

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ГИМНАЗИЯ №40

ПРИНЯТО: на педагогическом совете  
МАОУ гимназия №40

протокол от 28 августа 2024 г. №1

УТВЕРЖДАЮ:

директор МАОУ гимназия № 40 Н.А. Дикин

введено в действие приказом директора от  
от «30» августа 2024 г. № 142-О

*Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
Основы хореографического мастерства*

Направленность: художественная

Срок реализации: 1 год

Возраст: 11-17 лет

Составитель

Рябко Полина Викторовна, педагог  
дополнительного образования  
МАОУ гимназии № 40

Екатеринбург, 2024

## Оглавление .

1. Целевой раздел.....	3
1.1 Пояснительная записка.....	3
1.2 Цели и задачи дополнительного образования.....	5
1.3 Планируемые результаты освоения курса.....	6
1.4 Система оценки достижения планируемых результатов освоения образовательной программы дополнительного образования .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.5 Формы подведения итогов реализации программы .....	7
1.6 Организационно-педагогические условия реализации программы.....	7
2. Содержательный раздел.....	7
2.1 Содержание курса .....	7
2.2. Тематическое планирование.....	8
3. Организационный раздел.....	14
3.1 Учебный план.....	14
3.2. Календарный учебный график на 2024-25 учебный год.....	15
3.3. Материально-технические условия реализации программы .....	15
Список литературы.....	15

# 1. Целевой раздел

## 1.1 Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «*Основы хореографического мастерства*» относится к художественному направлению, которое способствует воспитанию чувств, развитию у детей способности понимать, любить, оценивать явления искусства, наслаждаться ими, создавать в меру своих сил и творческих возможностей художественные произведения.

Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох необходимо, т.к. каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер.

Программа рассчитана на детей 11-17 лет, прошедших предварительное собеседование на предмет выявления мотивации обучения и не имеющих медицинских противопоказаний для занятий данным видом деятельности.

В процессе занятий сочетается коллективная и индивидуальная работа. Образовательный процесс строится в соответствии с возрастом, психологическими возможностями детей.

### **Нормативно-правовые основания для разработки программы:**

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам".
- Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей.
- Указ Президента Российской Федерации «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы).
- Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р).
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р).
- План мероприятий по реализации в 2021 - 2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утвержден распоряжением Правительства Российской Федерации от 12.11.2020 № 2945-р).

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

### **Новизна и значимость программы:**

Программа составлена с учетом требований современной педагогики, включая при этом так же достижения классиков педагогического мастерства в рамках ФГОС ООО.

На танцевальных занятиях учащиеся развивают задатки и приобретают навыки по творческой деятельности. Сфера ее жизни в человеке очень многогранна: с одной стороны – это индивидуальный труд исполнителя, а с другой – это потребность поделиться творческими результатами в социуме (хореографический коллектив, школьный класс, семья, друзья). Поэтому коллектив целенаправленно стремится к грамотности выполнения заданий (упражнения, комбинации, этюда, танца и больших хореографических форм), наращиванию исполнительской техники, формированию сценической культуры, быстрой усвояемости учебного материала.

Коллектив живет и руководствуется общими целями, учитывая при этом интерес каждого участника.

В такой рабочей атмосфере появляется трудолюбие, воспитываются сила воли и положительная убежденность, наблюдаются появление высокого нравственного идеала, переориентация увлечений, возникает вдохновение, раскрываются способности, культивируется характер.

Учащиеся знакомятся с основами хореографического мастерства, развивают навык пространственного мышления, формируют оптимально конструктивный костно-мышечный аппарат. Поэтому, особое внимание уделяется технике и методике выполнения любых интерпретационных форм.

### **Актуальность программы:**

Необходимо отметить, что с течением времени искусство танца приобрело все большую популярность среди широких масс населения как способ общего физического развития, проявления творческой инициативы и приобретения гармонии души и тела. Разнообразие танцевальных стилей позволяет удовлетворить интересы общества в независимости от половых и возрастных качеств.

### **Педагогическая целесообразность:**

Особенность внеурочного общекультурного образования состоит в том, что необходимые для творческой деятельности технические навыки и приемы оказывают сильнейшее и непосредственное (невербальное) воздействие на эмоционально-волевую сферу сознания учащихся. Процесс овладения определенными навыками исполнения не только раскрепощает собственно художественное мышление, но и в большой мере накладывает отпечаток на мировосприятие и систему жизненных ориентировок, целей и ценностей.

