позицию с подниманием ноги, согнутой в колене перед собой на крест другой.

Шаг с ударом носком по полу (piques) с полу поворотом корпуса продвижением назад.

Перескоки с ноги на ногу

Шаг с подскоком и одновременным броском и сгибанием в колене(pasballonne)

## **2.5 Элементы историко-бытового танца.**

**Теория:** Полонез - история танца. Контрданс история танца. Танцевальная культура 19 века.

**Практика:**

Полонез (учебная композиция)

Контрданс (учебная композиция)

Контрданс (учебная композиция)

Положение рук в танцах 19 века.

Положение рук дамы, положение рук кавалера.

Парадный реверанс дамы, короткий поклон дама(Книксен)

Парадный мужской поклон, приглашение на танец.

## **2.6 Элементы бального танца.**

**Теория:** Лекция - показ. Самба - бразильский национальный танец.

Ритм и техника основных движений.

**Практика:**

Натуральный основной ход. Обратный основной ход.

Самба-ход на месте. Променадный самба-ход.  
Боковой самба-ход. Основные движения. Бота-срого  
Теневая бота-срого. Поворот под рукой. Вист.  
Джайв. Вольта влево.  
Вольта вправо. Крис-кросс.  
Мейпеул. Левый поворот

## **2.7 Эстрадный и современный танец**

**Теория:** Основные позиции ног в джаз танце.

Основные позиции рук в джаз танце.

**Практика:**

Основные позиции ног в джаз танце.

Основные позиции рук в джаз танце.

Изолированная работа головы в положении стоя (наклоны вперед и назад, наклоны вправо

и влево, повороты вправо и влево, zundari вперед, назад, из стороны в сторону).

Изолированная работа плеч в положении стоя (вверх – вниз, вперед – назад).

Изолированная работа рук в положении стоя (кисти, от локтя, от плеча).

Изолированная работа грудной клетки в положении стоя (из стороны в сторону, вперед – назад).

Изолированная работа бедер (пелвис) в положении стоя (вперед – назад, из стороны в сторону).

Изолированная работа ног, стоп в положении стоя (стопа --flex и point, prance, pastortilla, catchstep; от колена).

## **2.7 Танцевальная импровизация.**

Это самостоятельная работа детей, упражнения, этюды, экспромты на заданную и свободную тему. Свободная импровизация с использованием различных движений выученных на уроках. Детская импровизация и актёрское мастерство каждого ученика используется в постановочной работе педагога.

## **III. Воспитательное дело.**

Организационная работа – отметка о посещении детей, забота о помещении, составление расписания, внешний вид учащихся, беседа с родителями.

Ознакомление ребят с правилами проведения внутреннего порядка, проводить инструктаж по технике безопасности.

Познавательная беседа – беседа об искусстве, прослушивание музыкального материала.

Проведения мероприятия посвященные: Освобождению Ростова-на-Дону от фашистских захватчиков, День Победы, Викторины посвященные патриотическому воспитанию детей и т.д. Мероприятия развлекательного характера: День матери, Новый год, Масленица, 23 февраля и 8 марта и т.д.

Экскурсия по паркам Ростова-на-Дону. Экскурсии на концерты других хореографических коллективов, разбор, обсуждение увиденного, свои выводы.

Посещение музеев и театров г.Ростова-на-Дону.

Такие мероприятия способствуют сплочению коллектива.

## **VIII. Организационно-педагогические условия реализации программы**

### **Формы контроля и оценочные материалы**

Важным элементом учебного процесса является систематический контроль успеваемости учащихся.

Виды контроля:

- текущий контроль
- промежуточная аттестация
- итоговая аттестация учащихся

Каждый из видов контроля успеваемости учащихся имеет свои цели, задачи и формы.

Текущий контроль успеваемости направлен на поддержание учебной дисциплины, повышение уровня освоения текущего учебного материала. Он имеет воспитательные цели и учитывает индивидуальные психологические особенности учащихся.

Наиболее распространённой формой промежуточной аттестации учащихся являются контрольные уроки (в виде тестов, викторин, рефератов, собеседования). Эти уроки направлены на выявление знаний, умений и навыков учащихся.

Итоговая аттестация определяет уровень и качество освоения образовательной программы.

Итоги тестирования преподаватель фиксирует в мониторинговой таблице и доводит до сведения родителей на родительском собрании/открытом занятии.

### Методическое обеспечение программы

№ п п	Раздел, тема	Форма занятий	Методы	Дидактический материал и технические средства обучения	Формы диагностики
1	Классический танец	Занятие – игра занятие – сказка репетиция концерт, Практическое Посещение концерта. спектакля	Словесный, наглядный, практический репродуктивный, объяснительно-иллюстративный	Фотографии видеоманитофон ДВД устройство магнитофон телевизор	Тестирование зачет, открытое занятие. Наблюдение ,анализ занятий.
2	Техника современного танца	Занятие - игра, занятие – сказка Практическое	Словесный наглядный, практический	Фотографии, видео магнитофон	Тестирование открытое занятие зачет, концерт конкурс.
3	Народный танец	Практическое экскурсия..	Словесный наглядный ,объяснительно – иллюстративный .практический частично – поисковые	Фотографии иллюстрации .видео.	Тестирование ,открытое занятие зачет .концерт .конкурс,