«Хореография» в организационном и учебно-методическом плане школьного образования представляет собой сложившуюся и устойчивую единицу учебного процесса по внеурочной деятельности.

Идейная основа программы – это принцип свободного развития творческой личности, целенаправленное формирование ценностных и целевых установок ребенка, обогащение художественного вкуса и индивидуального художественного опыта учащихся.

**Практическая значимость** в условиях программы обучающиеся получают возможность удовлетворить не только свои образовательные потребности, но и реализовать способности, способен реализовать свои способности, обогатить себя творчески, интеллектуально и духовно.

## 1.2 Цели и задачи дополнительного образования

**Образовательная цель программы:** приобщение детей к различным видам танцевального искусства.

**Развивающая цель программы:** воспитание единого комплекса физических и духовных качеств: гармоническое телосложение, хорошее здоровье и выносливость, артистизм и благородство.

**Воспитательная цель программы:** профессиональная ориентация и самоопределение ребёнка.

### **Задачи:**

#### **Обучающие:**

- ознакомление с основами классического танца, позициями рук и ног;
- ознакомление с основными движениями современного танца;
- ознакомление с историей развития народного танца;
- дать представление о танцевальном образе;
- дать всем детям первоначальную хореографическую подготовку, выявить их склонности и способности;

#### **Развивающие:**

- способствовать эстетическому развитию и самоопределению ребёнка; - развитие выразительности и осмысленности исполнения танцевальных движений;
- развитие творческих способностей;
- гармоническое развитие танцевальных и музыкальных способностей, памяти и внимания;
- развитие психических познавательных процессов — память, внимание, мышление, воображение;
- развитие мышечного чувства, правильной осанки, умения управлять своим телом.

#### **Воспитательные:**

- воспитание этнической компетентности, доброжелательного отношения к людям других наций.
- воспитание культуры поведения и общения;
- воспитание умений работать в коллективе;
- привитие интереса к занятиям, любовь к танцам;

**Срок реализации программы:** 1 год обучения. Распределения учебного времени производится с учетом усвоения и понимания поставленных творческих задач.

### **Основные формы и методы обучения.**

Основная форма образовательной работы с детьми: музыкально-тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка.

Методы работы:

- Объяснительно – иллюстративный (показ элементов, объяснение, использование фольклора).
- Репродуктивный (разучивание, закрепление материала).
- Исследовательский (самостоятельное исполнение, оценка, самооценка).
- Метод побуждения к сопереживанию (эмоциональная отзывчивость на прекрасное).
- Метод поисковых ситуаций (побуждение детей к творческой и практической деятельности).

### **1.3 Планируемые результаты освоения курса**

К числу планируемых результатов освоения курса основной образовательной программы отнесены:

#### **Личностные результаты.**

Знание моральных норм и сформированность морально-этических суждений; Способность к оценке своих поступков и действий других людей с точки зрения соблюдения/нарушения моральной нормы. Развито чувство коллективизма, потребности и готовности к эстетической творческой деятельности; эстетического вкуса, высоких нравственных качеств. Реализация творческого потенциала в процессе выполнения ритмических движений под музыку; позитивная самооценка своих музыкально - творческих возможностей.

#### **Метапредметные результаты**

##### *Регулятивные*

преобразовывать практическую задачу в познавательную;  
осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату; целеустремлённость и настойчивость в достижении цели

##### *Познавательные*

правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;

##### *Коммуникативные*

продуктивно разрешать конфликты на основе учета интересов и позиций всех его участников;

с учетом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнеру необходимую информацию как ориентир для построения действия;

умение сотрудничать с педагогом и сверстниками при решении различных музыкально - творческих задач, принимать на себя ответственность за результаты своих действий.

#### **Предметные результаты**

отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз.

различать основные характерные движения некоторых народных и современных танцев.

### **1.4 Критерии определения результативности программы:**

1. Музыкальность – способность воспринимать и передавать в движении образ и основными средствами выразительности изменять движения в соответствии с музыкальными фразами, темпом, ритмом.

2. Эмоциональность – выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в позе, жестах разнообразную гамму чувств, исходя из музыки и содержания хореографической композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу, печаль и т.д.)

3. Гибкость, пластичность – мягкость, плавность и музыкальность движений рук, подвижность суставов, гибкость позвоночника, позволяющие исполнить несложные акробатические упражнения («рыбка», «полушпагат», «лодочка», «мостик» и т.д.).

4. Координация, ловкость движений – точность исполнения упражнений, правильное сочетание движений рук и ног в танце.

5. Творческие способности – умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные оригинальные «па».

6. Внимание – способность не отвлекаться от музыки и процесса движения (выполнять композиции самостоятельно, без подсказок).

7. Память – способность запоминать музыку и движения.

Эффективность программы оценивается количеством и качеством проводимых концертов, а также сбором необходимой информации: количество детей, занятых в концертах, количество участников различных конкурсов, мероприятий и победителей в них, освоение репертуара, количество разучиваемых номеров.

### **1.5 Формы подведения итогов реализации программы**

1. Отчетный концерт перед родителями в конце учебного года.
2. Открытые занятия для родителей и педагогов.
3. Участие в школьных, городских мероприятиях, концертной деятельности, конкурсах и фестивалях.

### **1.6 Организационно-педагогические условия реализации программы**

Режим занятий:

Младшая группа	2 часа 3 раза в неделю
Старшая группа	2 часа 4 раза в неделю

## **2. Содержательный раздел**

### **2.1 Содержание курса**

Содержание занятий направлено на обеспечение разносторонней подготовки учащихся на основе требований хореографических и музыкальных дисциплин. Учебный материал для занятий обширен, основное его содержание составляет упражнения для развития двигательных качеств и упражнения тренировочного характера. Это связано с тем, что одна из задач работы — развитие и совершенствование танцевальных способностей, умений и навыков.

Занятия по разучиванию танца развивают у ребёнка свободу движений, чувство пространства, образное мышление, память, внимание, музыкальность, эмоциональность, пластичность, гибкость, координацию движений и творческие способности. Теоретические

сведения по музыкальной грамоте даются непосредственно в процессе занятий и в ходе работы над движениями.

На каждом этапе обучения дается материал на основе семи разделов:

- 1) Знакомство с танцевальной культурой.
- 2) Народная хореография.
- 3) Классическая хореография.
- 4) Социальные танцы.
- 5) Знакомство с современной хореографией
- 6) Уральский фольклорный танец.
- 7) Импровизационные навыки.

Хотя программа разделена на отдельные тематические части, но в связи со спецификой занятий в хореографическом кружке границы их несколько сглаживаются: на одном занятии могут изучаться элементы классического и народного танца.

## **Раздел 1. Знакомство с танцевальной культурой**

**Практика.** Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения в хореографическом кабинете. Знакомство с изучаемым предметом – детской хореографией. Инструктаж родителей по охране труда учащихся на занятии. Правила поведения за кулисами и около сцены.

**Упражнения** «Поклон-приветствие», «Хлопки в ладоши». Положение рук: перед собой, вверху, внизу, справа и слева на уровне головы. Упражнения «Тик-так», «Уложить ушко», «Пружинка», «Улыбнемся себе и другу: наклоны», «Мячик». Упражнения для рук ног «Птичка», «Утюжок», «Флажок». Практическое закрепление правил и логики перестроений из одних рисунков в другие, поворота «вправо» и «влево».

**Теория.** Понятие осанка. Постановка корпуса. Положение головы. Позиция ног и рук. Правила движения под музыку, перестраивания. Основные понятия: музыка, темп, такт, мелодия и движение. Значение комплекса ритмической гимнастики в работе будущих танцоров: вводная, основная и заключительная части. Танцевальные позиции ног: I, II, III. Танцевальные позиции рук (I, II, III). Выставление ноги на носок, пятку в разных направлениях. Полуприседания. Комбинации хореографических упражнений.

Значение танцевальных элементов в статичном положении или в продвижении. Импровизация в этюде.