4	Историко – бытовой танец	Практическое	Словесный .наглядный ,практический, частично – поисковые . Показ педагога	Фотографии .иллюстрации .видео телевизор	Тестирование .открытое занятие .зачет .концерт, показ.
5	Ритмопластика	Занятие – игра занятие – сказка Практическое	Словесный .наглядный . Практический	Аудио кассеты ,видео диски ,рисунки. телевизор	Тестирование .зачет.открытое занятие.
6	Гимнастика	Занятие – сказка . репетиция, .	Словесный, наглядный .практический ,	Видео, фотографии.	Тестирование зачет ,открытое занятие.
7	Музыкальное движение	Показ педагога репетиция	Словесный, наглядный .практический , Частично-поисковый	Аудио кассеты, диски, видео, рисунки.	Тестирование, зачет открытое занятие. Концерт

### Материально-технические условия реализации программы

#### *Оборудование*

Для занятий необходимо большое светлое, хорошо проветриваемое помещение, с дощатым или паркетным полом, оборудованное балетными перекладинами (станками), зеркалами, позволяющими учащемуся видеть себя в полный рост.

#### *Инструменты и материалы*

Для занятий в зале необходимо:

- оборудованный балетными станками и зеркалами просторный класс со специальным покрытием (паркет, линолеум, ковровое покрытие)
- наличие аудиоаппаратуры для постановочной и репетиционной работы
- наличие музыкальной фонотеки (аудио диски)
- телевизор и видеоаппаратура для просмотра видеоматериалов по различным жанрам танца
- наличие видеозаписей
- наличие танцевальных костюмов
- наглядные пособия и методические разработки, специальная литература
- коврики для занятий партерной гимнастикой;
- тренировочная одежда (приобретается родителями);
- тренировочная обувь (приобретается родителями);

## **IX.Список литературы для педагога**

### **Нормативно-правовая база:**

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 25.12.2023 г.).
2. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изменениями от 29.12.2022 г.).
3. Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года».
4. Распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р «Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года».
5. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержденного 30 ноября 2016 г. протоколом заседания президиума при Президенте РФ (в ред. 27.09.2017 г.).
6. Федерального проект «Успех каждого ребенка», утвержденный 07 декабря 2018 г.
7. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
8. Приказ Министерства образования и науки РФ от 23 августа 2017 года № 816 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
9. Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (в редакции от 02.02.2021г.).
10. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.368521 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (разд. VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»).
11. Методические рекомендации Министерства общего и профессионального образования Ростовской области, Института развития образования Ростовской области по оформлению и подготовке дополнительных общеобразовательных программ к прохождению процедуры независимой оценки качества для включения в реестр сертифицированных программ, 2023 г.

12. Устав Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования Пролетарского района города Ростова-на-Дону «Центр внешкольной работы «Досуг».
13. Лицензия МБУ ДО ЦВР «Досуг» на образовательную деятельность.

### **Список литературы для педагога**

1. Звездочкин В.А. Классический танец. Учебное пособие студентов высших и средних учебных заведений искусства и культуры/ Звездочкин В.А.- Ростов-на-Дону.: Феникс, 2005г.- 408стр.
2. Диниц Е.В. Джазовый танец / Диниц Е.В. –М.:Сталкер, 2004г.-62стр.
3. Фрилева Ж.Е. Сайкина Е.Г. Лечебно-профилактический танец. Фитнес-Данс / Фрилева Ж.Е. Сайкина Е.Г. –С-П.: Детство-ПРЕСС, 2007г.-384стр
4. Барышникова Т. Азбука хореографии/Барышникова Т. - С-П.: Респект ЛЮКСИ, 1996г.- 253стр.
5. Ткаченко Т. Народный танец/ Ткаченко Т.-М.: Искусств,1954г.-680стр.
6. Фрилева Ж.Е. Сайкина Е.Г. СВ-ФИ-ДАНС. Танцевальная – игровая гимнастика для детей./Фрилева Ж.Е. Сайкина Е.Г.–С-П.: Детство-ПРЕСС, 2007г.-323стр
7. Заикин Н.И. Заикина Н.А. Областные особенности русского народного танца./Заикин Н.И. Заикина Н.А.-Орел.: Труд, 2004г.-686стр.
8. Фоменко И.М. Основы народно-сценического танца. Учебное пособие./ Фоменко И.М.-Орел.:2020 г. -275стр.

1. <https://dancehelp.ru/>

2. <http://www.balletmusic.ru>

3. <http://www.horeograf.com>

4. <http://www.russianballet.ru/rus/info.htm>

5. <http://nsportal.ru/blog/obshcheobrazovatel'naya-tematika/all/2012/09/23/nuzhnye-knigi-po-khoreografii-i-tantsam>

Добавить и еще интернет-ресурсы.

### **Список литературы для учащихся и родителей**

1. Бриске И.Э. Ритмика и танец.- Челябинск, 1993.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. Внимание: дети.- Москва 2000г.

3. Ерохина О.В. Школа танцев для детей. Мир вашего ребенка.- Ростов -на – Дону, Феникс, 2003.
4. Роот З.Я. Танцы с нотами для детского сада.- Москва, 2007.
5. Зарецкая Н.В. Танцы для детей старшего дошкольного возраста.- Москва 2007.
6. Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика.- Москва 1998.
7. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. – Ярославль, 2009.