## **Раздел 2. Народная хореография.**

**Практика.** Правила поведения в хореографическом кабинете. Работа над танцевальным репертуаром.

**Упражнения.** Полуприседания и полные приседания - медленные (мягкие, плавные) и быстрые (резкие, отрывистые). Упражнения на развитие подвижности стопы (battements tendus). Маленькие броски. Круговые движения ногой по полу или по воздуху. Каблукные упражнения: 1) низкие, 2) средние и 3) высокие. Упражнения на низкие и высокие развороты ноги. Упражнения на движение ноги на 90 % на вытянутой опорной ноге, в сочетании с полуприседанием или подъемом на полупальцы опорной ноги, с ударом пятки, с прыжком.

**Теория.** Понятие основных упражнений классического экзерсиса: плие, батман тандю, релеве, соте, эшапе, глиссад. Понятие основных элементов народного танца.

Боковой галоп. Шаг польки. ПА - де - баск. Элементы русской народной пляски. Простой хороводный шаг. Полуприседания с выставлением ноги на пятку. Русский хороводный шаг. Русский переменный шаг. Притопы. Шаг с припаданием. Полуприседание с выставлением ноги на пятку. «Ковырялочка». «Верёвочка». «Качалочка». Знакомство с танцевальным искусством русского народного, калмыцкого и молдавского танца. Русский танец: хоровод, пляска, кадриль. Объяснение процесса объединения движений в более сложные по композиции комбинации и танцевальные этюды народного танца. Уровень выразительности исполнения. Ансамблевое исполнение технически насыщенных танцев.

### **Раздел 3. Классическая хореография.**

**Практика.** Позиции ног – I, II, III, IV (IV – как наиболее трудная, изучается последней). Позиции рук – подготовительное положение, I, II, III. Grand pliés. Battements tendus и его разновидности. Battements tendus jetés и его разновидности. Rond de jambe par terre en dehors et en dedans. Battements fondus и его разновидности. Battements soutenus. Battements frappés и его разновидности. Battements développés и его разновидности. Battements relevé lent и его разновидности. Rond de jambe en l'air. Grand battements jetés и его разновидности. Petits battements sur le cou de pied и т.д. Основные малые позы (обе ноги на полу). Основные большие позы (одна нога на полу, другая на воздухе). Формы temps lie: основная форма; с перегибом корпуса; на 90°. Battements tendus. Battements tendus jeté. Rond de jembe. Battements fondus. Battements frappés. Battements soutenus. Battements relevés lents. Battements développés. Grand battements jeté.

**Упражнения** изученные на занятиях в парах, групповые, ансамблевые. Вальс.

**Теория.** Основные приемы развития движений классического танца на середине зала. Определение понятия «поза классического танца» как фактор развития движений классического танца. Определение форм поз классического танца: малых, средних, больших. Виды поз классического танца: «croisé», «effacé et ecarté». Классификация поз классического танца. Определение понятий «канонические» и «неканонические» позы классического танца. Методика и приёмы исполнения поз классического танца. «Temps lié» как основное движение, его виды. Классический танец- вальс. Вальс фигурный

### **Раздел 4. Социальные танцы.**

**Практика.** Практическое изучение элементов социальных танцев: импровизационные, парные, массовые, молодежные (уличные) направления, характерные (этнические), «диско», «рок», «латина».

**Упражнения** изученные на занятиях в парах, групповые, ансамблевые.

**Теория.** Социальные танцы XX в. Многообразие видов и жанров, влияние на их возникновение социально-культурных процессов. Взаимосвязь и взаимовлияние клубного танца с профессиональной хореографией, популярными музыкальными течениями, модой, стилем жизни. Стиль, манера и техника молодежных танцевальных направлений. Танцевальные комбинации на развитие пластических ритмов в соединении с динамикой сценического пространства.

Сочинение танцевальных этюдов. Цели и задачи этюдной работы.

Композиционное построение сольного, массового танцевального этюда. Тема, жанры,

стиль, характер будущей хореографической композиции. Музыкальный материал и его ритмо-темповая структура. Понятие музыкальной и танцевальной полиритмики.

## **Раздел 5. Знакомство с современной хореографией.**

**Практика.** Техника исполнения: 1. Flat back (плоская спина), или table top (поверхность стола). 2. Deep body bend - глубокий наклон вперед, ниже, чем на 90°. 3. Side stretch. Наклон в сторону, при котором грудная клетка изгибается. Комбинации: flat back может исполняться крестом, квадратом, flat back в сторону может быть переведен без изменения высоты во flat back по диагонали. Техника исполнения: 1. Curve (керф). 2. Arch - арка. 3. Twist торса. 4. Roll down и roll up. Комбинации. Твиевые изгибы могут комбинироваться с движениями ног: demi - и grand pile, releue, battement tendu, rond de jambe par terre. Спирали - движения, развивающие подвижность позвоночника в тазобедренном суставе. Body roll (волна) - несколько центров последовательно включаются в движение по принципу управления, один за другим и демонстрация волны всего тела.

**Теория.** Зарождение в конце XIX - начале XX века в США и Германии современного направления хореографии – танца модерн. Истоки направления в идеях теоретика и педагога Ф. Дель-Сарта, в системе Э. Жака-Далькроза и искусстве А. Дункан. Танец модерн как стремление создать новую хореографию, отвечающую потребностям человека XX столетия. основополагающие принципы данного направления: отказ от канонов, воплощение новых тем и сюжетов оригинальными танцевально-пластическими средствами. Общее с джаз - танцем и различие между системами. Айседора Дункан – основоположница нового направления. Комбинирование форм и синтез различных школ в современном джаз танце: степ-джаз, джаз-балет, джаз-кабаре, джаз-музыкальный школа □ студия, джаз-шоу и другие.

## **Раздел 6. Уральский фольклорный танец.**

**Практика.** Привитие исполнителям уважительного отношения к национальным традициям, чувства любви преданности к Родине, обуславливающие формирование личности как источника высокой культуры. Беседа по истории традиций и обрядов. Игра □ сравнение народных костюмов различных стран «Угадай откуда». Игра «Крестьянская семья». Посещение концертов с участием детских народных коллективов.

**Упражнения.** Разучивание упражнений в хороводе. Кадриль как колоритный уральский танец.

**Теория.** Русский народный танец как неотъемлемая часть фольклорного наследия. Народный танец как древний вид народного искусства: праздники, традиции, обряды.

## **Раздел 7. Импровизационные навыки.**

**Практика.** Сочинение танцевальных этюдов на основе изученных танцевальных элементов.

**Упражнения** направленные на развитие выдумки, воображения, творческой инициативы: «Иди ко мне», «Уходи», «Три характера». Игра-упражнение «Расскажи стихотворение» с помощью жестов и мимики. Школа-студия стилизованная игра «Веселые превращения». Пластические этюды: «Ежик», «Дельфин», «Змея», «Пантера», «Морская звезда». Прыжки: «Пингвин», «Разножка», «Лягушка».

**Теория.** Построение композиций. Правила создания хореографического номера.

Средства художественной выразительности. Анализ избранного произведения с художественной стороны

## 2.2. Тематическое планирование

№	Раздел программы	Темы	Количество часов младшая группа	Количество часов старшая группа
<b>Раздел 1. Знакомство с танцевальной культурой.</b>				
1.		Вводное занятие	1	1
2.		Искусство танца. Значение танца в жизни людей.	2	2
3.		Разновидности танцев.	2	4
4.		Разминка общая. Движение на развитие пластичности и гибкости.	10	14
5.		Позиции рук и ног в танце.	6	8
6.		Сюжетный танец.	6	8
<b>Раздел 2. Народная хореография.</b>				
7.		Русский народный танец. Элементы русской пляски. Просмотр видеороликов с примерами (Ансамбль им. И.Моисеева)	4	4
8.		Основные движения русского народного танца. Положение корпуса, рук и ног.	6	8
9.		Русский народный танец «Калинка». Разучивание движений.	6	8
10.		Работа над синхронностью. Разучивание композиции танца «Калинка».	4	6
11.		Исполнение танца «Калинка».	2	2
12.		Калмыцкий народный танец «Чичирдык». Разучивание движений.	6	8
13.		Работа над синхронностью. Разучивание композиции танца «Чичирдык».	4	6
14.		Исполнение танца.	2	2
15.		Танцы Восточной Европы. Просмотр видеороликов с примерами (Ансамбль им. И.Моисеева)	4	4
16.		Молдавский народный танец «Хора». Разучивание движений. Постановка позиции рук и ног в	12	14

		танце.		
17.		Работа над синхронностью. Разучивание композиции танца.	6	8
18.		Исполнение танца.	2	2
19.		Танец «Полька». Знакомство с танцем.	4	0
20.		Разучивание композиции танца «Полька». Работа над синхронностью.	6	0
21.		Исполнение танца.	2	0
<b>Раздел 3. Классическая хореография.</b>				
22.		Классический танец. Элементы классического танца. Просмотр видеороликов с примерами.	2	4
23.		Разминка классическая общая. Движение на развитие пластичности и гибкости.	6	8
24.		Знакомство с элементами вальса	4	4
25.		Разновидности вальсов.	2	2
26.		Работа в парах. Положение корпуса, рук и ног.	2	2
27.		Разучивание Фигурного вальса	12	24
28.		Разучивание композиции танца. Работа над синхронностью. Соединение движений вальса.	6	16
29.		Исполнение номера <i>Фигурный вальс</i>	6	6
30.		Движение на развитие пластичности и гибкости. Продумывание собственной хореографии с эмоциональной подачей.	12	16
<b>Раздел 4. Социальные танцы.</b>				
31.		Знакомство с разновидностями социальных танцевальных направлений (Рок-н-ролл, сальса ) Просмотр видеороликов с примерами.	2	2
32.		Знакомство со стилем сальса. Темп, ритм, позиции корпуса	6	6
33.		Разучивание номера «Lo foresti» в стиле сальса.	12	0
34.		Работа над синхронностью. Отработка движений танца.	6	0
35.		Исполнение номера «Lo foresti»	4	0
36.		Знакомство со стилем рок-н-ролл. Темп, ритм, позиции корпуса	6	6
37.		Разучивание номера «Желтые	12	16

		ботинки». Разучивание композиции танца		
38.		Исполнение номера «Желтые ботинки».	4	4
<b>Раздел 5. Знакомство с современной хореографией.</b>				
39.		Знакомство с современной хореографией. Стиль контемпорари. Просмотр видео роликов с примерами.	6	8
40.		Движение на развитие пластичности и гибкости в стиле контемпорари.	12	16
41.		Разучивание композиции танца «Дыхание». Проработка движений, позиции корпуса, рук и ног.	18	0
42.		Работа над синхронностью. Отработка движений танца.	6	0
43.		Исполнение номера «Дыхание»	6	0
44.		Разучивание композиции танца «Пылай!». Проработка движений, позиции корпуса, рук и ног.	0	24
45.		Работа над синхронностью. Отработка движений танца.	0	8
46.		Исполнение номера «Пылай!»	0	6
<b>Раздел 6. Уральский фольклорный танец.</b>				
47.		Знакомство с уральской фольклорной хореографией. Просмотр видеороликов с примерами (Уральский народный хор).	4	4
48.		Разучивание танцевальных движений номера «Уральская кадриль» . Работа над синхронностью. Постановка рисунка номера.	6	8
49.		Позиции корпуса, рук и ног в паре. Эмоциональная подача.	6	8
50.		Исполнение номера «Уральская кадриль».	2	2
<b>Раздел 7. Импровизационные навыки.</b>				
51.		Импровизация как форма самовыражение в танце. Просмотр видеороликов с примерами.	2	2
52.		Работа в группах под различные варианты музыкального сопровождения.	2	4
53.		Продумывание собственной хореографии с эмоциональной	4	4

		подачей.		
54.		Движение на развитие пластичности и гибкости. Импровизационные наброски.	2	2
55.		Индивидуальная игровая хореография на свободную тему.	2	2
56.		Подготовка к отчетному концерту.	4	6
57.		Отчетный концерт. Исполнение всех ранее разученных номеров	1	1
		<b>ИТОГО</b>	<b>282</b>	<b>330</b>

### 3. Организационный раздел

#### 3.1 Учебный план

№	Название разделов, тем	Общее кол-во часов	В том числе		Формы аттестации \ контроля
			Теория	Практика	
1	Знакомство с танцевальной культурой.	<b>64</b>	6	58	Педагогическое наблюдение, открытые занятия, итоговый концерт
2	Народная хореография.	<b>140</b>	16	124	
3	Классическая хореография.	<b>134</b>	6	128	
4	Социальные танцы.	<b>86</b>	4	82	
5	Знакомство с современной хореографией.	<b>110</b>	14	96	
6	Уральский фольклорный танец.	<b>40</b>	8	32	
7	Импровизационные навыки.	<b>38</b>	4	32	
<b>Итого учебных часов</b>		<b>612</b>	58	554	
<b>Всего часов</b>		<b>612</b>			

### 3.2. Календарный учебный график на 2024-25 учебный год

№ п/п	Месяцы	Разделы	Кол-во часов	Форма контроля
1	сентябрь – октябрь-	Знакомство с танцевальной культурой.	64	<ul style="list-style-type: none"><li>• Опрос, просмотр;</li><li>• Открытый урок для педагогов и родителей;</li><li>• Участие детей в школьных и муниципальных мероприятиях, концертной деятельности, конкурсах;</li></ul>
2	ноябрь.	Народная хореография.	140	
3	декабрь - январь	Классическая хореография	134	
4	февраль	Социальные танцы.	86	
5	февраль- март	Знакомство с современной хореографией.	110	
6	апрель	Уральский фольклорный танец.	40	
7	май	Импровизационные навыки.	38	

Время и место проведения занятий в соответствии с распоряжением директора.

### 3.3. Материально-технические условия реализации программы

Реализация программы осуществляется на базе МАОУ гимназии №40, расположенной по адресу г. Екатеринбург, ул. Мичурина 181.

5-11 классы МАОУ гимназия №40
актовый зал
акустическая система
готовые фонограммы
методическая литература
ноутбук
костюмерная
мультимедийный экран

### 4. Список литературы.

1. Богданов Г. Хореографическое образование.- М.- 2001
2. Боттомер П. Урок танца.- Москва.- Эксмо-Пресс.- 2003
3. Ваганова А. Я. Основы классического танца. С.- Петербург. Москва. Краснодар.- 2003
4. Климов А. Русский народный танец.- М.- 2002

5. Костровицкая В. 100 уроков классического танца.- М.- 1981
6. Костровицкая В.С., Писарев А.А. Школа классического танца.- Санкт-Петербург.- Искусство.- 2001
7. Кулагина И. Ю. Возрастная психология. М.: «Просвещение», 2001
8. Луговская А. Ритмические упражнения, игры, пляски. М.: «Просвещение», 1991
9. Медведь Э. И. Эстетическое воспитание школьников в системе дополнительного образования. М.: «Просвещение», 2002
10. Полятков С. С. Основы современного танца. М.: «Просвещение», 2005
11. Танцы и ритмика в начальной школе/ методическое пособие.- Москва.- 1995
12. Ткаченко Т.Т. Народный танец.- Москва.- 2002
13. Федорова Г. Танцы для развития детей.- М.-2000

#### **Список литературы для обучающихся**

1. Барышникова Т. Азбука хореографии.- Москва.- Айрис-Пресс.- 1999
2. Никитин В.Ю.: Мастерство хореографа в современном танце/ учебное пособие. -М.- 2021
3. Устинова Т. А. Избранные русские народные танцы.- М.,1996.
4. Юлия Яковлева: Создатели и зрители. Русские балеты эпохи шедевров. Москва.- Новое литературное обозрение.- 2018

#### **Сведения о разработчике**

Рябко Полина Викторовна, МАОУ гимназия № 40, образование высшее, стаж работы - 9 лет, в ОУ № 40 - 8 года

Уральский Федеральный университет им. Б.Н. Ельцина, учитель

#### **Аннотация**

**Направленность программы:** художественная.

**Цель программы:** создание условий для выявления и развития творческих, танцевальных, артистических способностей обучающихся посредством приобщения их к хореографическому мастерству.

**Контингент обучающихся:** программа рассчитана на детей с 11 до 17 лет.

**Продолжительность реализации программы:** 1 год.

**Режим занятий:** занятия 1 час в неделю

**Форма организации процесса обучения:** занятия организуются в учебных группах.

**Краткое содержание:** Работа по программе направлена, прежде всего, на подготовку обучающихся к ансамблевому или сольному танцу. Номера художественной самодеятельности в исполнении обучающихся готовятся для выступления на мероприятиях гимназии, городских, областных и международных конкурсах, фестивалях и для других мероприятиях.



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176582781996954633309689447090513787464982389979

Владелец Дикин Николай Александрович

Действителен с 07.03.2024 по 07.03.2025